

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIV VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI**

TOSHKENT DAVLAT IQTISODIYOT UNIVERSITETI

**KARIMOVA Vasila Mamanosirovna, HAYITOV Oybek Eshboyevich, AKRAMOVA Feruza
Akmalovna, LUTFULLAYEVA Nigora Xalimbayevna**

PSIXOLOGIYA

**O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta-maxsus, kasb-hunar ta'limi o'quv-metodik
birlashmalar faoliyatini Muvofiqlashtiruvchi Kengash tomonidan nopedagogik va
nopsixologik oliy o'quv yurtlari talabalari uchun darslik sifatida tavsiya etilgan**

TOSHKENT–2007

V.Karimova, O.Hayitov, F.Akramova, N.Lutfullayeva. PSIXOLOGIYA: Nopedagogik va nopsixologik oliy o'quv yurtlari uchun darslik // V.M.Karimovaning umumiy tahriri ostida. – Toshkent. T.: TDIU, 2007. – 435 b.

Sarlavha oldida: O'zbekiston Respublikasi Oliy va O'rta Maxsus Ta'lim Vazirligi, Toshkent Davlat Iqtisodiyot Universiteti

Ushbu darslikda ilk marotaba **Shaxs fenomeni** psixologiya fani qamrab olgan asosiy maummolar va mavzularning markaziy figurasi hamda "Shaxs-jamiyat" tizimida o'zaro munosabatlarning obyekti va subyekti sifatida e'tirof etilgan. Shaxs taraqqiyoti va kamoli uchun muhim bo'lgan ijtimoiylashuv omillari jumladan, undagi fikrlash jarayonlari, fikrning mustaqilligi, salomatligi, ijtimoiy muhitga moslashishi, mehnat faoliyati, professional yuksalishi, ma'naviyati, mafkurasi, oilaviy munosabatlari, turli ijtimoiy guruhlardagi maqomi, shaxslararo muloqoti va nizoli vaziyatlardagi ijtimoiy xulqi va boshqalar mantiqan o'zaro bog'liq psixologik hodisalar sifatida talqin etilgan.

В.Каримова, О.Хайитов, Ф.Акратова, Н.Лутфуллаева. ПСИХОЛОГИЯ: УЧЕБНИК. Предназначенный для студентов непсихологического и непедагогического профилей вузов // Под общ. ред. В.М.Каримовой. – Ташкент. Т.: ТГЭУ, 2007. – 435 с.

Заглавие: Министерство Высшего и Среднего Образования Республики Узбекистан, Ташкентский Государственный Экономический Университет

В учебнике впервые **феномен личности** выступает в качестве центральной фигуры для объяснения сути психических процессов, свойств и индивидуально-типологических особенностей, как объект и субъект социальных и межличностных отношений в системе «личность-общество». Все аспекты ее социального поведения рассматриваются в тесной связи с ее духовными и моральными ценностями, способностью к самостоятельному и креативному мышлению, как результат проявления адаптивных свойств. Впервые межличностные отношения и взаимовлияния рассмотрены в контексте таких сфер социализации как труд, профессиональный рост, семья, здоровье, конфликтная среда и др.

V.Karimova, O.Hayitov, F.Akramova, N.Lutfullaeva. PSYHOLOGY: TEXTBOOK. For the students of nonpsychological and nonpedagogical of higher schools // Under editions the professor V.Karimova. – Tashkent. T.: TSUE, 2007. – 435 p.

Title: The Ministry of higher and secondary special education Republic of Uzbekistan, Tashkent State University of Economy.

The phenomenon of personality is described as the central figure for explaining the essence of mental process, properties individual and typological peculiarities. It is as object and subject of social and personal relations in the system "Person Society". All aspects of its social behavior are considered in close connections with its spiritual and moral values, capability to the independent and creative way of thinking as the result of display of adaptive properties. For the first time personal relations and mutual influence are considered in the context such spheres as labor, professional growth, family, health, conflict environment and others.

TAQRIZCHILAR:

G'.Shoumarov – O'zDJTU rektori, psixologiya fanlari doktori, professor
N.Xo'jayev – TDIU professori, iqtisod fanlari doktori

MUNDARIJA

MUNDARIJA	3
KIRISH SO'ZI O'RNIDA	5
I qism PSIXOLOGIYA FAN SIFATIDA	7
I Bob Psixologiya fani predmeti	8
1.1. Yangi davr va psixologiya	9
1.2. Psixologiya fanining dolzarbligi	10
1.3. Psixologiya fanining predmeti	11
1.4. Psixologiyaning tarmoqlari	14
1.5. Psixologiya fanining metodlari	18
II Bob Psixologiya: fan tarixi, fanlararo aloqa, tadbqiqiy va amaliy sohalar	27
2.1. Psixologik bilimlarning paydo bo'lish davrlari (e.av. 4-5-asrlar va 16-17-asrdagi taraqqiyoti)	28
2.2. Psixologiyaning ilmiy fan sifatida shakllanishi(19-20-asrlar)	33
2.3. Psixologiyaning fanlar tizimida tutgan o'mi	37
2.4. Psixologiyaning tadbqiqiy va amaliy sohalar	41
2.5. Amaliy psixologiyaning asosiy yo'nalishlari	42
III Bob Psixikaning nerv-fiziologik asoslari	48
3.1. Nerv sistemasining tuzilishi	49
3.2. Markaziy nerv sistemi	50
3.3. Bosh miya va psixik funksiyalar	53
IV Bob Psixik jarayon: tasnif, xususiyat, qonuniyatlar	57
4.1. Bilish jarayonlari va professional faoliyat	58
4.2. Bilish jarayonlari va ularning qisqacha tasnifi	60
4.3. Idrok va idrok qilish qonunlari	62
4.4. Xotira va shaxs tajribasining boyligi	68
V Bob Shaxs – tafakkur va mustaqil fikrlashning subyektivi sifatida	77
5.1. Tushunish va tafakkur qilishning ijtimoiy mohiyati	78
5.2. Tafakkurning turlari	80
5.3. Tafakkur mahsullari va operatsiyalari	83
5.4. Mustaqil fikrlash – sog'lom ma'naviyat va tafakkurning alohida xossasi sifatida	85
5.5. Mustaqil fikrlash – ijtimoiy-psixologik hodisa	87
II qism SHAXS VA JAMIYAT	93
VI Bob Psixologiyada shaxs va jamiyat muammosi	94
6.1. Shaxs ijtimoiy ta'sirlar mahsuli sifatida	95
6.2. Shaxsdagi sog'lom e'tiqod va mafkuraviy tasavvurlarning shakllanishi	98
6.3. Shaxs ijtimoiylashuvining asosiy mezonlari	103
6.4. Ijtimoiylashuv jarayonida shaxs hayotiy yo'nalishining shakllanishi	106
VII Bob Shaxs faolligi va ijtimoiy xulqining motivatsiyasi	111
7.1. Shaxs va uning faolligi	112
7.2. Faoliyat turlari: jismoniy va aqliy harakatlar	113
7.3. Ijtimoiy xulq motivlari va shaxs motivatsiyasi	115
7.4. Motivlarning turlari	118
7.5. Motivlarning anglanganligi: ijtimoiy ustanovka va uni o'zgartirish muammosi	119
VIII Bob Shaxsning individual-tipologik xususiyatlari	125
8.1. Individual-tipologik xususiyatlar klassifikatsiyasi	126
8.2. Shaxs taraqqiyotini davrlarga bo'lish	128
8.3. Temperament va faoliyatning individual xususiyatlari	132
8.4. Xarakter va shaxs	134
III qism SHAXS: YOSH DAVRLAR VA AKMEOLOGIYA	140
IX Bob Shaxs taraqqiyotining yoshga bog'liq xususiyatlari	141

9.1.	Shaxs taraqqiyotidagi ijtimoiy va genotipik omillar	142
9.2.	Shaxs taraqqiyotini davrlarga bo'lish	143
9.3.	Bolalik – ilk yoshlik davri	145
9.4.	O'smirlilik va o'spirinlik davrlarida shaxs ijtimoiylashuvining o'ziga xos xususiyatlari	149
9.5.	Yetuklik davri psixologiyasi – Akmeologiya	156
IV qism	SHAXS VA IJTIMOYLASHUV	160
	X Bob Shaxs ijtimoiy-psixologik fenomen sifatida	161
10.1.	Uch savolga – turfa xil javob	162
10.2.	“Nega?”, “Nima uchun?” yoxud ijtimoiy xulqning motivlari	163
10.3.	Agressiya va egressiya: sabab va oqibat	164
	XI Bob Shaxs va uning shakllanishiga ta'sir ko'rsatuvchi ijtimoiy omillar	168
11.1.	Ijtimoiy representasiya	169
11.2.	Ta'sirga beriluvchanlik: konformizm – nonkonformizm	170
11.3.	Shaxs e'tiqodi va guruh	173
11.4.	Xulq normalari, ijtimoiy kutishlar va sanksiyalar	175
11.5.	Ijtimoiy ta'sirlarning shaxs tomonidan anglanilishi	176
11.6.	“Men” – obrazi va o'z-o'ziga baho	181
11.7.	Shaxs dunyoqarashi va e'tiqodini o'zgartiruvchi omillar	184
11.8.	Ijtimoiy-psixologik metodlar: kontent-analiz, anketa	188
	XII Bob Shaxs insoniy munosabatlar obyekt va subyekt sifatida	193
12.1.	Insoniy munosabatlar psixologiyasi	194
12.2.	Muloqot va unga o'rgatish muammolari	205
	XIII Bob Shaxs va guruh	210
13.1.	Shaxs uchun referent bo'lgan guruh	211
13.2.	Guruhlar o'lchami va ularning turlari tasnifi	214
13.3.	Guruh va shaxs: psixologik o'zaro moslik	221
	XIV Bob Shaxs gender tadqiqotlar obyekt...	226
14.1.	Ijtimoiy psixologiyada gender muammolari	227
14.2.	Rahbarlik va gender tafovut	230
14.3.	Liderlik va superliderlik	231
14.4.	Salomatlik – ijtimoiy-psixologik muammo sifatida	233
V qism	SHAXS VA SALOMATLIK	238
	XV Bob Salomatlik: psixologik yondoshuv va mezonlar	239
15.1.	Salomatlik psixologiyasi: fan hamda amaliyot sifatida	240
15.2.	Sog'lom bo'lishning psixologik asoslari	241
15.3.	Salomatlikni ta'minlovchi zarur biologik hamda psixologik bosqichlar	244
15.4.	Psixologik moslashuvchanlik va muvozanatni baholash mezonlari	247
15.5.	Ma'naviyatlilik psixologik salomatlikning mezoni sifatida	248
15.6.	Ortobiotika yoki ortobioz: fan va amaliyot talqini	253
15.7.	O'zni qadrlash va salomatlikni asrash mezonlari	255
15.8.	Salomatlik gigiyenasi va profilaktikasi	258
	XVI Bob Shaxs va konfliktlar	265
16.1.	Konfliktlarning turlari va sabablari	266
15.2.	Ijtimoiy-psixologik konfliktlar	268
16.3.	Pedagogik konflikt	270
16.4.	Shaxsning ichki (o'zi bilan o'zi) ruhiy konflikti	272
16.5.	Oiladagi konfliktlar	278
VI qism	SHAXS VA MEHNAT	282
	XVII Bob Mehnat faoliyati psixologiyasi	283
17.1.	Psixologiya va mehnat	284

17.2.	Mehnat faoliyatini o'rganish metodlari	287
17.3.	Mehnat faoliyatining klassifikatsiyasi	289
17.4.	Professional shaxsning shakllanishi	290
	GLOSSARIY	295
	BIBLIOGRAFIYA	302

KIRISH SO'ZI O'RNIDA

Shiddat bilan hayotimizga XXI asr kirib keldi. Uning global o'zgarishlar davri bo'lishiga hych kimda shubha qolmadi, desak bo'ladi. Chunki bu davrda eng avvalo inson ongi va ruhiyatida evrilishlar yuz bermoqda. Bu xolat Inson va uning ichki dunyosini, zamondoshlarning bir-birlari ongi va shuurida ro'y berayotgan o'zgarishlarga monand xatti-harakat qilishlari lozimligini talab qiladi. Davrimiz insonni mustaqil fikrli shaxs sifatida har bir soniyada o'ylashga, fikrlashga, mulohaza yuritib, o'zi uchun xulosalar chiqarishga majbur etmoqda. Ya'ni, bu cheksiz olamda biz o'zimizni o'zgalarsiz, o'z manfaatlarimizni o'zgalar manfaatisiz tasavvur qila olmaganimiz uchun ham psixologiyani bilishga majburbiz. Zero, mustaqil davlatimizning siyosati Inson manfaatini himoya qilish, uning uchun munosib turmush tarzini yaratish ekan, bu ishlarni amalga oshirish uchun bo'lg'usi mutaxassis, u pedagog-o'qituvchi bo'ladimi yoki quruvchi-muxandis yoki agronom bo'ladimi, shifokor bo'lib, el dardiga darmon bo'ladimi, ijtimoiy borliq qonuniyatlarini bilishi va undan maromida foydalib, turmush normalariga bo'ysunishi, jamiyatda o'zining munosib o'rnini egallab, fuqarolik burchini ado etishga tayyor bo'lishi darkor. Shu nuqtai nazardan olib qaralganda, talabalar xukmiga havola etilayotgan ushbu darslik jamiyatdagi Shaxs psixologiyasini o'rganish va uning tamoyillariga bo'ysunishni taqozo etadi.

Darslikning ahamiyati yana shundaki, u mustaqil yurtimiz fuqarolari psixologiyasida ro'y berayotgan o'zgarishlar, ularning hayotga, uning qadriyatlariga, kasb-kori, oilasi, o'z salomatligi va yaqinlariga bo'lgan munosabatlarida milliy mafkuramizning asosiy mazmun va mohiyatlari namoyon bo'layotganligi bilan uyg'un tarzda bayon etilganligidir. Zero, mustaqillik psixologiyasini ongi va shuurida aks ettirgan ham yurtlarimiz, birinchi navbatda, yosh avlod kundalik muomalasi va turmush tarzida o'sha millat va jamiyat taraqqiyotiga xizmat qiluvchi solih amallarga intilaveradi va sog'lom g'oyalarsiz yashay olmaydi. Bu haqda davlatimiz rahbarining fikrlari biz uchun o'g'itdir: "O'zining hayotini, oldiga qo'ygan maqsadlarini aniq tasavvur qila oladigan, o'z kelajagi haqida qayg'uradigan millat hych bir davrda milliy g'oya va milliy mafkurasiz yashamagan va yashay olmaydi".¹

Yuqorigilardan kelib chiqqan xolda biz jamiyatimiz hayotida ro'y berayotgan barcha o'zgarishlarning ijtimoiy psixologik mohiyatini bo'lg'usi mutaxassislar tomonidan o'zlashtirilishiga ko'mak beruvchi ilmiy manbalarning ahamiyatini yana bir marotaba ta'kidlashni istardik. Zero, mamlakatimizda o'zining sifat bosqichi doirasida muvaffaqiyatli amalga oshirilayotgan Kadrlar tayyorlashning Milliy dasturi barcha ishlarimizning amaldagi g'oyaviy yo'nalishini belgilaydi va yurtboshimiz Islom Karimov ta'kidlaganlaridek, "yoshlarimizning imon-e'tiqodini mustahkamlash, irodasini baquvvat qilish, ularni o'z mustaqil fikriga ega bo'lgan barkamol insonlar etib tarbiyalash"² ishining samaradorligiga ulush bo'lib qo'shiladi.

Darslik O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim Vazirligining tavsiyasiga ko'ra yozilgan bo'lib, oliy o'quv yurtlarining "Pedagogika" va "Psixologiya" yo'nalishlariga ixtisoslashmagan mutaxassisliklari bo'yicha tahsil olayotgan talabalar uchun mo'ljallangandir. Unda O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni g'oyalaridan kelib chiqqan

¹Karimov I.A. Jamiyatimiz mafkurasini xalqni-xalq, millatni-millat qilishga xizmat etsin. T.7. – T.: O'zbekiston, 1998. – B. 89.

²Karimov I.A. Milliy istiqloq mafkurasini – xalq e'tiqodi va buyuk kelajakka ishonchdir. – T.: O'zbekiston, 2000. – B. 11.

xolda har tomonlama mukammal, malakali mutaxassislar tayyorlash vazifasi ko'zda tutilgan. Kitobda ilk marotaba **Shaxs fenomeni** psixologiya fani qamrab olgan asosiy maummolar va mavzularning markaziy figurasi sifatida e'tirof etilgan va uning ishlab chiqarish hamda xalq ho'jaligining turli sohalarida samarali faoliyat yuritishi uchun o'z "Men"i va o'zgalar bilan o'rnatadigan murakkab munosabatlari, ushbu tizimda namoyon bo'ladigan psixik jarayonlar, xolatlar va individual tipologik xususiyatlar bayon etilgan.

Shaxs taraqqiyoti va kamoli uchun muhim bo'lgan omil va jihatlari, jumladan, undagi fikrlash jarayonlari, insondagi fikrning mustaqilligi, salomatligi, tashqi ijtimoiy muhitga kirishib ketishi, moslashishi, mehnat faoliyati, professional yuksalishiga turtki bo'luvchi muhim omillar, ya'ni, ma'naviyati, mafkurasi, oilasi va oilaviy munosabatlari, turli ijtimoiy guruhlardagi maqomi, shaxslararo munosabatlar va nizolar kabi qator masalalar yoritilgan.

Darslikning tuzilishi, mavzularning bayon etilishida tanlangan stilistik uslub, mutloq yangidan kiritilgan mavzular uning talabalar tomonidan maqbul tarzda idrok etilishiga imkon beradi. Mualliflar guruhi kitobxonlar, talaba va magistrilar, professor-o'qituvchilar tomonidan bildiriladigan har qanday fikr va mulohazalarni qabul qiladi va keyingi nashrlarda albatta, ularni inobtaga oladi.

Professor V.M. Karimova

I qism

Psixologiya fan sifatida

I Bob

PSIXOLOGIYA FANI PREDMETI

Bobning qisqacha mazmuni

Yangi davr va psixologiya. Psixologiya sohasida XX asrda erishilgan yutuqlar. Fanda yuzaga kelgan yangi yo'nalishlar va yangicha yondoshuvlar. Sinergetik yondoshuv. Akmeologik yondoshuv.

Psixologiya fanining dolzarbligi. Globalizasiya sharoitida psixologiya o'rganadigan muammolarning dolzarbligi. Insonni o'rganishning ahamiyati.

Psixologiya fanining predmeti. Psixologiya fanining predmeti va uning fanda asoslanishi. Psixikaning zamonaviy va klassik ta'riflari. Psixik jarayonlarning namoyon bo'lish shakllari va ular o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik.

Psixologiyaning tarmoqlari. Psixologiyaning boshqa fanlar bilan aloqasi. AQSH va RFdagi mavjud ba'zi psixologik tarmoqlar klassifikatsiyasi. Bizning sharoitimizda rivoj topayotgan va amaliy tus kasb etayotgan psixologiya tarmoqlarining qisqacha tavsiflari.

Psixologiya fanining metodlari. Psixologiya fanining asosiy metodlari. Kuzatish metodi va uning qisqacha tasnifi. So'rov metodi va uning klassifikatsiyasi. Psixologik testlar va ularning turlari. Psixologik eksperiment va uni tashkil etish. Modellashtirishlarning psixologiyalashtirilishi.

1.1. Yangi davr va psixologiya

Psixologiya sohasida mukammal darsliklar yozila boshlagan davrga sal kam 160 yil bo'ldi. Shu davr ichida juda ko'plab ilmiy tadqiqot natijalarini o'z ichiga olgan monografiyalar, darsliklar, qo'llanmalar yozildi. Lekin, bu bilan fan o'zining jamiyat oldidagi vazifalarini to'laqonli bajara oldi, degan xulosa chiqarib bo'lmadi. Sababi, psixologiya sohasida faoliyat ko'rsatgan barcha olimlar ko'proq diqqatlarini mavhum shaxs va individual psixologiyaga qaratdilar. Vaholanki, inson, uning barkamolligi, jamiyat taraqqiyotiga bevosita ta'siri masalasi o'tib borayotgan asrimizning oxiriga kelib, o'ta dolzarb va muhim muammolar qatoridan joy oldi.

XX asrda erishilgan yutuqlaridan eng muhimi shu bo'ldiki, inson o'z aqli-idroki, tafakkuri va ijodiy salohiyati bilan murakkab texnika, elektronika va boshqa shunga o'xshash global texnologiyalarni kashf etdi. Lekin shu bilan birga ana shunday murakkab texnologiyalarni yaratgan inson va uning hayoti bilan bog'liq muammolar kamaymadi. Vaqti kelganda, shunday faktga to'g'ri kelamizki, murakkab elektron texnikani yaratgan o'ta aqli inson o'zi va o'z atrofidagilarning ruhiy kechinmalarini to'g'ri baholay olmasligi sababli, o'zini nochor va kuchsiz sezishi mumkinligini hayot isbotladi.

XXI asr bo'sag'asida juda ko'plab davlatlarda bo'lgani kabi dunyo xaritasida munosib o'rin olgan mustaqil O'zbekistonda ham barcha sohalarda tub islohotlar boshlandi. Bu islohotlarning barchasi **inson omilini** har qachongidan ham yuqori saviyaga ko'tarib, uning kuchi, idroki, salohiyati, ruhiy hamda ma'naviy barkamolligini bevosita taraqqiyot, rivojlanish va sivilizasiya bilan uzviy bog'ladi. Bundan inson va uning mukammalligi, o'z ustida ishlashi, o'z mukammalligi xususida qayg'urishi muammosi har qachongidan ham dolzarb masalaga aylandi. Fanda yangi yo'nalishlar, yangicha yondoshuvlar paydo bo'ldi. Masalan, **sinergetik** yondoshuv barcha fanlarda bo'lgani kabi psixologiya, uning tarmoqlari hamda u bilan turdosh bo'lgan fanlar misolida yaqqol namoyon bo'la boshladi. Eslatib o'tamiz, "**sinergetlar**" so'zi grekcha "**synergetes** – xodimlar, sheriklar" so'zlaridan olingan bo'lib, **sinergiya** – **synergia** hamkorlikdagi, hamjihatlikdagi harakat ma'nosini anglatadi. Ya'ni, inson va uning psixologiyasini o'rganish va unga ta'sir ko'rsatishda gumanitar fanlarning hamkorlikdagi rivojlanishi yoki boshqacha qilib aytganda, ushbu fanlar maqsadlarining mushtarak uyg'unlashuvi shaxs iqtidori va qobiliyatlarini rivojlantirishning ishonchli vositasi sifatida qaraladi.

Bundan tashqari, yangi davr fanlarini rivojlantirishga **akmeologik** yondoshuv ham mavjudki, unga ko'ra, har bir fanning inson uchun ahamiyati va o'rni o'sha fanlarning shaxs kamolotiga qo'shajak hissaning salmog'ini belgilash va baholashni taqozo etadi. (**Akmeologiya** grekcha "**akme** – cho'qqi, yuqori pog'ona, gurkiratuvchi kuch" ma'nolarini bildiradi va uning predmeti deganda insonning o'z-o'zini rivojlantirish va o'zligini anglashini yuqori darajalariga yetishga o'rgatuvchi fanlar majmui tushuniladi).

Inson psixologiyasini bilish, o'z taraqqiyotini va iqtidorini tashkil etishni bilish, har qanday yosh davrda ham optimal ravishda ishga yaroqlilikni, turli o'zgarishlarga psixologik jihatdan tayyorlikni ta'minlash, yangicha fikrlash va tafakkur qilish, ro'y berayotgan jarayonlarni obyektiv va to'g'ri idrok qilish qobiliyatini rivojlantirish muammosini ilgari surdi.

Shunday qilib, yangi davr har bir insondan o'z ichki imkoniyatlarini adekvat bilish, shu bilimlar zahirasi bilan yaqinlari va hamkasblari psixik dunyosini bilishni talab qilmoqda. Buyuk Suqrot o'z davrida "*O'z-o'zingni bil!*" degan shiorni o'rta tashlagan edi. Yangi davr bu bilimlar yoniga "*O'z yoningdagilarni va ularning qilayotgan ishlarini ham bil!*", degan shiorni har

qachongidan ham dolzarb qilib qo'ydi. Ayni shu muammoni yechishda hozirgi zamon psixologiya ilmi va amaliyotining roli benihoya kattadir.

An'anaga aylanib qolgan hodisalardan biri shuki, psixologiya va u o'rganadigan hodisalarni faqatgina ushbu fan bilan bevosita shug'ullanadigan kimsalar o'rganib kelishgan, zero, psixologik hodisalar bilan har qanday inson ham tanish bo'lishi va u inson hayotining asosini tashkil etishi kerak. Yangi davr va uning o'zgarishlarga boy hayoti endi har bir kishining psixik hodisalar qonuniyatlarini bilish va shunga mos tarzda oqilona va omilkorona ish yuritish zaruratini talab qilmoqda.

1.2. Psixologiya fanining dolzarbligi

Jahon hamjamiyatining mustaqil O'zbekistonni tan olishi, davlatimizning keng tashqi siyosiy va tashqi iqtisodiy faoliyati o'zbek xalqining ma'naviy qadriyatlari va imkoniyatlari tiklanishiga, o'zini boshqa xalqlar oilasidagi to'la huquqli millat sifatida anglab yetishiga keng imkon yaratdi. Tobora kengayib borayotgan xalqaro aloqalar jahon madaniyatini yanada chuqurroq bilish, umuminsoniy qadriyatlardan bahramand bo'lish uchun qulay zamin yaratmoqdaki, bu o'z navbatida o'zbek xalqining turli faoliyat sohalaridagi iste'dodi rivojlanishiga, uning tadbirkorlik va kirishimlilik, bir necha chet tillarni va kompyuter texnologiyalarini tez o'rganib olish kabi iqtidorini ro'yobga chiqishiga, xorijiy mamlakatlarga borish, ular bilan aloqalar o'rnatish, dunyo standartlari bo'yicha oliy o'quv yurtlarida tahsil olish imkonini berdi. Ana shunday keng ko'lamli aloqalarga qaramay, xalqimizda, ayniqsa, yoshlarda milliy qadriyatlarga hurmat, vatanparavarlik, saxovat an'analari yanada rivojlanib, iqtidorlari yuksaklarga ko'tarilmoqda. Bu insonga munosabatni, uni tarbiyalash ishining dolzarbligini yanada yaqqolroq tasavvur qilishga olib keldi.

Globalizasiya sharoitida psixologiya o'rganadigan muammolarning dolzarbligi, avvalo, har bir shaxsning murakkab insoniy munosabatlar, axborot kommunikasiyalari sharoitida yashayotganligi, inson xulqini boshqarish ayrim mamlakatlar uchun ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotning yetakchi omili sifatida e'tirof etilishi bilan izohlanadi. O'z vaqtida Hindistonning taniqli siyosiy arbobi *Maxatma Gandi* shunday yozgan ekan: *"Men uyimning darvoza va eshiklarini mahkam berkitib o'tira olmayman. Chunki unga toza havo kirib turishi kerak. Va shu barobarida eshik va derazalarimdan kirayotgan havo dovul bo'lib, xonadonimni ag'dar-to'ntar qilib, o'zimni yiqitib tashlashini ham xohlamayman"*. Bu so'zlarni bugungi globalizasiya sharoitida insonning jamiyatda tutgan o'rni va zarur maqomni egallashiga, informasion xurujlar va turli xil ma'lumotlarning turli yo'llar bilan mamlakatimizga, umuman, boshqa mamlakatlarga ham kirib kelib, u yoki bu mintaqada asrlar mobaynida shakllangan qadriyatlar, urf-odatlar, e'tiqod shakllariga va tarbiya uslublariga salbiy yoki ijobiy ta'siri jarayonlari ma'nosida qo'llash shaxs ruhiyatiga aloqador siru-sinoatlarni bilishni, shaxsga o'z-o'zini himoya hilish, o'z ustida ishlash imkoniyatlarini bilishni dolzarb qilib qo'yadi. Zero, dunyoga yuz ochgan, yoshlari dunyo tillarini bemalol egallab, **"internetomaniya"** kasaliga chalinish arafasida turgan O'zbekistonga ham yaxshi, ham yomon ta'sirlar, xurujlar mavjudligi sharoitida shaxsning o'zini-o'zi psixologik jihatdan salbiy ta'sirotlardan himoya qila olish imkoniyatlarini kengaytirish eng dolzarb muammolardan biridir. Ya'ni, siyosat sohasimi, iqtisodiyotmi, mafkura yoki ma'naviyatmi, tarbiya yoki huquq masalalarimi, barchasida inson omili va uning manfaati talab va ehtiyojlarini o'rganish, undagi hayot jabhalariga ko'nikish va teran fikrlash qobiliyatlarini o'stirish fan oldida turgan eng muhim vazifadir. Yoshlarni milliy g'oya ruhida tarbiyalash inson aqli va shuuri uchun

kurashning eng samarali usullaridan biridir. Zero, davlatimiz rahbari Islom Karimov ta'kidlaganlaridek, "Milliy g'oya va istiqloq mafkurasi haqida gap borar ekan, biz nihoyatda keng qamrovli, murakkab, ser-qirra, insoniyat tarixida aniq va mukammal ifodasi, tugal namunasi hali-hanuz yaratilmagan tushunchalarni o'zimizga tasavvur qilishimiz kerak, deb o'ylayman. Bu tushunchalar Vatan ravnaqi, yurt tinchligi, xalq farovonligi kabi yuksak g'oyalarning ma'no-mazmunini teran anglab yetishga xizmat qiladi. Bu mafkura xalqni xalq, millatni millat etadigan, uning sha'nu sharafi, or-nomusi, ishonch-e'tiqodini ifodalaydigan, jamiyatimizning o'ziga xos taraqqiyot yo'li, turmush tarzi, tub manfaatlariga tayangan holda muttasil rivojlanib, takomillashib boradigan g'oyalar tizimidir"³.

Shaxs ongi va xulqiga tajovuzlarning ortib borayotganligi, xulqni boshqarish barcha sohalarda ustivor bo'lgan bir sharoitda insonning ruhiyatini, unda sodir bo'ladigan murakkab jarayonlarni, xolatlarni o'rganishning, yoshlarda mafkuraviy immunitetning shakllanishining ahamiyati ham oshib boraveradi. Shu nuqtai nazardan olib qaralganda, odamni o'rganish qanchalik qadimiy va an'anaviy vazifa bo'lishidan qat'iy nazar, bugungi globalizasiya va bozor munosabatlariga o'tish davrida psixologiya fani uchun dolzarb bo'lmagan mavzu yoki jarayonning o'zi yo'qdir.

1.3. Psixologiya fanining predmeti

"Psixologiya" so'zi ikkita grek so'zlaridan – "*psyche*" – *jon, ruh* va "*logos*" – *ta'limot, ilm* so'zlaridan iborat bo'lib, an'anaviy ma'noda inson ruhiy dunyosiga aloqador barcha hodisalar va jarayonlar uning predmetini tashkil etadi. Boshqacha qilib aytganda, **psixologiyani predmetini har birimizning tashqi olamni va o'z-o'zimizni bilishimizning asosida yotgan jarayonlar, hodisalar, holatlar va shakllangan xislatlar** tashkil etadi. Psixologiya bo'yicha adabiyotlarda uning predmetini qisqacha qilib, **psixikadir**, deb ta'rif berishadi. Psixika – bu inson ruhiyatining shunday holatiki, u tashqi olamni (ichki ruhiy olamni ham) ongli (ba'zan ongsiz ham) tarzda aks ettirishimizni, ya'ni bilishimiz, his qilishimiz, tasavvur qilib, anglashimizni ta'minlaydi. An'anaviy ta'riflarda psixologiya fan sifatida ana shu "psixikaning faktlarini, qonuniyatlarini va mexanizmlarini o'rganadi", – deb ham bayon etilgan. Lekin bu qisqa ta'riflardan psixikaga aloqador jarayonlar ongning aks ettirish shakllari ekan, degan yuzaki xulosaga kelish noto'g'ri bo'ladi. Chunki inson psixikasi va uning ruhiy olamiga aloqador hodisalar va jarayonlar shu qadar murakkab va xilma-xilki, biz ba'zan o'z-o'zimizni ham tushunmay qolamiz. Shuning uchun ham odamlarning bilimdonligi nafaqat tashqi olamda ro'y berayotgan obyektiv hodisalar mohiyatiga aloqador bilimlar majmuiga ega bo'lish bilan, balki hayotda munosib o'rin egallash, o'z ichki imkoniyatlari va salohiyatidan samarali foydalangan holda faoliyatini oqilona tashkil etishning barcha sirlaridan boxabar bo'lish, o'ziga va o'zgalarga ta'sir ko'rsatishning usullarini bilish va ulardan o'z o'rnida unumli foydalanishni nazarda tutadi. Psixologik bilimdonlikning murakkabligi aynan shundaki, atrofimizdagi narsalar va hodisalarning mohiyatini bevosita his qilib bilishimiz mumkin, lekin psixik hayotga aloqador bo'lgan jarayonlarni, o'zimizda, miyamiz, ongimizda ro'y berayotgan narsalarning mohiyatini bilvosita bilamiz. Masalan, o'rtoqlarimizdan biri bizga yoqadi, doimo bizda yaxshi, ijobiy taassurot qoldira oladi, lekin uning u yoki bu xatti-harakatlarini bevosita ko'rib, baholab, tahlil

³Karimov I.A. Jamiyatimiz mafkurasi xalqni-xalq, millatni-millat qilishga xizmat etsin. – T.: O'zbekiston, 1998. – B. 15.

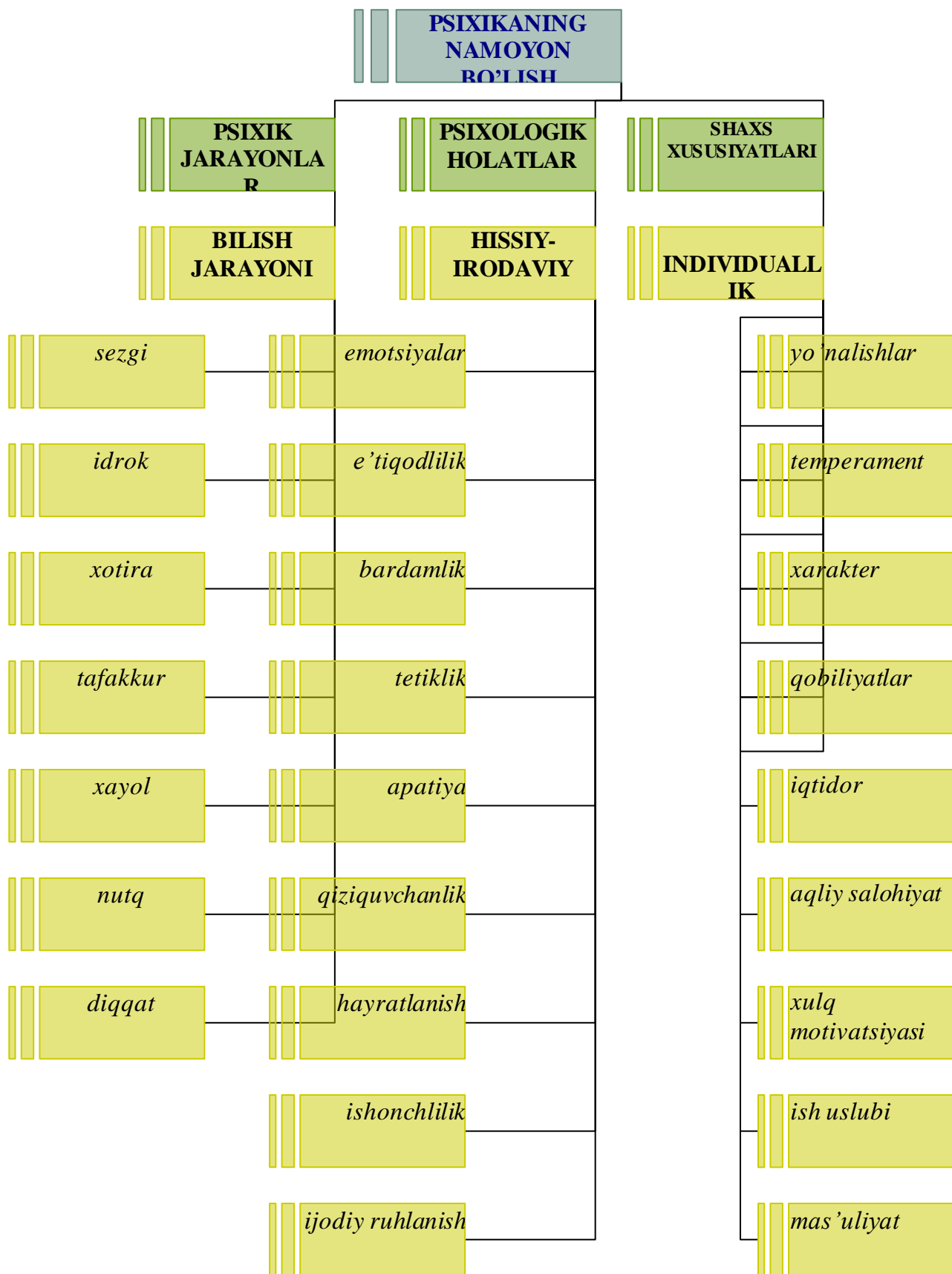
qilolsak-da, unga nisbatan his qilayotgan mehrimizni, uzoq ko'rishmay qolganimizda uni sog'inayotganligimiz bilan bog'liq hisni bevosita ko'rib, idrok qilish imkoniyatiga ega emasmiz. Aynan shunga o'xshash holatlar psixologiya o'rganadigan hodisalar va holatlarning o'ziga xos tabiati va murakkabligidan darak beradi va ularni boshqa turli hodisalardan farq qiladi.

Shunday qilib, psixologiya fani o'rganadigan jarayonlar va hodisalar murakkab va xilma-xil. Ularni o'rganishning ikki jihati bor: bir tomondan, ularni o'rganish qiyin, ikkinchi tomondan oson ham. Oxirgi jihati xususida shuni aytish mumkinki, bu hodisalar bevosita bizning o'zimizda berilgan, ularni uzoqdan qidirish, mavhum analogiyalar qilish shart emas, boshqa tomondan, ular o'zaro bir-birlari bilan bog'liq va umumiy qonuniyatlar va prinsiplarga bo'ysunadi. 1-rasmda psixik jarayonlarning namoyon bo'lish shakllari, ular o'rtasidagi o'zaro bog'liqliklar aks ettirilgan.

Demak, qisqa qilib, *psixologiyaning predmeti konkret shaxs, uning jamiyatdagi xulq-atvori va turli ichki kechinmalari, amallari va faoliyatlarining o'ziga xos tarzda ongi tomonidan aks ettirilishidir*, deb ta'riflash mumkin.

Psixologiya fanining bugungi kundagi vazifalari, tabiiy, uning predmetiga biroz o'zgarishlar kiritadi. Zero, inson ongi va qalbi uchun kurash muammosi butun dunyo miqyosida dolzarb turgan masala sifatida qaralishini inobatga olsak, jamiyatimizning har bir a'zosi, mustaqil yurt fuqarolari ongining milliy-madaniy muhit ta'sirida, milliy hamda umuminsoniy qadriyatlar asosida shakllanishi, ular qalbida sof imon va sog'lom dunyoqarashlar, mustaqil fikrlashning shakllanishi mexanizmlarini o'rganish ham fanning muhim predmeti hisoblanadi. Ayniqsa, buguni yoshlarda aniq maqsad va maslakning bo'lishi, milliy iftixor va g'urur tuyg'ularining to'g'ri tarbiyalanganligi yaxlit xalq va millat manfaatlari bilan uyg'undir. Psixologiya fan sifatida aynan har bir shaxsda o'ziga, yurtdoshlariga, turli faoliyat turlari hamda dunyoga nisbatan to'g'ri munosabatlarni shakllanishi yo'llarini ham o'rganishi kerak.

Aks holda yoshlar ongidagi o'zgarishlarni aniq bashorat qilolmaslik, ularni to'g'ri tarbiyalash vositalarini tanlashda xatoliklarni keltirib chiqaradi. Yurtboshimiz I. Karimovning bu boradagi fikrlari juda o'rinli: "Men ko'hna bir haqiqatni yana eslatmoqchiman: tabiatda bo'shliq bo'lmaganidek, insonning ongu tafakkurida ham bo'shliq vujudga kelishiga aslo yo'l qo'yib bo'lmaydi.



1-rasm. Psixik jarayonlarning namoyon bo'lish shakllari va ular o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik

Har bir ongli odamning voqeyelikka o'z munosabati, maqsad va intilishlari bo'lishi tabiiy".⁴

Demak, bugungi psixologiya fani va uning tarmoqlarining predmetini belgilashda yoshlar ongida to'g'ri dunyoqarashni milliy istiqlol g'oyalari va uning asosiy tushunchalari va tamoyillari asosida shakllantirish masalalari nuqtai nazaridan yondashish katta amaliy ahamiyat kasb etadi.

1.4. Psixologiyaning tarmoqlari

Psixologiyaning alohida **tarmoqlarini** differensiasiya qilish eng avvalo ishlab chiqarishdagi inson faoliyati kechadigan sohalar va ularning vazifalaridan kelib chiqadi. Hozirgi davrga kelib psixologiyani inson shaxsi haqidagi eng muhim fanlardan biri sifatidagi ahamiyatini hamma tan olmoqda. Inson shaxsining esa bevosita kirib bormagan sohasini topish qiyin.

Psixologiya iqtisodiyot, ta'lim-tarbiya, sanoat ishlab chiqarishi, qishloq ho'jaligi, kibernetika, axborotlar texnologiyalari kabi qator xalq xo'jaligi sohalari bilan aloqador fan tarmog'i hisoblanadi. Chunki hamma sohada inson shaxsi faoliyat ko'rsatar ekan, har bir sohada ishni samarali tashkil etish, inson xulq-atvorini turli vaziyatlarda boshqarish uchun inson psixologiyasini, shaxslararo munosabatlar psixologiyasini, odamlarning turli vaziyatlardagi xulq-atvor normalarini bilish, texnikaning inson qobiliyatlariga mos tarzda yaratish va ikkinchi tomondan, tafakkur va harakatlarni texnologik normalarga ko'ra tarbiyalash va moslashtirish muhimdir. Shuning uchun hozirgi davr mutaxassislari psixologik bilimlardan boxabar bo'lishlari lozimdir.

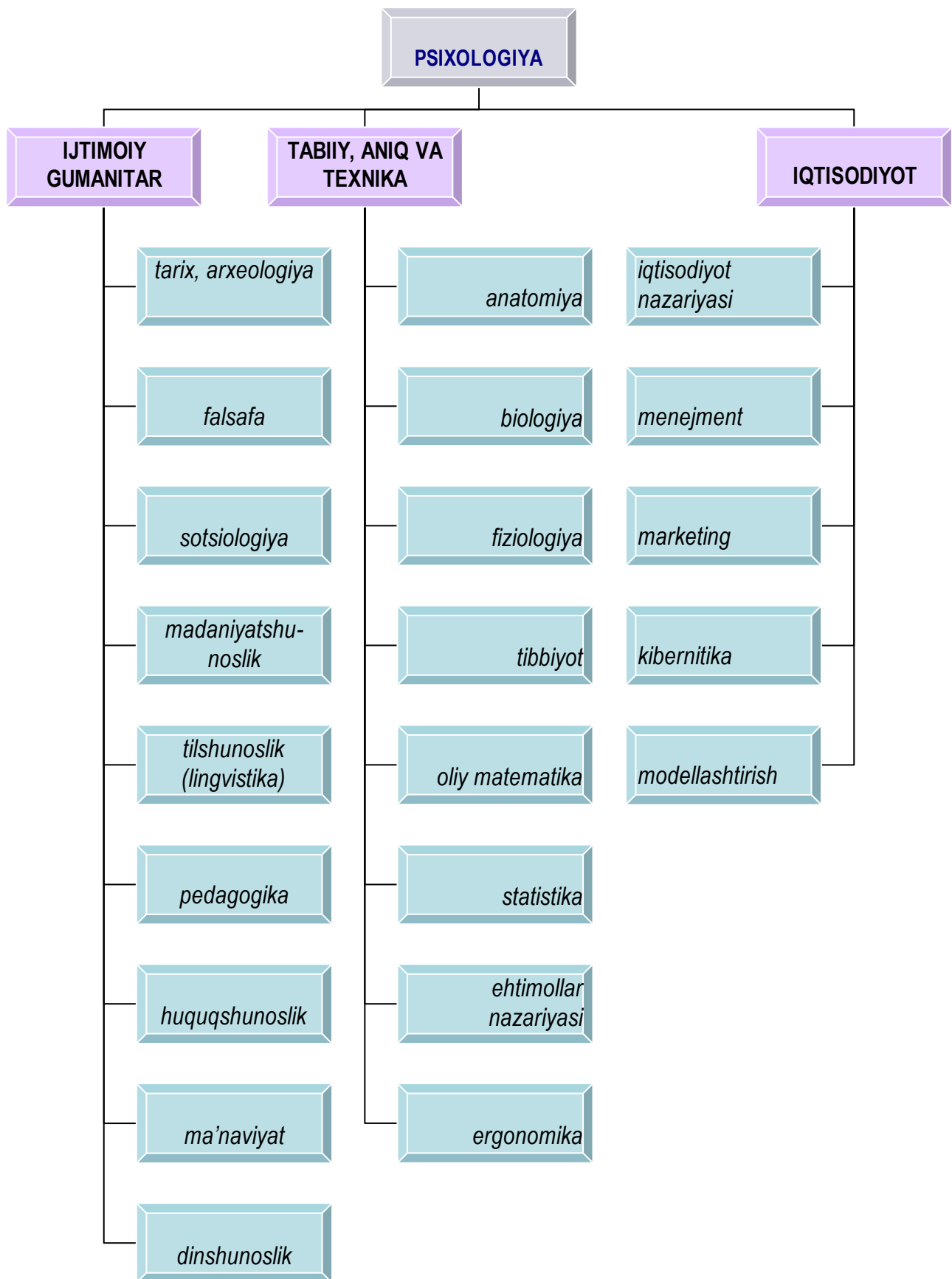
Quyida, ya'ni 2-rasmda psixologiyaning boshqa fanlar bilan o'zaro aloqasi zamonaviy ketma-ketligi tartib bilan yoritilgan. Fan sifatida psixologiya avvalo, "ijtimoiy gumanitar", so'ngra "tabiiy, aniq va texnika" va eng oxirida "iqtisodiyot" blokidan o'rin olgan bir qator fanlar bilan uzviy bog'liq bo'lib, bu tom ma'noda uning jamiyatda amaliy ahamiyati ortib borayotganligidan darak beradi.

Psixologiyaning 300dan ortiq tarmoqlari fan sifatida rivojlanayotganligi hozirgi kunda uning fanlar tizimida yanada mustahkamlanayotganligidan dalolat beradi.

Demak, psixolog diplomiga ega bo'lgan mutaxassis o'z iqtidori va qiziqishlari, oliy maktabda olgan ta'limiga ko'ra u yoki bu turdagi psixolog ixtisosini egallashi mumkin. Quyida Amerika Qo'shma Shtatlari (AQSH) va Rossiya Federasiyasi (RF)da tayyorlanadigan ixtisosliklar ro'yxatini keltiramiz, vaholangki, ular xalq ho'jaligining turli tarmoqlarida mehnat qilishlari va o'z bilimlarini joriy etishlari mumkin.

1-jadvaldan ko'rinib turibdiki, Amerikada ham, Rossiyada ham deyarli bir xil psixologiyaning tarmoqlari mavjud va ular o'sha jamiyatning muammolaridagi umumiylikdan kelib chiqadi.

⁴Karimov I.A. Milliy istiqlol mafkurasi – xalq e'tiqodi va buyuk kelajakka ishonchdir / "Fidokor" gazetasi, 2000 yil, 8 iyun



2-rasm. Psixologiyaning boshqa fanlar bilan aloqasi



1-jadval. AQSH va RFdagi mavjud ba'zi psixologik tarmoqlar klassifikatsiyasi

AQSH	RF
<p>Muhandis-psixolog <i>Odam-texnika tizimidagi o'zaro munosabatlar xususida bilimlarga ega bo'lib, texnik moslamalarni ishlab chiqishda ishtirok etadi</i></p>	<p>Muhandis-psixolog <i>Odam va texnika o'zaro munosabatlariga oid psixologik muammolar bilan shug'ullanadi</i></p>
<p>Maslahatchi-psixolog <i>Shaxsiy muammolarni hal qilish yuzasidan tavsiyalar berib, testlar o'tkazadi</i></p>	<p>Siyosiy-psixolog <i>Siyosiy tuzilmalar a'zolariga psixologik maslahatlar berish, siyosiy dasturlarni ishlab chiqishda ishtirok etadi</i></p>
<p>Madaniyat masalalari bo'yicha psixolog <i>Turli madaniy muhit sharoitidagi odamlar ijtimoiy xulqini solishtirma tahlili bilan shug'ullanadi</i></p>	<p>Tibbiyotchi psixolog <i>Tibbiy maskanlarda psixologik profilak-tika va psixogigiyena masalalari bilan shug'ullanib, bemorlarning psixologik xususiyatlarini o'rganadi</i></p>
<p>Klinik psixolog <i>Terapiya va bemorlarning hissiy emosi-onal kechinmalari masalalarini o'rga-nadi</i></p>	<p>Psixologiya o'qituvchisi <i>Psixologiyaning turli aspektlariga oid ma'ruzalar o'qiydi</i></p>
<p>Ishlab chiqarish va sanoat psixologi <i>Ishlab chiqarish sharoitlarini ta-komillashtirish hamda xodimlarni tanlash masalalarini o'rganadi</i></p>	<p>Trener-psixolog <i>Muloqot malakalari oshirish, shaxsning o'z imkoniyatlarini takomillashtirish bo'yicha treninglar o'tkazadi</i></p>
<p>Salomatlik psixologiyasi bo'yicha mutaxassis <i>Odamlarni sog'lom turmush tarziga o'rgatish va turli kasalliklarni oldini olishga o'rgatadi</i></p>	<p>Maktab psixologi <i>Maktabdagi o'quv jarayoniga oid muammolar bilan shug'ullanib, o'quv-chilar, ota-onalar va o'qituvchilarga psixologi maslahatlar beradi</i></p>
<p>Iste'molchilar psixologiyasi bo'yicha mutaxassis <i>Tovarlarning emosional jihatdan iste'molbopligini baholaydi, marketing, reklama va mollarning tovar qiyofasiga oid muammolarni o'rganadi</i></p>	<p>Menejment sohasidagi psixolog <i>Maxsus maslahatlar, menejerlarni o'qitish va tayyorlash bo'yicha trening-seminarlar tashkil etish, tashkilotlarda axborotlar almashinuvining psixologik tomonlarini o'rganadi</i></p>
<p>Taraqqiyot psixologiya bo'yicha mutaxassis <i>Inson tug'ilishidan to qarigunicha bo'lgan taraqqiyot davrining psixologiyasini o'rganadi</i></p>	<p>Reklama sohasidagi psixolog <i>Reklama mahsulotlari tayyorlovchilarga maslahatlar beradi</i></p>
<p>1-jadvalning davomi</p>	

<p>Psixometriya bo'yicha mutaxassis <i>Testlar, so'rovnomalar va boshqa psixologik tekshiruv vositalarini standartlashtirish, ishlab chiqish, ma'lumotlarni statistik tahlil qilish hamda test natijalarini qayta ishlash bilan shug'ullanadi</i></p>	<p>Bolalar psixologi <i>Bola taraqqiyoti masalalari bilan shug'ullanib, ota-onalarga maslahatlar beradi va bolalarni maktabga tayyorlaydi</i></p>
<p>Ijtimoiy psixolog <i>Shaxsning ustanovkalari, dunyoqarashi va biddiyatlarini, ijtimoiy guruhlararo munosabatlarni, liderlik masalalarini o'rganadi</i></p>	<p>Huquqshunos psixolog <i>Sud-psixologik ekspertizalar jarayonida qatnashadi, huquqshunoslikka oid jarayonlarning psixologik ta'minoti bilan shug'ullanadi</i></p>
<p>Qiyosiy psixologiya <i>Turli toifadagi hayvonlar xulqini qiyosiy tarzda laboratoriya sharoitida o'rganadi, odam va hayvon xulqiga oid umumiyliklarni asoslaydi</i></p>	<p>Psixofiziolog <i>Insondagi psixologik va fiziologik jarayonlarning xususiyatlarini o'rganadi</i></p>
<p>Psixofiziolog <i>Inson xulqining biologik asoslarini o'rganadi</i></p>	<p>Ijtimoiy psixolog <i>Kichik guruhlar va jamoalar rivojlanishi va psixologiyasini o'rganadi</i></p>
<p>Maktab psixologi <i>Muvaffiqiyatli o'qishga xalaqit beruvchi omillarni diagnostika qiladi</i></p>	<p>Zoopsixolog <i>Oliy toifali hayvonlar xulq-atvorini o'rganadi</i></p>
<p>Eko-psixolog <i>Inson ehtiyojlariga mos tarzda turar-joylar va binolarni loyihalashtirishga yordam beradi</i></p>	<p>Salomatlik psixologiyasi bo'yicha mutaxassis <i>Psixogigiyena va psixoprofilaktika, turmush darajasining infratuzilmasini oshirish masalalari bilan shug'ullanadi</i></p>

Biroq ayrim tarmoqlardagi psixolog mutaxassisning bajaradigan ishlari va mavqeida tafovutlar va farqlar mavjud. O'zbekistonda ham mustaqillik yillarida inson omiliga berilayotgan e'tibor tufayli psixologiya fani o'z yutuqlarini xalq ho'jaligining deyarli barcha tarmoqlariga joriy etish imkoniyati tug'ildi. Shu bois ham bugungi kunda maktab psixologi, salomatlik psixologi tayyorlash, reklama va marketing sohasi, boshqaruv va ishlab chiqarishni tashkil etish borasida fanning amaliyotga aralashuvi jarayoni tezlashdi. Oliy o'kuv yurtlarida tayyorlanayotgan psixolog kadrlarning asosiy sifat belgisi ham ularning amaliyotda o'z bilimlarini tadbiiq eta olish malakasi bilan aniqlanmoqda. Demak, XXI asr psixologiyasi o'zining tadbiiqiy xarakteri bilan ajralib turadi va uning tarmoqlari rivoji va samaradorligi ilmiy va nazariy bilimlarning nechog'li xalq ho'jaligining turli tarmoqlariga joriy etilishi bilan izohlanadi.

Quyida bizning sharoitimizda rivoj topayotgan va amaliy tus kasb etayotgan psixologiya tarmoqlarining qisqacha tavsiflarini keltirdik:

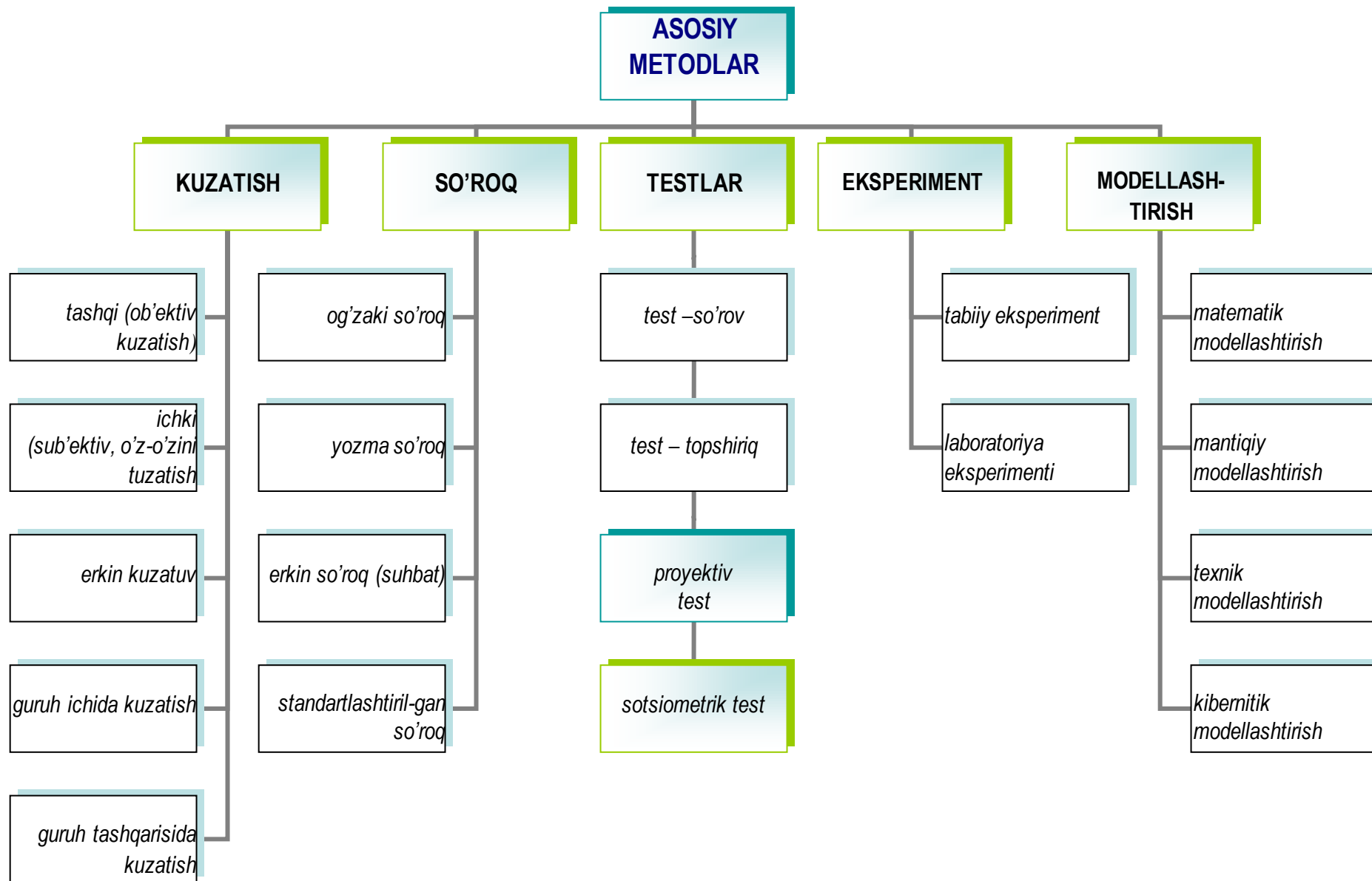
-  *umumiy psixologiya* – psixologiyaning barcha masalalarining o'ziga xos jihatlarni o'rganadigan maxsus sohasi;
-  *pedagogik psixologiya* – kishiga ta'lim va tarbiya berishni psixologik qonuniyatlarini

- o'rganishni o'z predmeti deb biladi;
- + *yosh davrlari psixologiyasi* – turli yoshdagi odamlarning tug'ilgandan to umrining oxirigacha psixik rivojlanish jarayonini, shaxsning shakllanishi va o'zaro munosabatlari qonuniyatlarini o'rganadi;
 - + *ijtimoiy psixologiya* – odamlarning jamiyatdagi birgalikdagi ish faoliyatlari natijasida ularda hosil bo'ladigan tasavvurlar, fikrlar, e'tiqodlar, hissiy kechinmalar va xulq-atvorlarini o'rganadi;
 - + *mehnat psixologiyasi* – kishi mehnat faoliyati psixologik xususiyatlarini, mehnatni ilmiy asosda tashkil etishning psixologik jihatlari o'rganadi;
 - + *injenerlik psixologiyasi* – avtomatlashtirilgan boshqaruv sistemalari operatorning faoliyatini, odam-texnika o'rtasida funksiyalarni taqsimlash va muvofiqlashtirishning xususiyatlarini o'rganadi;
 - + *yuridik psixologiya* – huquq sistemasining amal qilishi bilan bog'liq masalalarning psixologik asoslarini o'rganadi;
 - + *harbiy psixologiya* – kishining harbiy harakatlar sharoitida namoyon bo'ladigan xulq-atvorini, boshliqlar bilan ijro etuvchilar o'rtasidagi munosabatlarning psixologik jihatlari o'rganadi;
 - + *savdo psixologiyasi* – jamiyatda tijoratning psixologik sharoitlari, ehtiyojning individual, yoshga oid, jinsga oid xususiyatlarini, xaridorga xizmat ko'rsatishning psixologik omillarini aniqlaydi, modalar psixologiyasi kabi masalalarini ko'radi;
 - + *tibbiyot psixologiyasi* – shifokor faoliyati psixologiyasini, bemor xulq-atvorining psixologik jihatlari o'rganadi;
 - + *iqtisodiy psixologiya* – turli vaziyatlarda ishlab chiqarish munosabatlariga kirishish orqali xo'jalik yuritishni maqsad qilgan shaxslar, yaxlit guruh, jamoalarning iqtisodiy tafakkuri hamda iqtisodiy xulq-atvoriga aloqador umumiy qonuniyatlar va xatti-harakat mexanizmlarini, ishlab chiqarish munosabatlarining har bir xo'jalik subyekti ongida aks etishini o'rganadi.

Shuningdek psixologiyada etnopsixologiya, oilaviy hayot psixologiyasi, boshqaruv psixologiyasi, shaxs psixologiyasi, rahbar psixologiyasi, psixodiagnostika va boshqa ko'plab sohalari mavjud bo'lib, ular bevosita ishlab chiqarishdan tushayotgan talab va taklifga mos tarzda rivojlanmoqda.

1.5. Psixologiya fanining metodlari

Aniq izlanish predmetiga ega bo'lgan har qanday fan o'sha predmetning mohiyatini yoritish va materiallar to'plash uchun maxsus usullar va vositalardan foydalanadi va ular fanning **metodlari** deb yuritiladi. Fanning salohiyati va obro'si ham birinchi navbatda o'sha metodlar yordamida to'plangan ma'lumotlarning *ishonchliligi* va *validliligiga* bog'liq bo'ladi. Bu fikrlar bevosita psixologiyaga ham aloqador bo'lib, metodlar masalasi bu fanda juda katta ahamiyatga molik masala sifatida qaraladi. Chunki yuqorida ta'kidlaganimizdek, psixik hodisalarni bevosita qo'l bilan ushlab, ko'z bilan ilg'ab, quloq bilan sezish qiyin. Lekin juda ko'plab fanlar bilan faol hamkorlik shunga olib kelganki, psixologiyaning har bir



3-rasm. Psixologiya fanining asosiy metodlari

tarmog'i o'z vazifalarini yechish va ma'lumotlarga ega bo'lish uchun ko'plab metodlarni sinovlardan o'tkazib, eng ishonchli va mukammallarini saqlab qolgan.

Matematik statistika va ehtimollar nazariyasining psixologiya sohasida qo'llanilishi va unda erishilgan muvaffaqiyatlar avvalo har bir metodning ishonchlilik darajasini aniqlash, qolaversa, to'plangan ma'lumotlarning qay darajada asosli va valid ekanligini isbotlashga yordam beradi.

3-rasmda⁵ asosiy psixologik metodlar va ularni qo'llash shakllari keltirilgan. Ushbu metodlar yordamida tadqiqotchi yoki qiziqqan shaxs u yoki bu psixik jarayon, xolat yoki shaxs xususiyatlari to'g'risida birlamchi ma'lumotlar to'playdi, to'plangan ma'lumot yana tahlil qilinadi va maxsus tarzda ishlatilishi mumkin.

Kuzatish metodi

Bu usul eng tabiiy va hayotiy metodlar jumlasiga kiradi. Chunki biz hayotda o'rgangan ko'p odatlarimiz, harakatlarimizning asosida o'zining bilim-bilmay kuzatgan, xotiramizda shu tarzda olib qolgan ma'lumotlarimiz yotadi. Ilmiy nuqtai nazardan esa kuzatuvning turlari va bosqichlari farqlanadi.

Tashqi kuzatuv mohiyatan kuzatiluvchi xulq-atvorini bevosita tashqaridan turib, kuzatish orqali ma'lumotlar to'plash usulidir. Usulning o'ziga xosligi shundaki, tadqiqotchi kuzatiluvchining faoliyatiga aralashmagan va unga xalaqit bermagan tarzda, uning tashqi xulq-atvori, nutqi, o'zgalarga munosabatini "zimdan kuzatib", qayd qilib boradi. Kuzatishning ikki asosiy turi bo'lib, tashqi-obyektiv kuzatish va ichki – o'z-o'zini kuzatish farqlanadi. *O'z-o'zini kuzatish* birovlarini tashqaridan kuzatishdan farqli, odamning o'zida kechayotgan biror o'zgarish yoki hodisani shaxsan 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 qilinsa, oldindan maxsus reja yoki dastur bo'lmaydi, kuzatuv obyekt ham qat'iy bo'lishi shart emas. Yoki dars jarayonida bolalarning u yoki bu mavzu yuzasidan umumiy munosabatlarini bilish uchun ham ba'zan erkin kuzatish tashkil etilishi mumkin. *Standartlashtirilgan kuzatuv* esa, buning aksi bo'lib, nimani, qachon, kim va kimni kuzatish qat'iy belgilab olinadi va maxsus dastur doirasidan chiqmasdan, kuzatuv olib boriladi.

Ijtimoiy hamda pedagogik psixologiyada guruhij jarayonlarning shaxs xulq-atvoriga ta'sirini o'rganish maqsadida bevosita *ichkaridan kuzatuv* tashkil qilinadi, bunda kuzatuvchi shaxs o'sha guruh yoki oila hayotiga tabiiy ravishda qo'shiladi va zimdan kuzatish ishlarini olib boradi. Bu bir qarashda kontrazvedkachilarning faoliyatini ham eslatadi. Shu yo'l bilan olingan ma'lumotlar bir tomondan tabiiyligi va mufassalligi bilan qimmatli bo'lsa, ikkinchi tomondan, agar kuzatuvchida konformizm xislati kuchli bo'lsa, o'zi ham guruh hayotiga juda kirishib ketib, undagi ayrim hodisalarni subyektiv ravishda qayd etadigan bo'lib qolishi ham mumkin. Guruhij fenomenlarni tashqaridan kuzatish buning aksi – ya'ni kuzatuvchi guruhga yoki kuzatilyotgan jarayonga nisbatan chetda bo'ladi va faqat bevosita ko'zi bilan ko'rgan va eshitganlari asosida xulosalar chiqaradi.

Umuman, kuzatish metodining ijtimoiy hayot, professional ko'rsatgichlarni qayd qilishda

⁵Izoh: Havola etilayotgan metodlar turkumi R.S. Nemovning "Psixologiya" (2005 y.) darsligidan olingan va ular amaliyotda ishlatilayotgan eng asosiy metodlar hisoblanadi

so'zsiz afzalliklari bor, lekin shu bilan birga kuzatuvchining professional mahorati, kuzatuvchanligi, sabr-qanoatiga bog'liq bo'lgan jihatlari, yana to'plangan ma'lumotlarni subyektiv ravishda tahlil qilish xavfi bo'lgani uchun ham biroz noqulayliklari ham bor, shuning uchun ham u boshqa metodlar bilan birgalikda ishlatiladi. Umuman kuzatish vositasida ma'lumotlar to'plashga qaror qilgan kimsa har doim ham aniq kuzatuv obyektini ajratib olishi, undan nimalarni kutayotganligini tasavvur qilishi, kuzatuv daftarini tutib, kuzatilayotgan odam yoki guruhning faoliyatini ma'lum muddat davomida bosqichma-bosqich izchil tarzda qayd qilib borishi, izlanishlari nihoyasida esa barcha tuplangan ma'lumotlarni psixologik jihatdan tahlil qila olishi kerak.

So'rov metodi

Odamlarni so'roq qilish, u yoki bu bilmagan yoki qiziqtirgan narsalarni so'rab o'rganish insonga xos xislat. Ko'cha-kuyda ketayotganimizda ham vaqtni yoki ko'chalar nomini so'rovchilar bo'ladi. Katta tadbirlar arafasida, mustaqillik, "Navro'z" bayramlari arafasida odamlar kayfiyatlarini bilish uchun ham oddiy odatiy so'roqlar o'tkazilishi rasm bo'lgan. Lekin bu hayotiy usul psixologiyada ham fikr-o'ylarni o'rganish orqali qimmatli ilmiy ma'lumotlar to'plash vositasi sifatida qadrlanadi. Shuning uchun so'roq metodlari psixologiyaning barcha tarmoqlarida birlamchi ma'lumotlar to'plashning an'anaviy usullaridan hisoblanadi. Unda tekshiriluvchi tekshiruvchi tomonidan qo'yilgan qator savollarga muxtasar javob qaytarishi kerak bo'ladi.

Og'zaki so'roqni yoki ba'zan uni oddiygina qilib, suhbat metodi deb ataladi, o'tkazadigan shaxs unga ma'lum darajada tayyorgarlik ko'rgach so'roq o'tkazadi. Agar mabodo uning professional mahorati yoki tajribasi bunga yetarli bo'lmasa, so'rov o'z natijalarini bermasligi mumkin. Lekin mahoratli so'rovchi ushbu metod yordamida inson ruhiy kechinmalariga aloqador bo'lgan noyob ma'lumotlarni to'plash imkoniga ega bo'ladi.

Yozma so'roq yoki anketaning afzalligi shundaki, uning yordamida bir vaqtning o'zida ko'pgina odamlar fikrini o'rganish mumkin bo'ladi. Unga kiritilgan savollar, ulardan kutiladigan javoblar (yopiq anketa), yoki erkin o'z fikrini bayon etish imkoniyatini beruvchi (ochiq anketa) so'rovnomalar aniq va ravon tilda javob beruvchilar tushunish darajasiga monand tuzilgan bo'lsa, shubxasiz, qimmatli birlamchi materiallar to'planadi.

So'roqning ham *erkin va standartlashtirilgan* shakllari mavjud bo'lib, birinchisida oldindan nimalar so'ralishi qat'iy belgilab olinmaydi, ikkinchi shaklida esa, xattoki, komp'yuterda dasturi ishlab chiqilib, minglab odamlarda bir xil talablar doirasida so'roq o'tkazilishi nazarda tutiladi. So'rovlar o'tkazilishida hal qilinishi lozim bo'lgan eng muhim masalalardan biri so'raluvchilarni tanlashdir. Chunki agar saylovoldi kompaniyalarida yoki talaba-yoshlarning o'z ijtimoiy harakatini tuzish borasidagi fikrlari o'rganilganda, tabiiy bir muammo paydo bo'ladi: necha kishini va qayerlardan so'rash lozim, degan. Tanlov obyektini tanlashda uning tarkibiga kiruvchilarning u yoki bu ijtimoiy qatlamga mansubligi muhim rol o'ynaydi. Masalan, talaba-yoshlarning fikrini o'rganish uchun barcha talabalar fikrini mutloq o'rganish shart emas. Tanlov agar 10% deb belgilansa, O'zbekiston oliy o'quv yurtlarida tahsil olayotgan barcha talabalar sonidan kelib chiqib, o'shaning 10 foizi o'rtasida, bir necha oliygohlarda so'roq o'tkazilishi kifoya qiladi. Barcha nafaqahorlarning ijtimoiy himoya borasidagi fikrlarini o'rganish kerak bo'lganda ham shu tamoyil nazarda tutiladi. Demak, tarkiban monand guruhlar ajratib olingach, tadqiqotchi o'sha guruhning tushunish darajasi va ehtiyojlaridan kelib chiqib, so'roq o'tkazadi

yoki intervyular uyushtiriladi.

Savolnomalarda savol berish tartibi va mazmuni ham katta ahamiyatga ega. Yoshlarga “Siz vatanparvarmiz?” yoki jamoatchilikka “Siz tinchlik tarafdorimizsiz?” kabi savollar oldindan javobi aniq bo'lgani uchun ham odatda respondentlarga havola etilmaydi. Psixologik nuqtai nazardan o'sha vatanparvarlik belgilarining namoyon bo'lishini savollarda mujassam etish yoki dunyoda tinchlik bo'lishi uchun har bir insondan nimalar talab qilinishini o'rganish birinchidan, turli xil fikrlarni to'plashga yordam beradi, ikkinchidan, ijtimoiy xulqning turli qirralarini aniqlashga imkon beradi. Yanada sodda qilib aytilsa, odamga “Siz aqllimisiz?” degan savolni intellektual darajani aniqlashga imkon beruvchi savollar, topshiriqlar yoki testlar bilan almashtirishni nazarda tutadi.

Ko'pincha psixologik so'rovlarda odam o'z fikrini ochiq va erkin bayon etishi uchun ismi-sharifini aytmashligi tavsiya etiladi, bu anonim so'rov deyiladi. Ba'zi bir so'rovnomalarda esa “Ismingiz” deyish o'rniga “O'zingiz o'ylab topgan ism-sharifingiz?” deb ham qator ajratiladi. Bu ham anonim so'rov o'tkazish usuli sifatida oxirgi yillarda qo'llanib kelinmoqda. Xulosa qilinadigan bo'lsa, shuni aytish kerakki, so'rov metodlari inson psixologiyasini o'rganish, uning dunyoqarashi, saviyasini aniqlashning qimmatli usulidir. Lekin uni professional tarzda to'g'ri ishlatish va natijalarni to'g'ri tahlil qilish juda katta amaliy ahamiyatga egadir.

Psixologik testlar

Hozir butun dunyoda “test” so'zi jamiyatda va kishilar orasida keng qo'llaniladigan so'zlardan bo'lib qoldi. Chunki biror kasb-hunar o'rtirish uchun ham odam test sinovidan o'tadi, ya'ni testning “sinov uslubi” ekanligi ko'pchilikka ayon bo'lib qoldi. Psixologik testlarning har qanday boshqa testlardan farqi shundaki, ular yordamida shaxs va jamiyatga aloqador bo'lgan o'rganilayotgan hodisa xususida ham sifat, ham miqdor xarakteristikalarini olish, ularni ko'pchilikda qayta-qayta sinash va ma'lumotlarni korrelyasion analiz orqali ishonchlilikka tekshirish mumkin bo'ladi. Ayni testga qo'yilgan talab hech qachon o'zgarmaydi, xattoki, shunday testlar borki, ular turli millat va elat vakillarida, turli davrlarda ham o'zgarmagan holda ishlatilaveradi. Masalan, Ravenning aqliy intellektni o'lchash, Kettelning va Ayzenkning shaxs testlari shular jumlasidandir. Ularning ham turlari mavjud.

Test – so'rov oldindan qat'iy tarzda qabul qilingan savollarga beriladigan javoblarni taqozo etadi. Masalan, Ayzenkning 57 ta savoldan iborat testi shaxsdagi introversiya-ekstroversiyani o'lchaydi, savollarga “ha” yoki “yo'q” tarzida javob berish so'raladi.

Test – topshiriq odam xulqi va xolatini amalga oshirgan ishlari asosida baholashni nazarda tutadi. Masalan, shaxs tafakkuridagi kreativlikni aniqlash uchun ko'pincha bir qarashda oddiygina topshiriq beriladi: berilgan 20 ta doira shaklidagi shakllardan o'zi xohlaganicha rasmlar chizish imkoniyati beriladi. Ma'lum vaqt va tezlikda bajarilish sur'ati, rasmlarning o'ziga xos va betakrorligiga qarab shaxs fikrlashi jarayonining naqadar nostandart, ijodiy va kreativligiga baho berilib, miqdoriy ko'rsatgich aniqlanadi.

Bu kabi metodlarning umumiy afzalligi ularni turli yosh, jins va kasb egalariga nisbatan qo'llashning qulayligi, bir guruhda natija bermasa, boshqa guruhda yana qayta tekshiruv o'tkazish imkoniyatining borligi bo'lsa, kamchiligi – ba'zan tekshiriluvchi agar testning mohiyatini yoki kalitini bilib qolsa, sun'iy tarzda uning kechishiga ta'sir ko'rsatishi, faktlarni falsifikatsiya qilishi mumkinligidir.

Testlar ichida **proyektiv testlar** deb nomlanuvchi testlar ham borki, testning asl maqsadi

tekshiriluvchiga sir bo'ladi. Ya'ni, tekshiriluvchiga shunday topshiriq beriladiki, u topshiriqni bajarayotib, nimani aniqlashayotganligini, natijasi qanday bo'lishini oldindan bilmaydi. Masalan, mashhur Rorshaxning "Siyoh dog'lari" testi, yoki TAT (tematik appersepshion test), tugallanmagan hikoyalar kabi testlarda bir narsaning proyeksiyasidan go'yoki ikkinchi bir narsaning mohiyati aniqlanadi. 1921 yilda kashf etilgan "Siyoh dog'lari" va ularga qarab tekshiriluvchining nimalarni eslayotganligi, dog'lar nimalarga o'xshayotganligiga qarab, uning shaxs sifatidagi yo'nalishlari, hayotiy tamoyillari, qadriyatlariga munosabati, ishni bajarish paytidagi emosional holatlari aniqlanadi. Bu testlar juda noyob, qimmatli, lekin uni faqat professional psixologgina qo'llashi va natijalarni mohirona tahlil qilishi talab qilinadi.

Psixologik eksperiment

Eksperimentning mohiyati shundaki, aynan shu yo'l bilan bir omilning ta'siri ikkinchi bir omil ta'sirini ta'minlashi yoki hodisaning ro'y berishiga olib kelganligi isbotlanadi. Ya'ni, eksperiment psixik hodisalarning sabablarini aniqlash va ilmiy farazlarni isbot qilishga yordam beradi. Masalan, o'quvchilarning o'zlashtirish darajalari qanday omillarga bog'liq, degan savol paydo bo'lsa va bunday olmillardan biri o'quv jarayonida tarqatma materiallardan keng foydalanish lozimligi fikri taxmin qilinsa, o'sha eksperiment sinfida tarqatma materaillar ishlatiladi, ikkinchi sinov sinfida esa eskicha o'qitilaveradi. Natija ma'lum muddatdan keyin bolalarning o'zlashtirish darajasi, darsga munosabatlari, xotiralari kuchi orqali tahlil qilinadi. Mana shunga o'xshash jarayonlar va sinovlar eksperiment deyiladi va hayotda va psixologik amaliyotda ko'plab murakkab eksperimentlar aniq dasturlar asosida o'tkaziladi, yangiliklar ochiladi.

Har qanday eksperiment uchun odatda ataylab shunday sun'iy bir vaziyat shakllantiriladiki, aynan shu vaziyatda tadqiqotchini qiziqtirayotgan psixik jarayon yoki hodisa ajratiladi, o'rganiladi, ta'sir ko'rsatiladi va baholanadi. Agar *tabiiy eksperiment* o'sha qiziqtirayotgan fenomen tekshiriluvchi uchun tabiiy hisoblangan sharoitlarda (masalan, mehnat jarayonida, kanikulda yozgi lagerda, lisey auditoriyasida va shunga o'xshash) maqsadli tashkil etilib, o'rganilsa, *laboratoriya eksperimenti* maxsus joylarda, maxsus asbob-uskunalar vositasida ataylab o'rganiladi. Masalan, diqqatingizning xususiyatlarini bilish kerak bo'lsa, psixologiya laboratoriyasida maxsus taxistoskop deb atalgan moslama yordamida yoki "Landolt xalqachalari" deb nomlangan jadvallar yordamida o'rganish mumkin bo'ladi. Hattoki, ijtimoiy munosabatlar borasida ham o'zaro hamjihatlik, liderlik va konformlilik hodisalarni tekshirish uchun *gruppaviy integratorlar* va *gomeostat* deb nomlanuvchi moslamalar yaratilgan va ular yordamida guruhdagi turli xil hodisalar o'lchangan.

Eksperiment o'tkazishning asosiy shartlaridan biri tekshirilayotgan obyektida eksperiment hamda nazorat guruhlarining bo'lishidir. Tadqiqotchining taxmini asosida birinchi guruhda u yoki bu o'lchovlar, tekshirishlar, shart-sharoitlar kiritilsa, nazorat guruhi o'sha yangiliklar va sun'iy kiritilgan omillar ta'siridan xoli qilinadi. Eksperiment so'ngida natijalar ikkala guruh misolida taqqoslanib, kerakli xulosalar chiqariladi. Oddiy qilib aytilsa, agar maosh mehnat motivasiyalaridan biri deb, uning ta'sirini o'rganish kerak bo'lsa, eksperimental guruh a'zolariga maoshlar ko'paytirib beriladi, nazorat guruhi esa eski maoshda qoldiriladi. Ikkala guruh a'zolarining esa kundalik ish samaralari, ishga munosabati, ishlab chiqarishdagi mahsuldorlik maxsus mezonlar asosida taqqoslab chiqiladi. Demak, eksperiment uchun maxsus sharoitlar va natijalarni to'g'ri tahlil qilish uchun professional psixologlar kerak.

Modellashtirish

Kuzatish, so'roq, eksperiment yoki boshqa usullar yordamida o'rganilayotgan hodisaning tub mohiyati ochilmagan sharoitlarda **modellashtirish** usuli qo'llaniladi. Bunda o'sha hodisaning umumiy xossasi yoki asosiy parametrlari modellashtirilib, o'sha model asosida tadqiqotchini qiziqtirgan jihat o'rganiladi va xulosalar chiqariladi.

Modellar texnik, mantiqiy, matematik yoki kibernetik bo'lishi mumkin. Matematik model asosida o'rganilgan hodisaga mashhur tadqiqotchilar Veber-Fexnerlarning sezgirlikning quyi va yuqori chegarasini aniqlashga qaratilgan matematik formulasi hamda shu asosda to'plangan ma'lumotlar tahlilini misol qilish mumkin. Mantiqiy modellar yordamida ko'pincha inson aqli va tafakkuri jarayonlari va qonunlarini hisoblash mashinalari ish prinsiplari bilan qiyoslash orqali tuzilgan g'oyalar va simvollar ishlatiladi. Kibernetik modellashtirishda esa g'oyalar psixologiyasini EHM dagi matematik programmalashtirish tamoyillariga moslashtirish nazarda tutiladi. Hozir ko'pgina murakkab shaxs xususiyatlari ham programmalashtirilgan bo'lib, ular algoritmlar asosda qisqa fursatda ko'pgina sifatlarni ko'plab parametrlar nuqtai nazaridan hisoblab, natijalarni umumlashtirishga imkon bermoqda. Ko'pincha matematik o'yinlar g'oyasi odamlar o'rtasidagi o'zaro munosabatlar sohasini o'rganishda ham qo'llanilmoqda. Ma'lum bo'lishicha, odamning fikrlash operatsiyalari bilan EHM larning ishlash prinsiplari o'rtasida ma'lum uyg'unlik bor ekan, bu esa murakkab psixik jarayonlarni modellashtirish orqali inson aqlu-zakovati chegarasini yanada kengaytirish istiqbolini beradi.

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

1.6. Asosiy tushuncha va atamalar

Yangi davr va psixologiya, sinergetik yondoshuv, akmeologik yondoshuv, psixologiya fanining dolzarbligi, psixikaning zamonaviy va klassik ta'riflari, psixik jarayonlar, psixologiyaning tarmoqlari, psixologik tarmoqlar klassifikatsiyasi, psixologiya fanining metodlari, kuzatish metodi, so'rov metodi, psixologik testlar, psixologik eksperiment, modellashtirish.

1.7. Rezyume

Yangi davr har bir insondan psixologik bilimlarni egallashni talab etadi. Buning uchun shaxs psixikasining namoyon bo'lish shakllari: psixik jarayonlar, psixologik holatlar, shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini bilish zarur bo'ladi. Hozirgi kunda bu psixologiya fanining 300 dan ortiq sohasi alohida ravishda shakllangan. Fan sifatida psixologiya avvalo, "ijtimoiy gumanitar", so'ngra "tabiiy, aniq va texnika" va eng oxirida "iqtisodiyot" blokidan o'rin olgan bir qator fanlar bilan uzviy bog'liq bo'lib, bu tom ma'noda uning jamiyatda amaliy ahamiyati ortib borayotganligidan darak beradi.

1.8. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Yangi davr psixologiyasi nima? Sinergetik va akmeologik yondoshuvlarning asosiy mohiyati nimadan iborat?
2. Psixologiya fanining dolzarbligi nima bilan izohlanadi?
3. Psixologiya fanining predmeti nima va uni qisqacha tushuntirib bering?
4. Psixologiya so'zi qaysi tildan kelib chiqqan va u nimani anglatadi?
5. Psixikaning namoyon bo'lish shakllari qanday ko'rinish kasb etgan va ularni qisqacha izohlang?
6. Psixologiyaning tarmoqlari va ularni boshqa fanlar bilan o'zaro bog'liqligini nima bilan tushuntirish mumkin?
7. AQSH va RFdagi mavjud psixologik tarmoqlar klassifikatsiyasi haqida nimalarni bilasiz?
8. Mamlakatimizda rivoj topayotgan va amaliy xarakter kasb etayotgan qanday psixologiya tarmoqlaridan xabardorsiz?
9. Psixologiya fanining qanday asoslari metodlari mavjud va ular qanday tasniflangan?
10. Kuzatish, so'roq hamda psixologik testlar deganda nimalarni tushunasiz?

1.9. Bibliografiya

- Karimov I.A.* Jamiyatimiz mafkurasi xalqni-xalq, millatni-millat qilishga xizmat etsin. – T.: O'zbekiston, 1998. – B. 15.
- Karimov I.A.* Milliy istiqloq mafkurasi – xalq e'tiqodi va buyuk kelajakka ishonchdir // "Fidokor" gazetasi, 2000 yil, 8 iyun.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* Psixologiya. Ma'ruzalar matni. 1-qism. – T.: TDIU, 2005. – 208 b.
- Klimov Ye.A.* Vvedeniye v psixologiya truda: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Kultura i sport YuNITI, 1998. – 343 s.
- Lipatov S.A.* Metodi sosialno-psixologicheskoy diagnostiki organizatsiix // Vvedeniye v prakticheskuyu sosialnuyu psixologiyu / Pod obsh. red. Yu.M. Jukova, L.A. Petrovskiy, O.V.Slovyevoy. – M: Nauka, 1993. – 456 s.
- Mayers D.* Sosialnaya psixologiya / Perv.s angl. – SPb.: Piter, 1999. – 688 s.
- Nemov R.S.* Psixologiya. Uchebnik dlya studentov vissh. ped. uceb. zavedeniy: V 3-x t – M.: Gumanit. izd. sentr VLADOS, 2003. – 576 [640; 608] s.
- Prikladnaya sosialnaya psixologiya / Pod red. A.N.Suxova i A.A.Derkacha.* – M.: Izd-vo "Institut prakticheskoy psixologii"; Voronej: Izd-vo NPO "MODEK", 1998. – 688 s.
- Psixologiya. Uchebnik / Otv. red. prof. A.A.Krilov.* – 2-ye izd., pererab. i dop. – M.: Izd-vo: PROSPEKT (TK Velbi). 2004. – S. 37-52.
- Psixologiya. Uchebnik dlya ekonomicheskix vuzov / Pod obsh. red. V.N.Drujinina.* – SPb.: Piter, 2002. – 672 s.

II Bob

PSIXOLOGIYA: FAN TARIXI, FANLARARO ALOQA, TADBIIQIY VA AMALIY SOHALAR

Bobning qisqacha mazmuni

Psixologik bilimlarning paydo bo'lish davrlari (e.av. 4-5-asrlar va 16-17-asrdagi taraqqiyoti). Suqrot (Sokrat), Platon, Arastu (Arestotel)larning falsafiy qarashlari. Psixologiya tarixidan. Antik dunyoda psixologiyaning paydo bulishi va dastlabki taraqqiyoti. XVI-XVII asrlar: empirik psixologiyani paydo bo'lishi va uning dastlabki taraqqiyoti.

Psixologiyaning ilmiy fan sifatida shakllanishi(19-20-asrlar). Vilgelm Vundt va uning Leybnis universitetidagi birinchi ekperimental psixologik laboratoriyasi. Strukturalizm. Funktsionalizm. E.Titchener va V.Jeymslarning tadqiqotlari. Bixeviorizm. E.Tomdayk va D.Uotsonlar asos solgan yo'nalish. Psixoanaliz. Zigmund Freydning psixologiya fani rivojlanishida tutgan o'ri. "Id (U) – Ego (Men) – Superego (Mendan oliy)" tushunchalari. "Libido" hamda "agressiv" energiyalar. K.Yung hamda individual psixologiyani targ'ib etgan A.Adlerning ilmiy tadqiqotlari mohiyati.

Psixologiyaning fanlar tizimida tutgan o'ri. Psixologiya va falsafa. Psixologiya va tarix. Psixologiya va sosiologiya. Psixologiya va pedagogika. Psixologiya va tabiiy fanlar. Psixologiya va kibernetika. Psixologiya va texnika fanlari. Psixologiya va iqtisodiyot.

Psixologiyaning tadbiiqiy va amaliy sohalari. "Tashxis markazlari" hamda "Ta'lim-tarbiya jarayonini sosiologik, psixologik va pedagogik qo'llab-quvvatlash xizmat"larida faoliyati mazmuni.

Amaliy psixologiyaning asosiy yo'nalishlari. Sanoat va ishlab chiqarish sohasi. Siyosat sohasidagi psixologiya. Oila va nikoh borasidagi tadbiiqiy ishlar. Maorif sohasidagi amaliy ishlar. Huquqbuzarlikning oldini olish.

2.1. Psixologik bilimlarning paydo bo'lish davrlari (e.av. 4-5-asrlar va 16-17-asrdagi taraqqiyoti)

Agar psixologik fikr tarixiga nazar tashlaydigan bo'lsak, uning qadim o'tmishlarga borib taqalashini e'tirof etish mumkin. Chunki odamzot o'zini o'zgalardan, atrof-muhitdan ayri anglay boshlagan davrdan boshlab, unda o'ziga xos ruhiy holatlar va jarayondar to'g'risida tasavvurlar shakllana boshlagan. Lekin ana shu tasavvurlar va tushunchalarni yaxlit tizimga solib, uning qonuniyatlari to'g'risidagi dastlabki urinishlar uning fan sifatida shakllanishining ibtidosiga to'g'ri keladi.

Umuman ruh haqidagi g'oyalar qadimdayoq Suqrot (Sokrat), Platon, Arastu (Arestotel)larning falsafiy qarashlarida shakllangan. Demak, birlamchi psixologik qarashlar falsafa negizida paydo bo'lgan edi. Buyuk allomalar asarlarida jon va ruh haqidagi qarashlardan ta'sirlangan boshqa olimlar, birinchi navbatda, faylasuf olimlar tabiat, jamiyat va inson tafakkuri xususida asarlar yaratganda, inson ruhiyatiga ham e'tibor qaratishni o'zlariga odat qilib oldilar. Shu bois ham psixologiyani haqli ravishda falsafa negizida shakllangan fan deyish mumkin.

Psixologiya tarixidan

Psixologiya tarixi – bu avvalo insoniyat tomonidan hayvonlarga va insonga xos bo'lgan psixik hayot hodisalari haqidagi bilimlarning asta-sekin to'planib borish tarixidir. Psixologiya tarixi bilan tanishar ekanmiz, inson va hayvonlarning psixik hayotini o'rganishga bo'lgan intilish kishilar hayotining har xil tarixiy bosqichlarida ularning qanday nazariy va amaliy ehtiyojlari bilan taqozo qilganligini, psixik hodisalar qay tarzda kashf qilingan, qaror topgan va aniqlanganligini, ular qanday tushuntirilganligini, ularning ba'zi qonuniyatlari qanday ochilganligini bilib olamiz. Bundan tashqari, psixologiya tarixi tarixiy hayotning har xil bosqichlarida, fan va madaniyatning umumiy taraqqiyoti munosabati bilan psixologik bilimlar sohasi qanday kengayib borganligi hamda dastlab yakkayu-yagona bo'lgan psixologiya qay tarzda taraqqiy etib, butun bir psixologiya fanlari sistemasi darajasiga ko'tarilganligi haqida ham ma'lumot beradi.

Psixologiya tarixida psixikani yanada chuqur va aniq bilish imkoniyatini beradigan, psixologiya fani taraqqiyotiga ko'maklashadigan foydali ilmiy-tekshirish metodlarining izlanishi va yaratilishi katta o'rin tutadi.

Psixologiya hanch qachon ajralgan fan bo'lmagan: u hamisha boshqa bilim sohalari bilan bog'liq holda taraqqiy etib borgan. Umumfan taraqqiyoti tarixida bu bog'lanishlar kengaydi va chuqurlashdi. Boshqa fanlarning yutuqlari psixologiya taraqqiyotiga qanday ta'sir ko'rsatganligini, bilim sohalarining taraqqiyotida psixologiyaning roli qay darajada bo'lganligini, psixologiyaning ilmiy yutuqlari amaliyotda qanday tadbiiq qilinganligini kuzatib borish juda qiziqarlidir.

Albatta, psixologiya tarixida turlicha qarashlar va yo'nalishlar bo'lishiga qaramasdan, bu fanning predmeti, ya'ni hayvon va insonlarga xos bo'lgan psixika birdayligicha qolaveradi. Tarixiy jihatdan psixologiyaning o'rganish predmeti emas, balki shu predmetni tushunish, psixik hayot mohiyatini tushunish o'zgarib keladi.

Psixologiya predmetini tushunishdagi muhim o'zgarishlar, yangi psixologik tekshirish metodlarining yaratilishi hamda ularning keng tatbiiq qilinishi, ilmiy-falsafiy tafakkurning umumiy

yo'nalishi psixologiya fanining tarixiy taraqqiyotidagi xususiyatlarni belgilab bordi.

Antik dunyoda psixologiyaning paydo bulishi va dastlabki taraqqiyoti

“Psixologiya” termini XVI asrning oxirlarida paydo bo'lib, faqat XVIII asrning oxiri va XX asrning boshlaridagina keng qo'llaniladigan bo'ldi.

Lekin keyinchalik “Psixologiya” deb atalgan ta'limotning o'zi bundan ikki yarim ming yil oldin Gresiyada paydo bo'lgan.

VII-V asrlardagi qadimgi grek filosoflari boshqa dunyoning mohiyatini, uning kelib chiqishini bilishga uringanlar. Shu munosabat bilan ular tabiat haqida, inson haqida, uning olamda tutgan o'rni haqida, xususan uning ruhi va ruhiy hayoti, uning taqdiri haqida fikr yuritganlar.

Qadimgi grek filosoflarining ta'limotiga ko'ra, dunyoning asosida qandaydir bitta moddiy narsa yotadi. Ularning fikricha, inson ham dunyoning bir qismi sifatida shu moddadan tashkil topadi. Masalan, Falesning (624-547-yillar) ta'lim berishicha, butun mavjudotning, shu jumladan, inson tabiatining ham, asosi suvdur. Inson ruhi va ruhiy hayoti par (bug') shaklida tasavvur qilingan.

Anaksimen (b.e.a. 588-525 y.) butun mavjudot zichlashish va siyraklashish qobiliyatiga ega bo'lgan havodan tashkil topgan, deb ta'lim beradi. Ruh – bu juda siyraklashgan havodir, deydi u.

Geraklit-Tyomniy (b.e.a. 544-483 y.) tabiatning asosi o't (olov)dir deb hisoblagan. “Hamma narsa olovdan paydo bo'ladi va hamma narsa yana olovga aylanadi”. Butun dunyo, alohida narsalar, shuningdek, inson ruhi ham olovdan kelib chiqadi, deydi u.

Geraklitning fikricha, ruh – bu dunyoning abadiy harakatlanadigan va o'zgarib turadigan asosining – olovning o'tkinchi holatlaridan biridir.

Empedokl (Sisiliya orolidan, 483-423 y.) “Tabiat haqida” degan poemaning avtor bo'lib, u dunyoning asosida qandaydir bitta stixiya (suv, havo, tuproq yoki olovdan bittasi) emas, balki to'rt stixiyaning hammasi, ya'ni suv, havo, tuproq va olov yotadi deb ta'lim bergan. Empedoklning ta'limotiga ko'ra, dunyodagi narsa va hodisalarning turli-tumanligi shu to'rtta elementning birkishi bilan izohlanadi.

Demokritning ta'limotiga ko'ra, tan va ruh egasi bo'lgan inson atomlardan, tarkib topadi. Odamning tanasi qo'polroq, ilmoqsimon, g'adir-budur va sekin harakatlanadigan atomlardan tashkil topadi, ruhi esa eng silliq, dumaloq, sirg'anchiq, binobarin, eng harakatchan atomlardan tashkil topadi. Ruhning har bir ayrim atomi, hatto uning kichkina gruppalari ham sezuvchanlikka ega emas. Ularning bir qanchalari birlashibgina, sezuvchanlik qobiliyatiga ega bo'ladi. Ruh atomlari butun badanga tarqalgan, lekin ularning ko'pchiligi ko'zda, quloqda, panja uchlarida, yurakda hamda bosh miyada joylashgan. Bizning sezgilarimiz, hislarimiz va fikrimiz shu ruh atomlarining maxsus harakatidir. Atrofimizdagi narsalardan doimo dumaloq, yengil atomlar ajralib chiqib, fazoda uchib yuradi. Agar shu atomlardan birortasi ko'zimizga tushsa, biz ko'ramiz; qulog'imizga tushsa eshitamiz, burnimizga kirsam, biror narsaning hidini sezamiz va hokazo. Bizning fikrlarimiz – bu bosh miyadagi ruh atomlarining harakatidir. Bizning hislarimiz, intilish-ehtirosalarimiz – bu yurakdagi ruh atomlarining harakati. Demokritning ta'limotiga ko'ra, ruhiy hayotning markazi yurakdir. Ruhimizni tashkil qiluvchi atomlar tanamizdan chiqib ketmaguncha biz o'z-o'zimizni anglaymiz. Shu atomlarning bir qismi tanamizdan chiqib ketganda uyqu va shunga o'xshash ongsiz holat ro'y beradi, agarda deyarli

barcha atomlar tanamizdan chiqib ketsa, yarim o'lik holat (behushlik holati) ro'y beradi. Barcha ruhiy atomlarining tanadan butunlay ajralib chiqib ketishi o'limga olib keladi. Demokrit ruhning abadiyligini inkor qilgan. Uning ta'limotiga ko'ra, tana o'lishi bilan ruh ham o'ladi: u – moddiy narsadir, maydalanib dunyo atomlarining umumiy yig'indisiga qo'shilib ketadi.

Antik dunyoning ikkita buyuk mutafakkiri Sokrat (469-399 y.) va Platon (427-347 y.) lar ham Demokrit bilan deyarli bir vaqtda yashadilar va ijod etdilar. Sokrat ham, Platon ham jon va tan mutlaqo har xil, hatto qarama-qarshi bo'lgan ikkita mohiyatdir, deb ta'lim berganlar. Tana moddiydir, uni tashqi sezgi organlari bilan idrok qilish mumkin: uni ko'rish va sezish mumkin, u fizik jismdir.

Jon moddiy emas, balki ruhiydir: uni sezgi organlari yordami bilan idrok qilish mumkin emas. U tanaga qarama-qarshi bo'lib, fizik jism emas, balki metafizik, sezib bo'lmaydigan narsadir. Jon moddiy dunyoga emas, balki boshqa – ideal dunyoga, haqiqatan yashayotgan g'oyalar, "obrazlar" dunyosiga taalluqlidir. Jon inson tanasiga o'sha dunyodan kelib qo'shiladi. Uning tana bilan birga bo'lishi vaqtinchalikdir, tana o'lishi bilan jon yana ideal dunyoga qaytib ketadi.

Yerdagi hayot davomida jon tanaga mahkum etilgan, u zindondagi narsa kabi, doimo g'oyalar dunyosiga chiqib ketmoqchi bo'lib intilib turadi.

Platon fikricha, haqiqiy bilimning birdan-bir manbai – g'oyalar dunyosidir. Bizning atrofimizdagi dunyoni sezishimiz va idrok qilishimiz esa, faqatgina o'zgarib turadigan beqaror hodisalar haqida bilim beradi, xolos.

Biroq, jonning (ruhning) ideal holda namoyon bo'lishi ko'pchilik kishilarda to'silib turilishi va moddiy tanaga bo'sundirilishi mumkin, Oqibatda, jon g'oyalar dunyosini go'yo esdan chiqarib, materiyaga g'arq bo'lmog'i mumkin.

Shuning uchun ham yer yuzidagi hayot sharoitlarida inson joni, materiyaga qanchalik g'arq bo'lish darajasiga qarab, go'yoki uch qismga bo'linadi. Har bir kishida ularning har biri har xil darajada namoyon bo'ladi. Eng oliy qismi – bu insonning g'oyalarni ko'rish-bilish darajasigacha ko'tarila olish qobiliyatiga ega bo'lgan yuksak aqlidir, jonning bu qismi insonning boshida o'rin oladi; jonning faol qismi, g'azab, shuhratparastlik, olijanoblik ehtirolari va ma'naviy fazilatlar manbaidir, u yurakda joylashgan. Jonning uchinchi qismi turli xush-noxush hislar. U his va kayf-safoga doir his-tuyg'ular manbai bo'lib, qorinda joylashgan bo'ladi.

Jonning qaysi qismi ustun chiqishiga qarab, kishining har xil individual xususiyatlari – hayotining yo'nalishi, xarakteri, mayl va qobiliyatlari paydo bo'ladi,

Qadimgi grek faylasuflari, shuningdek Sokrat va Platonlar ham o'zlarining qarashlarini sistemali bayon qilingan mukammal asar sifatida qoldirmaganlar. Ularning bu fikrlari asosan ayrim-ayrim mulohazalar tariqasida saqlanib qolgan. Platonning psixologik fikrlari esa har xil falsafiy asarlarida-dialoglarda sochilgan.

Grekl faylasuflaridan birinchi bo'lib ruh va ruhiy faoliyat haqida sistemali ta'limot yaratgan kishi Aristotel (384-322 y.) bo'lgan. Aristotel Platonning shogirdi bo'lib, uning ta'limotiga tanqidiy yondoshgan.

Aristotel maxsus ilmiy predmet sifatidagi psixologiyaning asoschisi va otasidir, u bir qancha asarlar – traktatlar yozib, ularda psixologiya masalalari bo'yicha o'z ta'limotini bayon qiladi. Bulardan eng muhimi "Peri psixis", ya'ni "Ruh haqida" deb nomlangan traktatidir.

Aristotel ruh tana bilan uzviy bog'langan, deb hisobladi. Lekin uning fikricha ruh moddiy, jismiy ham bir narsa emas.

Aristotel jon (ruh)ning uch qismi haqida Platon ta'limotidan farq qilib, uch xil jon (ruh)

haqida vegetativ, sezuvchi va aqlli ruh turlari haqida ta'limot yaratdi. Begetativ ruhning faoliyati ovqatlanishda va ko'payishda ifodalanadi. Ruhning bu turi o'simliklarda, hayvonlarda, insonlarda ham bo'ladi. Sezuvchi ruhning faoliyati sezgi va hislarda, xotira va tasavvurlarda namoyon bo'ladi. Ruhning bu turi hayvonlarda ham, insonlarda ham bo'ladi. Aqlli ruhning faoliyati tafakkurda, bilimda va ixtiyoriy harakatlarda yuzaga chiqadi.

Aqlli ruh faqatgina insonlarga xosdir. Shu aqlli insoniy ruh va uning faoliyati haqidagi mulohazalar Aristotel psixologiyasida asosiy o'rin tutadi. Uning fikricha, bu ruhning mohiyati yashirin, ilmiy yo'l bilan bilib bo'lmaydigan botir kuchdan iborat. "Ruh haqida aniq tushuncha berish, – deydi Aristotel, – har jihatdan haddan tashqari qiyin ish, ruh bu jism emas, balki o'shanga xos bir narsadir... U mavhum tushunchadir". Aristotelning fikricha, aqlli ruh ilohiy yo'l bilan paydo bo'lgan; u tanadan tashqarida ham yashay oladi. Tana o'lgandan keyin "aqlli ruh, ilohiy ruh bilan qo'shib ketadi".

Aristotel ruh va tananing o'zaro munosabati masalasiga katta e'tibor bergan. "Ruh, deydi u, o'z tabiatiga ko'ra hukmron asosdir, tana esa tobe narsadir". Forma materiyaga nisbatan qanday bo'lsa, ruh ham tanaga nisbatan xuddi shunday. U hayotga ma'no va yo'nalish beradi. Ruh ta'sir qiladi va harakatlantiradi, tana esa ta'sirlanadi va harakatga keladi. U ruhning birlamchiligi haqidagi umumiy tezisni quyidagi so'zlarda ifodalagan: "Ruh tirik tananing sababi va manbaidir".

Aristotel ruhning mohiyati va uning tana bilan o'zaro munosabati haqidagi bu o'ziga xos fikrlar bilan birga, birinchi bo'lib, o'z-o'zida kuzatish mumkin bo'lgan ruhiy hodisalarni tasvirlab yozgan va klassifikasiyalashtirgan. Uning psixologiyasida hozirgi zamon psixologiyasiga asos bo'lgan ko'pchilik tushunchalarni uchratish mumkin, chunonchi: tashqi beshta sezgi va sezgilar haqida, xush va noxush hislar haqida, ixtiyoriy va ixtiyorsiz prosesslar haqida, tasavvur va asso-siasiyalar haqida, tafakkur haqida, tushunchalar va xulosa chiqarishlar va hokazolar haqida ta'limot yaratdi.

Aristotel, inson sezgilari tashqi moddiy qo'zg'ovchilar ta'siri tufayli hosil bo'ladi degan fikrni ta'kidlagan. Tafakkur haqidagi ta'limotida u Platonning umumiy va mavhum tushuncha-g'oyalar narigi dunyodan kelib chiqqan degan ta'limotini inkor qildi. Aristotel tushunchalarida ifodalangan umumiylik yakka narsalardan tashqarida yoki yakka narsalardan avval o'zi bor bo'lgan emas, balki yakka narsalarning o'zida bo'ladi, degan ta'limotni ilgari surdi.

Epikur (342-271 y.) va rim shoiri-filsofi Lukresiy Karr (99-55 y.) lar xam ruh haqida o'z qarashlariga ega edilar ya'ni, Epikurning fikricha, ruh g'ayri jismoniy bir narsa emas, "Jimsiz bo'shliqdan boshqa hech narsani fikrlash mumkin emas... Ruhni g'ayri jisimiy narsa degan kishilar alaxsirayaptilar" Epikur moddiy bo'lmagan substansiyaning mavjudligini mutlaqo inkor qilib, "ruh butun organizmga tarqalgan juda nozik jismdir" deb hisobladi.

Lukresiy esa o'zining "Narsalarning tabiati haqida" degan asarida atomistik ruh haqidagi ta'limotni poetik formada bayon qiladi. U moddiy bo'lmagan ruhning mavjudligini inkor qildi. "Jon, ruh yoki-aql moddiy bo'lib, faqat inson tanasiga xos bo'lgan kuchlarnigina tashkil qiladi"... Ruh ham, jon ham, jisimiy tabiatga ega.

Lukresiy psixik hodisalarning tanaga bog'liqligini tajribaga asoslanib isbot qiladi. U "aql ham tana bilan birga o'sadi va so'ladi aql ham tana singari, kasallikka duchor bo'ladi, mastlik natijasida xiralashadi" degan va shunga o'xshash dalillar keltiradi. Lukresiy bu dalillarga asoslanib, ruhning abadiyligi to'g'risidagi ta'limotning yolg'onligi haqida xulosa chiqaradi.

Platon bilan Aristotel yaratgan ruh haqidagi ta'limot o'rta asrlarda – Sharqda ham, G'arbda ham hukmron bo'lib qoldi. Psixologiyadagi bu oqim keyinchalik (XVIII asrda) metafizik

yoki rasionalistik psixologiya deb nom oladi.

Bu psixologiya shuning uchun ham metafizik deb ataladi-ki, uning tekshirish predmeti bo'lgan – ruh, psixik proseslar – fizik hissiy dunyo chegarasidan tashqarida mavjud mohiyat, g'ayri jisimiy bir narsa deb tushuntiriladi; shuning uchun ham rasionalistik deb ataladiki, uning tekshirish metodi tajribadan ajratilgan faqat quruq mulohazadan iborat edi.

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

Ruhning mohiyati haqidagi masala, odatda, Platon va Aristotellarda qanday hal qilingan bo'lsa, xuddi shunday hal qilinardi. Ruh o'z tabiatiga ko'ra barcha moddiy va jismoniy narsalarga qarama-qarshi qo'yilar edi. Ruh o'z tabiatiga ko'ra alohida qobiliyatlarga ega dir, deb fikr yuritilardi.

Shuningdek, o'rta asr mutafakkirlari iroda masalasiga alohida e'tibor berdilar.

Masalan, Avgustin Ipponskiy (353-430 y.) birinchi bo'lib-kishining boshqa ruhiy qobiliyatlari orasida irodaning muhim ahamiyatga ega ekanligi haqida fikr yuritgan. Irodaning ustunligi haqida, ayniqsa, Duns Skott (1265-1308 y.) ning ta'limoti juda yaqqoldir. Uning aytishicha, iroda aql-dan ham yuqori turadi.

Butun o'rta asr tarixi mobaynida, undan keyingi vaqtlarda ham, falsofiya va psixologiyada iroda erkinligi haqidagi tortishuv juda katta o'rin egalladi. Bu masala bo'yicha V asrdayoq ikkita oqim – determinizm va indeterminizm paydo bo'lgan.

XVI-XVII asrlar: empirik psixologiyani paydo bo'lishi va uning dastlabki taraqqiyoti

XVI asrning oxiri va XVII asrning boshlarida G'arbiy Yevropada falsofiya va ilmiy tafakkur sohasida keskin burilish ro'y beradi. Fanda tajribaga asoslangan yangi oqim (empirik oqim) rivojlana boshlaydi. Ilmiy tafakkurdagi bu burilish, odatda, ingliz mutafakkirlari F. Bekon, Gobbs, Lokklarning, shuningdek, fransuz falsofi R. Dekartning nomi bilan bog'langan.

Frensis Bekon (1561-1625 y.) va Tomas Gobbs (1588-1679 y.) Bekon ta'limotiga ko'ra, fan, birinchi navbatda atrofdagi tabiatni, uning ba'zi bir hodisa va qonunlarini o'rganish bilan shug'ullanmog'i kerak. Tabiatni o'rganish uning ustidan hukmronlik qilish uchun kerak. Tabiatni o'rganish metodi umumiy og'zaki mulohazalardan emas, balki tajribadan iborat bo'lmog'i kerak. Bekon rasionalistik deduktiv metodni fanda befoyda deb inkor qildi va tajribaga asoslangan induktiv metodni asoslab berdi. Ayni vaqtda Bekon ruh va ruhiy hayot haqidagi masalalarni ham qo'zg'agan edi.

Bekon ruhni ikkiga bo'ladi: aqliy va hissiy ruhlar. Birinchisi ilohiy nafasdan kelib chiqadi, ikkinchisi moddiy (jisimiy) bo'lib, barcha organik mavjudotlarga xosdir. Hayvonlarning tanasi hissiy ruh organidir, insonda esa tana aqliy ruh organi bo'lib xizmat qiladi.

Bekon ruhning qobiliyatlari haqida gapirar ekan, fahm, aql, xotira, istak, irodalarni ko'rsatadi. Lekin uning ta'limotining bu qismi rivojlantirilmagan. Psixologiya masalalarida u ayrim-ayrim tasodifiy mulohazalar bilan cheklanib qolgan.

Bekonning tasavvurlar mexanikasi haqidagi fikrlarini boshqa bir ingliz faylasufi – Gobbs yanada mufassalroq rivojlantirdi. Gobbsning fikricha, psixik hayotning asosini go'yoki o'ziga tortuvchi, jalb qiluvchi (huzur, istak, muhabbat) va ranjitadigan (og'riq, qo'rquv, nafrat) kuchlaridan iborat bo'lgan ehtirolar tashkil etadi. Psixologik hodisalarning o'zi moddiy

tartibdagi faktlardir. Ularning rivojlanishi nutqning rivojlanishi bilan bog'liqdir.

Dekart psixologiya sohasidagi ta'limotini, asosan o'zining "Ruh ehtirosleri haqida" degan asarida bayon qilgan.

Ruhning faoliyati sezgilar, xotira, tafakkur, iroda – o'z qonuniyatlariga, ya'ni ruhiy qonunlarga binoan ro'y beradi, tananing faoliyati (harakat) esa mexanika qonunlariga binoan ro'y beradi. Shunday qilib, psixik va fiziologik (moddiy.) jarayonlar parallel holda ro'y beradi. Shuning uchun ham Dekart XX asrgacha bo'lgan psixologiyada keng tarqalgan nazariyaning, ya'ni; psixofizik parallelizm ta'limotining asoschisi hisoblanadi.

Ingliz olimi va pedagogi Jon Lokk Bekon kashf qilgan ilmiy metodning bevosita davomchisi edi. Lokk psixologiya ham, boshqa tabiat fanlari singari, og'zaki mulohazalarga emas, balki tajribaga asoslanmog'i kerak, deb hisoblaydi. Shuningdek u ruhning va uning kuchlarining asl mohiyatini bilish mumkinligini inkor qildi. "Men, deydi Lokk, ruhning mohiyati nimadan iborat yoki hayotiy ruhimizning qanday harakatlari sezgilarga... yoki tasavvurlarga olib keladi degan tekshirishlar bilan o'zimni qiynab o'irmayman, chunki bu quruq mavhum fikr yurgizishdir" Lokkning aytishicha, faqat ruhiy hodisalarni o'rganish kerak. Bu hodisalarni o'rganishning birdan-bir metodi tajriba va kuzatishdir.

M.V.Lomonosov birlamchi va ikkilamchi sifatlar haqidagi ta'limotni tanqid qilib chiqdi. Uning ta'limotiga ko'ra, ikkilamchi subyektiv sifatlar yo'q: bizning hamma sezgilarimiz obyektivdir.

Shuni aytish kerakki, XVIII asrda Yevropaning barcha mamlakatlarida, ayniqsa Angliyada empirik psixologiya yagona hukmron psixologiya sistemasi bo'lib qoldi.

2.2. Psixologiyaning ilmiy fan sifatida shakllanishi (19-20-asrlar)

Boshqa fan sohalari, ayniqsa, tibbiy-biologik izlanishlarda inson va uning murakkab tuzilishi, ruhiy hayotiga qiziqish ortib borgan sari sekin-asta psixik jarayonlarning ham yaxlit bir tizimi bo'lishi va uni ham fanning yutuqlaridan foydalangan holda o'rganish mumkinligi g'oyasi paydo bo'ldi. Qolaversa, XIX asrning ikkinchi yarmiga kelib, inson ruhiyati to'g'risidagi psixologik hamda falsafiy qarashlar bilan tabiiy-ilmiy (anatomik, fiziologik, biologik, biokimik va boshqalar) qarashlar o'rtasida tafovutlar chiqqani sari uning alohida fan sifatida shakllanishi zarurati ortib bordi. Olimlar orasida aynan inson ruhiy olamini izchil va tizimli o'rganishga ehtiyoj paydo bo'ldi.

XIX asr oxirlarida, aniqrog'i, 1879 yilda nemis olimi *Vilgelm Vundt* Leybnis universitetida dunyoda birinchi eksperimental psixologik laboratoriyaga asos soldi, unda o'tkazilgan yuzlab tajribalar va eksperimentlar psixologiyaning ham alohida fan sifatida o'zini ko'rsatishga haqli ekanligini isbotladi. Aynan shu insonning, Vundtning, psixologiya ilmi maktabini yaratganligida ham ma'no bor. Chunki Vundt tibbiyot fani bo'yicha ham mukammal bilimlarga ega bo'ldi, keyin fiziologiya sohasida muvaffaqiyatli ishladi, so'ngra falsafaga berilib ketdi. Balki, aynan bir qator fanlarni – ham gumanitar, ham tabiiy fanlar asoslarini yaxshi bilganligi obyektiv sabab bo'lgandirki, olim odam psixologiyasi, unda ro'y beradigan jarayonlar – oddiy sezishdan tortib, mavhum tafakkurgacha bo'lgan jarayonlarni, hissiy holatlarni amaliy tarzda eksperimentlarda o'rgana boshladi. Uning maqsadi – eng avvalo inson ongini tashkil etuvchi sof elementlarni ajratib olishdan iborat edi. Shuning uchun ham psixologiyada u asos solgan yo'nalish *strukturalizm* deb nomlandi.

Vundtning ta'siri shu qadar bo'ldiki, yer kurrasining boshqa bir tomonida – Amerika qo'shma Shtatlarida *funksionalizm* deb nomlangan yana bir yo'nalish paydo bo'ldi. *E. Titchener* asos solgan bu yo'nalish vakillari nafaqat ko'zga ko'rinmas ong tizimi elementlari, balki ko'z bilan ko'rish mumkin bo'lgan va faoliyat natijalariga asoslangan belgilar asosida ham inson xulqi-atvoriga baho berish mumkinligini isbotladilar. Boshqa bir yirik amerikalik psixolog *V. Jeymsning* tadqiqotlari amaliy ahamiyatga molik bo'ldiki, endi u dadil psixologiyani ong elementlari emas, balki ong faoliyatini o'rganuvchi fan deb ta'riflay boshladi. Ong dinamik, harakatdagi, o'zgaruvchan yaxlit tuzilma bo'lib, uning namoyon bo'lishida tananing shart-sharoitlari, uning faolligi muhim rol o'ynaydi. Shuning uchun ham bu ikki tuzilmalar odamning yangi sharoitlarga moslashuvi, va umuman tashqi muhitda o'z o'rnini topishga imkon beradi.

Yuqoridagi fikrlar ta'sirida XIX asrning oxirlarida bugun ham o'z ahamiyatini yo'qotmagan *bixeviorizm* oqimi paydo bo'ldi. *E.Torndayk* va *D.Uotsonlar* asos solgan ushbu yo'nalish vakillarining asosiy g'oyalari shundan iborat bo'ldiki, ular psixologiyaning predmeti nafaqat ong, yoki nafaqat faoliyat, balki *xulqdir*, deb asoslashdi. Xulq u yoki bu xatti-harakatlar, amallar, reaksiyalarda ifodalanib, tashqi ta'sirot – stimulg bog'liqdir. Shuning uchun ham odam va uning psixologiyasini bilish uchun o'sha ta'sir ko'rsatuvchi va ta'sirlangan xulq o'rganilishi kerak. Bu narsalar bizning hozirgi sharoitimizda ham ishlab chiqarishni tashkil etishda, ta'lim berishda va psixoterapiyada inobatda olinadi, ular o'tkazgan mashhur "**S→R**" formulasi bizning sharoitlarda ham ta'sir ko'rsatish texnikasida inobatga olinadi, ular o'z dolzarbligini yo'qotgani yo'q.

Psixologiya fan sifatida shakllanib, unda olimlar qarashlari shakllanib borgan sari, ruhiy kechinmalar tabiatini negizidan, ich-ichidan o'rganishga ehtiyoj paydo bo'ldi. XX asrning boshlarida paydo bo'lgan *psixoanaliz* yo'nalishi fandagi aynan shu kamchilikni bartaraf etish maqsadida paydo bo'ldi. Klassik psixoanalizning asoschilaridan bo'lgan avstriyalik olim *Zigmund Freyd* psixologiya nafaqat ong sohasini, ya'ni bevosita odam tomonidan anglanadigan xulq-atvor shakllarini, balki ongsizlikka aloqador hodisalarni, ya'ni real sharoitda inson o'zi anglab yetolmaydigan hodisalar tabiatini ham o'rganishi lozim degan g'oyani ilgari surdi.

Freyd ikkita asosiy narsaga e'tiborni qaratdi:

✚ *Birinchi.* Har qanday psixik jarayon yoki holat ongli, ongoldi va ongsiz bosqichlarda yoki holatlarda ro'y beradi. Shaxs tizimida ham bu uchchala bosqichning o'rne bo'lib, ular "Id (U) → Ego (Men) → Superego (Mendan oliy)" bo'laklarda ifodalanadi.

Ⓜ **Id** – psixik energiyaning o'ziga xos zahira joyi bo'lib, undagi jarayonlar inson tomonidan anglanmasa-da ongli hayotga ularning ta'siri katta.

Ⓜ **Ego** – tashqi olam bilan bog'langan, uning ta'sirlariga beriluvchan shaxs xususiyatlarini o'zida mujassam etadi va doimo "Id"ni siqib chiqarishga harakat qiladi. Shaxs kamol topib, jamiyat normalarini o'zlashtirib borgani sari "Id"ga tobelikdan qutulib borsa-da oxirigacha buning uddasidan chiqa olmaydi.

Ⓜ **Superego** – o'z navbatida "Ego"dagi mavjud ijtimoiy tasavvurlar va xulqiy odatlar ta'sirida rivojlanadi. Ya'ni, odam kishilik jamiyatida yashagan sari undagi e'tiqod, ideallar, individual "vijdoniga havola" xislatlardir. Insonda yuqoridagilarning qay biri kundalik xulq normalarida ustivor bo'lishiga qarab, uning jamiyatdagi mavqeyi belgilanadi.

✚ *Ikkinchi.* Inson xulq-atvorini va uning amallarini boshqarib turadigan psixik energiya ham borki, oxir-oqibat u shaxsning qiyofasini belgilab beradi. Boshqacha qilib aytganda, ehtiyojlarni qondirishga undovchi kuchlar – "**libido**" hamda "**agressiv**" energiyalar

ham mavjuddir. Bu kuchlar shaxsning ma'naviy va aqliy salohiyatini ta'minlash maqsadida psixik quvatni taqsimlovchi mexanizmlar rolini o'ynaydi. Odatda hadiksirash, doimiy xavotirlanish, psixoemosional qoniqmaslik kabi omillar ana shu taqsimotning nomuvofiqligidan kelib chiqadi.

Freydizmning jahon ilmi va malakiyoti uchun ta'siri shu qadar katta bo'ldi-ki, jamoadagi yoki guruhiy ongsizlik g'oyasini ilgarni surgan *K. Yung* hamda individual psixologiyani targ'ib etgan *A. Adler* va ularning izdoshlari bu konsepsiyani yanada rivojlantirishga o'z hissalarini qo'shdilar. Bu nazariya va konsepsiya hanuzgacha shaxs psixologiyasini, psixoanaliz esa psixoterapiyani o'rganishda asosiy metodlardan biri sifatida qo'llanilib kelinmoqda.

Yuqorida ta'kidlangan *strukturalizm, funksionalizm, bixeviorizm, freydizm* oqimlari jahon psixologiya ilmining shakllanishiga asos bo'lgan bo'lsa, ular ta'sirida shakllangan boshqa o'nlab: *assosiativ psixologiya, geshtaltpsixologiya, gumanistik psixologiya, ekzistensial psixologiya, kognitivizm, ramziy interaksionizm* kabi yo'nalishlar uning qator masalalarini hal qilishga o'z hissasini qo'sha oldi. Eng muhimi – XX asrga kelib, psixologiyaning tabiiy sohalarini paydo bo'ldi-ki, endi qo'lga kiritilgan yutuqlar bevosita ta'lim, tarbiya, sanoat, biznes, marketing xizmatlari, boshqaruv, sog'liqni saqlash, huquqbuzarlikni oldini olish sohalariga dadil joriy etila boshlandi. XXI asrning birinchi yiliga kelib, psixologiya nazariy, tahliliy fandan bevosita amaliyotning ehtiyojlarini qondiruvchi tabiiy fanga aylandi. Bugun bozor munosabatlariga bosqichma-bosqich o'tilayotgan O'zbekiston misolida ham psixologiya fanining jamiyatni erkinlashtirish va barqarorlashtirish borasida, inson omili imkoniyatlarini yanada yuksaltirish, uning tafakkur tarzini erkinlashtirish jarayonida roli ortib bormoqda. Lekin u bu yuksak vazifalarni bir o'zi, o'z tadqiqot metodlari yoki to'plagan empirik materallarigagina tayanib bajara olmaydi. Bu o'rindagi fanlar kooperasiyasi va boshqa turdosh fanlar bilan bevosita aloqasi amaliy ahamiyatga ega bo'ladi.

XX asr shu bilan xarakterli ediki, u turli fanlar oldiga konkret topshiriqlar qo'ya boshladi. Shuning uchun psixologiya fani oldida tadqiqotlar asosida psixologik qonu niyatlarni asoslash vazifasi turar edi. Ikkinchidan esa, Amerikada ko'pgina psixologlar o'z tadqiqot obyektlarini laboratoriyalarda ayrim psixik jarayonlarni o'rganishdan kichik guruhlarga ko'chira boshladilar. Bu davrda psixologiyada shakllanib bo'lgan uch asosiy oqim (psixoanaliz, bixeviorizm va geshtalt psixologiya) ichida ham ijtimoiy xulq-atvorni kichik guruhlar doirasida o'rganish tendensiyasi paydo bo'ldi. Bunda asosiy diqqat kichik guruhlarga va ularda turlicha eksperimentlar o'tkazishga qaratilgan edi. Bunday holatning paydo bo'lganligi ijtimoiy psixologiyaning fan sifatida shakllanishida nihoyatda katta rol o'ynadi.

Geshtald psixologiya yo'nalishi negizida maxsus ijtimoiy-psixologik yo'nalishlarning – interaksionizm va kognitivizmning paydo bo'lganligi esa bu fanning eksperimental ekanligini yana bir bor isbot qildi.

Bixeviorizm yo'nalishlari doirasida o'tkazilgan ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar avvalo amerikalik olimlar *K.Xall* va *V.Skinner*lar nomi bilan bog'liq. Ular va ularning izdoshlari hisoblangan *K.Miller, D.Dollard, J.Tibo, G.Kelli* va boshqalar diada – ikki kishi o'rtasidagi munosabatlarning xilma-xil eksperimental ko'rinishlarini tadqiq qilib, ularda matematik o'yin nazariyasi elementlarini kuzatdilar. Diada sharoitida tajribada o'tkazilgan tadqiqotlarda asosan mustahkamlash g'oyasini isbot qilishga urinildi. Klassik bixeviorizmdan farqli o'laroq ijtimoiy-psixologik bixevioristlar hayvonlar o'rniga laboratoriyaga naqd pulga odamlarni taklif eta boshladilar, shuning uchun ham ularning g'oyasida biologizm va mexanizm tarzda ilgari hayvonlarda to'plangan dalillar modelini insonlarda qo'llash hollari kuzatildi.

Psixoanaliz doirasida esa ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar *E.Fromm* va *J.Salliven* ishlari bilan bog'liq bixevioristlardan farqli o'laroq bu yerda eksperimentlar ikki kishi emas, balki ko'pchilik ishtirokida o'tkazila boshladi. Ularning izdoshlari (*V.Bayon*, *V.Bennis*, *G.Sheparde*, *V.Shutk*) o'tkazgan tadqiqotlar tufayli hozirgi kunda ham katta qiziqish bilan o'rganilayotgan kichik "T" guruhlar psixologiyasi yaratildi. Unda guruh sharoitida bir odamning boshqalarga ta'siri, guruhning ayrim individlar fikrlariga ta'siri kabi masalalar ishlab chiqildi va ijtimoiy-psixologik treninglar o'tkazishga asos solindi.

Kognitivizm. *K.Levin* nazariyasi asosida paydo bo'lgan psixologik yo'nalish bo'lib, undagi o'rganish obyekti munosabatlar tizimidagi kishilar, ularning bilish jarayonlari, ong tizimiga taalluqli bo'lgan kognetiv holatlar bo'ldi. *Kognitivizm* doirasida shunday mukammal, boshqalarga o'xshamas nazariyalar yaratildiki, ular hozirgi kunda ham o'z ahamiyatini yo'qotgani yo'q. Masalan, *F.Xayderning* balanslashtirilgan tizimlar nazariyasi, *T.Nyukomning* kommunikativ aktlar nazariyasi, *Festingerning* kognitiv dissonanslar nazariyasi va boshqalar shular jumlasiga kiradi. Ulardagi asosiy g'oya shundan iboratki, shaxs o'ziga o'xshash shaxslar bilan muloqotga kirishar ekan, doimo munosabatlarda ruhiy mutanosiblik tenglik bo'lishiga, shu tufayli ziddiyatlardan chiqishga harakat qiladi. Maqsad – turli ijtimoiy sharoitlarda shaxs xulq-atvorining psixologik sabablarini tushuntirish va ziddiyatlarning oldini olish uchun yo'l-yo'riqlar ishlab chiqishdan iborat. Hozirgi davrda ham taniqli ijtimoiy psixologlar *Olport*, *Maslou*, *Rodjers* va ularning safdoshlari gumanistik psixologiya doirasida bu ishlarni faol davom ettirmoqdalar.

Navbatdagi nazariya *interaksionizm* bo'lib, bu aslida sosiologik nazariya bo'lib hisoblanadi. Uning asoschisi *Gerbart Mid* bo'lib, uning qarashlari ta'sirida *T.Sarbinning* rollar nazariyasi, *G.Xaymen* va *R.Mertonlarning* referent guruhlar nazariyasi, *F.Gofmanning* ijtimoiy dramaturgiya nazariyalari shakllandi. Ular turli ijtimoiy sharoitlardagi xulq-atvorlarni tushuntirish orqali shaxs ijtimoiy-psixologik sifatlarining sabablarini topishga harakat qildilar. Har bir shaxs doimo ijtimoiy o'zaro ta'sir tizimida mavjud bo'ladiki, unda u to'g'ri harakat qilish uchun o'zgalarni tushunishga harakat qilishi, o'zgalar rolini qabul qilishga tayyor bo'lishi lozim. Lekin o'zgalar rolini to'g'ri qabul qilish uchun unda "umumlashtirilgan o'zga" obrazi bo'lishi lozimki, bu obraz shaxslararo muloqot jarayonida, har bir shaxs uchun ibratli bo'lgan kishilar guruhi bilan muloqotda bo'lish jarayonida shakllanadn.

2.3. Psixologiyaning fanlar tizimida tutgan o'rni

Psixologiya yaxlit va mustaqil fan sifatida kishilar ongida gumanistik mentalitetning shakllanishiga xizmat qilgani uchun ham uning ushbu yo'nalishdagi muammolarni ma'lum ma'noda o'rganadigan barcha fanlar bilan bevosita aloqasini muhim ahamiyat kasb etadi. Bular birinchi navbatda ijtimoiy-gumanitar fan sohalari bo'lib, psixologiyaning ular orasidagi mavqeyi o'ziga xos va yetakchidir.

Psixologiya va falsafa

Eng avvalo fanni **falsafa** va uning oxirgi paytlarda shakllanib, rivojlanib borayotgan ijtimoiy falsafa qismi bilan bo'lgan aloqasi xususida. Bu aloqa ikkala fanning inson va uning hayoti mohiyatini to'la anglash va rivojlanib tendensiyalarini belgilashdagi o'rni va ahamiyatidan kelib chiqadi. Tabiat, jamiyat va inson tafakkurining rivojlanishiga oid bo'lgan umumiy qonuniyatlar va tamoyillarni psixologiya falsafaning bazasidan oladi va shu bilan birga o'zi ham

inson ongi va tafakkuri qonuniyatlari sohasidagi yutuqlari bilan falsafani boy ma'lumotlarga ega bo'lishiga yordam beradi. Shuni alohida ta'kidlash joizki, mustaqillik mafkurasi va milliy ongning shakllanishiga taalluqli umumiy ilmiy qonuniyatlarni izlashda ham yurtimiz sharoitida bu ikkala fan – falsafa va psixologiyaning hamkorligi bevosita sezilmoqda. Bu bog'liqlik avvalo yangicha tafakkur va dunyoqarashni shakllantirish muammosi kundalang turgan tarixiy davrda milliy istiqloq g'oyalarini yurtdoshlarimiz ongi va shuurida shakllantirish kabi dolzarb vazifani bajarishga xizmat qilmoqda.

Psixologiya va tarix

Psixologiya va tarix fanlarining uzviy bog'liqligi ayniqsa, mustaqillik yillarida tarixni xolisona o'rganish va shu bilan birga inson shaxsining madaniy-tarixiy shart-sharoitlarga bog'liq tarzda rivojlanishi ayniyatini xalq ommasi ongiga yetkazishda namoyon bo'lmoqda. Yurtboshimiz I.Karimov o'zining "Tarixiy xotirasiz kelajak yo'q" nomli asarida tarixning xalqlar taqdiri va rivojlanishidagi rolini obyektiv tarixiy omillar orqali tushuntirishning ahamiti va o'rni katta ekanligini ta'kidlash bilan bir qatorda, ana shu tarixni yaratuvchi inson psixologiyasini har bir davrda xolisona o'rganish zaruratini alohida alohida e'tirof etgan. Zero, inson ruhiyati va u vakil bo'lgan xalq va elat psixologiyasi orqali tarixiy voqyealarga baho berish milliy istiqloq g'oyalarini yoshlar ongiga singdirishning muhim vositalaridan biridir. Masalan, xalqimiz va davlatchiligimiz tarixida muhim o'rin tutgan temuriylar davri tarixini o'rganish uchun albatta, biz Buyuk Temur shaxsi va temuriyzodalarning insoniy fazilatlarini o'rganishimiz kerak. Ayniqsa, maktab yoshida tarixiy shaxslardagi takrorlanmas va ibratli sifatlar orqali o'sha davr tarixiy muhiti va ijtimoiy-iqtisodiy jarayonlarni tushuntirish ancha samarali va ta'sirchandir. Shuning uchun ham tarixchi va arxeologlar u yoki bu davrni yoritish uchun o'sha davr ijtimoiy qatlamlari, mashhur shaxslari avtobiografiyasini o'rganishga katta ahamiyat bersalar, psixologlar, ayniqsa, ijtimoiy psixologlar katta guruhlar psixologiyasi va shaxsning ma'naviy va ahloqiy qiyofasini to'la o'rganish uchun shaxs mansub tarixiy shart-sharoitlar, xududiy o'ziga xosliklarni ham o'rganadilar. Shuning uchun ham mustaqillikning inson shaxsi kamolotiga berayotgan cheksiz in'omlarini tasavvur qilish uchun biz tariximizni va istiqloq yillarida qo'lga kiritgan muvaffaqiyatlarimizning obyektiv zaminlarini yaxshi o'rganishimiz kerak. Shundagina ***"O'zbekiston – kelajagi buyuk davlat"*** shiorining tom ma'nodagi mohiyatini teran anglaymiz.

Psixologiya va sosiologiya

Sosiologiya fani ham yangicha ijtimoiy munosabatlar sharoitida o'z taraqqiyotining muhim bosqichiga o'tgan ekan, o'z navbatida psixologiya ham ushbu fan erishgan yutuqlardan foydalanadi va ularning ko'lami kengayishiga baholi qudrat xizmat qiladi. Ayniqsa, psixologiyadan mustaqil ravishda ajralib chiqqan, bugungi taraqqiyot davrimizda alohida ahamiyat kasb etgan ijtimoiy psixologiyaning sosiologiya bilan aloqasi uzviy bo'lib, ular jamiyatda ijtimoiy taraqqiyot va progressni ta'minlash ishiga xizmat qiladi. Qolaversa, huquqiy, demokratik davlat qurish ishini sobitqadamlik bilan amalga oshirayotgan O'zbekiston aholisining huquqiy madaniyatini va demokratik o'zgarishlarga psixologik jihatdan tayyorligini amalda ta'minlash, bu sohada muntazam tarzda ijtimoiy fikr va insonlar fikr va qarashlaridagi o'zgarishlarni o'rganish, bashorat qilish va taraqqiyot mezonlarini ishlab chiqishda ikkala fanlar metodologiyasi va metodlarini birlashtirish tadbqiqiy ahamiyat kasb etadi.

Psixologiya va pedagogika

Pedagogika bilan psixologiyaning o'zaro hamkorligi va aloqasi an'anaviy hamda azaliy xarakter kasb etib, ularning yosh avlod tarbiyasini zamon talablari ruhida amalga oshirishdagi roli va nufuzi o'ziga xosdir. Respublikamizda amalga oshirilayotgan "Ta'lim to'g'risidagi qonun" hamda "Kadrlar tayyorlashning milliy Dasturi"ni amalga oshirish ham bu ikkala fan hamkorligi va o'zaro aloqasini har qachongidan ham dolzarb qilib qo'ydi. Milliy dasturda e'tirof etilgan yangicha modeldagi **shaxsni** kamol toptirish, uning chuqur bilimlar sohibi bo'lib yetishishi, barkamolligini kafolatlovchi shart-sharoitlar orasida zamonaviy pedagogik texnologiyalarni ta'lim-tarbiya jarayonlariga tadbiiq etishda pedagogikaning o'z uslub va qoidalari yetarli bo'lmaydi. Shuning uchun ham psixologiya u bilan hamkorlikda yosh avlod ongining ta'lim olish davrlaridagi rivojlanish tendensiyalaridan tortib, toki yangicha o'qitish texnologiyalarini talaba tomonidan o'zlashtirilishi va undagi aqliy hamda intellektual qobiliyatlarga nechog'lik ta'sir ko'rsatayotganligini o'rganish, shu asosda ishni tashkil etish psixologiya metodlarini didaktik metodlar bilan uyg'unlashtirishni taqozo etadi. Ayniqsa, ma'naviy barkamollik tamoyillarini maktabda va yangi tipdagi ta'lim muassasalarida, xususan, Akademik lisey va Kasb-hunar kollejarida joriy etish ham shaxs psixologiyasini teran bilgan holda o'qitishning eng ilg'or va zamonaviy shakllarini amaliyotga tadbiiq etishni nazarda tutadi.

Psixologiya va tabiiy fanlar

Biologiya, fiziologiya, ximiya, fizika va boshqa fanlar psixik hodisalar va jarayonlarning tabiiy-fiziologik mexanizmlarini tushunish va shu orqali ularning kechishi qonuniyatlarini obyektiv o'rganish uchun material beradi. Ayniqsa, bosh miyaning hamda markaziy asab sistemasining psixik faoliyatlarini boshqarishda va ularni muvofiqlashtirishdagi rolini e'tirof etgan holda psixologiya fani tabiiy fanlar erishgan yutuqlar va ulardagi tadqiqot uslublaridan omilkorona foydalanadi. Masalan, shaxs qobiliyatlarini diagnostika qilish uning tug'ma layoqatlari hamda orttirilgan sifatlarini bir vaqtda bilishni taqozo etgani sababli, o'sha tabiiy layoqatning xususiyatlarini aniqlashda psixofiziologiyaning qator usullaridan (miya assimetriyasi qonunlari, miya bioritmlarini yozib olish, neyrodinamik hodisalarni aniqlash, qon aylanish va tana haroratini o'lchash metodlari) o'z o'rnida foydalanadi va biologiya, anatomiya, fiziologiya, neyrofiziologiya kabi fanlarning shu kungacha erishgan yutuqlaridan foydalanadi. Shuning uchun tabiiy fanlar sohasida erishilgan barcha yutuqlar psixologiyaning predmetini mukammalroq yoritishga o'z hissasini qo'shgan.

Psixologiya va kibernetika

Kibernetika fani sohasidagi erishilgan yutuqlar psixologiya uchun ham ahamiyatli va zarur bo'lib, u inson shaxsining o'z-o'zini boshqarish va psixik jarayonlarni takomillashtirish borasida axborotlar texnologiyasi va kibernetika tomonidan qo'lga kiritilgan yutuqlar va tadqiqot metodlari, maxsus dasturdan o'z o'rnida foydalanadi. Ayniqsa, ma'lumotlar asri bo'lgan XX va har bir alohida ma'lumotning qadr-qimmati oshishi bashorat qilingan XXI asrda global informasion jarayonlar va yangi ilg'or texnologiyalarni modellashtirish borasida psixologiya hamda kibernetika hamkorligining salohiyati yanada ortadi. Masalan, oddiy muloqot jarayonini

yanada takomillashtirish, har bir so'zning shaxslararo munosabatlardagi ta'sirchanligini oshirish maqsadida hamda ana shunday ijtimoiy faoliyat jarayonida shaxs tizimini takomillashtirishda turli kibernetik modellaridan o'rinli foydalanish zamonaviy psixologiyaning jamiyatdagi o'rni va rolini oshiradi, maxsus kompyuter dasturlarining keng qo'llanilishi inson miyasi va ruhiy olami sirlarini tez va aniq o'rganishni kafolatlaydi.

Psixologiya va texnika fanlari

Texnika fanlari bilan psixologiyaning o'zaro aloqasi va hamkorligi ayniqsa, asr oxiriga kelib yaqqol sezilmoqda. Bir tomondan murakkab texnikani boshqaruvchi inson ongi muammosini yechishda, ikkinchi tomondan, psixik hayotning murakkab qirralarini ochishda maxsus texnik vositalardan foydalanish zarurati bu ikki yo'nalishning erishgan yutuqlarini birlashtirishni nazarda tutadi. Masalaning yana bir alohida tomoni ham borki, u ham bo'lsa, texnika progressiga intilayotgan bir vaqtda murakkab texnika va mashinalar bilan "muloqot" qilayotgan shaxs faoliyatini yanada mukammallashtirish va uning imkoniyatlariga moslash masalasi ham ana shu hamkorlikda hal qilinishi lozim bo'lgan masaladir. Ayniqsa, mustaqil O'zbekiston uchun murakkab zamonaviy texnika sir-asrorlarini biladigan, uning jamiyat va fan ravnaqiga xizmatini ta'minlash qanchalik dolzarb bo'lsa, ana shu texnikaga har bir oddiy fuqaro ongi, tafakkuri va qobiliyatlarini moslashtirish va "odam – mashina" dialogining eng samarali yo'llarini izlab topishi juda muhim. Texnika bilan bemalol "tillashadigan" malakali mutaxassislar tayyorlash borasida ham texnika fanlari pedagogika va psixologiya fanlari metodlaridan foydalana olsagina, muvaffaqiyatga erishadi.

Psixologiya va iqtisodiyot

Iqtisodiyot bilan psixologiyaning o'zaro aloqasi va hamkorligi ham XX asrning yangiliklaridan bo'lib, ayniqsa, bozor munosabatlariga bosqichma-bosqich o'tish sharoitida iqtisodiy ong, iqtisodiy tafakkur hamda iqtisodiy xulqning o'ziga xos namoyon bo'lish qonuniyatlarini o'rganishda ikkala fan ham tenglikda xizmat qiladi. O'zbekiston Prezidenti I.Karimov mustaqillikning dastlabki yillaridayoq fuqarolarda, birinchi navbatda, yoshlarda yangicha iqtisodiy tafakkur shakllanishining jamiyat iqtisodiy taraqqiyotidagi ahamiyatiga e'tiborni qaratgan edilar. Demak, yangi davr shaxsini tarbiyalash va uning jamiyatga moslashuvi masalasida psixologiya iqtisodiyot fanida qo'lga kiritgan yutuqlar, yangiliklar va iqtisodiy samaraga erishish omillarini hisobga olsa, iqtisodiyot o'z navbatida iqtisodiy islohotlarning obyekt hamda subyekt bo'lmish inson omilidagi barcha psixologik o'zgarishlarni aniqlash, tahlil qilish va shu asnoda bashorat qilish vazifasini yechishi kerak. Bundan tashqari, menejment, marketing, boshqaruv sohasidagi har bir izlanish, xoh u iqtisodchi tomonidan amalga oshiriladimi, xoh psixologlar tomonidanmi, baribir, ishlab chiqarishning samaradorligini oshirishda shaxsning individual qobiliyatlarini inobatga olish, insonlar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarning sirlarini mukammal bilish, inson resurslari masalalriga to'g'ri omilkorona yondashishni taqozo etadi. Bu esa o'z navbatida shaxs va guruhlar psixologiyasini bilish va ishlab chiqarishning iqtisodiy omillarini odam qobiliyatiga muvofiqlashtirishni nazarda tutadi.

Yuqorida ta'kidlangan fan tarmoqlari psixologiya bevosita uzviy aloqada rivojlanadigan fanlarning asosiy qismi xolos. Bugungi kunda har bir fan rivoji uchun inson omilini hisobga olish zarur ekan, psixologiya o'sha barcha fanlar bilan aloqada va hamkorlikda rivojlanadi. 1.2-rasmda psixologiya aloqador bo'lgan asosiy fan tarmoqlari aks ettirilgan.

Mazkur fikrlar va psixologiya bevosita aloqador bo'lgan fanlarning xarakteriga suyangan ravishda bugungi kunda psixologiyadan ajralib chiqqan alohida tarmoqlar to'g'risida ham fikr yuritish mumkin.

2.4. Psixologiyaning tadbqiqiy va amaliy sohalari

Hozirgi zamon ilm-fanining qadri va ahamiyati uning nechog'li amaliyotga kirib borib, tadbqiq salohiyati ortib borishi bilan baholanadi. Psixologiyaning oxirgi yillardagi taraqqiyoti ham aynan ana shu mezon talablariga javob berishi bilan xarakterlanadi.

Jamiyatimizda esa psixologik bilimlarni bevosita amaliyotga tadbqiq etishga ehtiyoj katta. Birgina O'zbekistonda kadrlar tayyorlashning milliy dasturini oladigan bo'lsak, uning bajarilishi va muvaffaqiyatli amalga oshirilishi uchun psixologiyaning aralashuvi zarur. Joylarda tashkil etilgan "Tashxis markazlari" va Oliy va o'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi muassasalaridagi ta'lim-tarbiya jarayonlarini, ma'naviy muhitni ilmiy-amaliy tadbqiq qilish, yoshlar ijtimoiy faolligini sosiologik, psixologik va pedagogik qo'llab-quvvatlash, muammolarni o'z vaqtida aniqlash hamda bartaraf etish ishlarini muvofiqlashtiruvchi, ilmiy-metodik yordam ko'rsatuvchi "Ta'lim-tarbiya jarayonini sosiologik, psixologik va pedagogik qo'llab-quvvatlash xizmat"larida faoliyat ko'rsatayotgan mutaxassislar talabalardagi rivojlanish tendensiyalari, aqliy o'sish omillari va iqtidoriga qarab ta'lim-tarbiyani tashkil etishlari uchun qator diagnostik tadbqirlarni o'tkazishlari zarurki, bu tadbqirlar oxir-oqibat real samara berishi lozim.

Ta'kidlash zarurki, tadbqiq psixologiyadagi "samara"ni o'lchash mezonlari bilan nazariy psixologiyadagi samara tushunchalari biroz farq qiladi. Ya'ni, bu yerda bevosita buyurtmaning bajarilishi sifatiga buyurtmachining o'zi baho beradi. Shuning uchun ham amaliy psixologiyaning alohida tarmog'i bo'lmish ijtimoiy psixologiya bilimlarining amaldagi ehtiyojini uch asosiy sabab bilan tushuntirishi mumkin:

✚ kichik korxonalar yoki yirik firmalardan tortib, toki hukumat darajasidagi idoralar ham o'z faoliyati samaradorligini oshirish uchun tobora insonlar faoliyati va ulardagi zahiradan omilkorona foydalanishning psixologik manbalarini qidirish lozimligini tushunib yetmoqdalar;

✚ professional psixologlarning o'zi ham o'z ishlaridan keladigan obro'-e'tiborning amaliy sohalarida ishlay olish qobiliyatlariga bog'liq ekanligini tushunib yetmoqdalar. Ya'ni, hayotda bevosita samarasi ko'rinmaydigan nazariyaning bugun hych kimga keragi bo'lmay qoldi;

✚ amaliyotda ishlayotgan boshqa soha vakillari ham agar psixologik tayyorgarlikdan o'tgan bo'lsalar, ishni tashkil qilishga uquvlari yaxshiroq va ishlari unumliroq bo'lishini tushunib yetmoqdalar. Shuning uchun ham ko'plab yangi turdagi markaz va firmalar, qo'shma korxonalarda amaliyotchi psixologlar ishlamoqdalar.



Davr talabi shunday bo'lmoqdaki, u yoki bu faoliyat sohalarida odamning individual va tipologik xususiyatlarini inobatga olib ish tashkil etilsa, samarasi yaqqol ko'rinib qolganligini maxsus psixologik bilimga ega bo'lmagan xodimlar yoki rahbarlar tushunib yetmoqdalar. Shu sabab bugun iqtidorli rahbarlar va o'z ustida muttasil ishlab, o'z ish joyida samarali ishlashni xohlaganlar ish stolida Karnegi, Mayer, Vigotskiy, Makey kabi yirik amaliyotchi psixologlarning asarlarini ko'rish mumkin. Bu kitoblarda odamlar bilan samarali ishlash sirlari, o'z iqtidorini o'stirish usullari ommabop tarzda yozilgan. Oxirgi yillarda Karnegilar kitobiga o'xshash amaliy kitoblar soni ko'payib ketdi. Mamlakatimizda ham yangicha g'oyalar targ'iboti, milliy istiqlol mafkurasi tamoyillarini keng mehnatkashlar ongiga yetkazishda ham turli psixologik manbalardan foydalanish, ommabop o'qimishli asarlar yozish texnologiyalari bayon etilgan manbalar sekin-astalik bilan ko'paymoqda. Kitobshunoslar, yozuvchi va olimlar oldiga qo'yilgan asosiy talab ham xalq ongi va ruhiyatiga tez ta'sir qilishga qodir tushunarli asarlar yozishdan iborat. Bu esa psixologiyani bilishni, voizlik san'atidan bahramand bo'lishni, auditoriyaning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari, verbal-noverbal ta'sirning psixologik qoidalarini bilishni taqozo

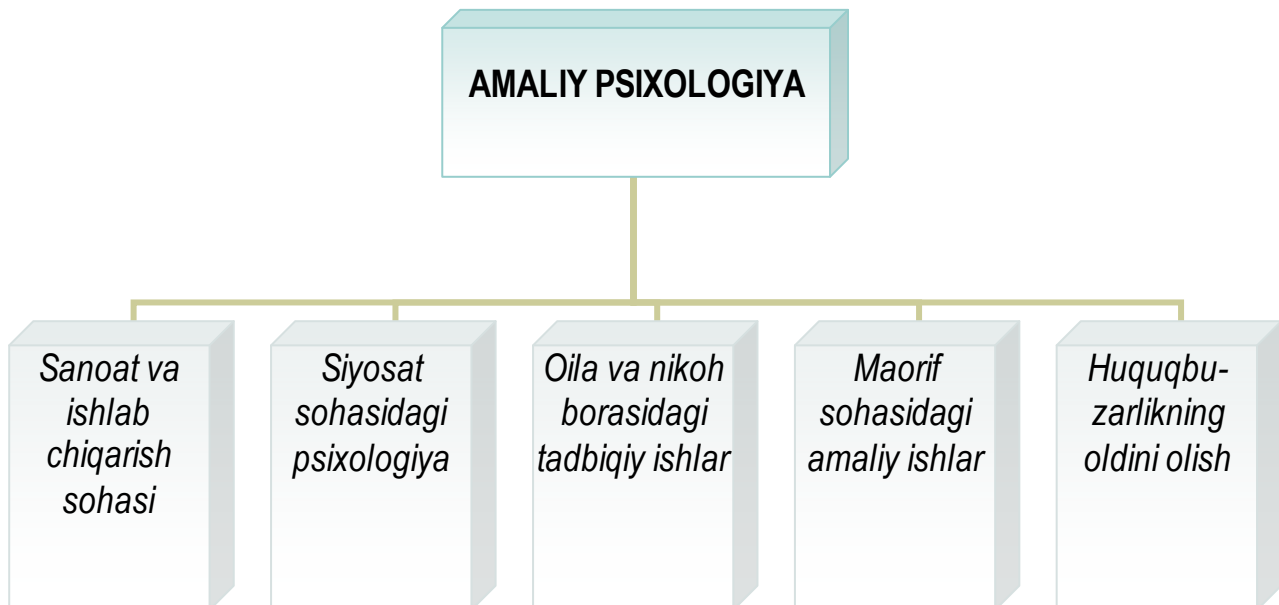
etadi.

2.5. Amaliy psixologiyaning asosiy yo'nalishlari

Amaliy hamda tabiiy psixologiya sohalarining o'ziga xos jihatlari avvalo shundan iboratki, ular jamiyatning bevosita bugungi kundagi *talablari va buyurtmalariga* ko'ra ish yuritadi.

Sanoat va mahsulotlar ishlab chiqarish sohasida tabiiy ishlar birinchi navbatda tashkilotda kadrlar zahirasini to'g'ri va oqilona tashkillashdan tortib, xodimlar ish sharoitlari va mehnat unumdorligiga ta'sir etuvchi omillar kompleksini ilmiy ravishda o'rganib, hayotda natija olishga karatilgan harakatlar majmuidir. Hozirgi bozor munosabatlari sharoitida ushbu yo'nalishdagi tabiiy ishlarining ikki sohasini ajratish mumkin:

-  *marketing xizmatlari*
-  *xodimlar (personal) bilan ishlash.*



4-rasm. Amaliy psixologiyaning asosiy yo'nalishlari

Sanoat va ishlab chiqarish sohasi

Birinchi eng zamonaviy va muhim ish bo'lib, bu yerda psixologning vazifasi "Nimani?" va "Kim?" xarid qilib olishga ehtiyoji borligini o'rganishga ko'maklashishdir. Chunki, talab bilan ehtiyoj bevosita shaxsga va uning psixologik munosabatlari tizimiga aloqador kategoriyalar bo'lib, bozor va raqobat sharoitida korxonalar yoki tashkilotlarning samarali ishlab ketishi eng avvalo xaridorgir tovar mahsulotlarni ajratib, ularning odamlar talab-ehtiyojiga qanchalik mosligini aniq tahlil qilishdan boshlanadi. Marketing munosabatlari aslida odamlar o'rtasidagi sof psixologik munosabatlar bo'lib, uning negizida odamlar o'rtasidagi jonli muloqot o'rnatilgan olish, ta'b va didlar tarbiyasi yotadi. Shuning uchun biz bugun odamlarda to'g'ri marketing tafakkurini shakllantirish vositalarini qidirishimiz va talab-taklif munosabatlarini real ishlab chiqarish imkoniyatlari bilan muvofiqlashtirishda inson psixologiyasi xususiyatlarini inobatga

olib ishlashga o'rganishimiz kerak. Biz aniq va to'g'ri javoblar olishimiz kerak bo'lgan savollar turkumi 2-jadval bo'yicha quyidagilardan iborat bo'ladi.

Demak, marketing xizmatida javob berilishi zarur bo'lgan savollardan ko'rinib turibdiki, har bir savolga beriladigan javobning orqasida konkret odamlar, ularning qobiliyatlari, manfaatlari va ish unumi yotadi. Shuning uchun bu sohada psixologik xizmat zarur.

2-jadval. Psixologiyani qanday qilib sotish mumkin?, deb nomlangan Case Study

Nima sotiladi?	– Test natijalari;
Nima uchun?	– Imkon qidirib pul ishlash, o'z imkoniyatlarni tekshirish, shaxsiy ish ochish;
Kim ?	– Firma yoki konkret kishilar;
Nima ?	– Xilma-xil testlar batareyasi;
Kimga ?	– Turli kasb egalariga, talabalarga, xodimlarga;
Qayerda? Qachon?	– Zarurat bo'lgan har qanday joyda;
Qanday qilib?	– Minimal vaqt sarflab, tez va soz;
Qancha?	– Test o'tkazuvchilarning soni va imkoniyatiga qarab;
Kim bilan?	– Shu firma xodimlari bilan.

Ikkinchi soha – kadrlar va ular bilan bevosita ishlash sohasi. Bu kadrlarni ishga jalb etishda bilish zarur bo'lgan qobiliyatlari va shaxsiy fazilatlaridan tortib, ularni to'g'ri yo'naltirish, o'z joyiga qo'yish, tashkilot doirasida guruhlarini shakllantirish, xodimlarga ma'lumotlarni o'z vaqtida yetkazish bilan bog'liq kadrlar siyosatini olib borishga aloqador xizmatdir. Psixolog bu o'rinda asosan maslahatchi – konsultant va ekspert sifatida rol o'ynaydi.


Siyosat sohasidagi psixologiya

Har bir davr o'z kishilari ongida beixtiyor siyosiy ongni shakllantiradi va odamlar uning tamoyillariga bo'ysunadilar. Siyosat borasidagi psixologik masalalarga psixolog aralashuvining zarurati har doim bo'lmasa-da, ayrim paytlarda – yirik islohotlar boshlanishi arafasida, saylov oldi kompaniyalarda, yangi siyosiy liderlarning xalq tomonidan qabul qilinishi jarayonlari, ko'pchilik auditoriyaga zarur ma'lumotlarni yetkazish, ijtimoiy ustanovkalarni o'zgartirish, siyosiy arboblarning imidjini omma ongiga singdirish paytlarida psixologik ta'sir vositalaridan o'rinni foydalanish, maslahatlar berish va ayrim guruhlar e'tiqodiga ta'sir etish kerak bo'lganda kerak bo'ladi.

Siyosiy sohasida ishlayotgan psixolog ishining o'ziga xos jihatlari bo'lib, unga quyidagilar kiradi:

✚ siyosatda psixolog aralashuvi ko'pchilik ommaga bevosita aloqador bo'lmaydi;
 ✚ zarurat tug'ilganda, psixolog shunday tez va ishonchli o'lchaydigan metodikalarni ishlatadiki, ularning natijalari sir saqlanib, o'sha buyurtmachi-siyosatchining talabiga ko'ra izlanishlar olib boriladi;

✚ psixolog har bir siyosatchi uchun shunday ishonchli shaxs bo'lishi lozimki, undan odamlarning kayfiyatlari, reaksiyalari, his-kechinmalari xususida aniq ma'lumotlar so'raladi;

 o'ziga xos qiyinchilik shundan iboratki, jamoatchilik psixolog qiyofasida ko'pincha liderning bevosita "odamini" ko'rishga moyil bo'lib, liderning o'zi ham ba'zan o'ta professional psixologdan xadixsirab qolishi mumkin.

Shuning uchun yuqorida ta'kidlaganimizdek, zarur paytlarda siyosiy arboblarning psixolog xizmatiga murojaat qilishlari va undan, asosan, biror jiddiy ijtimoiy loyihalarni qabul qilish jarayonida yordam berishini so'rashi mumkin. Buning uchun psixologdan jamoatchilik fikrini psixologik tahlil qilib berish, va shu asosda fuqarolarning ustanovkalari va kayfiyatlariga ijobiy ta'sir ko'rsatuvchi omillarni birgalikda ajratish vazifasini hal qilishlari mumkin. Saylov oldi kompaniyalarda esa, psixologning asosiy vazifasi odamlarning kayfiyatini o'rgangan holda da'vogar imidjini shakllantirishga, odamlarga yoqtirishga sabab bo'ladigan shaxsiy fazilatlar algoritmini tuzish, omma oldiga chiqishga psixologik tayyorlash, raqiblarning bahslashish madaniyati va etikasi borasida psixologik yo'l-yo'riq va usullar borasida ma'lumotlar almashinish kerak bo'ladi.

O'zbekiston sharoitida siyosiy psixologiyaning o'zi juda zaif rivojlangan tarmoq bo'lgani sababli ham uni rivojlangan davlatlar tajribasiga tayangan holda rivojlantirish davr talablaridan biridir.

Oila va nikoh borasidagi tadbqiqiy ishlar

O'zbekistonda endi shakllanayotgan, lekin nazariy nuqtai nazardan ma'lum an'analarga ega bo'lgan sohadir. 1998 yilning Prezidentimiz tomonidan "Oila yili" deb e'lon qilinishi joylarda psixologik xizmat o'choqlarining paydo bo'lishiga, poytaxtda Respublika "Oila" ilmiy-amaliy Markazi va uning mintaqalarda bo'limlari ochilishiga, ular orqali joylarda psixologik xizmatni tashkil etishga turki bo'ldi. Psixolog bu yerlarda yoshlardagi oila va nikoh borasidagi tasavvurlarning to'g'ri shakllanishidan tortib, toki muammoli, hattoki, ajrim bo'lgan oila a'zolariga psixologik maslahatlar berish, "ishonch telefonlari" orqali maslahatlar uyushtirishni o'z zimmasiga oladi. Hozirgi kunga kelib, hukumatning, shaxsan Prezident I.Karimovning oila, onalik va bolalikni muhofaza qilib borasidagi say'-harakatlari, oilashunoslar maktabining tashkil bo'lganligi aynan oila psixologiyasining eng tadbqiqiy va amaliy sohaga aylanishiga sabab bo'ldi. Respublika miqyosida o'tkazilayotgan tadqiqotlar natijasida nikohning mustahkam bo'lishiga olib keladigan ijtimoiy-psixologik, ma'naviy omillar o'rganildi, ular asosida joylarda o'z-o'zini boshqarish organlari hamda xotin-qizlar faollari orqali ularning natijalarini turmushga joriy qilish ishlari ancha takomillashdi. Bundan tashqari, "oila-maktab-mahalla" tizimida milliy istiqolol g'oyalarini yoshlar tarbiyasi jarayoniga singdirish konsepsiyasi ishlab chiqildi va bu boradagi ilmiy-amaliy ishlar jadal davom ettirilmoqda.

Maorif sohasidagi amaliy ishlar

Maorif sohasida olib borilayotgan amaliy ishlar boshqa sohalarga nisbatan anchagina yaxshi tajribaga ega. Ayniqsa, O'zbekistonda kadrlar tayyorlashning milliy dasturi qabul qilingandan so'ng tashkil qilingan yangi tipdagi ta'lim muassasalari – Akademik liseylar va Kasb-hunar kollejlariga bir nechtdan psixologlar shtati kiritilgan va ular aynan tadbqiqiy muammolar – bolaning o'quv jarayoniga psixologik jihatdan tayyorligini diagnostika qilishdan tortib, professional va kasb mahoratini rivojlantirishgacha bo'lgan barcha muammolarni hal qilishga "aralashadi".

Huquqbuzarlikning oldini olish

Qonunga zid harakat qilganlarni psixologik reabilitasiya qilish muammosi ham har doim ham psixolog aralashuvini talab qilib kelgan. Chunki jinoyatchi yoki huquqbuzar shaxsi o'z-o'zidan shakllanib qolmaydi, uni shakllantiruvchi omillar, motivlar, bolani qayta tarbiyalash, reabilitasiya masalalari ijtimoiy-psixologik jarayonlar mohiyatini bilish va ularga faol ta'sir ko'rsatishni talab qiladi. Shuning uchun ham mamlakatimizda yoshlar o'rtasida huquqiy ma'rifat va huquqiy madaniyatni shakllantirishga juda katta e'tibor qaratilgan va bu ishda amaliyotchi xodim – psixologning o'rni va roli katta bo'ladi.

Yuqorida e'tirof etilgan psixologiyaning tadbqiqiy sohalari uchun umumiy narsa shuki, bu sohalarda ishlaganlar avvalo yaxshi psixodiagnost, ya'ni psixologiya metodlarini o'z o'rnida samarali ishlatishni bilishi, yaxshigina *psixoterapevt* va *psixokorrektor*, ya'ni aniqlangan muammo yoki "kasallikni" tuzatuvchi mohir professional bo'lishi kerakligini taqozo etadi. Mashhur rus psixologi Galina Andreyevaning fikrlarini biroz o'zgartirib shuni aytish mumkinki, "psixologiyaga buyurtmani jamiyatning o'zi beradi". Bugun amaliy psixologlar uchun jamiyatning buyurtmalari nihoyatda ko'p. Ular asosan jamiyatni barqarorlashtirish va demokratik jarayonlarni yanada erkinlashtirishga xizmat qiluvchi buyurtmalar bo'lib, ularni muvaffaqiyati ko'proq psixolog kadrlar va ular bilan hamkorlikda ishlovchi buyurtmachi-tashkilot va muassasalarning xodimlariga, davr bilan hamnafas ishlay olish qobiliyatlariga bevosita bog'liq. O'zbekistonda kadrlar tayyorlash milliy dasturining amaldagi muvaffaqiyati aynan shu jamiyatning talab va takliflari bajarilishi bilan uyg'un, bu ishlarning samarali amalga oshirilishi uchun konseptual kafolatdir.

2.6. Asosiy tushuncha va atamalar

Psixologik bilimlar; psixologiya tarixi; antik dunyo; empirik psixologiya; eksperimental psixologik laboratoriya; strukturalizm; funksionalizm; bixeviorizm; psixoanaliz; "id (u) – ego (men) – superego (mendan oliy)"; libido; agressiv energiya; interaksionizm; kognitivizm; gishtald psixologiya; psixologiya va falsafa; psixologiya va tarix; psixologiya va sosiologiya; psixologiya va pedagogika; psixologiya va tabiiy fanlar; psixologiya va kibernetika; psixologiya va texnika fanlari; psixologiya va iqtisodiyot; sanoat va ishlab chiqarish sohasi; siyosat sohasidagi psixologiya.

2.7. Rezyume

Darhaqiqat psixologik bilimlarning paydo bo'lishi o'z navbatida "Psixologiya" fanning shakllanishiga sababchi bo'ldi. Fanda ushbu bilimlarni e.av. 4-5-asrlar va 16-17-asrlardagi rivoji esa, amaliy psixologiya sohasining o'ziga xos taraqqiyot bosqichi, deb qabul qilindi. Strukturalizm, funksionalizm, bixeviorizm, freydizm, gishtaldizm, kognitivizm yo'nalishlarning yuzaga kelishi, ularning asoschilari hamda izdoshlari mazkur fanning shakllanishi uchun munosib ulushlarini qo'sha oldilar va nomlarini tarixda qoldirdilar. Shuningdek, psixologiya fan sifatida falsafa, tarix, sosiologiya, pedagogika, tabiiy fanlar, kibernetika, texnika fanlari, iqtisodiyot hamda qator fanlar bilan doimiy ravishda o'zaro aloqa qoladi. Uning sanoat va ishlab chiqarish sohasi; siyosat sohasidagi psixologiya; oila va nikoh borasidagi tadbqiqiy ishlar;

maorif sohasidagi amaliy ishlar; huquqbuzarlikning oldini olish kabi sohaları hozirgi kunda alohida ravishda o'zining mustaqil faoliyatini yuritmoqda.

2.8. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Psixologik bilimlarning paydo bo'lishining tarixiy davrlarini qanday izohlaysiz?
2. Psixologiyaning ilmiy fan sifatida shakllanishi davri qaysi asrga to'g'ri keladi va u haqda nima bilasiz?
3. Birinchi eksperimental psixologik laboratoriyaga kim asos solgan?
4. Bixeviorizm oqimi qachon paydo bo'lgan va uning asosiy g'oyasi nimani anglatadi?
5. "Id (U) – Ego (Men) – Superego (Mendan oliy)" tushunchalarini mohiyatini qanday asoslab bera olasiz?
6. Psixologiyaning fanlar tizimida qanday o'rin tutadi?
7. Psixologiyaning tabiiy va amaliy sohalarining hozirgi zamon muammolari nimalardan tashkil topgan?
8. Mahalliy sharoitda amaliy psixologiyaning qanday asosiy yo'nalishlari taraqqiy etgan yoki shakllanib bormoqda?
9. Siyosiy sohasida ishlayotgan psixolog ishining o'ziga xos jihatlari nimalardan iborat?
10. Psixologiyaning maorif sohasidagi amaliy ishlari Kadrlar tayyorlash milliy dasturi rejalari bilan qanday uzviy bog'langan?

2.9. Bibliografiya

- Bolotova A.K.* Prikladnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov / A.K. Bolotova. – M.: Gardariki, 2006. – 382 s.
- Yenikejev M.I.* Obshaya i sosialnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Norma, 2005. – 624 s.
- Zarochensev K.D., Xudiyakova A.I.* Eksperimentalnaya psixologiya: Uchebnik. – M.: TK Velbi, Izd-vo Prospekt, 2005. – 208 s.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* Psixologiya. Ma'ruzalar matni. 1-qism. – T.: TDIU, 2005. – 208 b.
- Klimov. Ye.A.* Vvedeniye v psixologiya truda: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Kultura i sport YuNITI, 1998. – 343 s.
- Lipatov S.A.* Metodi sosialno-psixologicheskoy diagnostiki organizatsiix // Vvedeniye v prakticheskuyu sosialnuyu psixologiyu / Pod obsh. red. Yu.M. Jukova, L.A. Petrovskiy, O.V.Slovyevoy. – M: Nauka, 1993. – 456 s.
- Nemov R.S.* Psixologiya: Uchebnik. – M.: Vissheye obrazovaniye, 2005. – 639 s.
- Nemov R.S.* Psixologiya. Uchebnik dlya studentov vissh. ped. ucheb. zavedeniyy: V 3-x t – M.: Gumanit. izd. sentr VLADOS, 2003. – 576 [640; 608] s.
- Nurkova V.V., Berezanskaya N.B.* Psixologiya: Uchebnik. – M.: Vissheye obrazovaniye, 2006. – 484 s.
- Prikladnaya sosialnaya psixologiya / Pod red. A.N.Suxova i A.A.Derkacha. – M.: Izd-vo "Institut prakticheskoy psixologii"; Voronej: Izd-vo NPO "MODEK", 1998. – 688 s.

- Psixologiya. Uchebnik / Otv. red. prof. *A.A.Krilov*. – 2-ye izd., pererab. i dop. – M.: Izd-vo: PROSPEKT (TK Velbi). 2004. – S. 37-52.
- Psixologiya. Uchebnik dlya ekonomicheskix vuzov / Pod obsh. red. *V.N.Drujinina*. – SPb.: Piter, 2002. – 672 s.
- Slovar prakticheskogo psixologa // Sost. *S.Yu.Golovin*. – Minsk: Xarvest, M.: OOO “Izdatelstvo AST”, 2003. – 800 s.
- Tixomirov O.K.* Psixologiya: Uchebnik / Pod red. *O.V. Gordeyevoy*. – M.: Vissheye obrazovaniye, 2006. – 538 s.
- Tumasova S.A., Shamxalova S.Sh.* Psixologiya: Uchebnoye posobiye. – M.: Izd-vo RIOR, 2006. – 120 s.

III Bob

PSIXIKANING NERV-FIZIOLOGIK ASOSLARI

Bobning qisqacha mazmuni

Nerv sistemasining tuzilishi. Nerv hujayrasi, uning o'simtalari va ulami qoplovchi pardalar. Neyron. Qo'zg'aluvchanlik va o'tkazuvchanlik. Diffuz nerv sistemasi.

Markaziy nerv sistemasi. Bosh miya. Orqa miya. Ketingi miya. O'rta miya. Oraliq miya. Oldingi miya. Uzunchoq miya, Varoliy ko'prigi va miyacha. To'rt tepalik, qizil yadro va miyaning boshqa ba'zi bir uchastkalari. Vegetativ markazlar. Miya dastasi. Oldingi miyaning o'ng va chap yarim sharlari. Bosh miya yarim sharlari po'stining yuza qismlari. Bosh miya po'stining qismlari.

Bosh miya va psixik funksiyalar. I.P.Pavlovning yuksak nerv faoliyatiga doir tekshirishlari. Yuksak psixik funksiyalar.

3.1. Nerv sistemasining tuzilishi

Psixikaning moddiy asosi nerv sistemasi va bosh miya hisoblanadi. Shu sababli nerv sistemasining tuzilishini va qanday ishlashini bilmasdan turib, psixik hayot hodisalarini tushunib bo'lmaydi.

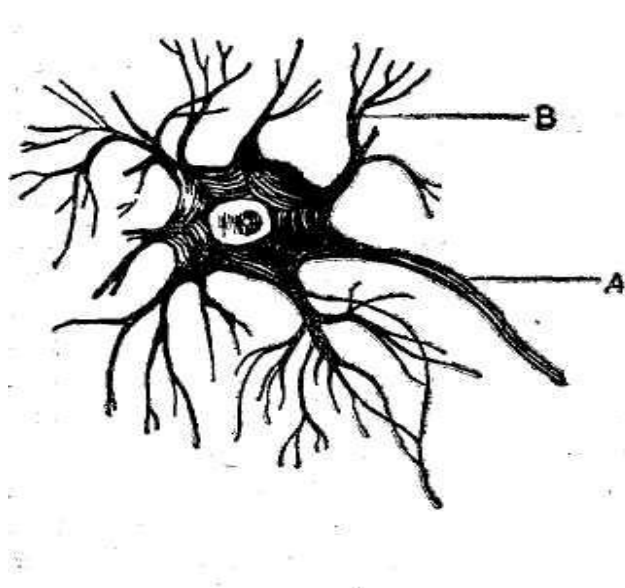
Nerv siyemasi nerv to'qimasidan iborat, bu to'qima esa nerv hujayralaridan tashkil topgan. Nerv hujayrasi protoplazmadan tuzilgan tana bo'lib, ikki turli o'simalari bor, bu o'simalarning bir xillari kalta, boshqa bir xillari uzun bo'ladi. Kalta o'simalari sertarmoq bo'lib, dendritlar deb ataladi. Uzun o'simalari aksonlar yoki neyritlar deb ataladi. Har bir hujayrada bu o'simalar ikkitadan ortiq bo'lmaydi. Neyrit ikkita pardabilan o'ralgan. Neyritga yopishib turadigan birinchi pardasi yog'simon parda bo'lib, uni et parda yoki mielin pardasi deb ataladi. Ikkinchi tashqi pardasini shvann pardasi deyiladi. Bu pardalar toladan o'tuvchi nerv qo'zg'alishini ajratib turuvchi izolyasiyadek bir vazifani o'taydi. Neyrit, odatda, nerv tolasi, deb ataladi.

Nerv hujayrasi, uning o'simalari va ularni qoplovchi pardalar birgalikda **neyron** deb ataladi. Nerv sistemasi juda ko'p neyronlardan tuzilgan. Nerv tolalari miyadan tutam-tutam bo'lib chiqib nerv stvolini yoki, oddiy so'z bilan aytganda, nervni hosil qiladi.

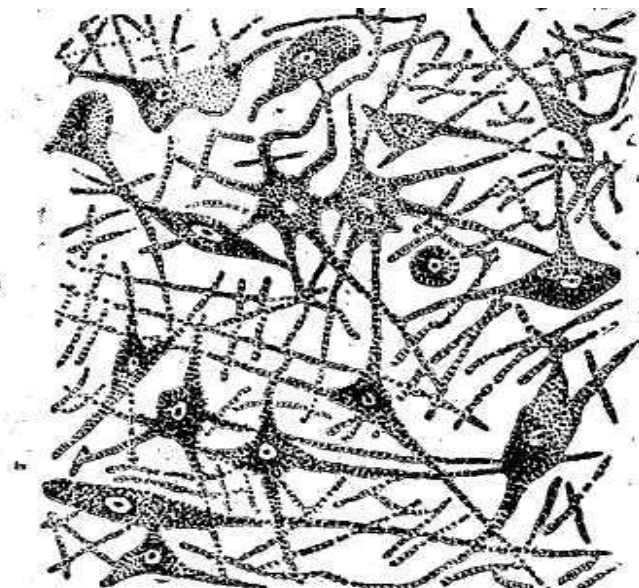
Nerv hujayralari va mielinli tolalar to'plami miyaning kul rang moddasini, mielinli nerv tolalarning to'plami esa miya-ning oq moddasini tashkil etadi. Hujayralar – ularning yadrolari va tolalari sinapslar degan maxsus mayda tolachalar yordami bilan bevosita bog'lanadi (sinaps grekcha so'z bo'lib, "ilgak" degan ma'noni bildiradi).

Nerv sistemasining maxsus xossalari bor, bu xossalardan asosiylari **qo'zg'aluvchanlik** va **o'tkazuvchanlikdir**. Bu xossalar shundan iborat.

Agar nerv tolasining biron joyiga tegilsa, issiq; sovuq, elektr toki, ximiyaviy moddalar va boshqa shu kabilar bilan ta'sir etilsa, yoki qo'zg'atilsa, nerv tolasining qo'zg'atilgan joyida maxsus fiziologik jarayonlar ro'y beradi, buni **qo'zg'alishi** deyiladi.



5-rasm. Nerv hujayrasi



6-rasm. Diffuz nerv sistemasi

Agar nerv tolasini yetarli darajada qo'zg'atilsa, bu qo'zg'alish sodir bo'lgan joyidagina qolmay, balki nerv tolasini bo'ylab tarqaladi va bir nerv hujayrasidan ikkinchi nerv hujayrasiga

o'tadi, nihoyat, qo'zg'atish kuchi muayyan darajaga yetganda qo'zg'alish butun nerv sistemasiga yoyilishi mumkin.

Nerv to'qimasida qo'zg'alish jarayoni yuz berganda bir qancha hodisalar: elektr, ximik, issiqlik hodisalari paydo bo'ladi. Yonma-yon turgan bir nerv hujayrasining aksoni bilan ikkinchi nerv hujayrasining tutashadigan joyi – sinapslar borligi tufayli, qo'zg'alish nerv tolalarida bir tomonga tarqaladi. Mielin pardasi borligidan, qo'zg'alish nerv tolasida ayrim-ayrim tarqaladi.

Odamning nerv sistemasi hayvonot olamining uzoq evolyusiyasi jarayonida va odamning tarixiy taraqqiyoti davomida vujudga kelgan. Nerv sistemasi birinchi marta kovak ichli hayvonlarda ro'yi rost ko'rinadi. Bu nerv sistemasi butun organizmga yoyilgan ayrim hujayralardan tuzilgan. Masalan, gidroid poliplarning nerv sistemasi shunday bo'ladi. Bu – *diffuz* tipda tuzilgan nerv sistemasidir

Umurtqali hayvonlar bilan odamda nerv sistemasi murakkab tuzilgan bo'lib, uch qismga – markaziy, periferiyadagi va vegetativ qismlarga bo'linadi.

3.2. Markaziy nerv sistemasi





Markaziy nerv sistemasi bosh miya bilan orqa miyadan tarkib topgan. **Orqa miya** umurtqa pog'onasining kanalida joylashgan bo'lib, nerv to'qimasidan tuzilgan va shaklan go'yo yo'g'on chilvirga o'xshaydi. Orqa miya uzunasiga ketgan ikkita egat bilan ikki qismga: o'ng va chap qismlarga bo'linadi. Orqa miyaning atrof-chekkasida oq modda (nerv tolalarining to'plami), o'rtasida esa kul rang modda (nerv hujayralarining to'plami) joylashganligini orqa miyaning ko'ndalang kesigidan ko'rish mumkin. Kul rang modda kesigi shaklan kapalakka o'xshaydi. Orqa miya oldingi qismlari oldingi ildizchalar, orqadagi qismlari orqadagi ildizchalar, deb ataladi.

Orqa miyada nerv tutam bo'lib joylashgan, qo'zg'alish periferiyadagi nerv uchlaridan, skelet muskullari, teri, shiliq pardalardagi nerv uchlaridan shu nerv tolalarning tutamlari orqali nerv impulslari shaklida bosh miyaga yetib boradi va bosh miyadan periferiyaga keladi. Nerv tolalarining ana shu tutamlari o'tkazuvchi yo'llar deb ataladi.

Orqa miya ongli psixik jarayonlarning bevosita markazi bo'lmay, balki ongsiz reflektor harakatlarni idora etadigan markazdir. U tana va qo'l-oyoq muskullarini, ko'z muskullarini idora qiladi, shuningdek, organizmda bo'ladigan bir qancha fiziologik jarayonlarni, ya'ni tomir harakatlari, ter chiqarish va boshqa shu kabi fiziologik jarayonlarni ham idora etadigan markazdir. Ana shu markazlardan bir qismi vegetativ nerv sistemasiga taalluqlidir.

Bosh miya kalla qutisida joylashgan bo'lib, go'yo orqa miya tepasidagi ustki qavat hisoblanadi.

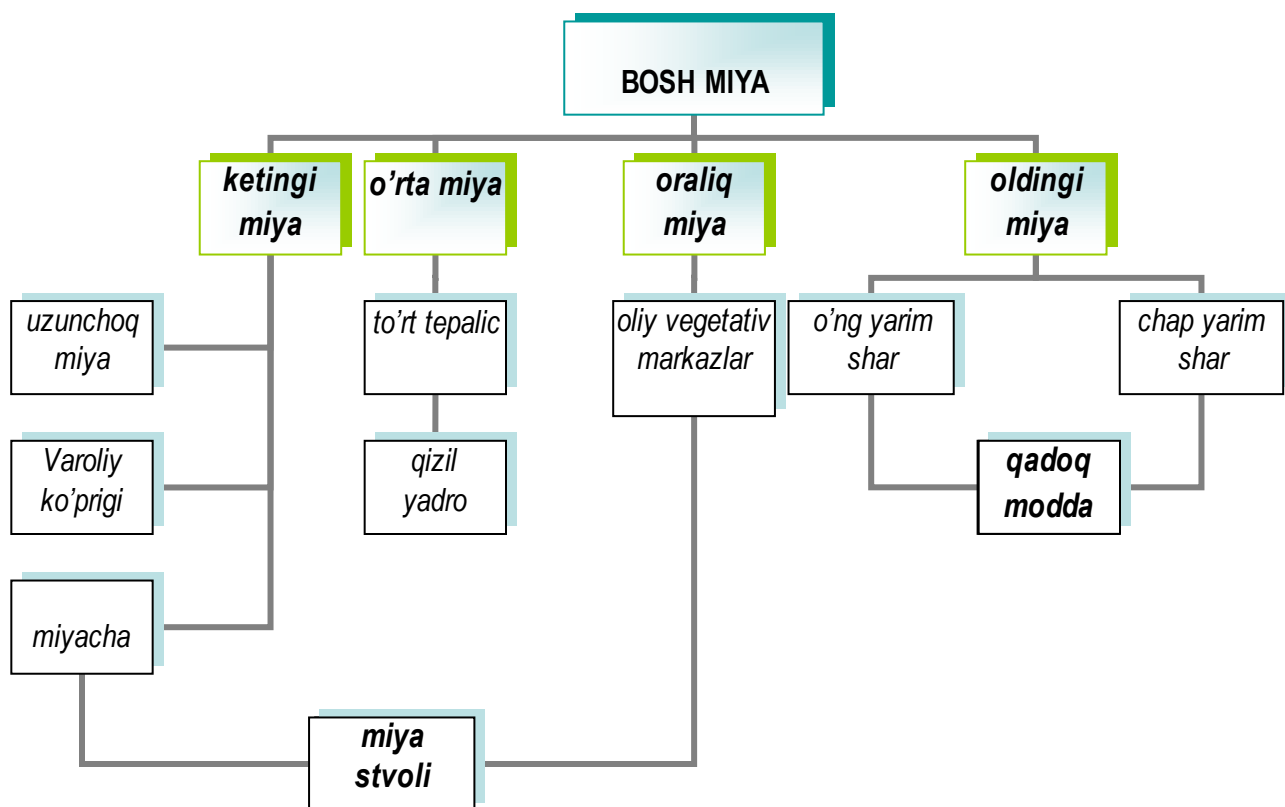
Mutaxassislar tomonidan bosh miya quyidagi qismlarga ajratiladi 7-rasm.:

-  *ketingi miya;*
-  *o'rtta miya;*
-  *oraliq miya;*
-  *oldingi miya.*

Ketingi miyaga uzunchoq miya, Varoliy ko'prigi va miyacha kiradi. Uzunchoq miya bilan Varoliy ko'prigi orqa miyaning go'yo bevosita davomidir. Lekin shu bilan birga, uzunchoq miya orqa miyaga qaraganda xiyla murakkab vazifani o'taydi. Uzunchoq miya orqali orqa miyadan bosh miyaning yuqoriroqdagi bo'limlariga va, aksincha, bosh miyaning

yuqoriroqdagi bo'limlaridan orqa miyaga impulslar o'tib turadi. Uzunchoq miya yadrolari emish, chaynash, yutish, so'lak ajratish, me'da va me'da osti bezidan shira ajratish, qusish va shunga o'xshash bir qancha murakkab reflektor jarayonlarda qatnashadi. Nafas olishni, yurakning ishla shini idora etadigan, qon tomirlar tonusini saqlaydigan markazlar uzunchoq miyadadir. Miyacha markaziy nerv sistemasining pastdagi hamma bo'limlariga, shuningdek, yuqoriroqdagi qismlariga ko'p yo'llar bilan mahkam bog'langandir. Miyachaning juda qatta ahamiyatga ega ekanligi loaqal shundan ham ko'rinadiki, miya cha olib tashlangandan keyin tananing muvozanat va harakat funksiyalari juda ham buziladi; harakatlar tartibsiz, chalkash, poyma-poy bo'lib qoladi. Miyachasi olib tashlangan hayvon qaddini ko'tarib va boshini tutib turolmaydi; boshi va tanasi doim tebranib turadi; omonat, poyma-poy, haddan tashqari keskin harakatlar qiladi.

O'rta miya. Muskul tonusining normal taqsimlanishini va gavdaning tovush hamda yorug'lik singari qo'zg'ovchilarga, shuningdek og'irlik kuchiga nisbatan to'g'ri turishini idora etadigan to'rt tepalik, qizil yadro va miyaning boshqa ba'zi bir uchastkalari o'rta miya tarkibiga kiradi. O'rta miyasi olib tashlangan mushuk, it va maymunlar normal harakat qila olmaydigan bo'lib qoladi.



7-rasm. Bosh miya va uning tuzilmasi

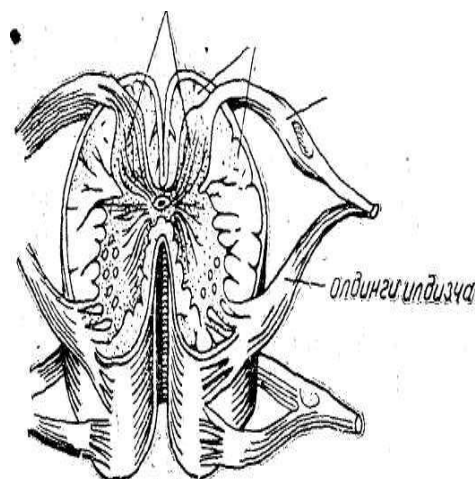
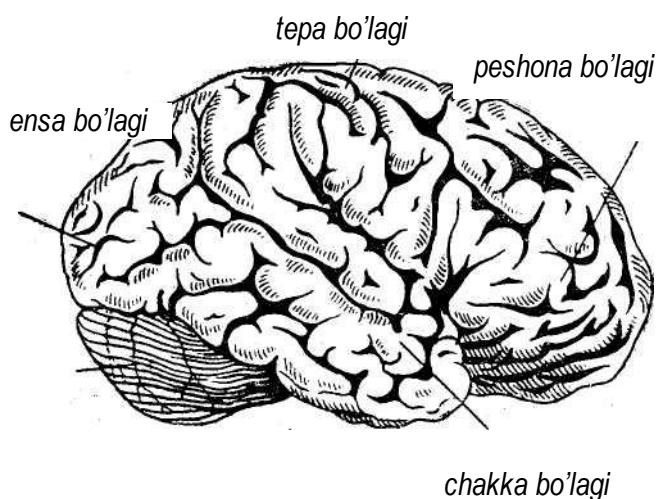
Oraliq miya muhim funksiyalarni o'taydigan bir qancha nerv uchastkalaridan iborat. Gavdaning umumiy sezuvchanligini ham o'rta miya idora etadi. Pastroqdagi vegetativ markazlarning ishlarini birlashtiradigan va muvofiqlashtiradigan oliy vegetativ markazlar ham o'rta miyada deb taxmin qilinadi.

Uzunchoq miya, Varoliy ko'prigi, o'rta miya va oraliq miya hammasi birgalikda **miya dastasi** yoki **miya stvoli** deb ataladi.

Oldingi miya va uning po'sti bosh miyaning oliy qismlaridir. Hayvon biologik taraqqiyot bosqichining qancha yuqorisida tursa, oldingi miyasi bosh miyaning boshqa qismlariga nisbatan o'shancha ko'prok joy egallaydi. Oldingi miya ikkita yarim shardan – o'ng va chap yarim sharlardan iborat. Bosh miyaning peshana bo'ladigan ensa bo'lagiga qarab boradigan katta egat bu yarim sharlarni bir-biridan ajratib turadi. Oldingi miyaning o'ng va chap yarim sharlari **qadoq modda** deb ataluvchi jism yordami bilan o'zaro birlashadi.

Yarim sharlarning miya po'sti deb ataladigan butun yuzasi tekis bo'lmay, balki g'ijim-g'ijim, burmachalar bilan qoplangandir, bular go'yo egat va pushtalarga o'xshaydi. Shu bilan birga, hayvon biologik taraqqiyotning qancha yuqori bosqichida tursa, yarim sharlar yuzasidagi bu egatlar shuncha chuqurroq va pushtalari ko'proq bo'ladi. Odam miyasining yarim sharlaridagi pushtalar juda ko'p va egatlari ko'p darajada chuqurdir.

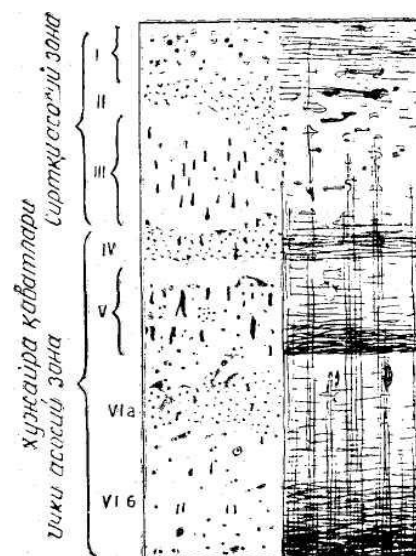
Bosh miya po'sti miyaning kul rang moddasidan iborat 9-rasm. Miyaning turli qismlarida po'stning qalinligi 1 mm dan 4-5 mm gacha boradi. Odamning bosh miya po'stining butun yuzasi o'rta hisob bilan 2000 kv.sm keladi. Bosh miya yarim sharlari po'stining yuzasi odatda to'rtta katta qismga – peshona qismi (eng kattasi), tepa qismi, ensa qismi va chakka qismiga bo'linadi 8-rasm.



8-rasm. Bosh miya yarim sharlari po'stining yuzasi qismlari 9-rasm. Kulrang modda bo'lagi

Ba'zi bir olimlarning hisobiga qaraganda, bosh miya po'sti va yarim sharlarida 15 milliardga yaqin nerv hujayrasi bor.

Katta yarim sharlar po'sti shakli va funksiyasi bilan bir-biridan farq qiladigan olti qavat nerv hujayralaridan tuzilgan 10-rasm. Oltinchi qavat o'z navbatida ikki qatlamga bo'linadi. Ammo bosh miya po'stining turli qismlari olti qavat hujayradan iborat emas, balki ikki, uch, to'rt qavatdan, ba'zi qismlari esa olti qavatdan iborat. Bosh miya po'stining hujayralar qavati bir xilda bo'lgan uchastkalari maydon hosil qiladi. Odam bosh miyasining po'stida hammasi bo'lib 52 ta maydon bor. Tuzilish jihatidan bir-biriga o'xshaydigan maydonlar sohalarni tashkil etadi; bunday sohalar 11 tadir. Bosh miya po'stining uchinchi va beshinchi qavatlar katta-



katta, piramidasimon hujayralardan tuzil-

10-rasm. Bosh miya po'stining qismlari

gan, qolgan qavatlar esa mayda (donasimon) hujayralardan, uchburchak va dugsimon hujayralardan tuzilgan. Bosh miyaning po'sti ostidagi qismlari po'st ostidagi soha deb ataladi.

3.3. Bosh miya va psixik funksiyalar

Po'st ostidagi soha va po'st ostidagi tugunlar differensiallashmagan va umumiy sezuvchanlik markazidir. Emosiya va instinktlarimiz shu soha bilan chambarchas bog'liqdir. Harakatlarni idora etish uchun po'st ostidagi tugunlardan targ'il jismning ahamiyati ayniqsa kattadir. Targ'il jism zararlanganda, odatda, harakat kuchayadi, ammo poyma-poy bo'ladi.

Yuksak darajada tashkil topgan hayvonlarda psixik jarayonlarning va odamda ongli jarayonlarning bevosita moddiy asosi bosh miya po'stidir. Bosh miyaning pastroqdagi boshqa hamma qismlari, shuningdek, orqa miya ongsiz reflektor harakatlarning markazlari bo'lib, xilma-xil fiziologik jarayonlarni idora etadi.

Bosh miyaning yuqorida aytilgan hamma qismlari va orqa miya markaziy nerv sistemasi bosib o'tgan taraqqiyot yo'lining bosqichlaridir. Bosh miyaning taraqqiyotidagi har bir qismi (pastdan yuqoriga qarab hisob qilganda) o'zidan avvalgi qismning ustiga qatlangan. Orqa miya, undan keyin esa uzunchoq miya markaziy nerv sistemasining eng qadimgi qismlaridir. Oldingi miya va po'st genetik jihatdan miyaning zng yosh qismlaridir. Markaziy nerv sistemasining yuqorigi qismlari taraqqiy qilguncha pastdagi (qadimgi) qismlari murakkabroq psixik funksiyalarni xam bajargan deb o'ylash mumkin. Markaziy nerv sistemasining yuqorigi qismlari tarkib topib taraqqiy qilishi bilan, murakkabroq psixik funksiyalar miyaning yuksak taraqqiy qilgan qismlariga o'tdi. Shu bilan birga psixik funksiyalar tobora murakkablashib va takomillashib bordi. Psixik funksiyalar miyaning yuksak taraqqiy qilgan qismlariga o'tishi bilan miyaning pastdagi qismlari muayyan refleks va instinktiv harakatlarnigina idora etadigan bo'lib qoldi.

Buning haqiqatan ham shunday ekanligini quyidagi hollar ko'rsatib turibdi. Biologik taraqqiyotning ancha past bosqichlarida turgan hayvonlarning miya po'sti va oldingi miyasi olib tashlanganda, bu qismlarning funksiyasini pastroqdagi qismlar o'tay boshlaydi. Masalan,

oldingi miyasi olib tashlangan baqa tamomila normal baqaga o'xshaydi. Bunday baqa odatdagicha o'tiradi; baqa turgan taxta ag'darila boshlasa, u ag'anab tushmaslikka harakat qiladi; agar baqa chalqancha ag'nab tushsa, o'nnglanib oladi. Shunday qilib, baqa miya yarim sharlaridan mahrum bo'lsa ham harakat qilish va o'z harakatlarini muvofiqlashtirish qobiliyatini saqlab qoladi.

Yarim sharlari olib tashlangan kaptar og'ziga solingan ovqatni yeydi, turtib yuborilsa yuradi; bunday kaptar turtinmasdan ucha oladi. Ammo kaptar turtib yuborilmasa, odatda, qimirlamay turaveradi. Agar it miyasining ikkala yarim shari olib tashlansa, sun'iy suratda boqilib borilsagina bir necha yil yashay oladi. Bunday it og'ziga solingan ovqatni yeydi, yura oladi. It urilsa vangillaydi qattiq tovush eshitganda sapchib tushadi. Ammo bunday it o'zicha ovqat qidirib topolmaydi va hatto yaqinidagi ovqatni ham topib yeya olmaydi. Bu it uni boquvchi kishilarni tanimaydi. Avval hosil qilgan malakalari shu bilan birga, yangi malakalar hosil qilish qobiliyati ham yo'qoladi. Ba'zi fiziologlar maymunlarning yarim sharlarini olib tashlab tajribalar qilganlar. Maymunlar operatsiya qilingandan keyin psixik funksiyalari yo'qolishi bilan birga, harakatni muvofiqlashtirish tizimi ham buzilgan. O'lar to'ppa-to'g'ri o'tirib tura olgan, shuningdek, narsalarni changallay olgan, ammo murakkabroq harakatlar, ayniqsa yurish qobiliyati buzilgan.

I.P.Pavlov yuksak nerv faoliyatiga doir tekshirishlarida shunday hodisalarni ilmiy asosda tushuntirib berdi.

Hayvonlar bosh miyasining ayrim qismlarini olib tashlash ustidagi tajribalar shuni ko'rsatdiki, hayvon biologik taraqqiyotning qancha yuqori bosqichida tursa, quyi qismlarining yuksak psixik funksiyalarni bajarish imkoniyati o'shancha kam bo'ladi.

Odamda miyaning quyi qismlari yuksak psixik funksiyalarni bajarishga mutlaqo qobil emas. Odam miyasining po'sti ostidagi qismlari po'st funksiyasini loqaqal qisman ham bajarish kerak. Yarim sharlarsiz tug'ilgan bolalar (*anensefallar*)ni kuzatish bu holatni juda ravshan tasdiqlaydi. Odatda bunday bolalar uzoq yashamaydi. Shunday bolalardan birining faqat uch yil-u to'qqiz oy yashagani ma'lum. Bu bola doim yotgan, turishga biron marta ham harakat qilib ko'rmagan. U narsalarni ushlab huyech urinmagan, hatto narsalarni qo'lda ushlab turishni ham bilmagan. Faqat yuzida ba'zi bir harakatlar ko'rilgan; u ba'zan ijirg'angan; emganda va qoshiqlab ovqat berilganda lablari va tili harakatga kelgan. Bola tagi bulg'anganda ham huyech bir parvo qilmagan. Bu bola bilan gaplashish yoki unga biron narsa o'rgatish aslo mumkin bo'lmagan. Unda hatto eng oddiy ko'nikmalar ham hosil bo'lmagan.

Yuqorida aytilganlardan, miyaning po'st ostidagi qismlarining psixik hayotga huyech qanday aloqasi yo'q, degan ma'no chiqmaydi. Yarim sharlar po'sti o'z tolalari bilan bosh miyaning hamma qismlariga va orqa miyaga bog'langan. Shu bilan birga, yuqorida aytilganidek, orqa miyadagi nerv hujayralarining tolalari va po'st ostidagi sohalarning tolalari yarim sharlar po'stining qismlariga bog'langandir. Shu sababli butun markaziy nerv sistemasi va uning faoliyati bo'lmasa, psixik hayot ham bo'lmas edi.

Shu bilan birga, butun nerv sistemasining va butun organizmning faoliyatida bosh miya po'sti asosiy rol o'ynaydi. I.P.Pavlov ta'limotiga ko'ra, yarim sharlar po'sti organizmdagi hamma funksiyalarni idora etadi.

Pavlov ta'limotiga ko'ra, katta yarim sharlar po'sti organizmning barcha funksiyalarini boshqaradi.

3.4. Asosiy tushuncha va atamalar

Nerv sistemasi, nerv hujayrasi, o'simtalar, qoplovchi pardalar, neyron, qo'zg'aluvchanlik, o'tkazuvchanlik, Diffuz nerv sistemasi, markaziy nerv sistemasi, bosh miya, orqa miya, ketingi miya, o'rta miya, oraliq miya, oldingi miya, uzunchoq miya, Varoliy ko'prigi, miyacha, qizil yadro, vegetativ markazlar, miya dastasi, o'ng va chap yarim sharlar, yuksak psixik funksiyalar.

3.5. Rezyume

Xulosa qilib aytganda, psixikaning moddiy asosini nerv sistemasi hamda bosh miya tashkil etadi. Shu sababli, ya'ni psixik hayot hodisalarini tushunish uchun nerv sistemasining qanday tuzilganligini va ishlashini bilish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Markaziy nerv sistemasi o'z navbatida bosh miya bilan orqa miyadan tarkib topgan. Orqa miya ongli psixik jarayonlarning bevosita markazi bo'lmay, balki ongsiz reflektor harakatlarni idora etadigan markaz ham hisoblanadi. Bosh miya kalla qutisida joylashgan bo'lib, go'yo orqa miya tepasidagi ustki qavat sanaladi.

3.6. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Psixikaning moddiy asosi nimadan iborat?
2. Qo'zg'aluvchanlik va o'tkazuvchanlik deganda nimani tushunasiz?
3. Nerv hujayrasi, uning o'simtalari va ularni qoplovchi pardalar birgalikda nimani tashkil etadi?
4. Diffuz tipda tuzilgan nerv sistemasining tarkibiy qanday?
5. Bosh miya bilan orqa miya birgalikda qanday nerv sistemasi deb yuritiladi?
6. Bosh miya qanday qismlardan tashkil topgan?
7. Miya dastasi yoki miya stvoli deganda nimani bilasiz?
8. Bosh miya po'sti nima va u necha qismdan iborat?
9. Bosh miya va psixik funksiyalar bir-biri bilan qanday o'zaro muvofiqlikni tashkil etadi?
10. I.P.Pavlov yuksak nerv faoliyatiga doir qanday ilmiy tekshirishlarni o'tkazgan?

3.7. Bibliografiya

- Aleksandrov Yu.I.* Sistemnaya psixofiziologiya // Osnovi psixofiziologii: Uchebnik / Yu.I.Aleksandrov, D.G.Shevchenko, I.O.Aleksandrov; Otv.red. Yu.I.Aleksandrov. – M.: Infra-M, 1997. – 430 s.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.
- Morenkov E.D.* Obshiy obzor stroyeniya sentralnoy nervnoy sistemi // Xrestomatiya po anatomii sentralnoy nervnoy sistemi. – M.: RPO, 1998. – S. 6-10.
- Psixologiya. Uchebnik / Otv. red. prof. *A.A.Krilov*. – 2-ye izd., pererab. i dop. – M.: Izd-vo: PROSPEKT (TK Velbi). 2004. – S. 37-52.

IV Bob

PSIXIK JARAYON: TASNIF, XUSUSIYAT, QONUNIYATLAR

Bobning qisqacha mazmuni

Bilish jarayonlari va professional faoliyat. Professional bilimdonlik. Bilish jarayonlari va ularning umumiy xususiyatlari.

Bilish jarayonlari va ularning qisqacha tasnifi. Sezgi. Idrok. Tasavvur. Xotira. Tafakkur. Xayol. Diqqat. Nutq.

Idrok va idrok qilish qonunlari. Figura va fonda idrok qilish. Rubin figurasi. Idrok qilish jarayonlariga xos qonuniyatlar klassifikatsiyasi. Idrok qilish va diqqat. Diqqatni jalb etishning universal qoidalari (qonunlari).

Xotira va shaxs tajribasining boyligi. Xotira va ma'lumotlarning miyada saqlanishiga ta'sir ko'rsatuvchi omillar. Xotiraning samaradorligi. Eslab qolish xususiyatiga ko'ra xotiraning turlari. Kutilmagan ma'lumot. Ma'lumotning mazmun yoki shakl jihatdan bir-biriga yaqinligi. Esda saqlash vaqti bilan esga tushirish vaqti o'rtasidagi farq. Xotiraning sakkiz qonuni. Xotirani rivojlantirish yo'llari. O'zlashtirilish lozim bo'lgan ma'lumotning xotirada saqlanish bosqichlari. Mnemonika yoki mnemotexnika. Mnemotexnik usullar.

4.1. Bilish jarayonlari va professional faoliyat

Professional faoliyat shaxsdan juda ko'p bilimlarni hamda malakalarni talab qiladi. Nima uchun u yoki bu kasbni tanlaganini anglab yetgan shaxs (motivlar muammosi), endi o'z faoliyati va qobiliyatlarini boshqara bilishi va o'z ustida muttasil ishlab, malakalarini o'rttirib borishi shart. *Professional bilimdonlik* shu nuqtai nazardan shaxs umumiy madaniyatining shunday yo'nalishiki, unga faqat kasbiga taalluqli bo'lgan bilimlardan tashqari, shu bilimlarning hosil bo'lish yo'llari va malakalarning takomillashuvini ta'minlovchi psixologik jarayonlar va holatlarni bilishni ham taqozo etadi. Bu psixologiyada bilish jarayonlari va ularning mohiyatini va kechishini bilish demakdir.

Ma'lumki, odamlar bir-birlaridan ko'p jihatlari bilan farq qiladilar. Masalan, ayrimlar ko'rgan-kechirganlarini juda yaxshi esda olib qolib, kerak vaqtda aniq esga tushira oladilar. Ba'zilar ko'zi bilan ko'rgan har qanday obyektini mayda detallarigacha bayon etish qobiliyatiga ega. Yana birlari eshitgan narsalari xususida aniqroq fikrlaydi, kimdir sodda, ravon tilga o'z his-kechinmalarini aytgan olsa, boshqalar – har bir hikoyaga albatta, fantaziya elementlarini qo'shishga moyil bo'ladilar. Demak, odamlarning tashqi olamdan oladigan taassurotlari va ularni ongda tartiblashtirish qobiliyatlari har xil bo'larkan. Ikkinchi tomondan, shunday kasb-korlar borki, u shaxsdagi u yoki bu sifatlarning mukammalashib borishiga imkon beradi. Masalan, yirik avtomatik boshqaruv tizimlarida ishlaydigan operator o'z diqqatini har qanday mayda o'zgarishlarga ham qaratishga o'rgansa, konstruktor mavhum matematik hisob-kitoblarga usta bo'lib boradi. Iqtisodchi-moliyachi pulning har bir tiyinidan foyda olishga o'rgansa, shoir tabiatan barcha hodisa va voqyealarni badiiy bo'yoqlarda, o'ziga xos idrok qilishga moyilligi oshadi. Demak, odamning tashqi olam xossa va xususiyatlarini ongida aks ettirishi uning iqtidori o'sishi va professional malakalari rivojlanganligiga bog'liq tarzda kechadi. Shuning uchun har ongning muhim aks ettirish shakllari bo'lmish bilish jarayonlari – *idrok, sezgi, xotira, diqqat, tafakkur, iroda va hissiyotlarning* inson hayoti va professional o'sishidagi rolga to'xtalib o'tamiz.

Xo'sh, bilish jarayonlari deganda psixologiyada aynan nimalar nazarda tutiladi? ***Bilish jarayonlari*** – bu shunday psixik jarayonlarki, ular shaxsga o'zini o'rab turgan atrof-muhitning ma'lum va muhim xususiyatlarini anglashga, tushunishga va ular ustida o'ziga zarur xulosalar chiqarib, o'z xulq-atvorini rejalashtirishga imkon beradi. Bu jarayonlar insonga juda yaqin va tanish. Chunki har birimiz ongimiz borligini, atrofdagi narsalar va hodisalarning ayrim alohida hamda yaxlit xususiyatlarini bilamiz. Bu narsa va hodisalar bizda har bir alohida sharoitda o'ziga xos hissiy-kechinmalarni keltirib chiqarishini ham bilamiz. Masalan, qorningiz och qolganda, yemishga bo'lgan talabingizni haqiqatan bor yoki yo'qligini birovlardan so'ramaysiz-ku? Yoki kitob mutoala qilayotgan shaxs shu kitobni rost bilan ham o'zi o'qiyotganligini boshqalardan so'ramaydi. Bunday ishlar o'z-o'zidan tabiiy jarayonlarday kechaveradi. Faqat imtihon paytida kechasi bilan mutoala qilib, o'rganib chiqqan materialni nega hozir domla oldida eslay olmayotganligingiz sizni ko'proq qiziqtiradi va siz "Xotiram ustida ishlashim kerak" degan xulosaga kelasiz.

Darhaqiqat, bilish jarayonlari ham ma'lum ma'noda boshqariladigan jarayonlar bo'lib, agar siz o'z imkoniyatlaringizni kengaytirish yoki iqtidor darajangizni o'rttirmoqchi bo'lsangiz, bu jarayonlarga oid ma'lum qoidalar va xususiyatlarni bilib olishingiz kerak.

Bilish jarayonlari va ularning umumiy xususiyatlari

Inson ongi bir qarashda yaxlit narsa, aslida u ayrim alohida jarayonlardan iborat. Shuning uchun ham atrof-muhitni, o'zimizni bilishimizga imkon beruvchi ongni o'rganish uchun uni alohida psixik jarayonlarga bo'lib o'rgana boshlaganlar. *Bu jarayonlar – sezgilar, idrok, xotira, diqqat, tafakkur, nutq va boshqalardir.* Bu jarayonlar shu qadar bir-birlari bilan bog'liqlik, birini ikkinchisiz tasavvur qilishning o'zi qiyin. Masalan, ko'rib idrok qilib turgan narsangizni fikrlamay ko'ringchi, uning mohiyatini bilasizmi? Diqqat bilan ko'rgan yoki o'qigan tekstingizni eslab qolasiz. Yoki biror narsa to'g'risida fikrlash uchun bizga bir vaqtda ham ilgari idrok obrazlari, ham eslab qolish mahoratimiz, ham ichki nutqimiz, irodemiz va diqqat kerak bo'ladi. Hattoki, tasodifan qo'limizga kirib ketgan zirapchaga bergan reaksiyamiz ham oddiy oh-vohga o'xshash hissiyotlardan tashqari, o'sha narsaning bu yerda qanday paydo bo'lganligi kabi qator tafakkur jarayonlarini keltirib chiqaradi.

Murakkab kompyuter texnikasi chiqqandan keyin odamning o'z psixik jarayonlariga qiziqishi yanada ortdi. Endi ma'lumotlarni qabul qilish (an'anaviy idrok deb ataluvchi jarayonga o'xshash), ularni qayta ishlash (tafakkurga o'xshash) va uni saqlash (xotira) haqida ko'p gapiradigan bo'lib qoldik. Lekin bu insondagi tabiiy jonli jarayonlar ahamiyati va tarbiyasi masalasini yanada yuqori ko'tardi.

Psixologiya sohasida eksperimental ishlarning muvaffiqiyatli amalga oshirilishi aslida inson psixikasi kompyuterdan ko'ra murakkabligi va odam anglagan ma'lumotlaridan ko'proq narsalarni idrok qilib, qabul qilishini isbotladi. Masalan, maxsus asboblar yordamida aslida odam ko'rmayotgan, his qilmayotgan juda kuchsiz signallar ham fiziologik reaksiyalarni keltirib chiqarayotganligi qayd etildi. Masalan, shu narsa aniqlanganki, odam kino ko'rayotganda bir sekundda 24 kadrni idrok qiladi va biror tasvir ko'z o'ngida gavdalanadi. Psixologlar shunday eksperiment qilishdi: kunlarning birida o'ziga xos tasvir namoyon etildi. 24 ta kadr o'rniga 25 ta kadr berib, o'sha 25-kadrda "Koka-kola iching" degan yozuv berildi. Tabiiy, oddiy idrok bu bitta kadrni ilg'amaydi. Lekin tomoshadan keyin kinoteatr bufetida ushbu ichimlikni ichish 18 foizga oshgan. Demak, aslida ong bu ma'lumotni qabul qilgan, lekin real anglash, oydinlashuv ro'y bermagan ekan.

Analogik holat xotiramizda ham tez-tez ro'y beradi. Kimnidir uchratib qolamizda, o'ylanamiz: qayerda ko'rgan ekanman? hiech eslolmaysiz, lekin yuzi, ko'zi va boshqa sifatlari tanishday. Buni ham shunday izohlash lozimki, odam ko'rgan-kechirganlari aslida miyada saqlanadi, biz ong sohasiga ayrimlarinigina chiqara olamiz. Faqat, kasal bo'lib yoki biror narsadan qattiq tashvishga tushganimizda kalamizga har xil o'y-fikrlar kelaveradi. O'shalar aslida bor narsalarning beixtiyor tiklanishi.

Ongdagi ma'lumotlarning aslida miyamizdagilardan kamligining asosiy sababi – odam har qanday ma'lumotni *saralab, tanlab qabul qiladi*, o'zi uchun "ahamiyatsiz" deb baholagan narsaga diqqat ham qilmaydi, eslab qolmaydi ham. U o'z ongida barcha mavjud ma'lumotni o'ziga xos tarzda qayta ishlaydi, o'zgartiradi. Shuning uchun ham har bir inson o'ziga xos va qaytarilmasdir – individualdir, deyiladi. Bilish jarayonlardagi individuallik sabablarini tushunish uchun eng muhim bilish jarayonlari bilan tanishamiz.

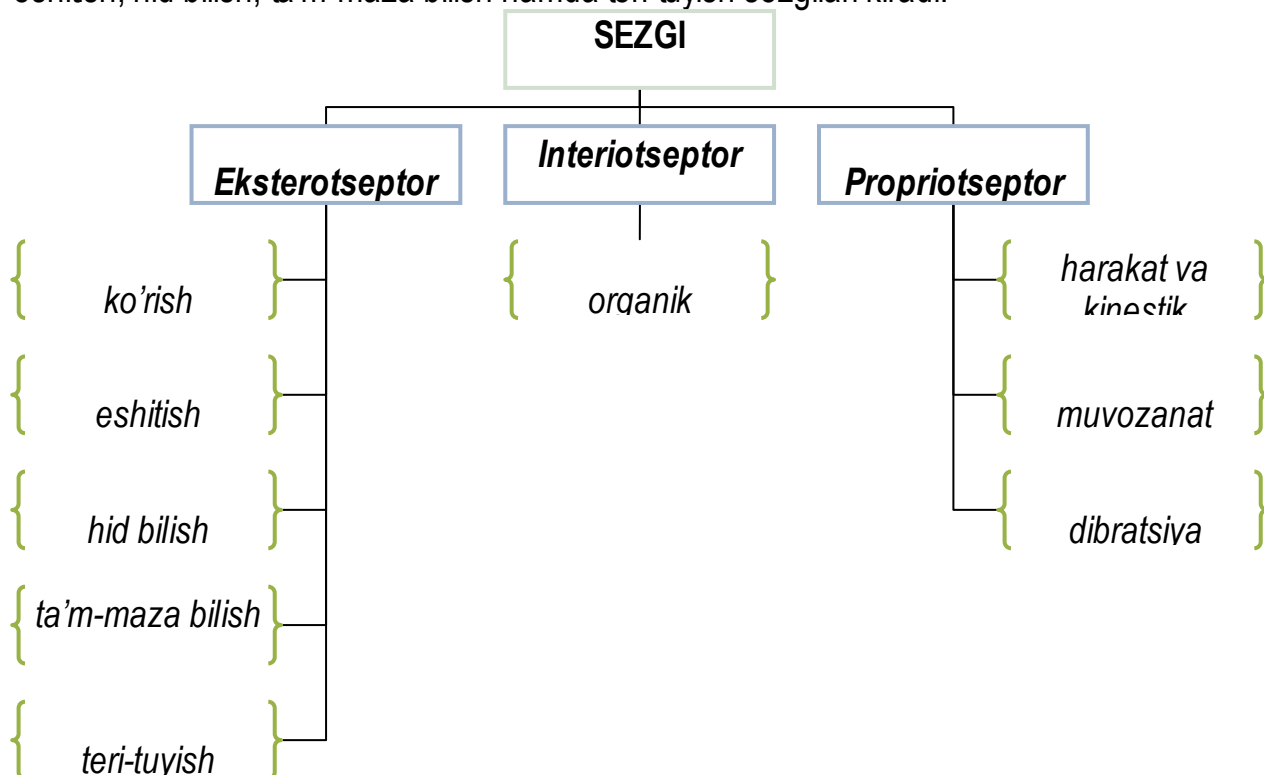
4.2. Bilish jarayonlari va ularning qisqacha tasnifi

Insonning sezgisi, idroki, xotirasi, tafakkuri, nutqi, xayoli, his-tuyg'ulari va irodasi *psixik jarayonlar* deb ataladi

Sezgi – odamning tegishli sezgi organlariga moddiy olamdagi narsa va hodisalar ta’sir ko’rsatgan paytida ulardagi ayrim xossalarning aks ettirilishidan iborat bo’lgan eng sodda psixik jarayondir.

Sezgi, asosan, eksteroseptorlar, interioseptorlar hamda proprioseptorlardan tashkil topadi. O’z navbatida ularning har bir tarmoqlanish xususiyatiga ega hisoblanadi (11-rasm).

Fanda, asosan, eng ko’p o’rganilgan tarmoq – bu eksteroseptorlar sanalib, ularga ko’rish, eshitish, hid bilish, ta’m-maza bilish hamda teri-tuyish sezgilari kiradi.



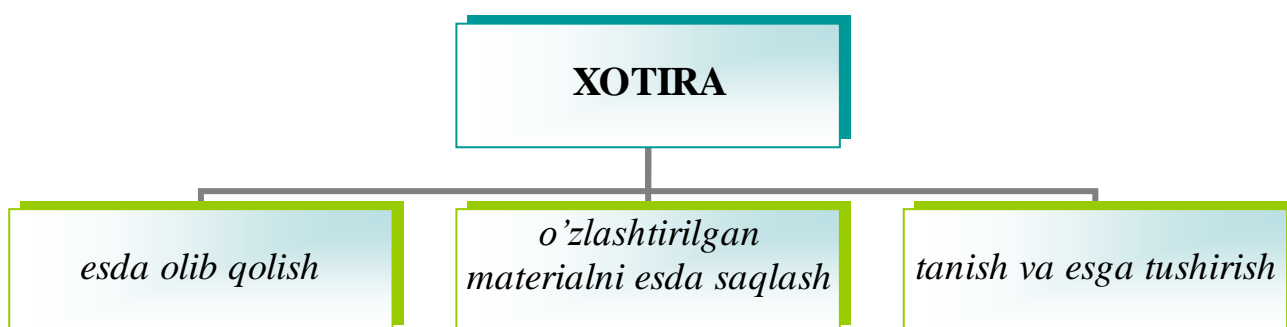
11-rasm. Sezginging bo’linishi

Idrok – ayni choqda sezgi organlarga ta’sir etib turgan narsa va hodisalarning aks ettirilishidan iborat bo’lgan psixik jarayondir.

Tasavvur – biz ilgari idrok qilgan narsa va hodisalar obrazini ayni choqda fikran qayta tiklashimizdir.

Tasavvurlar idrok bilan o’xshash bo’lib, idrok asosida maydonga keladi, ammo ular, odatda, idrokka qaraganda birmuncha xiraroq, rangsiz bo’ladi va unchalik to’liq bo’lmaydi.

Xotira – o’tmish tajribalarimizda nimaiki hodisa yuz bergan bo’lsa, shuni esda olib qolish, esda saqlash va keyinchalik esga tushirish yoki tanishdir (12-rasm).



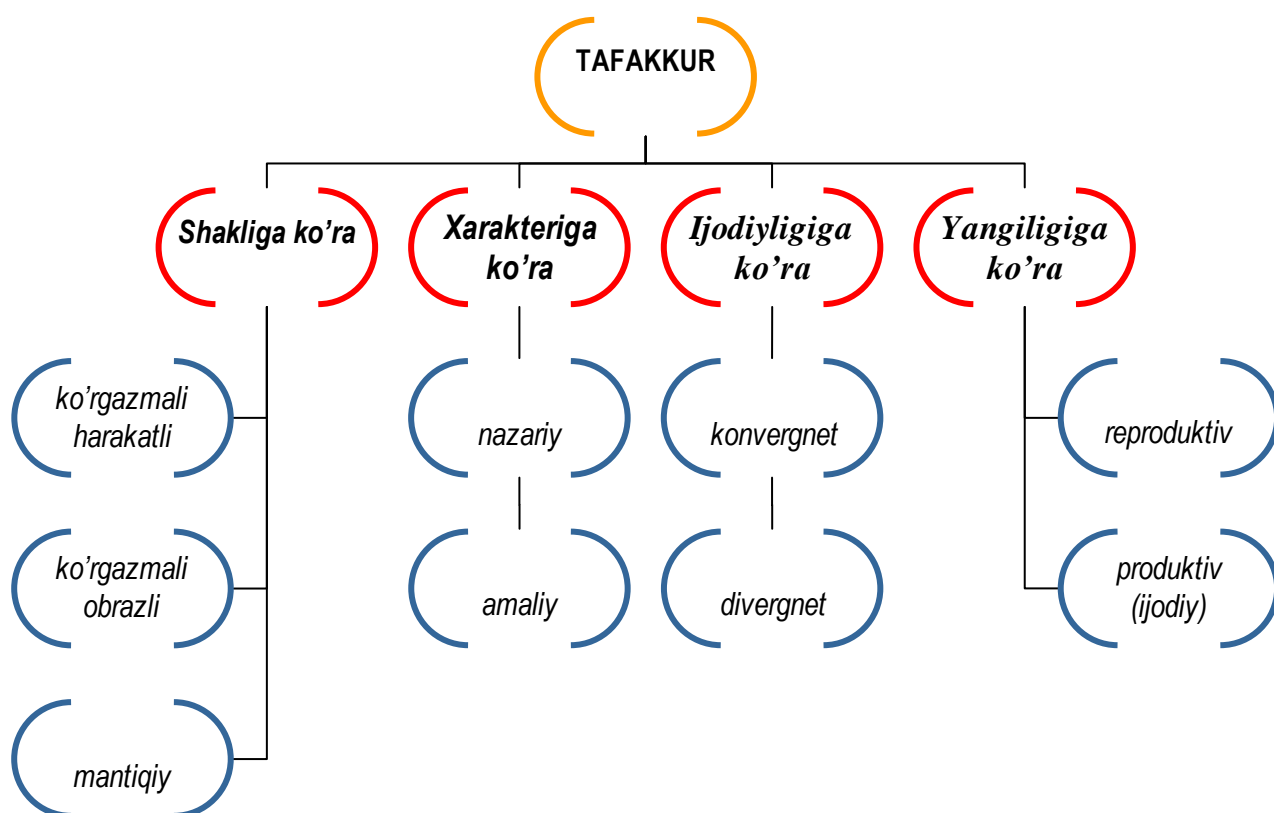
12-rasm. Xotiraning turlari

U quyidagi psixik jarayonlardan: esda olib qolish, o'zlashtirilgan materialni esda saqlash, tanish va esga tushirishdan iboratdir.

Xayol – biz ilgari idrok qilmagan predmet va hodisalarni yaratishdan iborat bo'lgan psixik jarayondir.

Iroda – kishining o'z oldiga qo'yilgan maqsadga erishish uchun ichki va tashqi to'siqlarni harakat yordamida yengish vaqtida vujudga keladigan psixik jarayondir.

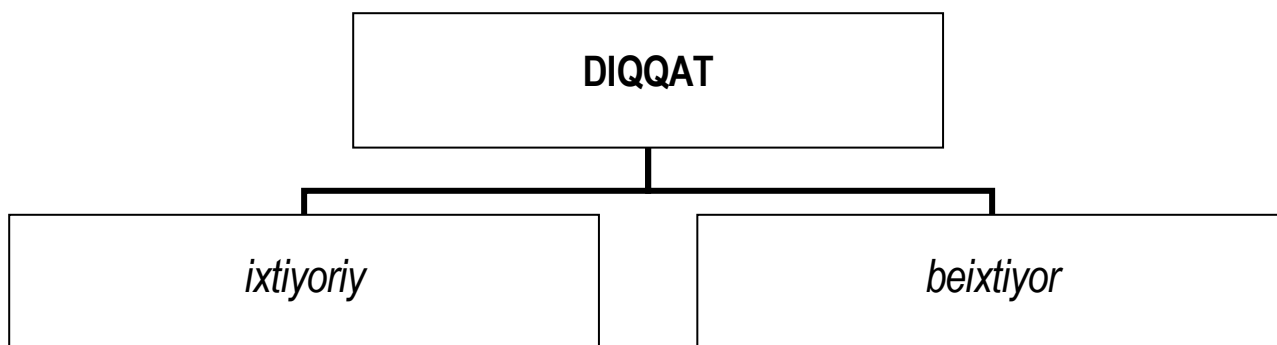
Tafakkur – fakt va hodisalarni mavhumlashtirgan, umumlashtirgan holda va vositali ravishda aks ettirishdan, ular o'rtasiga aloqa hamda munosabatlarni aniqlashdan iborat bo'lgan bilish jarayonidir (13-rasm).



13-rasm. Tafakkurning bo'linishi

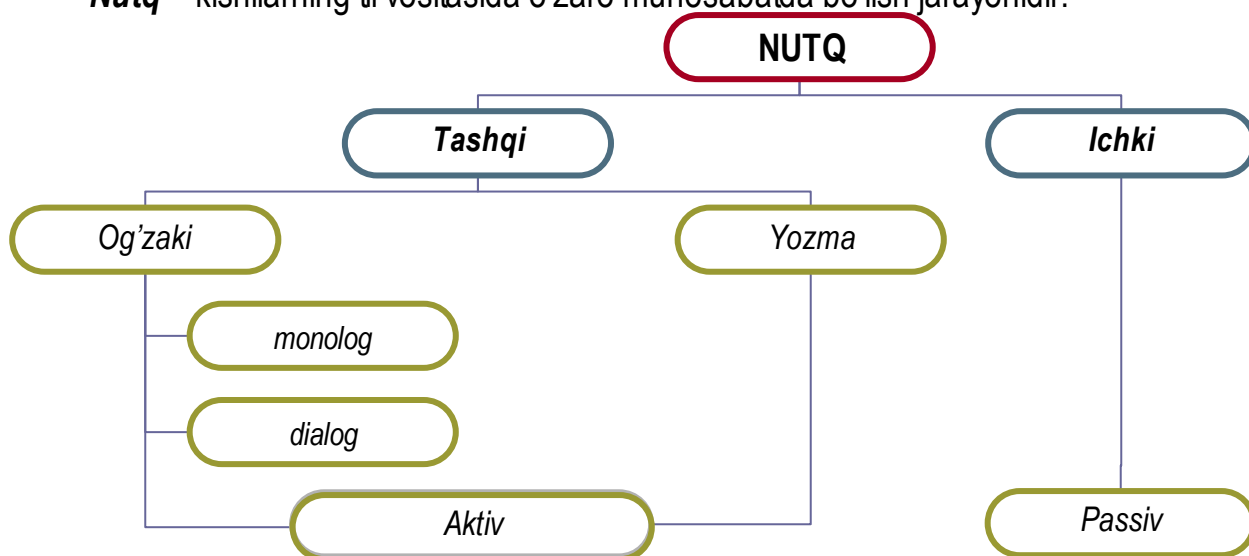
Diqqat – ongning biron-bir predmet, hodisa yoki faoliyatga qaratilishi hamda to'planishidir (14-rasm).

Ogning qaratilishi deganda obyektни tanlab olish nazarda tutiladi, ongning biron-bir narsaga to'planishi esa ana shu obyektga aloqador bo'lmagan barcha narsalarni ong doirasidan tashqarida qoldirish ma'nosini bildiradi.



14-rasm. Diqqatning turlari

Nutq – kishilarning til vositasida o‘zaro munosabatda bo‘lish jarayonidir.



15-rasm. Nutqning bo‘linishi

Ovoz chiqarib talaffuz etiladigan nutqni tashqi nutq, o‘ylayotgan paytimizda ovoz chiqarmasdan nutqdan foydalanishimiz ichki nutq deb ataladi (15-rasm).

4.3. Idrok va idrok qilish qonunlari

Hamma uchun odatiy bo‘lgan shunday holatni tasavvur qiling: ko‘pchiligimiz ertalab soatning jaranglashidan uyg‘onamiz. Soat budilnigining tovushini sezamiz. Bu – alohida signal, lekin bu soat bizning uyg‘onishimiz uchun chalinayotganligi, tovushning ortida o‘sha bizga kerak bo‘lgan vaqtning alomati borligini o‘zimizcha talqin etamiz. Agar soatdan chiqqan tovush sezgilarimizga aloqador bo‘lsa, uning vaqtni bildiruvchi predmet ekanligi va bu bizning uyg‘onib, o‘qishga yoki ishga o‘tlanishimiz zarurligini bildirayotganligini biz idrok qilamiz. Umuman, psixologlarning fikricha, inson nimaniki idrok qilsa, uni *figura va fonda* idrok qiladi.


Figura – shunday narsaki, uni aniq anglash, ajratish, ko‘rish, eshitish va tuyish mumkin.

Fon esa aksincha, noaniqroq, umumiyroq narsa bo‘lib, aniq obyektga ajratishga yordam beradi. Masalan, gavjum bozorda ketayotgan taqdirda ham o‘z ismimizni birov aytib chaqirsa, darrov o‘sha tarafga qaraymiz. Ism – figura bo‘lsa, bozordagi shovqin – fon rolini o‘ynaydi.

Boshqacha qilib aytganda, biz biror narsani idrok qilayotgan paytimizda uni albatta biror fondan ajratib olamiz. Masalan, gul bozorida aynan qip-qizil atirgul sizga yoqib qolib, o'shani xarid qilasiz, qolgan gullar fonday ongingiz aktiviga o'tmaydi.

Shunday qilib, *idrok – bu bilishimizning shunday shakli, u borliqdagi ko'plab, xilma-xil predmet va hodisalar orasida bizga ayni paytda kerak bo'lgan obyektning xossa va xususiyatlari bilan yaxlit tarzda aks etishimizni ta'minlaydi*. Ya'ni, idrokning asosida narsa va hodisaning yaxlitlashgan obrazi yotadiki, bu obraz boshqalaridan farq qiladi. Idrok yuqorida ta'kidlaganimizdek, soat tovushiga o'xshash, o'ziga nisbatan *soddaroq bo'lgan sezgi jarayonlaridan* tashkil topadi. Masalan, olmaning shaklini, xidini, mazasini, rangini sezamiz, ya'ni alohida-alohida xossalar onгимizda aks etadi. Bu – *sezgilarimizdir*. Sezgilar yaxlit tarzda idrok jarayonini ta'minlaydi. Lekin olimlar idrokni sezgilarning oddiygina, mexanik tarzda birlashuvi, degan fikrga mutloq 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'inishi, 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 mumkin. Bu bizdagi idrok jarayonlarining faolligimizga, obyektga munosabatimizga 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'rishni mumkin. Yaxshi kayfiyatda, yaxshi do'stlar davrasida iste'mol qilgan taom sizga juda mazaliday tuyuladi. Agar talaba biror fan predmetidan qarzdor bo'lib qolsa, och qoringa yegan shirin taomi ham "ta'timaydi", 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.

Yuqoridagi fikrlar hamda 16-rasmdan kelib chiqib, shaxs idrok qilishi jarayonlariga xos bo'lgan bir nechta qonuniyatlarni belgilaymiz:

 *Figura va fonning ilgari harakatga bog'liqligi qonuni*. Bu qonunning ma'nosi: odam ilgari tajribasida bo'lgan, bevosita to'qnash kelgan, tanish narsalarini idrok qilishga moyil bo'ladi. Agar biror predmetni u ilgari figura sifatida idrok qilgan bo'lsa, demak, keyingi safar ham uni aynan figuraday idrok qiladi, agar fon bo'lgan bo'lsa, tabiiy, fonday qabul qiladi. Bu qonunning hayotdagi o'rni chet davlatlarda borgan turistlar tajribasiga tayanib tushuntirilishi mumkin. O'zbekistonliklar Yer kurrasining qaysi burchagida bo'lmasin, o'zbek do'ppisi yoki atlas ko'yolagini juda tez ilg'ab oladilar va suyunib ketadilar ham. Yonidagi sheriklari o'zbek bo'lsa ham, aynan do'ppili o'zbekni ko'rib, ko'zlari yashnab ketadi. Boshqa millat vakillari, masalan, nigeriyalik ham milliy ko'yolagida yurgan bo'lishi mumkin, lekin o'zbek turist uchun bu kiyim fon edi, fonligicha qoladi ham.



16-rasm. Idrok qilish jarayonlariga xos qonuniyatlar klassifikatsiyasi

✚ *Idrokning konstantligi qonuni.* Bu qonun ma'lum ma'noda oldingisiga bog'liq. Ya'ni bunda ham ilgarigi tajriba katta rol o'ynaydi. Ma'nosi: odam o'ziga tanish bo'lgan narsalarni o'sha xossa va xususiyatlar bilan o'zgarishsiz idrok qilishga moyildir. Masalan, samolyot ichida o'tirib yerga qaraganmisiz? Avtomobil yo'llari, ularda harakat qilayotgan mashinalar kichkina ko'rinadi, lekin biz ularni hozir kichrayib qolgan, deb idrok qilmaymiz-ku? Aslida ko'z qorachig'imizdagi aks kichkina bo'lsa-da, ularni o'zimiz "to'g'rilab" alohida predmetlar sifatida idrok qilaveramiz.

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

Demak, idrokimizning konstantligi, ya'ni ilgarigi tajriba asosida narsalarning xossa va xususiyatlarini o'zgartirmay, turg'un holda yaxlit tarzda idrok qilish xususiyati bizga tashqi muhitda to'g'ri moslashuvimiz, narsalar dunyosida adashmasligimizni ta'minlaydi. Konstantlik – "constanta" so'zidan olingan bo'lib, o'zgarmas, doimiy degan ma'noni bildiradi.

✚ *Kutishlar va taxminlarning idrokka ta'siri.* Ko'pincha bizning idrokimiz ayni paytda biz nimalarni kutayotganimizga bog'liq bo'lib qoladi. Biz o'zimiz kutgandan ham ko'p paytlarda o'zimiz ko'rgimiz kelgan narsalarni ko'ramiz, eshitgimiz kelgan narsani eshitamiz. Masalan, sonlar qatorida paydo bo'lgan V harfi uzoqdan albatta 13 soniday idrok qilinadi, yoki aksincha harflar orasidagi 13 "V" ga juda o'xshaydi. Kechasi yolg'iz qolib kimnidir kutayotgan bo'lsangiz, har qanday juda sekin sharpa ham oyoq tovushlariga o'xshayveradi. Sog'ingan do'stingizga biror jihati bilan o'xshash bo'lgan odamni ko'rsangiz-chi?

Shunday qilib, inson idroki shaxsiy ma'no va ahamiyat kasb etgan ma'lumot vositasida ongdagi bo'shliqni to'ldirishga harakat qiladi. Birovning orqadan chaqirishini kutayotgan bo'lsangiz, negadir albatta, bosh harfi to'g'ri kelgan ismni aytsa ham tezginada o'sha tomonga o'girilib qaraysiz. Aynan shunday hodisalar ba'zan idrokdagi xatoliklarning kelib chiqishiga olib keladi. Amerikalik olim *J. Begbi*, stereoskop orqali amerikalik va meksikalik bolalarga shakli unchalik aniq bo'lmagan slaydlarni birin-ketin ko'rsatgan. Amerikalik bolalar ularni beysbol

o'yini, oq sochli qiz ifodalangan desalar, meksikalik bolalar ularni buqalar jangi, qora sochli qiz, deb ta'riflaganlar. Ko'pchilik bolalar esa ko'rsatilgan ikkita rasmdan faqat bittasini ko'rganini e'tirof etganlar. Demak, bizning idrokimiz, uning mazmuni madaniy va ma'naviy muhitga ham bog'liq bo'lib, bu kutishlar tizimidan kelib chiqarkan.

✚ *O'zgarmas ma'lumotning idrok qilinmasligi qonuni.* Bu qonunning mohiyati shundaki, muntazam ta'sir etuvchi ma'lumot ongda uzoq ushlab turilmaydi. Masalan, o'tirganingizda soatning tikkilashini eshitganmisiz? Ha, tovush eshitiladi, lekin ma'lum vaqt o'tgandan so'ng go'yoki u yo'q bo'lib qolganday – eshitilmaydi. Yoki eksperiment sharoitida yolg'iz bitta nuqtadagi yorug'lik manbai ko'zga ta'sir etilib, ko'z ham shu nuqta bilan bir vaqtda harakatga keltirib turilganda, 1-3 sekunddan so'ng odam yorug'lik manbaini ko'rmay qo'ygandek. Shunga o'xshash eksperimentlar barcha idrok turlarida ham sinalgan. Past ohangli kuy ham ma'lum vaqtdan keyin eshitmaganday hisni keltirib chiqarishini sinab ko'rishingiz mumkin.

Nutq vositasida hadeb bir xil so'zlarni qaytaraverish psixoterapevtik amaliyotda gipnotik holatni keltirib chiqaruvchi omil sifatida ishlatiladi. Chunki bir xil so'zlar hadeb qaytarilaversa, ular o'zining ma'no-mohiyatini ham yo'qotadi. Masalan, ko'chalarda yuradigan "folbinlar"ni ko'rganmisiz? Ular avtomatik tarzda aytadigan so'zlari aslida ularning o'zlari uchun umuman ma'nosini yo'qotgan ("baxtingdan ochaymi, taxtingdan ochaymi?" va hokazo shunga o'xshash so'zlar). har qanday harakat hadeb qaytarilaversa, "psixologik to'yinish" hodisasi ro'y beradi va harakatlar avtomatlashib, uning ayrim detallari umuman ong nazoratidan chiqadi. Masalan, mahoratli raqqosa har qanday raqsga ham chiroyli, jozibali harakatlar bilan o'yin tushib ketaveradi.

✚ *Anglanganlik qonuni.* Idrok qilayotgan shaxs uchun figuraning anglanganligi, uning zarurati va ma'nosi katta ahamiyatga ega bo'ladi. Agar biz kuzatayotgan predmet, eshitayotgan nutq yoki his qilayotgan narsamiz ma'nosiz, tushunarsiz, noaniq bo'lsa, biz juda tez charchaymiz va toliqamiz. Masalan, xitoy tilini bilmaydigan odam shu tilda so'zlashuvchilar orasiga tushib qolsa, psixologik jihatdan juda qiynaladi. Ya'ni, *bizga barcha narsalarda biror ma'no va mazmun kerak.* Odam odatda tushunadigan narsasinigina idrok qiladi. hattoki, ma'ruzachining bugun tushuntirayotgan ma'ruzasidagi faktlar sizning tushunchalaringiz va bilim doirangizdan uzoq bo'lsa, professorga qarab o'tirgan bo'lsangiz ham uning gaplari qulog'ingizga kirmaydi. Shunday paytlarda "Nima deyapti o'zi?" deb qo'shnimizdan so'rab qo'yamiz ham, zero, ma'ruzachi o'sha biz uchun qadrdon va ona tili hisoblanmish o'zbek tilida gapirayotgan bo'lsa ham. Sinab ko'rish uchun o'rtog'ingizga bir nechta so'zlardan iborat qatorni bering. Ular orasida mazmunan bir-biriga bog'liq bo'lmagan so'zlar, hattoki ma'nosiz (teskarisiga yozilgan so'zlar) bo'lsin. Oraga 2-4 ta tanish o'zbek tilidagi so'zlardan aralashiring. Bir daqiqa mobaynida qarab, eslab qolganini qaytarishni so'rasangiz, o'sha 2-4 ta so'zlardan boshqalarni deyarli "ko'rmaganining" guvohi bo'lasiz.

✚ *Taxminlarni tekshirish jarayonida idrok qilish.* Biz idrok jarayonida ilgari tajribaga tayanganimiz bilan ko'pincha adashamiz, ba'zan esa o'zimiz uchun yangiliklar ochib, tajribani yanada boyitamiz. Ilgari tajriba va kelajakni bashorat qilish insonga xos xususiyat bo'lib, bizning sezgi organlarimiz orqali keladigan ma'lumotlarning ko'lami va imkoniyatlarini yanada oshiradi. Shu nuqtai nazardan olib qaralganda, *idrok – tashki muhit to'g'risidagi taxminlarimizni isbot qilishga qaratilgan faol jarayondir.* Biz bevosita idrokimiz "tagiga yetolmayotgan", "tushunmayotgan" narsalarni bevosita his qilgimiz, qo'limiz bilan ushlab ko'rgimiz, ular bilan ishlagimiz keladi. Ya'ni, idrok qilinayotgan narsada noaniqlik, sir paydo

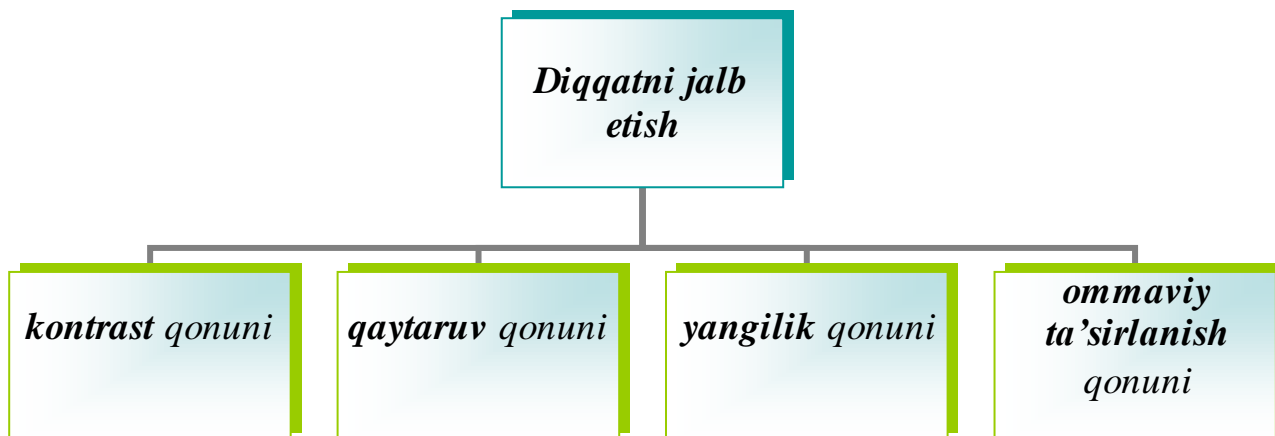
bo'lsa, biz "Bu nima bo'ldi?" degan savol asosida taxmin qila boshlaymiz va uni tekshirish uchun harakat qilamiz. Aynan harakatlar, amaliy ishlar idrokimiz imkoniyatlari va chegaralari kengaytiradi va anglashga yordam beradi. Shuning uchun ham har bir ishni boshlashdan avval nimaga egamiz, nima kerak va nima qilsak, tezroq yaxshi natijaga ega bo'lamiz, degan savol bilan o'zimizdagi tajribada bo'lgan bilimlarimiz bilan unchalik aniq bo'lmagan ma'lumotlarni tarozuga solish va imkon boricha nutqimiz, harakatlarimiz bilan real tajribani kengaytirishga intilishimiz kerak. Shunday qilib, bir qarashda oddiyroq tuyulgan idrok ham inson bilimlari, tushunuvchanligi va faolligi bilan bog'liq psixologik jarayon bo'lib, u aslida shaxsiy tajribamizning birlamchi asosi va bazasidir.

Idrok qilish va diqqat

Idrokning aniqligi va samaradorligiga bevosita aloqador bo'lgan psixik jarayonlardan biri – *diqqat*dir. Shuning uchun ham uyqusirab o'tirib ma'ruza tinglagan talabanning o'sha ma'ruza matnini idrok qilishi qay darajada bo'lishi mumkinligini tasavvur qilish qiyin emas. Shuning uchun ham biz diqqatimizni kerakli obyektga ushlab turish uchun, yuqorida misolda talabanning ma'ruzani to'la idrok qilishi uchun konspekt qilish kerakligi tavsiya etiladi. Chunki shu paytda ongimiz eshitayotgan so'zlarning mazmuniga qaratilgan bo'ladi. Demak, ***diqqat*** – shunday psixik jarayonki, uning yordamida ongimiz o'zimiz uchun ahamiyatli bo'lgan narsalar, hodisalar, predmetlar mohiyatiga qaratiladi. Ya'ni, diqqat – ongning yo'nalganligini tushuntiruvchi psixik jarayondir. Gap shundaki, bizni o'rab turgan borliq va undagi hodisa va predmetlar dunyosi shunchalik murakkab va turfaki, biz ongimizni bir vaqtda ularning barchasiga birdan yo'naltira olmaymiz. Diqqat shuning uchun kerakki, u bizga ayni vaqtda kerak bo'lgan obyektga shu turfaning orasidan ajratib, uni o'rganish yoki tanishishga imkon beradi. Masalan, o'qituvchining savoliga javob berayotgan o'quvchini tasavvur qiling: gapirayotib, barmoqlari bilan daftarining qirg'og'ini hadeb buklayotganligini o'zi sezmaydi. O'qituvchining "Daftarni tinch qo'y", degan tanbehdan so'nggina diqqatini o'zi amalga oshirayotgan harakatga yo'naltiradi.

Hozirgi paytda reklama sohasi ham O'zbekistonda rivojlana boshlayapti. O'sha reklama beruvchilar xaridorlarning diqqatini u yoki bu tovarga jalb etish uchun uning zaruratini bizdagi tabiiy ehtiyojlarga, bizga tanish bo'lgan mashhur shaxslar hayotiga o'qish yoki mehnatimiz sharoitlariga bog'lashi bejiz emas. Chunki biz diqqatimizni bevosita o'zimizga kerak bo'lgan, muhim va ahamiyatli obyektlarga qaratamiz. Agar ma'ruzada o'tirib, juda qorningiz ochgan bo'lsa, diqqatingiz ko'proq oshxonaga yoki uyga ketaveradi, lekin darsning tugashigacha qolgan vaqt ham rosa chuzilayotganday tuyuladi. Bu misollar idrokimizning va ongli hayotimizning diqqat jarayoniga nechog'lik bog'liqligini yana bir marotaba isbotlaydi.

Diqqatning asosan ikki xil turi farqlanadi: *ixtiyoriy va beixtiyor* diqqat. Agar ixtiyoriy diqqat shaxs ongining bevosita o'zi uchun ahamiyatli obyektlarga ataylab jalb etishi bo'lsa, (masalan, ma'ruzani to'la tushunish uchun talabanning urinishlari) beixtiyor diqqat narsa va hodisalarning mazmun va mohiyati, jozibasiga bog'liq tarzda ongimizning ma'lum narsalarga yo'nalganligidir. Masalan, tijorat do'konida mashhur aktyor kiyib rol o'ynagan ko'ylak qizlarning diqqatini beixtiyor o'ziga tortadi.



17-rasm. Diqqatni jalb etishning universal qoidalari (qonunlari)

✚ **Kontrast** qonuni. Masalan, televizor ko'rib o'tirib, birdan bir kanalning boshqasi bilan ulanib qolishi, ranglarning birdan almashinishi, xorij safari vaqtda kutilmaganda ona tilida kimnidir orqangizda turib gaplashishi kabilar idrokni aniqlashtirish va ubning uchun diqqatni o'sha narsaga qaratishga sabab bo'ladi. Yoki Toshkentning an'anaviy qiyofasida paydo bo'lgan o'ta zamonaviy bino, masalan, Banklar assosiyasini binosi kontrast effekt beradi, chunki u boshqa obyektlardan tub farq qiladi. Shuning uchun ham diqqatimiz no'anaviy, ajralib turadigan narsalarga idrokimizni, ongimizni yo'naltiradi.

✚ **Qaytaruv** qonuni. Telefonda o'rtog'ingizga biror taklifni aytdingiz deylik. Agar u odatiy "xo'p" deyish o'rniga, qator qilib "xo'p", "xo'p", "xo'p" desa, darrov o'ylanib qolasiz, "buncha qaytarib qolding, zarda qilmayapsanmi?" deysiz ham. Saylov oldi jarayonlarida nomzodlar o'z fotosuratlari yoki siyosiy partiyalari haqidagi ma'lumotlarni har bir mahalla va katta ko'chalarga iladilarki, shu orqali ko'pchilikning diqqatini o'zlariga jalb qiladilar.

✚ **Yangilik** qonuni. Ma'lumotning yangiligi, shaxs uchun kutilmaganda paydo bo'lishi ham diqqatni jalb etuvchi kuchli omil. Reklamada ham "Birinchi marta" deb berilgan ma'lumot, ijtimoiy jarayonlardagi yangiliklarning o'ziga xos betakrorligi, do'stingiz ustidagi yangi kostyum, bildirilgan yangi fikr yoki g'oya albatta, o'zgarar diqqatini o'ziga tortmay qolmaydi.

✚ **Ommaviy ta'sirlanish** qonuni. Ommaviy axborot vositalari orqali butun dunyoga taralayotgan biror xabar, yoki ataylab odamlar o'rtasida tarqatilgan "mish-mish" yoki "shov-shuvlar" alohida ayrim shaxslarning ham diqqat markaziga tushadi. qolaversa, biz hammani qiziqtirgan, hamma gapirib yurgan ma'lumotga ishonamiz, hamma kiygan libosga e'tibor qaratib, o'zimizda ham bo'lishini xohlaymiz. Bu omil ham diqqatlab omillardandir. Mashhur shaxslarga ko'pchilik e'tibor beragani uchun ham ba'zan maxsus auksionlar uyushtirilida va u orqali u yoki bu firma o'z maxsulotlari yoki tashkilotini tashviqot qilib oladi. Masalan, malika Diananing kiyimlari va taqinchoqlarini auksion qilish yoki namoyish qilishdan ko'zlangan maqsadlar ham faqat ularni pullash emasligi ayon.

Shunday qilib, diqqat – bizning barcha ongli harakatlarimiz va anglangan idrokimizning muhim omilidir.

4.4. Xotira va shaxs tajribasining boyligi

Odam ko'rgan, his qilgan va eshitgan narsalarining juda oz miqdorinigina eslab qola

oladi. Ma'lum bo'lishicha, bir vaqtning o'zida odam ongida 7 tadan ortiq belgiga ega bo'lgan ma'lumotning qolishi qiyin ekan. Bu yettita so'z, son, belgi, narsaning shakli bo'lishi mumkin. Agar telefon raqamlari 8 ta belgili bo'lganda, uni yodda saqlash ancha qiyin bo'larkan. Demak, ongning tanlovchanligi va ma'lumotlarni saralab, terib ishlatishi yana bir psixik jarayonni – xotirani bilishimiz lozimligini bildiradi.

Odatda biz biror bir materialni o'qiydigan bo'lsak, uni hech bir o'zgarishsiz eslab qolishga harakat qilamiz. Lekin ajablanarlisi shundaki, borgan sari material ma'lum o'zgarishlarga yuz tutib, xotirada dastlabki paytdagisidan boshqacharoq bo'lib saqlanadi. Ba'zi bir material yoki ma'lumot xohlasak ham xotiradan o'chmaydi, boshqasi esa juda qattiq xohlasak ham kerak paytda yodimizga tushirolmaymiz. Bu kabi savollar, inson bilish jarayonlaridagi eng muhim savollar bo'lib, ba'zan o'z taraqqiyotimiz va kamolatimizni ham ana shunday omillarga bog'lagimiz keladi.

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.

Xotira – bu tajribamizga aloqador har qanday ma'lumotni eslab qolish, esda saqlash, esga tushirish va unutish bilan bog'liq murakkab jarayondir. Xotira har qanday tajribamizga aloqador ma'lumotlarning ongimizdagi aksidir.

Inson xotirasining yaxshi bo'lishi, ya'ni his-kechinmalarimiz, ko'rgan-kechirganlarimizning mazmuni to'laroq miyamizda saqlanishi quyidagi omillarga bog'liq:

- + esda saqlab qolish bilan bog'liq harakatlarning yakunlanganlik darajasiga;
- + shaxsning o'zi shug'ullanayotgan ishga nechog'lik qiziqish bildirayotganligi va shu ishga moyilligiga;
- + shaxsning bevosita faoliyat mazmuni va ahamiyatiga munosabatining qandayligiga;
- + shaxsning ayni paytdagi kayfiyatiga;
- + irodaviy kuchi va intilishlariga.

Xotira jarayonlari shaxsning faoliyatdagi yutuqlariga bog'liq bo'lgani uchun ham, uning tabiati, qanday kechishiga ko'plab olimlar ahamiyat berganlar. Masalan, nima uchun odam u yoki bu ma'lumotni xotirada saqlaydi, degan savolga turli olimlar turlicha javob beradilar. Masalan, fiziologlar uning sababini miyada hosil bo'ladigan nerv bog'lanishlari – assosiasiyalar bilan bog'lashsa, bioximiklar – ribonuklein kislota (RNK) va boshqa bioximik o'zgarishlar oqibatidadir, deb tushuntiradilar.

Psixologlar esa xotirani doimo inson faoliyati, uning shaxs uchun ahamiyati va motivlar xarakteri bilan bog'laydilar. Chunki shaxsning yo'nalganligi, uning hayotdagi mavqeyi va qobiliyatlarining rivojlanganlik darajasi aynan xotirasining mazmuniga bog'liq. Shuning uchun hattoki, shunday gap ham bor: "Nimani eslashingni menga ayt, men sening kimligingni aytaman".

Amaliy nuqtai nazardan xotiraning samaradorligi va uni o'quv va mehnat faoliyati jarayonida oshirish katta ahamiyatga ega. Chunki ko'pincha odamlar orasida ishchanrog'i, o'quvchi yoki talabalar orasida bilimirog'i ham bir qarashda xotirasining kuchi bilan boshqalardan ajralib turadi. Buyuk bobokalonimiz *Amir Temurning* xotirasi haqida afsonalar yuradi. Masalan, u o'z qo'l ostidagi beklarning nafaqat ismini, balki otasining ismlarini ham

yoddan bilarkan, uchrashuvlarda bevosita nomini aytib murojaat qilarkan. Bu fazilat ham uning o'z qo'l ostidagilar orasida obro'ining balandligiga ta'sir ko'rsatgan. Amerikaning mashhur Prezidentlaridan *Avraam Linkoln* ham ana shunday fenomenal xotirani o'z yaqinlari va ish yuzasidan u bilan bog'liq bo'lgan xodimlarga nisbatan namoyon etib, lol qoldirgan ekan. Demak, xotira tarbiyasi, uni kerakli yo'sinda rivojlantirish – kerak bo'lsa, shaxsiy obro' hamda ishdagi samara masalasi bilan bevosita bog'liq ekan.

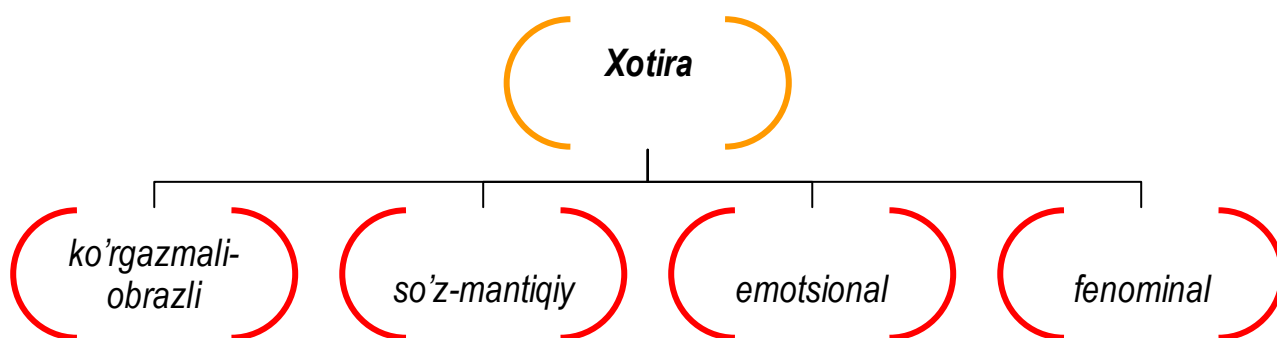
Xotiraning samaradorligi eslab qolishning ko'lami va tezligi, esda saqlashning davomiyligi, esga tushirishning aniqligi bilan bog'lanadi. Demak, odamlar ham aynan shu sifatlarga ko'ra ham farqlanadilar:

- + materialni tezda eslab qoladiganlar;
- + materialni uzoq vaqt esda saqlaydiganlar;
- + istagan paytda osonlik bilan esga tushiradiganlar.

Ba'zi odamlarning xotirasiga xos jihatlarni tug'ma deb atashadi. To'g'ri, oliy nerv tizimi, uning o'ziga xos ishlash xususiyatlari xotiraning o'ziga xos individual uslubini belgilashi mumkin. Lekin hayotda ko'pincha shaxsning bilish jarayonlari va sezgi organlarining ishlash qobiliyatlariga bog'liq tarzda ajralib turadigan tiplari haqida gapirishadi. Masalan, ayrim odamlar ko'rgan narsalarini juda yaxshi eslab qoladi, demak, ularning xotirasi **ko'rgazmali-obrazli** bo'lib, ko'zi bilan ko'rmaguncha, narsaning mohiyatini tushunmaydi ham. Boshqalar esa o'zicha fikrlab, nomini aytib, mavhum tarzda tasavvur qilmaguncha, eslab qolishi qiyin bo'ladi. Bundaylar **so'z-mantiqiy** xotira tipi vakillaridir.

Yana bir tipli odamlar bevosita his qilgan, "yuragidan" o'tkazgan, unda biror yorqin emosional obraz qoldirilgan narsalarni yaxshi eslab qoladilar, bu – **emosional** xotiradir. Lekin yana bir xotira egalari borki, ularni **fenomenal** xotira sohiblari deb atashadi.

Psixologiyaga oid kitoblarda ana shunday xotiraga ega bo'lgan kishilar to'g'risida ko'p yozilgan. Bu shunday kishilarki, ular bir vaqtning o'zida nisbatan juda katta hajmdagi ma'lumotlarni esda saqlay oladi va esga tushiradi. Masalan, tarixiy shaxslar orasida *Yuliy Sezar, Napoleon, Mosart, Gauss*, shaxmat ustasi *Alexin* kabi insonlar xotirasi ana shunday noyob bo'lganligi haqida ma'lumotlar bor. Taniqli, rus psixologi va neyropsixologi *A.R. Luriya* ham ana shunday xotira sohiblaridan biri – asli kasbi jurnalist bo'lgan *Shereshevskiy* degan shaxs xotirasini ataylab uzoq vaqt mobaynida o'rgangan. Uning xotirasi shunday ediki, *Dantening* "Ilohiylik komediyasi" dan olingan uzundan-uzoq parchani bir marta qarab olgandan so'ng, 15 daqiqadan so'ng so'zma-so'z aytib berolgan. Shunisi xarakterli ediki, komediya unga notanish bo'lgan italyan tilida yozilgan edi. Ko'pchilikni qanday qilib yaxshi, mustahkam esda saqlab qolish muammosi qiziqirsa, *Shereshevskiy* uchun qanday qilib unutilish masalasi murakkab edi. Uni xotira obrazlari doimo qiynar, ko'rgan narsalari ko'z oldida gavdalanaverar edi. qanday qilib eslab qolasiz? degan savolga u shunday javob bergan : men "materialni" o'zimga tanish va sevimli bo'lgan Moskva ko'chalariga joylashtiraman. Bir marta bir materialning bir bo'lagi o'sha "ko'chaning" salqin tushgan yeriga tushib qolib, esga tushirishi ancha qiyin bo'lgan ekan. Shunga o'xshash har bir fenomenal xotira egalarning o'ziga xos eslab qolish uslublari bo'lar ekan.



18-rasm. Eslab qolish xususiyatiga ko'ra xotiraning turlari

Shotlandiyalik matematik *A.Etkin* 1933 yili 25 ta bir-biri bilan bog'lanmagan so'zlardan iborat ikki qatorni eslab qolib, hech bir xatosiz uni 27 yildan keyin esga tushira olgan. "qilich va qalqon" kinofilmidagi rus razvedchigi *I. Vaysning* nasistlar tomonidan rejalashtirilgan birinchi navbatda batamom yo'q qilinishi lozim bo'lgan obyektlar – shifrlari bilan ko'rsatilgan ro'yxatini bir karra ko'rib chiqib, bir necha daqiqadan so'ng esga tushirganini eslang. U ham go'yoki, ko'rib turganday o'sha ro'yxatlarni qaytadan o'qiganday, takrorlaydi. Tarixda bunday kishilar bor va ular bizning oramizda ham yo'q emas. Muhimi shundaki, ana shu fenomenal xotirani shaxs va jamiyat manfaatiga mos tarzda unumli ishlata bilishdir.

Esda saqlangan ma'lumotni xotiradan chiqarib olib, qayta tiklash ham muhim muammo. Chunki ko'pincha biz xotiramizda kechagina o'qigan yoki yaqindagina o'qituvchimiz aytib bergan ma'lumotning borligini bilamiz-u, lekin kerak vaqtda uni esga tushira olmaymiz. Ma'lumotni xotiradan chaqirib olish omillariga quyidagilar kiradi:

Ma'mulotning anglanganligi. Biz o'zimiz to'la anglagan, tushungan narsalarni osonroq esga tushiramiz. Masalan, alfavitni juda oson esga tushiramiz, yoki 1, 2, 3, 4 va hakoza tartibli sonlarni bir ko'rgandan so'ng u milliongacha bo'lsa ham esga tushirishimiz sirayam qiyin emas. Lekin shu sonlardan bor yo'g'i 7-8 tasini teskari yoki aralash tartibda yozilgan bo'lsa, ularni esga tushirish ancha mushkul bo'ladi. "Psixologiya" yozuvini esga tushirish juda oson, lekin "i p i o x o ya s l g" harflari to'plami aynan o'sha harflardan iborat bo'lsa ham sira esga tushira olmaymiz. Demak, materialni yaxshilab esda saqlash va esga tushirish uchun uni tushunish va anglash kerak. Mazmunini va mohiyatini tushungan holda iloji bo'lsa, o'zimizdagi qiziqishlarga bog'lay olishimiz kerak.

Kutilmaganda ma'lumot. Kutilmaganda paydo bo'lgan yangi va yaxshi ma'lumot ham yaxshi esga tushadi. Masalan, sonlar qatorida berilgan bitta harf, yoki aksincha, harflar orasidagi bitta son, uzun jumlar orasida paydo bo'lgan qisqa jumla esga tezroq va aniqroq tushadi. Buning oddiy sababi – biz kutilmaganda paydo bo'lgan ma'lumot yoki narsaga hayratlanamiz, jonli emosiya bilan javob beramiz, bu esa yaxshi eslab qolishga va kerak bo'lganda, yorqin tiklashga asosdir.

Ma'lumotning mazmun yoki shakl jihatdan bir-biriga yaqinligi. Masalan, agar ko'plab bir-biriga bog'liq bo'lmagan so'zlar orasida "erkak" va "ayol" so'zlari paydo bo'lgan bo'lsa, bittasining esga tushirilishi ikkinchisining ham esda tiklanishiga sabab bo'ladi. Shuning uchun ham o'quv rejasiga kiritilgan barcha fanlar shunday birin-ketinlikda beriladiki, birini o'zlashtirish ikkinchisining ham o'zlashtirilishi, bir-birini to'ldirishga xizmat qilsin.

Esda saqlash vaqti bilan esga tushirish vaqti o'rtasidagi farq. Odamda berilgan ma'lumotni idrok qilish va shu orqali esda saqlash vaqti qanchalik ko'p bo'lsa, esga tushirish

ham osonroq bo'ladi. Shuning uchun ham uzoq muddatli xotirada saqlanadigan ma'lumot uzoq vaqt mobaynida, ko'pincha bir necha marta qaytarib beriladi, qisqa muddatda esa bir marta, qisqa fursatda beriladi va shu narsa esga tushirish kerak bo'lganda, tiklanmaydi. Masalan, biror tekstni kompyuterga kiritish uchun o'rtog'ingizga berib, keyin nimalarni kiritganini so'rang. Javob aniq: "Esimda yo'q". Ya'ni ma'lumotning umumiy mazmuni yodda qolsa ham, asosiy tushunchalar va mohiyat esda qolmaydi.

Shunday qilib, xotira faol jarayon bo'lib, u shaxsning u yoki bu turli ma'lumotlar bilan ishlash malakasiga, unga munosabatiga, materialning qimmatini tasavvur qilishiga bevosita bog'liq bo'ladi. Eng xarakterli narsa shuki, inson faqat eshitgan ma'lumotning 10 foizini, eshitgan va ko'rgan narsasining 50 foizgachasini, o'zi faol bajargan ishlarining deyarli 90 foizini yodda saqlaydi. Bu ko'plab psixologik tadqiqotlarda isbot qilingan. Shaxsning o'zi o'ylab topib, o'zi bevosita bajargan ishlari juda oson esga tushadi. Bu hodisa psixologiyada *generasiya samarasi* deb ataladi. Agar talaba yoki o'quvchi ham o'zi biror teoremani mustaqil ravishda isbot qilgan bo'lsa, yoki biror xulosaga mustaqil ravishda kelolgan bo'lsa, o'qituvchi tushuntirgan hodisaga yaqin narsa to'g'risida o'rtoqlariga so'zlab bergan bo'lsa, albatta uni xohlagan paytda osongina esga tushiradi. Shuning uchun ham oxirgi paytlarda o'yin metodlari, munozara metodlaridan o'quv jarayonida ham keng foydalanilmoqda. Hattoki, kattalarni qisqa fursatda o'qitish va malakalarini oshirishda ham turli xil amaliy o'yinlardan, ijtimoiy-psixologik treninglardan foydalanishning ma'nosi ham shunda – yaxshi va tez eslab qolish hamda samarali esga tushirish. Iqtisodiy o'quvlarda turli xil "keys stadi"larni tahlil qilish va o'z nuqtai nazaricha maqbul harakat shakllari qarorlar qabul qilish ham mutaxassislar malakasini oshirishga samarali ta'sir ko'rsatadi.

Shu o'rinda xotiraning sakkiz qonunini eslab qo'yishni maqsadga muvofiq sanaladi.



19-rasm. Xotiraning sakkiz qonuni

Anglanganlik qonuni. Oddiy, lekin murakkab qonun, ya'ni berilgan materialni qanchalik chuqur anglasak, shunchalik uni mustahkam xotirada muhrlagan bo'lamiz.

Qiziqish qonuni. Anatol Frans: "Bilimlarni yaxshi hazm qilish uchun uni ishtaha bilan yutish kerak" deganda, albatta, materialga jonli qiziqish bilan munosabatda bo'lishimiz, va uni

yaxshi ko'rishimiz kerakligini nazarda tutgan.

Ilgarigi bilimlar qonuni. Ma'lum mavzu yuzasidan bilimlar qanchalik ko'p bo'lsa, yangisini esda saqlab qolish shunchalik oson bo'ladi. Masalan, ilgari o'qigan biror kitobni qaytadan o'qib, uni yangidan o'qiyotganday his qilsangiz, demak, siz ilgari tajribangiz yetishmaganligidan uni yaxshi o'zlashtira olmaganligingizni his qilishingiz mumkin. Demak, eski bilimlar ham tajribaga aylangandagina, yangilariga zamin bo'la oladi.

Eslab qolishga tayyorlik qonuni. Biror materialni eslab qolishdan avval, bo'lg'usi aqliy ishga qanday hozirlik ko'rgan bo'lsangiz, shunga mos tarzda eslab qolasiz. Masalan, fizika o'qituvchisining barcha darslari sizga doimo ma'qul bo'lgan bo'lsa, Siz: "Bugun ham yangi narsa o'rganib chiqaman", deb o'zingizni ishontrasiz va oqibatda natija ham yaxshi bo'ladi. Yoki vaqtga nisbatan tayyorlik ham shunday. "Bir amallab imtihon topshirsam, keyin qutulaman", deb darsga tayyorlangan bo'lsangiz, imtihon tugagach, go'yoki miyangizni biron "yuvib qo'yganday" tasavvur hosil bo'ladi. Agar materialni mutaxassis bo'lishim uchun juda kerak, deb umringiz oxirigacha muhimligini anglasangiz, u narsa xotirada muqim saqlanadi.

Assosiasiyalar qonuni. Bu qonun haqida eramizdan avval Aristotel ham yozgan edi. qonunning mohiyati shundaki, bir vaqtda shakllangan tasavvurlar xotirada ham yonma-yon bo'ladi. Masalan, ayni konkret xona o'sha yerda ro'y bergan hodisalarni ham eslatadi.

Birin-ketinlik qonuni. Harflarni alfavitdagi tartibda yoddan aytish oson, uni teskarisiga aytish qiyin bo'lganidek, xotirada ham ma'lumotlarni ma'lum tartibda joylashtirishga va kerak bo'lganda, tartib bilan birin-ketin tiklash maqsadga muvofiqdir.

Kuchli taassurotlar qonuni. Eslab qolinadigan narsa to'g'risidagi birinchi taassurot qanchalik kuchli bo'lsa, unga aloqador obraz ham shunchalik yorqin bo'ladi. Bundan tashqari, siz uchun ahamiyatli va jozibali ma'lumotlar oqimida eslanayotgan material ham yaxshi esga tushiriladi.

Tormozlanish qonuni. Har qanday muayyan ma'lumot o'zidan oldingi ma'lumotni tormozlaydi. Shuning uchun uning o'chib ketmasligi uchun yangini esda saqlashdan avval mustahkamlash choralarni ko'rishingiz kerak.

Demak, yaxshi kuchli bilimlarga ega bo'lish uchun har bir predmet yoki fanning mavzularini o'ziga xos tarzda yoqtira olish va xotirada saqlash uslublarini ishlab chiqishingiz kerak ekan. Lekin albatta, matematika fanidan keyin fizikani, tarixdan keyin adabiyot fanini, she'r yodlashni uyqu oldidan amalga oshirmaslikni maslahat beramiz.

Xotirani rivojlantirish yo'llari

Xotirani rivojlantirish masalasi psixologiyadagi, nafaqat psixologiyadagi, balki insoniyatning oldida turgan dolzarb muammodir. Ayniqsa, u yoki bu ta'lim maskanlarida o'qiydigan har bir o'quvchi yoki talaba uchun ham bu juda muhim narsa: kim eshitgan yoki ko'rgan narsasining mazmunini to'la eslab qolib, keyin sheriklari yoki o'qituvchisini lol qilishni xohlamaydi deysiz? Shuning uchun ham ushbu mavzuda amaliy jihatdan ma'qul va mumkin bo'lgan ayrim tavsiyalarga e'tiborni qaratamiz.

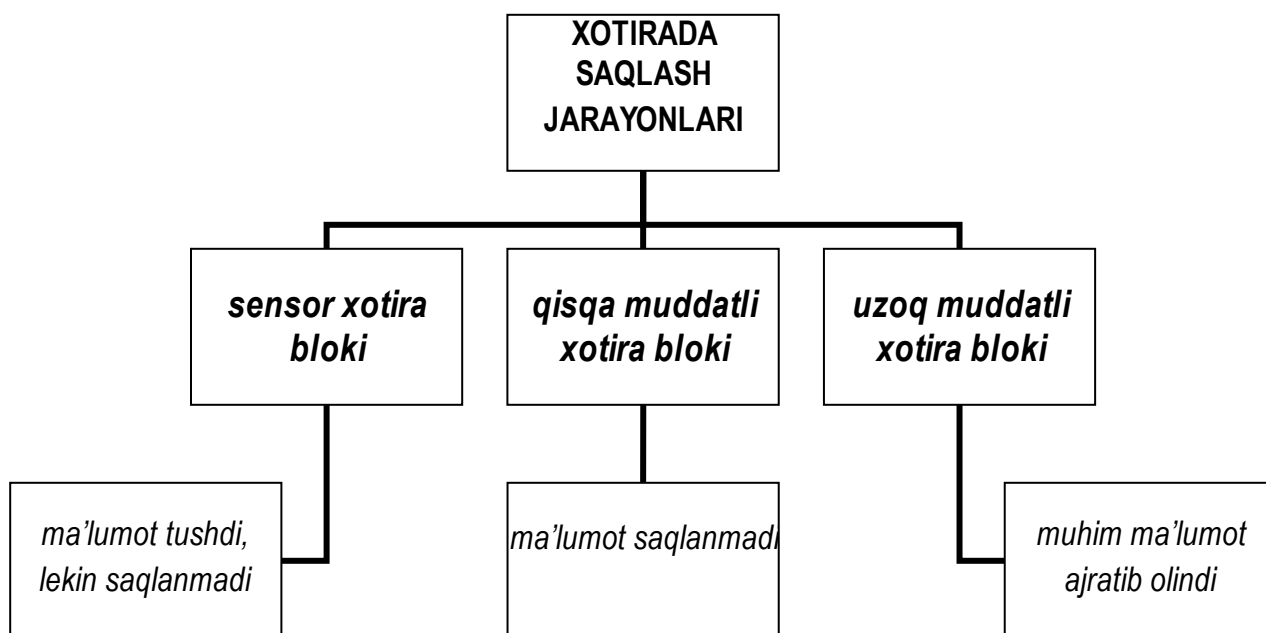
Ko'pchilik psixologlar va amaliyotchilar inson xotirasini kitoblar javoniga o'xshatishadi. Agar shu javonda kitoblar tartib bilan joy-joyiga qo'yilgan va Siz vaqti-vaqti bilan ularni orasiga "tashrif" buyurib tursangiz, qaysi kitob qayerda turganini yaxshi bilasiz. Xotira ham shunday. Agar Siz muntazam o'z qobiliyatlaringizni o'stirish ustida ishlasangiz, u yoki bu qiziqirgan mavzu bo'yicha turli kitoblarni o'qib, ularni ma'lum tartibda qaytarib tursangiz, esda saqlash va

esga tushirish qobiliyatingiz o'sib boraveradi.

Ikkinchi muhim amaliy qoida – bu o'qigan, eshitgan yoki ko'rgan narsangizning mohiyatini anglashga harakat qilishingiz lozim. Chunki tushunmagan narsangiz qayta-qayta o'qisangiz ham esda yaxshi qolmaydi. Masalan, ingliz tilidan “topiklar”ni o'qituvchi so'raganda aytib berish uchun yodlagan bo'lsangiz, u tezda xotirangizdan o'chib ketadi. Agar uni amaliy biror ish-faoliyatingiz bilan bog'lab, qiynalib bo'lsa ham ovoz chiqarib mashq qilsangiz, u anchagacha yoddan chiqmaydi.

O'zlashtirilish lozim bo'lgan ma'lumotning xotirada saqlanishini amerikalik psixolog *Virjiniya* quyidagicha tasavvur qiladi (20-rasm). Ya'ni, har qanday ma'lumot bizning bevosita tashki olamni sezish organlarimizga ta'sir qiladi, lekin ular qisqa muddatli xotirada ham qolmasligi mumkin.

Masalan, yo'lda ketayotganingizda bargning shivirlashi yoki yo'l yoqasidagi daraxtda sayragan qushning tovushi sizning qulog'ingizga ta'sir qiladi, lekin xotiradan o'sha zahoti o'chadi, Siz bu ma'lumotni keyin ishlatmaysiz ham. Chunki ko'rish, eshitish, yoki sezish organlariga kelgan ma'lumot juda qisqa daqiqalar mobaynida, bir sekundga ham teng bo'lmagan vaqt davomida bizga ta'sir qiladi. Bu ma'lumot deyarli esda qolmaydi. Keyin qisqa muddatli xotira ishga tushadi, u ham bir necha daqiqalarda ma'lumotni ushlab tura oladi xolos. Masalan, shoshib ketayotganingizda o'rtog'ingiz “kechqurun telefonlashamiz”, deb sizga og'zaki telefon nomerini beradi. Siz uni auditoriyaga yetib borgunga qadar esda saqlab qolasiz, tez yozib qo'ymasangiz, keyin esdan chiqadi.



20-rasm. O'zlashtirilish lozim bo'lgan ma'lumotning xotirada saqlanish bosqichlari

Uzoq muddatli xotira blokigacha etib borgan ma'lumot esa inson umri mobaynida ham esdan chiqmasligi mumkin. Chunki unga aynan zarur ma'lumotlar bir necha marta qaytarilib, amaliyotda mustahkamlanib, saqlanadi. Shuning uchun ham inson ongi hayoti ana shunday uzoq muddatli xotiradagi ma'lumotlar hisobiga tajriba to'playdi. Bu blokda qolgan ma'lumotlar asosan anglanganlik tamoyiliga ko'ra ongda saqlanadi. Mantiqiylik yoki anganganlik nuqtai nazaridan xotirada ma'lumotlarni saqlashga qaratilgan uslub va vositalar majmui psixologiyada

mnemonika yoki mnemotexnika deb yuritiladi.

✚ Psixologiyada mnemotexnik usullarning eng keng tarqalgani – bu *tayanch so'zlarni ajratish* vositasida eslab qolishdir. Bunda eslab qolinishi kerak bo'lgan jumla yoki she'rda alohida so'zlar ajratib olinadi va ularga tayanib, assosiativ metod yordamida yaxlit material eda saqlanadi. Masalan, yoshlikda yodlagan biror she'ringizni eslang:

Vodiylarni yayyov kezganda,
Bir **ajib his** bor edi menda.
O'xshashi yo'q bu go'zal **bo'ston**
Dostonlarda bitgan **guliston**.... (H. Olimjon)

Odatda xotira yuqorida biz ajratganday har bir qatordagi ayrim-alohida so'zlarni ajratib, qolgan so'zlarni o'sha tayanchiga bog'lab turib mazmunni eslab qoladi. Bu qonuniyat matematik sonlar qatoriga ham, nasriy jummalarga ham, og'zaki nutqda o'qituvchi yoki suhbatdosh aytdan iboralarga ham taalluqli bo'ladi. Konkret hayotiy misolda o'z xotirangizni sinab ko'ring.

Shunisi xarakterliki, oddiy inson 10 gacha bo'lgan son yoki predmetlarni shu yo'l bilan eslab qolishi mumkin. Masalan, tug'ilgan kun munosabati bilan bozordan oladigan narsalar ro'yxatini tuzib olsangiz, unda 1, 2, 3, 4 chi va hokazo 10-chi deb yozilgan narsalar odatda o'sha ro'yxatga qaramasangiz ham esda qolishi mumkin, lekin undan ortig'i – miyangizda ayqash-uyqash bo'lib ketishi mumkin.

✚ Ikkinchi – qadimgi rimlik voizlar hyech qachon o'z nutqlarida qog'ozdan – yozuvdan foydalanmaganlar. Ular tayyorgarlik bosqichida nutqining har bir mantiqiy bo'lagini o'zlari joylashgan bino yoki xonadonidagi konkret buyumlar, jihozlar bilan bog'lab turib esda saqlaganlar. Masalan, rimlik mashhur voiz *Siseron* har safar nutq so'zlashaga tayyorlanganda, o'zining bog'ida sayr qilib yurib, uning har bir bo'lagini nomerlab olgan, keyin ana shu nomerlangan bo'lak bilan nutqining alohida qismlarini bog'lagan. Bunday mnemotexnik usulni amerikaliklar **loci metodi** deb atashadi. Uning mohiyati shuki, odam qator muhim obyektlarni o'ziga juda tanish bo'lgan joylarga bog'lab turib esda saqlab qoladi. Amerikalik Bauer (Bower, 1973) bu usulni talabalarda qo'llab ko'rib, shuni aniqlaganki, odatiy mexanik tarzda yodlaydigan talaba berilgan materialning faqat o'rtacha 28%ini eslab qolsa, loci metodini qo'llaganlar 72%gacha samarali ishlaganlar.

✚ Uchinchi keng tarqalgan usul – bu eslab qolinishi kerak bo'lgan narsalarni ma'no jihatdan guruhlariga bo'lib turib eslab qolish. Bu usulni biz yoshlikdan boshlab ishlatib kelganmiz. Masalan, sizga so'zlar qatori berilgan : sinf, bola, parta, ruchka, bog', uzum, charos, qalam, ariq. Shu so'zlarni yaxshilab esda saqlash uchun ularni ma'lum guruhlariga oldin bo'lib olsak, masalan, maktabga aloqador narsalar guruhi va bog' bilan bog'liq narsalar guruhi. Shu aqliy ishni malaga oshirsak, albatta, xotiramiz ishi samarali bo'ladi. Yoki yoshlikdagi bir ertak hammaga tanish: chol turp ekkan va u shu qadar katta bo'lib ketganki, o'zi yakka hyech uni tortib chiqara olmaydi. Shunda u kampirni, kampir – nabirasini, nabira – kuchukni, kuchuk – mushukni, mushuk esa sichqonchani chaqirib, birgalikda jo'r bo'lishib, tortib olishadi. Nega bu ertakning ma'no-mazmuni yoddan chiqmaydi, chunki undagi voqyealar zahirida birin-ketin amalga oshadigan voqyealar zanjiri mavjud. Shu birin-ketinlik qonuni eng kattadan eng kichkina bo'lgan jonzotning birgalikdagi, do'stona uzviyligi yotadi. Bu ertakda nafaqat tarbiyaviy ma'no bor, bu ham muhim, balki unda yuqorida ta'kidlaganimiz – guruhiy o'zaro bog'liqlik tamoyili bor. Bu ham hayotda tez-tez qo'llaniladigan **mnemotexnik** usuldir.

Shunga o'xshash materialni xotirada samarali saqlash usullari har bir shaxsda individual bo'lishi ham mumkin, bu sizning aqliy faoliyatingizni qanday tashkil etganligingizga bog'liq.

4.5. Asosiy tushuncha va atamalar

Bilish jarayonlari, professional faoliyat, professional bilimdonlik, sezgi, idrok, tasavwur, xotira, tafakkur, xayol, diqqat, nutq, idrok qilish qonunlari, figura va fon, Rubin figurasi, mnemonika yoki mnemotexnika, mnemotexnik usullar.

4.6. Rezyume

Demak, shaxsning tashqi olam xossa va xususiyatlarini ongida aks ettirishi, uning iqtidori o'sishi va professional malakalari rivojlanganligiga bog'liq tarzda kechadi. Shu bois ham, ongning muhim aks ettirish shakllari bo'lmish bilish jarayonlari – idrok, sezgi, xotira, diqqat, tafakkur, iroda va tasavvurlar insonning kundalik turmush tarzi va professional o'sishida benihoya katta ahamiyat kasb etadi.

4.7. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Bilish jarayonlari deganda psixologiyada aynan nimalar nazarda tutiladi?
2. Bilish jarayonlari va ularning umumiy xususiyatlari nima bilan izohlanadi?
3. Sezgi qanday turlarga bo'linadi? Iroda, tafakkur, nutq-chi?
4. Rubin figurasi haqida nimalarni bilasiz?
5. Idrok qilish jarayonlariga xos qanday qonuniyatlar klassifikatsiyasi mavjud?
6. Qaysi psixik jarayon idrokning aniqligi va samaradorligini ta'minlaydi?
7. Diqqatni jalb etishning qanday universal qoidalari (qonunlari)ni bilasiz?
8. Eslab qolish xususiyatiga ko'ra xotiraning qanday turlari bor va ularni qisqacha izohlab bering?
9. Xotiraning sakkiz qonuni qanday tasniflangan?
10. O'zlashtirilish lozim bo'lgan ma'lumotning xotirada saqlanish bosqichlari qanday mezonlarga asoslanadi?

4.8. Bibliografiya

- Allaxverdov V.M., Bogdanova S.I.* i dr. Psixologiya: Uchebnik. 2-ye izd. / Otv. red. Krilov A.A. Pererab. i dop. – M.: TK. Velbi, Prospekt, 2004. – 752 s.
- Zarochensev K.D., Xudyakova A.I.* Eksperimentalnaya psixologiya: Uchebnik. – M.: TK Velbi, Izd-vo Prospekt, 2005. – 208 s.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.
- Kvinn V.* Prikladnaya psixologiya. – SPb: Izdatelstvo "Piter", 2000. – 560 s.
- Nemov R.S.* Psixologiya. Uchebnik dlya studentov vissh. ped. ucheb. zavedeniy: V 3-x t. – M.: Gumanit. izd. sentr VLADOS, 2003. – 576 [640; 608] s.
- Nurkova V.V., Berezanskaya N.B.* Psixologiya: Uchebnik. – M.: Vissheye obrazovaniye, 2006. – 484 s.
- Psixologiya. Uchebnik dlya ekonomicheskix vuzov / Pod obsh. red. *V.N.Drujinina*. – SPb.: Piter, 2002. – 672 s.
- Slovar prakticheskogo psixologa // Sost. *S.Yu.Golovin*. – Minsk: Xarvest, M.: OOO "Izdatelstvo AST", 2003. – 800 s.
- Xyell L., Zigler D.* Teorii lichnosti. – 3-ye izd. – SPb.: Piter, 2004. – 607 s.

V Bob

SHAXS – TAFAKKUR VA MUSTAQIL FIKRLASHNING SUBYEKTI SIFATIDA

Bobning qisqacha mazmuni

Tushunish va tafakkur qilishning ijtimoiy mohiyati. Tafakkur. Fikrlash jarayonlarining tabiati. Insayt – oydinlashuv.

Tafakkurning turlari. Nazariy tafakkur. Amaliy tafakkur. Ko'rgazmali – harakat tafakkuri. Ko'rgazmali-obrazli tafakkur. Mantiqiy tafakkur. Reprodukativ, produktiv yoki ijodiy tafakkur. Konvergent fikrlash. Divergent tafakkur. Kreativlik sifati. Predikativ tafakkur. Sun'iy intellekt yoki tafakkur. Intuitiv tiplilar. Fikrlovchi tiplar.

Tafakkur mahsullari va operasialari. Forobiyning fikr yuritish, tafakkur xususiyatlari haqidagi fikrlari. Abu Ali ibn Sinoning psixologik qarashlari. Tushunchalar. Hukmlar. Xulosalar. Fikrlash jarayonini ta'minlovchi operasialar klassifikasiyasi.

Mustaqil fikrlash – sog'lom ma'naviyat va tafakkurning alohida xossasi sifatida. Z.Nishonova hamda E.Usmonovalarning tafakkur xususidagi qarashlari. Mustaqil fikrlashning zamonaviy ta'rif. Tafakkurni rivojlantirish va mustaqil fikrlash muammosi.

Mustaqil fikrlash – ijtimoiy-psixologik hodisa. Mustaqil fikrlash. "Subyekt-obyekt" va "subyekt-subyekt" munosabatlari mazmuni. Ta'lim muassasasi va uning imkoniyatlari. M.Davletshin, E.G'oziyev, Z.Nishonova, R.Sunnatova, R.Tojiboyeva, E.Usmonovalar tafakkur jarayoni bo'yicha olib borayotgan izlanishlari. Tafakkur mustaqilligi. Mustaqil fikr rivojlanganligining mezonlari.

5.1. Tushunish va tafakkur qilishning ijtimoiy mohiyati

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. 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 manbai, muallif olim uchun – ijodining mevasi, eng qimmatli narsadir. Har bir alohida narsaga bo'lgan munosabatimiz uning biz uchun qadr-qimmatiga bevosita ta'sir etadi, qaysi-ki, u goh ijobiy, goh salbiy bo'lsa ham. Shu nuqtai nazardan ham biz narsa va hodisalarga tanlab munosabatda bo'lamiz. Tilshunoslikni kasb etib tanlagan talaba uchun kibernetik modellashtirishga bag'ishlangan ma'ruza qanchalik zerikarliday tuyulsa, iqtisodchilik kasbini egallamoqchi bo'lganlar uchun pul, foyda va daromad olish yo'llari haqidagi ma'lumotlar shunchalik ahamiyatli, oddiy so'zning morfologik tahlili – shunchalik befarqlik holatini keltirib chiqaradi. Demak, bizning dunyoni, uning sir-asrorlarini tushunishimizning zaminida narsa va hodisalarning biz uchun shaxsiy aloqasi, ahamiyatligi darajasi yotadi. Ana shunday dunyoni tushunishimiz, anglashimiz va unga ongli munosabatimizni bildirib, izhor qilishimizga aloqador bilish jarayoni psixologiyada **tafakkur**, **fikrlash** deb ataladi.

Tafakkur – inson ongining bilish obyektlari hisoblanmish narsa va hodisalar o'rtasida murakkab, har tomonlama aloqalarning bo'lishini ta'minlovchi umumlashgan hamda mavhumlashgan aks ettirish shaklidir.

Tafakkur muammolari uzoq vaqtgacha o'zining murakkabligi bilan psixologlar nazaridan chetda bo'lgan, u asosan faylasuflar va mantiqshunoslar fikr yuritadigan masala hisoblangan. Psixologiya ilmining otaxonini hisoblanmish nemis olimi *Vilgelm Vundt* ham psixologiyani ikkiga: *fiziologik psixologiya* (eksperimental yo'l bilan bilish jarayonlarini o'rganuvchi fan) va *xalqlar psixologiyasi* qismlariga bo'lib, oxirgisining tarkibiga nutq va tafakkur psixologiyasini ham kiritgan. Uni eksperimental tarzda o'rganib bo'lmaydi, ularni tushuntirish mumkin xolos, deb hisoblagan. Bu xulosalar aslida tafakkur va fikrlash jarayonlarining naqadar murakkab tabiatga ega ekanligidan dalolat beradi. Lekin shunday bo'lsa ham buni alohida ravishda quyidagicha ta'kidlash joiz-ki:

- ✚ *birinchidan*, tafakkur va fikrlash jarayonlari – bu bilish jarayonlari;
- ✚ *ikkinchidan*, ular ham shaxs tomonidan borliqni aks ettirish shakli, umumlashtirib, bilvosita aks ettirish shakli;
- ✚ *uchinchidan*, bu jarayonlar ham eksperimental psixologiya tomonidan o'rganiladi;
- ✚ *to'rtinchidan*, tafakkur bilishning eng oliy va yuqori darajadagi shaklidir.

Tafakkurning oliyligi va murakkabligi shundaki, u idrokdan farqli, bevosita aks ettirish bo'lmay, narsalar va ularning xossalarini ular yo'q paytda ham aks ettirishga imkon beradi. Masalan, Afrikaning subtropik hududlari to'g'risida gap ketganda, umrida biror marta Afrikaga bormagan odam ham subtropiklik xossasini **bilgani** uchun ham ushbu axborotni tushunib, uni

qabul qila oladi. Sinov paytida talaba kecha o'qigan, laboratoriya sharoitida sinab ko'rgan qonuniyatlarni xususida xuddi ro'parasida namoyon bo'layotganday, obrazli qilib gapirib berishi, ro'y bergan hodisalarni yana formulalar va statistik hisob-kitoblar vositasida isbot qilib berishi ham mumkin. Bu operatsiyalarning asosida tafakkur jarayonlari yotadi.

Tafakkur qilishimizni ta'minlovchi organ – bu bizning miyamiz. Barcha hisob-kitob ishlari – eng elementar harakatlarni rejalashtirishdan tortib, murakkab mavhum teoremlarni isbot qilishga qaratilgan operatsiyalar miyada sodir bo'ladi. Shuning uchun ham juda charchab turgan paytda odamdan biror qiyinroq masala xususida fikr bildirishini so'rasangiz, "hozir boshim og'rib turibdi, juda charchaganman, biroz o'zimga kelay, keyin fikrlashamiz", deb javob beradi. Demak, miya faoliyati bilan fikrlash faoliyati o'zaro uzviy bog'liq ekan. Miyamizning fikrlash qobiliyati va imkoniyatlari shunchalik salmoqliki, ayrim olimlarning fikricha, uning ishlash qonunlari hozir biz ishlatayotgan kompyuterlar emas, yana 100-200 yillardan keyin paydo bo'ladigan murakkab, o'ta "aqli" kompyuterlar faoliyatiga yaqin ekan.

Kallamizga kelgan barcha o'y-xayollar – bu *fikrlardir*. Normal insonni fikrsiz tasavvur qilib bo'lmaydi, har on, har daqiqada odam miyasi qandaydir fikrlar bilan band bo'ladi. Ularni tartibga solish, keragiga diqqatni qaratish, ichki yoki tashqi nutq vositasida uni yechish – *fikrlash* jarayonidir.

Fikrlash jarayoni aslida ma'lum bir masala, muammo, jumboqni hal qilish kerak bo'lganda paydo bo'ladi. Fikrlash doimo bir narsa xususida bir nechta yechimni berishi shart, yechimlar juda ko'payib ketsa, u boshqa jarayonga – xayol, fantaziyaga aylanib ketishi mumkin. Fikr, g'oya, aniq yechim bo'lmaganda, inson miyasining borliqdagi narsa va hodisalar mohiyatini aks ettirishi **xayol** deb ataladi. Shuning uchun ham do'stlar davrasida ba'zan muammo xususida tortishuv bo'lib qolganda, aniq bilimi yoki g'oyasi yo'qligi tufayli kallasiga kelgan narsani aytgan bolaga qarab: "Juda olib qochishga ustasan-da, xayolparast", deyishadi.

Shunday qilib, muammo yoki jumboqlar bizni fikrlashga majbur etadi. Masalan, shunday masalani olib ko'raylik. Sizga mixlar solingan bir karton quticha, ikkita sham va bolg'acha berilgan. Vazifa: eshikka shamni o'rnatib, yoqib qo'yish kerak. Kim qanday yechadi? Albatta, birdaniga to'g'ri yechimga kelish qiyin. Agar qutichani bo'shatib, uni shamdon sifatida eshikka qoqish mumkinligi to'g'risida fikr kallaga kelmaguncha, yechimni topish qiyin. Ayni shu masala ikki xil shart bilan berilgan: bittasida quticha mixlar bilan to'la deyilgan, ikkinchisida quticha bo'sh deb berilgan. Ikkinchi holatda bolalar uning yechimiga tezroq kelishgan.

Psixologlarning fikricha, har qanday masalani yechish mobaynida odam uning shartlarini bir necha variantlarda tasavvur qilsagina yechimga kelarkan. Agar idrok bilan bog'laydigan bo'lsak, figura fonga, fon esa figuraga aylanadi, ularning o'rinlari almashadi va hokazo. Bunday individual farq shundaki, ba'zi bolalar yechimga to'g'ridan-to'g'ri figura asosida keladi, boshqalar esa bir necha yechimning variantlarini ko'z oldiga keltirib, so'ng bir qarorga keladi. Kimdir juda tez fikrlaydi, kimdir juda sekin. Shuning uchun ham test yechish jarayonida yonmayon o'tirgan ikki bola bir xil yechimni belgilaydi, lekin o'sha yechimga kelish yo'llari har birida o'ziga xos bo'ladi. Aynan shu jarayonning qanday kechishini *tafakkur psixologiyasi* o'rganadi. Muammoning yechimi ba'zan birdan, yorqin yulduzday yaraq etib paydo bo'ladi. Bunday psixologik holat psixologiyada **insayt – oydinlashuv** deb ataladi. Odam qachon fikrlarida tiniqlik, insayt paydo bo'lganini o'zi ham bilmaydi. Eng iqtidorli, zukko olimlar ham o'z fikr yuritish qonuniyatlariga e'tibor berib, yangi g'oya qachon, qanday yo'l bilan paydo bo'lganiga javob topolmaganlar. Hattoki, ba'zan shunday ham bo'ladiki, yangilik kashf etgan olim o'zining fikri naqadar noyob ekanligini ham anglash imkoniyatiga ega bo'lmaydi. Qolaversa, kashfiyot

go'yoki uniki emasday, qayerdan kelib qolaganini ham tushunmaydi. Shuning uchun ham ko'plab olamshumul (genial) kashfiyotlarning haqiqiy qadr-qimmatini muallif o'tib ketgandan keyin tarix tomonidan baholanadi. Xuddi shunday qadrga ega bo'lgan kashfiyotlar yurtimizda yashab o'tgan yuzlab allomalar ijodiga taalluqli. Masalan, Ibn Sino, Alisher Navoiy, Abu Nasr Farobiy, Al-Farg'oniy, Xorazmiy, Zamashhariy kabi allomalar o'zlari ijod qilgan paytlarida yaratgan g'oyalari va kashfiyotlarining qanchalik ahamiyatli va o'lmas ekanligini keyingi avlod, butun bir insoniyat tarixi isbot qilib, tan oldi. Ibn Sinoning buyukligi, uning tibbiyot sohasidagi kashfiyotlarini kim bilmaydi deysiz? Lekin alloma o'z shogirdlari bilan ilmiy-amaliy kashfiyot qilish uchun o'sha xurofot davridagi qat'iy man etilishlarga qarmay, kerak bo'lsa, kechalari tun qorong'ularida og'ir kasallar va ba'zan, murdalar ustida jarrohlik sinovlarini qilganki, bu hozirgi zamonaviy tibbiyot ilmi uchun ham o'lmas meroslarga aylandi. Olim o'z g'oyasini isbot qilish uchun ana shunday qat'iy qarorlar qabul qilib, o'z nomini abadiylashtirdi.

R.Dekartning kallasiga analitik geometriya g'oyasi kelganda, o'zida yo'q xursand bo'lgan va cho'kkalab, yig'lab shu fikrni unga ato etgan Xudoga sajda qilgan ekan. Darhaqiqat, miyadagi tiniqlik, oydinlashuv avvalo Ollohning inoyati, qolaversa, o'sha fikr egasining mashaqqatli mehnati, tinimsiz ilmlar dunyosida to'kkan zahmatli terlari evaziga ro'y beradi. Umuman yangiliklar ochish, ijod qilishga aloqador tafakkur turi uning eng ahamiyatli va shu bilan birga eng qiyin turidir. Chunki ijodkor, yoki kashfiyotchi nimanidir kashf qilishni xohlaydi, tinimsiz izlanadi, lekin qachon, qanday sharoitda, qanday yo'l bilan uni ochishi mumkinligini o'zi ham bilmaydi. Shu o'rinda akademik Kedrovning Mendeleev davriy jadvalini kashf qilganligi xususidagi esdaliklari juda o'rinli. Olim uzoq vaqt mobaynida barcha kimyoviy elementlarni ma'lum qonuniyat asosida jadvalga tushirishni o'ylab yurgan. "Kallamga kelyapti-yu, uni ko'rolmayapman", deb tashvishlanardi olim. Kunlardan bir kun u juda toliqib, yozuv stoli ustida uxlab qolganda, tushida davriy jadvalni "ko'rgan". Xursand bo'lib ketib, uyg'ongan zahoti moddalarni jadvalga joylashtira boshlagan. Tushdagi ishi bilan o'ngidagi ishining farqi shu bo'lganki, tushida yengil moddalar pastda joylashgan bo'lgan, Mendeleev ularni o'ngida "to'g'rilab" chiqqan. Bu ham o'sha insaytga bir misol.

5.2. Tafakkurning turlari

Insonning fikrlash jarayoni tahlil qilinganda, uning qanday shakllarda kechishi ahamiyatli bo'lib, bu uning turlari va shunga ko'ra fikrlashdagi individuallik masalasidir. 13-rasmda (4-bobga qarang) tafakkurning turli mezonlar asosidagi klassifikatsiyasi keltirilgan.

Hayot mobaynida o'qiganlarimiz, ma'lum shart-sharoitlarda konkret dalillar va nazariy bilimlar asosida mushohada qilgan bilim va g'oyalari asosida yuritgan fikrlash jarayoni **nazariy tafakkurdir**. Undan farqli **amaliy tafakkur** bevosita hayotda va harakatlari mobaynida hosil bo'lgan fikrlarimizga asoslanadigan tafakkurimizdir.

Ko'rgazmali-harakat tafakkuri amaliy tafakkurga mohiyatan yaqin bo'lib, uning xususiyati shundaki, u ham odamning real predmetlar xususiyatlarini o'rganish, ko'z bilan ko'rib, bevosita his qilish paytidagi fikrlash jarayonini nazarda tutadi.

Ko'rgazmali-obrazli tafakkur esa ko'rgan-kechirgan narsalar va hodisalarning konkret obrazlari ko'z oldimizda gavdalangan chog'da ularning mohiyatini umumlashtirib, bilvosita aks ettirishimizdir.

Mantiqiy tafakkur – bu mavhum tafakkur bo'lib, so'zlar, so'zda ifodalangan bilim, g'oya va tushunchalarga tayangan holda bevosita idrokimiz doirasida bo'lmagan narsalar yuzasidan

chiqargan hukmlarimiz, mulohazalarimiz bu tafakkurga misol bo'la oladi. Masalan, olam, uning noyob va murakkab hodisalarini falsafiy o'rganish faqat mavhum, abstrakt tafakkur yordamida mumkin bo'ladi.

Fikrlashimizning yana bir turi **reproduktiv** bo'lib, uning mohiyati – ko'rgan-bilgan narsamizni aynan qanday bo'lsa, shundayligicha, o'zgarishsiz qaytarish va shu asosda fikrlashga asoslanadi.

Undan farqli **produktiv yoki ijodiy tafakkur** – fikrlash elementariga yangilik, noyoblik, qaytarilmaslik qo'shilgandagi tafakkurni nazarda tutadi. Shunga bog'liq bo'lgan **konvergent** fikrlash masalaning yechimi faqat bitta bo'lgandagi fikrlashni nazarda tutsa, **divergent tafakkur** – fikrning shunday turiki, u shaxsga bir muammo yoki masala yuzasidan birdaniga bir nechta yechimlar paydo bo'lishini taqozo etadi. Aynan ana shunday ijodiy tafakkur divergent shaklda bo'lsa, u ijodiy parvoz, yangiliklarni kashf etishga asos bo'ladi. Fikrning kashf etish, yangilik yaratishga qaratilgan faoliyati ba'zan uning **kreativlik** sifati bilan bog'lab tushuntiriladi. *Kreativlik yoki tafakkurning kreativ turi* – shundayki, u go'yoki yo'q joyda bor qiladi, ya'ni oddiygina, jo'ngina narsalarga boshqacha, birovlarinikiga o'xshamagan tarzda fikrlashga imkon beradi. Bunday tafakkur turi "hammaga o'xshab fikrlash" yoki shablonli, zerikarli fikr yuritishdan farq qilib, narsa va hodisalar mohiyatidagi o'ziga xoslik, noyoblik sifatlarini ham anglashga yordam beradi. Masalan, uchta so'z berilgan – "qalam", "ko'l", "ayiq". Uchasini qo'shib, yangi jumlar tuzish kerak. Har kim o'zidagi kreativlik darajasiga ko'ra turli xil jumlar tuzsa bo'ladi. Masalan, "Bola qalamni olib, ko'lda cho'milayotgan ayiq rasmini chizdi". Yoki "Terak qalamchalari ekib chiqilgan ko'l yoqasida bir ayiq bolasini cho'miltirardi". Shunga o'xshash ko'plab jumlar tuzish mumkin.

Bundan tashqari, **predikativ** deb nomlanuvchi tafakkur turi ham mavjud. Freyd bunday tafakkur turini mantiqiy tafakkurga qarshi qo'ygan edi. Chunki uning mohiyati quyidagicha: agar ikkita fikrdagi kesim bir xil bo'lsa, ongsiz ravishda shaxs uning egasini bog'lay boshlaydi. Masalan, "Aqli odamlar yozda ko'k choy ichadilar".

"Men yozda doimo ko'k choy ichaman".

"Demak, men aqli odamman".

Bunday tafakkur turining borligi ko'pincha reklama bilan shug'ullanuvchilarga o'ng keladi. Demak, yuqorida keltirgan misolimizga o'xshash jumalarni ishlatib, reklama berish, aslida odamning ongostidagi bilimlariga tayanib, taklif qilinayotgan tovarga ijobiy munosabatni shakllantiradi. Masalan, "Yangi avlod Pepsini tanlaydi" degan reklama ham barcha yoshlarni shu ichimlikni iste'mol qilishga chorlaydi, chunki yoshlar o'zlarini aynan hozirgi yangi avlodga qo'shadilar. Ko'pincha millatlararo biddiyatlar yoki jinslararo ziddiyatlar ham oddiy hayotiy vaziyatlarda xulosa qilingan predikativ fikrlashga tayanadi. Masalan, "Axror meni aldadi. U yigit. Demak, hamma yigitlar aldanchi" va hokazo.

Sun'iy intellekt yoki tafakkur

XXI asr yuksak texnologiyalar asri, kompyuterlarning eng rivojlangan modellari yordamida ish yuritishga imkon beruvchi ma'lumotlar asri deb e'tirof etilmoqda. Bu holat "sun'iy intellekt"(SI) tushunchasining odamlar tilida tez-tez ishlatilishiga zamin yaratdi. Xo'sh, sun'iy intellekt nima? Bu – inson tafakkuriga o'xshatib, uning ishlash tamoyillariga asoslanib yuratilgan va maxsus kompyuter dasturlari doirasida ko'plab muammolarni hal qilishga qaratilgan intellekt yoki "aql" turidir. Bu kompyuter dasturlari insondagi mantiqiy tafakkur

qonuniyatlariga asoslanadi. Masalan, MYCIN deb nomlanuvchi dastur yuqumli kasalliklarni diagnostika qilishga mo'ljallangan bo'lib, u yuzlab tibbiyot xodimlarining faoliyatidagi samara bilan ishlab kelmoqda (Mason, 1985). Geologiya, sug'urta, mashinasozlik, tibbiyot, ekologiya sohasida ishlab chiqilgan ana shunday dasturlar mashinalarning odamday ishlashini eslatadi. Shunisi xarakterliki, sun'iy intellekti mashina qanchalik muvaffaqiyatli va samarali ishlamasin, uning ijodkori va yaratuvchisi yana o'sha odam va uning odatiy tafakkuridir. Masalan, biror sohada yoki muammo yuzasidan sun'iy intellekt yaratmoqchi bo'lgan odam ongi va farosati shu darajada bo'ladiki, u dastlab o'sha muammoni yechayotgan odam tafakkuri jarayonini "qadamlarga", bo'laklarga bo'lib chiqadi va shu asosda kompyuter uchun dastur yozadi. Bu yana bir marta Inson Oллоhning inoyati ekanligi fikriga bizni qaytaradi. Faqat, shunisi borki, ana shunday dasturlarni hamma ham tuzolmaydi, ayrim odamlar mehnati mahsulidan keyin yuzlab, hattoki, minglab odamlar bahramand bo'lib, ular mehnati yengillashishi mumkin.

Mashhur olim K.Yung insonlarni fikrlashlariga ko'ra asosan ikki toifaga bo'lgan edi:

Intuitiv tiplilar. Bu shunday toifali kishilarki, ularda ko'pincha hissiyotlar mantiqdan ustun keladi va miya faoliyati bo'yicha ham o'ng yarim sharhlar faoliyati chapnikidan ustunroq bo'ladi. Ko'rib, his qilib, yorqin emosional munosabat shakllantirilmaguncha, bunday odamlar biror narsa xususida fikrlarini bayon eta olmaydilar.

Fikrlovchi tiplar. Bunday kishilarda doimo mantiq, mulohaza hissiyotlardan ustun bo'ladi va miyasining chap tomoni o'ngiga nisbatan dominanta (ustun) hisoblanadi. Bundaylar gapira boshlashsa, ko'pincha, "Faysasuf bo'lib ket-e", deb ham qo'yishadi. Chunki ular o'zlarigacha bo'lgan bilimlar, mantiqiy fikrlash borasidagi yutuqlarga tayanib, doimo to'g'ri gapirishga, doimo fikrlarini mantiqan asoslash – *argumentasiya* qilishga harakat qiladilar. Aniq va texnika, tibbiyot fanlari bilan shug'ullanuvchilarda ana shu tafakkur tipiga moyillik va psixologik hozirlik bo'lsa, ular o'z kasblari borasida juda yaxshi natijalarga erishadilar. Ulardan farqli, birinchi toifa vakillaridan yaxshi yozuvchilar, shoirlar, tilshunoslar, psixologlar yetishib chiqadi.

5.3. Tafakkur mahsullari va operasialari

Tafakkur va fikrlashning bevosita mahsuli nima bo'lishi, samarali fikr yuritish va unga olib keluvchi shart-sharoitlar masalasi har doim ham eng zukko insonlarni qiziqtirgan va bu borada fanda yaxshi an'analar mavjud. Bunday insonlar o'zbek xalqidan yetishib chiqqan buyuk allomalar asarlarida ham bayon etilgan.

Buyuk olim **Abu Nasr Forobiy (873-950)** aql orqali, tafakkur yordamida bilim olishning o'ziga xos xususiyatlarini aniqlashga harakat qilgan. Uning asarlarida tafakkur mavjudlikka, umumiylikka, bivositalikka, ya'ni sezgilari orqali bilish xususiyatiga ega, deb tushuntiriladi. Forobiy ta'limotiga ko'ra, tafakkur (aql) orqali inson materiyaning sezgilarga noma'lum bo'lgan tomonlarini, umumiy qonuniyatlarini, mohiyatini biladi, san'at, fan tizimidagi bilimlarga ega bo'ladi.

Uning fikricha, aql quvati (quvvat ketida)ning eng muhim vazifalarining biri mantiqiy operasialarni bajarishdir. Bu vazifa aql quvvatiga kiruvchi mustaqil "*quvvai fikriyya*" inson mantiqiy fikrlash jarayoni tomonidan amalga oshiriladi, ya'ni agarda quvvai natifiya bilan anglashadigan narsani bilib olish zaruriyati tug'ilsa, "*quvvai fikriyya*" ishga kirishadi. Bu faoliyat fikr yurgizish, tushuncha va hukmlar yordami bilan amalga oshirilib, keyinchalik xulosalar chiqarish bilan yakunlanadi. Uni tafakkurga umumlashtirish va mavhumlashtirish, analiz va sintez qilish kabi xususiyatlari xosligi haqidagi fikrlari muhim ahamiyatga ega. Alloma

ta'limotida tafakkurni konkretlikdan mavhumlikkacha yo'nalishi va mavhumlikdan konkretlik sari qaytishi haqida faraziy fikrlar ham uchraydi. Forobiy "Aql to'g'risida"gi risolasida o'zida 12 xislatni birlashtirgan kishigina ahloqiy odam bo'ladi, deydi. "Ulardan beshinchisi – so'zlari aniq bo'lsin, fikrini va aytmog'chi bo'lgan mulohazalarini ravon bayon eta olsin" – kabi xislatdir. Aynan shu fikrlar buyuk ajdodimiz ham shaxsning mustaqil fikrlashi – uning muhim fazilati ekanligini ta'kidlaganligini ko'rsatmoqda.

Shunday qilib, Forobiyning fikr yuritish, tafakkur xususiyatlari haqidagi fikrlari hozirgi davrga qadar o'z ahamiyatini saqlaganki, hozirgi mustaqillik davrida yoshlarda mustaqil fikrlashni rivojlantirishga nazariy asos bo'ladi.

Beruniyning fikricha, inson bilish, tushunish, fikrlash, muhokama qilish, o'ylab topish singari iste'dodga egadir. Inson tafakkurini qudrati shundaki, uning yordamida voqeya va hodisalarni bir-biriga solishtirish, tahlil qilish orqali rostni yolg'ondan, adolatni adolatsizlikdan, yaxshilikni yomondan, haqiqatni esa nohaqiqiylikdan ajratish mumkinligi haqida ta'lim beradi. Beruniy bu narsa har qanday fanning rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatishini isbotlaydi. U bilishi lozim bo'lgan hodisa va voqeyani maydalab bo'lib-bo'lib o'rganish, tahlil qilish metodikasini ilgari suradi.

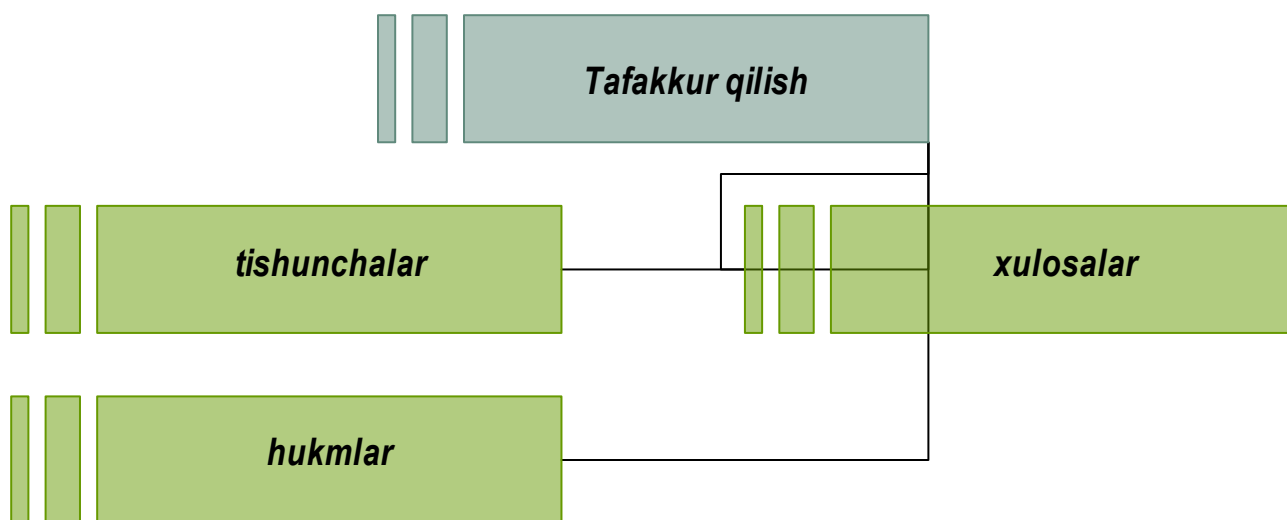
Tafakkur, aql tufayli inson narsa va hodisalarni bir-biri bilan solishtirib, qiyoslab ko'radi, o'z bilimlarining chinligini aniqlaydi, ya'ni bilimlarni obyektiv voqyelikka mosligini solishtirib ko'radi. Beruniyning ta'kidlashicha, bilim va ta'limda taqqoslash metodi borliqning u yoki bu hodisasini tushuntirish uchun inson bilimlarini amaliy foydaliligi va ishonchiligidini izlashdan iborat. Bunda taqqoslanadigan predmetlar orasida o'xshashlik bo'lishi kerak. Agar ular orasida ma'lum muvofiqlik bo'lmasa, taqqoslanadigan predmetlarning har bir qarshiligi o'zining obyektiv asosini yo'qotadi.

Shunday qilib, buyuk alloma aqliy faoliyatni analiz, taqqoslash kabi usullarini ilgari suradiki, bu usullar hozirgi zamon psixologiyasida ham tafakkur operasialari sifatida talqin etilmoqda.

Abu Ali ibn Sino (980-1037) o'zining psixologik qarashlarini "Tayr" (qush), "Xayy ibn Yaqzon" (Uyg'oq o'g'li Tirik) kabi qissalarida ifodalab, borliqning mohiyatini chuqurroq tushunish uchun odamlarni ilmiy-mantiqiy bilishga da'vat etadi. Chunki bu ilm kishi didini o'stiradi, fikr doirasini kengaytiradi. Ibn Sino bu haqda shunday deydi: "Farosat ilmi foydasi naqd ilmlardandir. Bu ilmni bilib olsang, u senga kishilarni pinhoniylarini bildiradi. Farosat ilmidan bahramand bo'lsang, juda o'tkir bo'lib ketasan". Mantiqiy fikrlashni o'stirish haqida yozar ekan, alloma "Mantiq ilmni egallasa, kishi Bahri muhitda cho'kmaydi" deydi. Ibn Sinoning ta'lim-tarbiyaviy qarashlari yuksak insoniylik tamoyillariga, ulug' insonparvarlik g'oyalari tayanar edi.

Psixologiya ilmi o'tmish olimlari va o'tkazilgan qator ilmiy tadqiqotlarga tayanib, bevosita tafakkur qilish jarayonining mahsullarini o'rganishgan va fanda ularga tushunchalar, hukmlar va xulosa chiqarish kiritish qabul qilingan (21-rasm).

Tushunchalar – tafakkurning shunday mahsuliki, unda narsa va hodisalarga xos bo'lgan eng umumiy va xarakterli xususiyatlarni o'z aksini topadi. Ular umumiy va juz'iy, konkret yoki mavhum bo'lishi mumkin. Masalan, "ong" tushunchasini oladigan bo'lsak, uning eng muhim va boshqa tushunchalardan farq qiladigan jihatlarni ajratishimiz kerak: faqat insonga xoslik, oliy darajadagi aks ettirish, olamni bilish mexanizmi ekanligi va hokazo.



21-rasm. Tafakkur qilish jarayonining mahsullari

Hukmlarda – atrofimizdagi narsalar va hodisalar o’rtasidagi bog’liqlikni aks ettiradi. Masalan, “Inson ongli mavjudot” degan hukm – fikr “odam, inson”, “ong” va “mavjudot” tushunchalari o’rtasidagi bog’liqlikni ifodalab turibdi. Ana shunday hukmlar bizning nutqimizda har kuni juda ko’p ishlatiladi va ular tabiatan turli bog’liqliklarni tasdiqlaydi yoki inkor qiladi yoki rost va yolg’on bo’ladi. Shaxsning insoniyligi aslida u ishlatadigan iboralarning qanchalik mantiqqa, hayotiy haqiqatlarga to’g’ri kelishi, argumental ekanligi bilan baholanadi. Doimo to’g’ri, mantiqan fikr yuritgan odamni biz “bama’ni, gapida jon bor, haqiqatgo’y” deb ta’riflaymiz.

Xulosalar – mantiqiy tafakkurning yana bir mahsuli bo’lib, ular fikrlar, hukmlar va tushunchalar o’rtasidagi bog’lanishdan yangi bir fikrlarni keltirib chiqarishni nazarda tutadi. Masalan:

1- hukm: O’zbekiston – mustaqil davlat.

2-hukm: Qirg’iziston – mustaqil davlat.

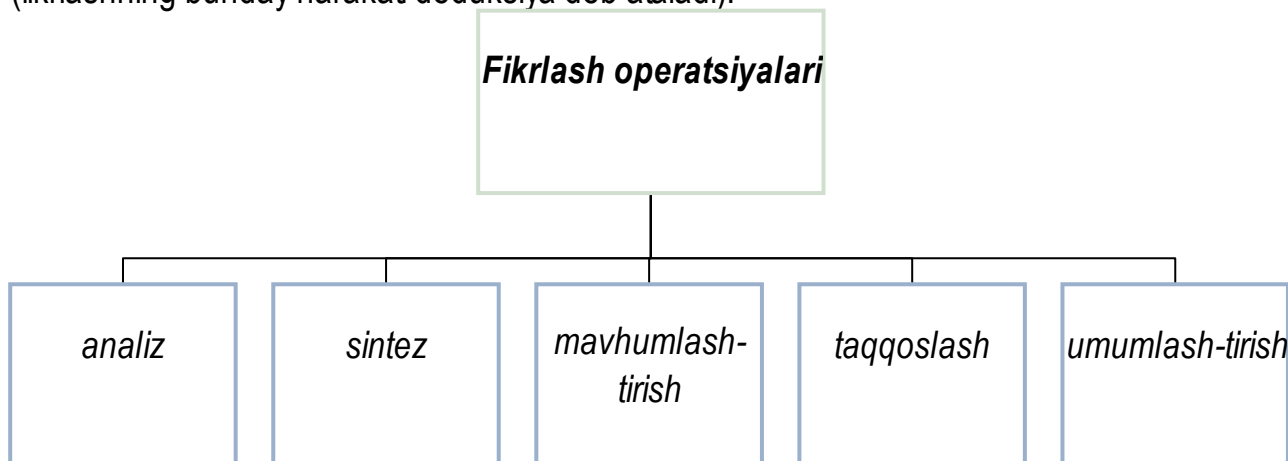
3-hukm: Qozog’iston – mustaqil davlat.

4-hukm: Turkmaniston – mustaqil davlat.

5-hukm : Tojikiston – mustaqil davlat.

Demak, Barcha Markaziy Osiyo davlatlari – mustaqildir.

Shunga o’xshash biz ba’zan ayrim fikrlardan umumiy bir fikr keltirib chiqaramiz (bu – induktiv xulosa chiqarish), ba’zan esa, aksincha, umumiydan juz’iy – alohida fikr chiqaramiz (fikrlashning bunday harakati deduksiya deb ataladi).



22-rasm. Fikrlash jarayonini ta'minlovchi operatsiyalar klassifikatsiyasi

Bundan tashkari, psixologiya bizdagi fikrlash jarayonini ta'minlovchi alohida **operatsiyalarni** ham o'rganadi (22-rasm). Fikrlash operatsiyalariga **analiz** (fikran narsa va hodisalarga taalluqli sifat va xususiyatlarni alohida qilib ajratish, tahlil qilish), **sintez** (analiz jarayonida ajratilgan qismlarni yana fikran birlashtirish, qo'shish), **mavhumlashtirish** (alohida biror xususiyatni ajratib, boshqalaridan fikrni chalg'itish, ayrim xossani mavhumlashtirish), **taqqoslash** (predmetlar va ularga xos bo'lgan xususiyatlarni fikran bir-biriga solishtirish, umumiy va farq qiluvchi jihatlarni topish), **umumlashtirish** (umumiy va muhim sifatlariga ko'ra predmetlarni guruhlashtirish, umumiyashtirish) kabilar kiradi. Bularning barchasi kundalik ishlarimizda, bilimlarni o'zlashtirish jarayonida o'z o'rniga ega, lekin vazifa – ularni yanada takomillashtirish va ijodiy fikrlash, mustaqil tarzda xulosalar chiqara olish qobiliyatini o'stirishdadir.

5.4. Mustaqil fikrlash – sog'lom ma'naviyat va tafakkurning alohida xossasi sifatida

Yuqorida ko'rganimizdek, tafakkur va uning mahsullari haqida gap ketganda, uning shaxs uchun ahamiyati va olamni, o'zini va o'zgalarni bilishdagi ahamiyatiga katta e'tibor berildi. Barkamol shaxs ma'naviyati va fikrlash tarzi haqida gap ketganda uning asosiy xususiyatlaridan biri – mustaqil tarzda fikr yuritish, xulosalar qila olish sifatida ahamiyat qaratiladi. Mustaqil fikrli odam o'ylab ish yuritadi, uning harakatlari asosli va mantiqiydir. Shu sifatni o'rganish borasida ham hozirda talay ishlar qilinmoqda, xususan, O'zbekistonda ham mustaqillikning ilk davrlaridayoq, Prezidentimiz I. Karimov yoshlar borasidagi eng dolzarb ish sifatida ularda mustaqil fikrni rivojlantirish masalasini qo'ydilar va tadqiqotchilar ushbu masalaga alohida e'tibor bera boshladilar.

Yosh tadqiqotchilardan Z.Nishonova o'zining doktorlik izlanishlarida yoshlarda mustaqil fikrlash malakalarini hosil qilishning obyektiv hamda subyektiv shart-sharoitlarini keng qamrovi tadqiqotning predmetiga aylantirgan.(2000-2001 y.y.)

E.Z. Usmanova tafakkurning eng muhim xarakteristikasi – bu tafakkur va nutqning yaqin hamda o'zaro bog'liqligidir, deb ko'rsatib o'tadi. Muallifning fikricha, u yoki bu fikr qanchalik o'ylangan bo'lsa, u so'zlarda, og'zaki va yozma nutqda shunchalik aniq va yaxshi ifodalanadi. Va aksincha, qandaydir bir fikrning so'zlar yordamida shakllanishi qanchalik takomillashtirilgan bo'lsa, shu fikrning o'zi shunchalik aniqlashadi va tushunarli bo'lib boradi. Agar biz o'quvchilar tafakkurini rivojlantirishni xohlasak – unda o'quvchilar nutqini rivojlantirishimiz, ularni o'z nuqtai nazarini himoya qilishga o'rgatishimiz, ularni asoslab bera olishlikka, boshqacha nuqtai nazarlarni eshita bilishga, unda o'zining “o'rinli hissasini qo'shishga, o'rinli tanqid qila bilishga, tortishuvlarga o'rgatishimiz kerak”.

Mustaqillik yillarida kasb-hunar kollejlari va akademik lisey talabalariga mo'ljallangan va birinchi marta chop etilgan “Mustaqil fikrlash”⁶ o'quv qo'llanmasida mustaqil fikrlash – *insonning tevarak atrofda ro'y beradigan voqyea-hodisalarga, avval, ichki nutqda, so'ngra*

⁶Karimova V.M., Sunnatova R.I., Tojiboyeva R.N. Mustaqil fikrlash: (Akademik liseylar va kasb-hunar kollejlari o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma) / – T.: Sharq, 2000. – 112 b.

tashqi nutqda munosabat bildirish qobiliyatidir, deb ta'riflanadi. Mustaqil fikrlash ijtimoiy ahamiyatga ega shaxs xislati sifatida har qanday faoliyatda individual va jamoada yutuqlarga erishishda yuqori darajani ta'minlaydigan muhim omil hisoblanadi. Shuning uchun mamlakatimiz iqtisodini rivojlantirish, uning ijtimoiy hayotini yanada barqarorlashtirish va demokratiya tamoyillarini hayotda joriy etish uchun eng avvalo bizga mustaqil fikrlovchi va sog'lom e'tiqodli yoshlar kerak.

Tafakkurni rivojlantirish va mustaqil fikrlash muammosi

Biz yuqorida tafakkurni individual xususiyatlari va ushbu jarayonga xos bo'lgan umumiy qonuniyatlarni o'rgandik. Lekin aslida maqsad shundayki, har bir shaxs o'zidagi tafakkur va fikrlash jarayonlarining o'ziga xos tomonini bilgan holda uni o'stirish yo'llarini bilishi kerak. Oxirgi yillarda psixologlarning o'tkazgan tadqiqotlari va kuzatishlari shuni ko'rsatdiki, fikrlash jarayonlarini guruh sharoitida, dars paytida ham o'stirish va bunga qisqa yo'llar bilan erishish mumkin ekan. Ularning fikricha, guruhdagi hamkorlikdagi faoliyat idrok va xotiraning o'sishiga ijobiy ta'sir ko'rsatib, fikrlash jarayonini tezlashtiradi va faoliyatni samaraliroq qiladi. Ayrim juda jiddiy va murakkab ijod daqiqalarini inobatga olmaganda, yaxshi tashkil etilgan dars jarayoni, undagi faoliyat shakli individual tafakkurning ham rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu narsa isbot qilinganki, jamoada ishlash ko'plab nostandart fikrlarning tug'ilishi, ularning ichidan eng yaxshilarining saralanishi va yangidan yangi g'oyalarning paydo bo'lishiga sabab bo'larkan.

Ana shunday samara beruvchi metodikalardan biri "breynstorming"» deb atalib, uning lug'aviy ma'nosi "miyani zabt etish"dir ("mozgovaya ataka" ruscha – "brain storming" inglizcha). Uni o'tkazish quyidagi tamoyillarga asoslangan:

Ba'zi intellektual masalalarni yechishda bitta yechim bilan cheklanib bo'lmaydi va shu maqsadda ijodiy fikrlovchilar guruhi tashkil etiladi va bu jarayonda "gruppaviy samara" bo'lishi kutiladi. Guruh ishi tez va optimal qarorlar qabul qilishga qaratilgan bo'ladi va bunda alohida ayrim individual qarorlarga ta'sirlanishga yo'l qo'yilmaydi.

Guruhga shunday kimsalar kiritiladiki, ular bir-birlaridan fikrlash uslublarining noyoblighi bilan farq qiladilar. Masalan, kimdadir mantiqiylik ustun, kimdir – kreativ, kimdir – tanqidchi va shunga o'xshash.

Guruhda shunday ijodiylik ruhi bo'lishi kerakki, har kim xohlagan fikrini bemalol aytaveradi, u yoki bu fikr tanqid qilinishi mumkin, lekin uning egasi tanqid qilinmaydi. Bunday sharoitda o'rtacha intellektual darajaga ega bo'lgan shaxs ham shunday fikrlar izhor qila boshlaydiki, ular alohida qolgan paytida sira ham miyaga kelmagan bo'lardi.

Bu jarayon oliy o'quv yurtlarida darslarda ham qo'llanilishi mumkin, faqat uning yuqoridagi tamoyillari inobatga olinishi va guruhda o'zaro hamjihatlik muhiti bo'lishi kerak.⁷

5.5. Mustaqil fikrlash – ijtimoiy-psixologik hodisa

Mustaqil fikrlash shaxs xislati sifatida har qanday faoliyatda individual yoki jamoaviy

⁷Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot: Universitetlar va pedagogika institutlari uchun o'quv qo'llanma. – T.: "Universitet", 1999. – 96 b.

Karimova V. Auditoriyada bahs-munozarali darslarni tashkil etishning psixologik texnologiyasi. – T.: 2000.

yutuqlarga erishishda yuqori darajini ta'minlaydigan muhim omil hisoblanadi.

Mustaqil fikrlash qobiliyati inson xulq-atvoridagi umumiy mustaqillik bilan bog'liq bo'lib, mustaqillikni tarbiyalash – keng qamrovli yondoshuvni talab qiladigan ilmiy muammo sifatida mohiyatan ijtimoiy-psixologiyaning predmetlaridandir.

Mustaqil fikrlash qobiyati inson xulq-atvoridagi umumiy mustaqillik bilan bog'liq bo'lib, mustaqillikni tarbiyalash – keng qamrovli yondashuvni talab qiladigan ilmiy muammo sifatida mohiyatan ijtimoiy-psixologiyaning predmetlaridandir. Mustaqillik insonning o'z xatti-harakati uchun javobgarlik, mas'uliyat hislari bilan uzviy bog'liq. Inson o'zi ongli tarzda ishtirok etgan, tushunib bajargan amallari, harakatlari uchun javob berishi mumkin. Real hayotda alohida olingan shaxs faoliyati boshqa kishilar faoliyati bilan doimo bog'liq bo'lgani uchun ham ko'pincha biz bajargan amallar ijtimoiy tus olib qoladi. Chunki shaxsning o'z maqsadlarini amalga oshirishi, o'z mavqeyini aniqlab olishi o'zgaralar bilan bo'ladigan muloqotsiz ro'y bermaydi. Boshqa odamlarning mavjudligi va ularning fasilitasiyasi, ya'ni bir shaxsning boshqa shaxs faoliyati samaradorligiga ta'siri obyektiv munosabat sifatida individual faoliyat xarakteriga o'zgacha tus beradi.

Ijtimoiy faoliyatda bo'lgani kabi mustaqil fikrlashga aloqador bo'lgan bilish faoliyatida ham operasion-texnik tomon ijtimoiy xulq tomoni bilan qo'shilib ketadi, ya'ni "subyekt-obyekt" munosabati (subyektning obyekt bilan o'zaro harakati) "subyekt-subyekt" munosabatiga aylanadi va bu katta amaliy ahamiyatga ega bo'ladi. Shaxs bilish faoliyatini o'rganishda murakkab munosabatning bu ikki turi aniqlanibgina qolmasdan, balki uni o'rganish usulini e'tiborga olish zarur. Yagona faoliyatning bu ikki tomonini bir-biridan ajratgan holda o'rganish bilish faoliyati taraqqiyoti, o'sishi qonuniyatlari haqida haqqoniy ma'lumotlar bermaydi. Bir tomondan, shaxsning bilish faoliyatini predmetning o'zi bilangina o'rganish xato, boshqa tomondan, muloqot omilini bilish omilidan ajratib o'rganish qiyin. Bilish faoliyatining gnostik (bilish) va muloqot jihatlari o'zaro chambarchas bog'liq, shuning uchun yagona faoliyatning bu ikki jihatidan birgalikda foydalanish zarur. Ana shunday dialektik rivojlanish fikrga ham taalluqli bo'lib, mustaqil fikrlashning sifati, samarasi va darajasi bevosita fikrlovchini o'rab turgan ijtimoiy borliq hamda undagi muomala madaniyatiga bog'liq.

Fikrning shakllanishi hayotda idrok etilayotgan voqyea va hodisalarni baholash "ko'r-ko'rona" unga ishonish yoki aql bilan ishonishning nisbatidan kelib chiqadi. Fikrning va e'tiqodning rivojlanishi bilish jarayonida muhim omil hisoblanadi, fikrning paydo bo'lishi o'quvchida chuqurroq bilimga ehtiyojni hosil qiladi, bu esa o'z navbatida shaxsning barcha kuchlarini faollashtiradi, motivlar, iroda va aqliy harakatlarning birligini ta'minlaydi, ya'ni shaxs mustaqil ravishda o'z-o'zini boshqarishga undovchi va bajaruvchi omillari birligini ta'minlaydi.

Tafakkur mustaqilligini rivojlantirishda o'quv faoliyatining guruhiiy shakllariga katta ahamiyat beriladi, lekin bunda shaxsning individual faoliyati, fikr va harakatlardagi qaytarilmaslikning roli ham pasaytirilmaydi. Ya'ni, odam o'zi yolg'il bo'lgandan ko'ra, odamlar orasida, guruhiiy bahslarda o'zidagi mustaqil fikrlay olish qobiliyatini o'stirishi mumkin.

Ta'lim muassasasi va uning imkoniyatlari

O'smirlik yoshining muhim xususiyati shundaki, bu davrda faol, mustaqil ijodiy tafakkurning tarkib topishi boshlanadi. O'smirlik yoshi ana shunday tafakkurning tarkib topishi uchun senzitiv yoshdir. O'quvchilar oldida hal qilinishi lozim bo'lgan muammo, masala yuzaga kelgan vaqtdagina ularda mustaqil fikrlash o'sa boshlaydi. Shuning uchun o'qituvchi o'smirlar

bilan olib boradigan mashg'ulotlarini ko'pincha oldiga murakkabligi turlicha bo'lgan muammolarni mustaqil hal qilishga qiziqish o'yg'otadigan qilib uyushtirishga intilish lozim.

Tafakkur mustaqilligini shaxsning bilimlarni fikr tiliga "o'tkazish" qobiliyati sifatida tushunish pedagogik jarayonda muloqotni qulay tashkil etishni talab qiladi.

Mustaqillikka moyillikning rivojlanishi ikki yo'nalish asosida amalga oshiriladi:

1. Mustaqillikning shaxs xislati sifatida vujudga kelishi ijtimoiy muhitga bog'liq. Bu bog'liqlik mustaqillikka bo'lgan ehtiyojlarini qondirishda ifodalangan mustaqillik mazmuni xarakterida ifodalanadi;

2. Mustaqillikning shaxs xislati sifatida shakllanishida individual xususiyatlar u yashaydigan va mehnat qiladigan jamoada vujudga keladigan munosabatlariga, qobiliyatlariga hamda uning faolligiga bog'liq bo'ladi.

Bu davrda ayniqsa, o'smirlar uchun o'rtoqlari bilan darsda va darsdan tashqari vaqtlarda bo'ladigan muloqot muhim ahamiyatga ega bo'ladi. Shuning uchun ham ustozlar, murabbiylar, ota-onalar ayni shu davrda o'z bolasining kimlar bilan, nima xususida bahslashishlariga e'tibor berishlari, kerak bo'lsa, ularning bu ishlarini boshqarishi kerak.

Vaholangki, hozirgi davrda maktablarda asosiy e'tibor xotirani rivojlantirishga, shu orqali ayrim olingan darslarda ko'tarilgan mavzulardagi ayrim alohida tushunchalarni yodlab aytib berishga qaratilgan. Afsuski, bevosita fikrni rivojlantirish, uning nostandart, egiluvchan sifatlarini o'stirishga kam e'tibor berilgani sababli, har bir sinf, akademik guruhda juda oz o'quvchilar, talabalar mustaqil fikrlab, o'z fikrlarini bemalol ayta oladilar.

Oxirgi yillarda O'zbekiston psixologlaridan *M.G.Davletshin, E.G.G'oziyev, Z.T.Nishonova, R.I.Sunnatova, R.N.Tojiboyeva, E.Z.Usmonovalar* tafakkur jarayoni bo'yicha olib borayotgan izlanishlarida eng avvalo fikrlashning anglanganlik va ijtimoiylik tamoyiliga ko'proq e'tiborni qaratib, mustaqil, erkin fikrlay olish qobiliyati ijtimoiy munosabatlarga bog'liqligiga e'tibor bermoqdalar.

Zero, tafakkur mustaqilligi – bu shaxsning jamiyatdagi mavqeyi va ijtimoiy borliq mohiyati yuzasidan o'zlashtiradigan bilimlari, muomala jarayonida izxor etadigan hukmlari uning shaxsiy fikri va e'tiqodi darajasida idrok etilishidir.

Mustaqil fikr rivojlanganligining mezonlari quyidagilar:

✚ *O'zining va "o'zgalarning" fikrini tanqidiy baholashda shaxsning tajribasi, o'zga shaxsning fikrini tushunish qobiliyati, uning fikridagi mantiqni tushunish, raqibning fikrlarini o'z fikrlari bilan taqqoslay olish ma'lum xulosaga kelish.*

✚ *Shaxsning o'zgalar bildirayotgan fikrning mazmun-mohiyati bilan tashqi (ma'qullash, so'zga qo'shilish) va ichki (haqiqatan ham ruhan to'la qo'shilish) kelishuvi.*

✚ *Bahslashuvchilarning o'zaro muloqotdagi fikriy qarama-qarshiliklarni "his qila olish" va unga munosib javob berishga tayyorlik.*

✚ *Tafakkurdagi nazariy va amaliy umumlashtirishning nisbati-ma'romiga erishish*

✚ *Diqqatga namoyon bo'ladigan aqliy funksiyalarning ixtiyoriy boshqarilishi.*

✚ *Aqliy tashabbuskorlikning rivojlanish darajasi.*

Yuqorida ta'kidlangan mezonlarlar asosida tafakkurning originalligi maxsus psixologik tadqiqotlarda (Z.Nishonova, 2001; 2002) o'rganildi va ayrim xulosalarga kelindi. Xususan, guruhning yulduzlari-liderlari, peshqadamlari boshqalardan farqli, nisbatan mustaqil ijodiy fikrlash qobiliyatlari yuqori bo'lishini isbotladi. Chunki sinfdagi a'lochi, peshqadam, ijtimoiy-psixologik mavqeyi yuqori bo'lgan bolalardagi o'ziga ishonch va bilimdonlik o'z fikr-munosabatlarini erkinroq bayon etish imkonini beradi. Mustaqil ijodiy fikr va shaxsning guruhda

tan olinishi orasidagi bog'lanish ham o'rganilgan. Tadqiqotlardan ma'lum bo'lishicha, mustaqil ijodiy fikri yuqori shaxslar bu guruhning tan olingan a'zolaridir. Agar shaxs o'zining guruh a'zolari tomonidan ijobiy qabul qilinayotganligini sezsa, unda bir ichki ruhiy kuch qudrat paydo bo'ladi, "bu kuch" unda mustaqil ijodiy fikrni bayon etishga undaydi.

O'qituvchilarda ijodiy tafakkur rivojlangan bo'lsagina, u o'quvchilarida ham ijodiy fikrni shakllantira oladi, chunki har bir o'qituvchi o'zi mansub bo'lgan tipdagi o'quvchilarni tarbiyalaydi

Mustaqil fikrlash va kreativ, nostandart tafakkur originalligi o'rtasida to'g'ri proporsional bog'lanish mavjud bo'lib, o'spirinlarda kreativ tafakkur originalligini qanchalik rivojlantirsak, ularda mustaqil fikrlash ham shunchalik rivojlanadi.

O'quvchi va talaba yoshlarda mustaqil fikr yuritish malaka va ko'nikmalarni hosil qilish uchun, o'quvchi o'rtasida munosabatlar o'zgarishi, bilim oluvchini ta'lim jarayonining faol subyektiga aylantirish lozim. Buni tabiiq etishda psixologik shartlari, omillari va mezonlari mavjud bo'lib, ularga:

✚ *ta'lim beruvchi kattalar bolani qanday bo'lsa, shundayligicha iqtidorli, layoqatli deb idrok qilishga, qabul qilishga o'rganmoqlari kerak;*

✚ *maktab, lisey, kollej, institut va universitetlarda differensial yondoshuvini amalga oshirish zarur, kerak bo'lsa, ta'lim oluvchini layoqati, qobiliyati, yo'nalishini hisobga olgan holda bilim, ko'nikma va malakalariga nisbatan talablar ishlab chiqish maqsadga muvofiqdir;*

✚ *yangi ta'lim maskanlarida yangi o'quv texnologiyasi joriy etilishi maqsadga muvofiq, bunda bolalarga hurmat, uning fikri va yuksalishiga e'tibor bilan qarash zarur;*

✚ *guruhning faoliyatini mazmunli tashkil etish, ya'ni munozara, dialog, o'yin, trening metodlarining keng va o'rinli foydalanishi bolaga ko'proq fikrlarni izhor qilish sharoitini yaratish lozim.*

Tadqiqotlarda mustaqil fikrlash va shaxsning o'z-o'ziga bergan bahosi o'rtasidagi bog'lanish ham o'rganildi. Ma'lum bo'lishicha, guruhning tan olingan a'zolari-o'zlari yuqori baholaydilar, ularda mustaqil ijodiy fikr ham yuqoridir. Guruhning ajralib qolgan a'zolari esa o'zlarini-o'zlari guruh bahoga qaraganda past baholaydilar, ularda mustaqil ijodiy fikrlash ham quyi rivojlangan bo'ladi.

Shaxsning jamiyatdagi o'rni va salohiyati, obro'si va manfaatdorligi, o'zgalarga ta'sir ko'rsata olishi undagi mustaqil fikrlay olish qobiliyatiga bevosita bog'liq.

Demak, aslini olib qaraganda, biz o'z madaniyatimiz va bizni o'rab turgan ijtimoiy borliqning hosilasi ekanmiz, vaziyatlarga bog'liqmiz va *boshqalarning bizga ko'rsatayotgan ta'sirlari* komida bo'lamiz. Yoshlarimizning yoki diniy aqidaparastlarning o'zlarini to'la anglamagan holda turli xil bema'ni chaqiriqlariga qo'shilib ketishini, terrorizmning manfur harakatlarini, jinoyatda olib kelgan ko'plab voqayelarni biz aynan vaziyatning hukmida amalga oshganligini bilamiz, lekin vazifa – shaxsni shunday tarbiyalash kerakki, u vaziyatdan ham ko'ra o'zining shaxsiy dunyoqarashi va e'tiqodini, sog'lom qarashlarini u yoki bu frustrasion yoki nizoli vaziyatlarga qarshi qo'ya olsin.

Demak, shaxsning **fikri** katta amaliy ahamiyatga ega. Odamlarning har xil ijtimoiy vaziyatlarda o'zlarini turlicha tutishlari, ularning xilma-xil o'ylashlari ta'sirida kelib chiqadi. Masalan, bir inson boshqasini haqorat qildi, deylik yoki uni kamsitdi. Agar u buni o'ziga nisbatan yovuzlarcha munosabat yoki meni juda yomon ko'radi-da, deb o'ylab qabul qilsa, buning oqibatida yo ular yuz ko'rmas bo'lib ketishadi, yoki janjallashishadi; agar "bugungi kun og'ir o'tyapti-ya, men noto'g'ri ish qildim shekilli yoki fikrimni tushuntira olmadim-a", degan xulosaga kelsa, uning oqibati butunlay boshqacha bo'ladi. Demak, o'ylash, fikrlash, sovuq

mulohaza yuritish san'ati ham muhim rol o'ynaydi. Shuning uchun ham bugungi kunda ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy-psixologik amaliyotning tabiiy samarasini biz insonning ruhiy va jismoniy salomatligi, sudlarda odil qarorlarning chiqarilishi yoxud tinchlik va xavfsizlik masalalarini to'g'ri yechishda ko'rmoqdamiz.

5.6. Asosiy tushuncha va atamalar

Tafakkur; fikrlash jarayonlari; insayt – oydinlashuv; tafakkurning turlari; nazariy tafakkur; amaliy tafakkur; ko'rgazmali-harakat tafakkuri; ko'rgazmali-obrazli tafakkur; mantiqiy tafakkur; reproduktiv, produktiv yoki ijodiy tafakkur; konvergent fikrlash; divergent tafakkur; kreativlik sifati; predikativ tafakkur; sun'iy intellekt; intuitiv tiplilar; fikrlovchi tiplar; tafakkur operatsiyalari; tafakkur xususiyatlari; tushunchalar; hukmlar; xulosalar; mustaqil fikrlash; tafakkur mustaqilligi.

5.7. Rezyume

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. Tafakkurning oliyligi va murakkabligi shundaki, u idrokdan farqli, bevosita aks ettirish bo'lmay, narsalar va ularning xossalari ular yo'q paytda ham aks ettirishga imkon beradi. Insonning tevarak atrofda ro'y beradigan voqea-hodisalarga, avval, ichki nutqda, so'ngra tashqi nutqda munosabat bildirish qobiliyati esa mustaqil fikrlash deb yuritiladi.

5.8. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Dunyoni tushunish, anglash va unga ongli munosabatni bildirib, izhor qilishga aloqador bilish jarayoni psixologiyada nima deb yuritiladi?
2. Tafakkur deb nimaga aytiladi?
3. Tafakkur va fikrlash jarayonlarining murakkab tabiati haqida nima bilasiz?
4. Insayt – oydinlashuv holati haqida nima deya olasiz?
5. Tafakkurning qanday turlari bor?
6. Nazariy tafakkur va amaliy tafakkur bir-biri bilan nimasi orqali farqlanadi?
7. Sun'iy intellekt tushunchasi nimani anglatadi?
8. K.Yung insonlarni fikrlashlariga ko'ra qanday toifalarga ajratgan?
9. Fikrlash jarayonini ta'minlovchi operatsiyalar klassifikatsiyasi qanday tashkil topgan?
10. Nima uchun mustaqil fikrlash – ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida e'tirof etilgan?

5.9. Bibliografiya

- Yefimova N.S. Psixologiya obshyeniya. Praktikum po psixologii: Uchebnoye posobiye. – M.: ID "FORUM": INFRA-M. 2006. – 192 s.
- Zarochensev K.D., Xudyakova A.I. Eksperimentalnaya psixologiya: Uchebnik. – M.: TK Velbi, Izd-vo Prospekt, 2005. – 208 s.

- Beruniy Abu Rayxon* Tanlangan asarlar. T.1. – T.: 1957.
- Ibn Sino* Falsafiy qissalar. – T.: O'qituvchi, 1963. – B.48.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.
- Karimova V.M., Sunnatova R.I., Tojiboyeva R.N.* Mustaqil fikrlash: (Akademik liseylar va kasb-hunar kollejlari o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma) / – T.: Sharq, 2000. – 112 b.
- Karimova V.M.* Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot: Universitetlar va pedagogika institutlari uchun o'quv qo'llanma. – T.: "Universitet", 1999. – 96 b.
- Karimova V.M.* Auditoriyada bahs-munozarali darslarni tashkil etishning psixologik texnologiyasi. – T.: 2000.
- Psixodiagnostika i proforiyentasiya v obrazovatelnix uchrejdeniyax / Red. –sost. *L.D. Stolyarenko*. – Rostov n/D: Feniks, 2005. – 416 s.
- Slovar prakticheskogo psixologa // Sost. *S.Yu.Golovin*. – Minsk: Xarvest, M.: OOO "Izdatelstvo AST", 2003. – S. 314-318
- Usmanova E.Z.* O'quvchilarda mustaqil tafakkurni qanday qilib rivojlantirish mumkin. – T.: O'zbekiston, 2000. – 23 b.
- Forobiy A.N.* Falsafiy savollar va ularga javoblar / Xayrullayev M.M. Forobiy va uning falsafiy risolalari. – T.: 1963. – 281 b.
- Mason R.A.* Artificial intelliense: Promise, myth, and reality. *Library Journal*, 110(7), 1985. – pp.56-57.

II qism

Shaxs va jamiyat

VI Bob

PSIXOLOGIYADA SHAXS VA JAMIYAT MUAMMOSI

Bobning qisqacha mazmuni

Shaxs ijtimoiy ta'sirlar mahsuli sifatida. "Shaxs" tushunchasi. "Homo sapiens" – "aqlli zot" tushunchalari. Makro bosqichdagi ta'sirlar. mikro bosqichdagi ta'sirlar. Nativizm. Empirizm. G.Leybnis, F.Galtonlarning ilmiy tadqiqotlari.

Shaxsdagi sog'lom e'tiqod va mafkuraviy tasavvurlarning shakllanishi. Mustaqillik g'oyasining tarkib topish bosqichlari. Milliy istiqlol g'oyalarini shaxs ongiga singdirish – psixologik muammo sifatida. Mafkuraviy targ'ibotning psixologik mexanizmlari. Insonning tevarak-atrof voqeyliklariga ishonish mexanizmi. Insonning tevarak-atrof voqeyliklariga ishonish mexanizmi.

Shaxs ijtimoiylashuvining asosiy mezonlari. Ijtimoiylashuv yoki sosializasiya jarayoni. Ijtimoiy institutlar. Oila-maktab-mahalla shaxs ijtimoiylashuvining maskanlari sifatida.

Ijtimoiylashuv jarayonida shaxs hayotiy yo'nalishining shakllanishi. Shaxs yo'nalganligining eng muhim tarkibiy qismlari. Mas'uliyat. Maqsadlar va ideallar. Qiziqishlar va e'tiqod. Iymon. Dunyoqarash.

6.1. Shaxs ijtimoiy ta'sirlar mahsuli sifatida

“Shaxs” tushunchasi psixologiyada eng ko'p qo'llaniladigan tushunchalar sirasiga kiradi. Psixologiya o'rganadigan barcha fenomenlar aynan shu tushuncha atrofida qayd etiladi. Inson ruhiy olami qonuniyatlari bilan qiziqqan har qanday olim yoki tadqiqotchi ham shaxsning ijtimoiyligi va aynan jamiyat bilan bo'lgan aloqasi masalasini cheklangan o'tolmagan.

Shuni alohida ta'kidlash lozimki, “*Homo sapiens*” – “aqli zo'r” tushunchasini o'zida ifoda etuvchi jonzotning paydo bo'lganiga taxminan 40 ming yildan oshibdi. Bu davrda olimlarning e'tirof etishlaricha, 16 ming avlod almashgan. *Ch. Darwin* ta'biri bilan aytganda, tabiiy tanlanish jarayonida yer yuzida saqlanib qolgan minglab millat va elatlarning keyingi davrdagi taraqqiyoti ko'proq biologik omillardan ko'ra, ijtimoiy omillar ta'sirida ro'y bermoqda. Shuning uchun ham har bir individni yoki shaxsni o'rganish masalasi uning bevosita ijtimoiy muhiti va uning ijtimoiy normalari doirasida o'rganishni taqozo etadi.

Ijtimoiy muhit – bu insonning aniq maqsadlar va rejalar asosida faoliyat ko'rsatadigan dunyosidir. Mazmunan har bir insonning shu ijtimoiy olam bilan aloqasi uning insoniyat tajribasi, madaniyati va qabul qilingan, tan olingan ijtimoiy xulq normalari doirasidagi harakatlarida namoyon bo'ladi.

Demak, har bir shaxsning fe'l-atvorida atrofdagi do'stu-yorlari, oilasi, tarixiy zamon, davr, davlat tuzumi va o'sha jamiyatdagi siyosat, iqtisodiyot va mafkuraning ta'siri bo'lib, bu ta'sir uning yaxlit dunyoqarashi, fikrlash tarzi, tafakkurida o'z aksini topadi. Bunday ta'sirlarning ikki xili farqlanadi:

✚ *makro bosqichdagi ta'sirlar*, ya'ni keng ma'nodagi ijtimoiy-ma'naviy, siyosiy hamda iqtisodiy muhit ta'sirlari;

✚ *mikro bosqichdagi ta'sirlar*, yoki odamni bevosita o'rab turgan muhitdagi ijtimoiy muloqot va muomaladan ta'sirlanishi. Boshqacha qilib aytganda, bunday ta'sirlarni shaxs bevosita oila muhiti, ta'lim muassasalari, mahalla-kuy, mehnat jaoasidagi hamda do'stlari davrasidagi mulolqotlardan oladi.

Bir qarashda ikkinchi bosqich ta'sirlarigina shaxsning insoniy qiyofasi hamda fe'l-atvorini belgilaydiganday tuyuladi. Chunki xalqimizda “qush uyasida ko'rganini qiladi”, degan naql ham bor. Ayniqsa, bizning “o'zbekchiligimiz”da odamning tug'ilib o'sgan oilasi, mahallasi, kimning avlodi-yu, kimning zurriyodi ekanligi, ta'lim olgan dargohiga katta e'tibor beriladi. Ko'pincha xalqda: “Hovli olma, qo'shni ol”, degan maqol ham ishlatiladiki, bu ham farzandlar kamoli va oilaning tinchligida yon-atrofnig ahamiyatiga ishoradir. Lekin makro bosqichdagi ta'sirlarning ahamiyatini kamsitish ham to'g'ri bo'lmaydi. Masalan, sho'rolar tuzumi jamiyat a'zolarini mute, manqurt, ihlossiz, tobe, ma'lum bir ma'noda iymonsiz bo'lib qolishiga sababchi bo'ldi. Chunki bunga asosan o'sha muhitdagi nosog'lom e'tiqodlar, g'ayriinsoniy tashviqotlar, inson qadrini, uning mehnatini yerga uruvchi iqtisodiy siyosat (hamma bir xil turmush tarziga ega bo'lishi, “ishlamasa ham tishlayverish”), kommunistik mafkura sabab bo'ldi. Tarixdan shu narsa ma'lumki, qaysi davlat va jamiyat tarixida bosqinchilik siyosati yurgizilgan bo'lsa, o'sha jamiyat odamlari psixologiyasida tobelik, diyonatsizlik, ixlossizlik ustun bo'lavergan.

Mustaqillik psixologiyasi shundayki, unda har bir shaxs o'zining erkin mehnati bilan o'zi va o'zgalar manfaati haqida birday qayg'uradi, chunki har bir shaxs fidokorona mehnat qilmasa, tinimsiz izlanmasa, na o'zining, na yaqinlarining, boshqalarning “kosasi oqarmaydi”, “biri ikki bo'lmaydi”. Shuning uchun ham istiqbol yillarida O'zbekiston fuqarolarining psixologiyasida, ularning qadriyatlarini idrok qilishlari va kundalik amallarida o'z shaxsiy

kamoloti, oilasi farovonligi, Vatan ravnaqi uchun nima qilish lozimligini ifodalovchi qarashlarida tub o'zgarishlar ro'y bermoqda. Bu o'zgarishlarni o'rganuvchi psixologiya fani oldida ham qator dolzarb vazifalar turibdi.

Psixologiya ilmining namoyondalari bo'lmish olimlarning butun bir avlodi ana shu shaxs va jamiyat aloqalari tizimida, makro hamda mikro bosqichlardagi ta'sirlarning tub mohiyatini anglash, uning rivojlanishi va kamol topishi qonuniyatlarini izladilar. Abu Nasr Farobiy, A.Navoiy, Ibn Sino, Beruniy kabi yuzlab Sharq allomalari ham bu o'zaro bog'liqlikning falsafiy va ijtimoiy sirlarini ochishga o'zlarining eng durdona asarlarini bag'ishlaganlar. Barcha qarashlarga umumiy bo'lgan narsa shu bo'lganki, odamni, uning mohiyatini anglash uchun avvalo uning shu jamiyatda tutgan o'rni va mavqeyini bilish zarur. Shaxsni o'rganishning birlamchi mezoni ham shundan kelib chiqqan holda, uning ijtimoiy mavqeyi, ijtimoiy munosabatlar tizimidagi o'rni bilan belgilanishi kerak.

Lekin, shaxs bilan jamiyat o'rtasidagi o'zaro aloqalar masalasida birdaniga, bir xil yechimga kelinmagan. Bu o'zaro munosabatlar asosan ikki polyar nuqtai nazardan kelib chiqadi.

Nativizm yo'nalishining tarafdorlari insonlardagi barcha xususiyatlarni tug'ma xarakterga ega, deb e'tirof etadilar (*Lens, Gruber* va boshqalar).

Empirizm tarafdorlarining fikricha, yangi tug'ilgan bola go'yoki "top-toza taxta" (*tabula rasa*), unga hayot va undagi talablar o'zining qonuniyatlarini yozadi va bola ularga so'zsiz bo'ysunishga majbur. Bu yo'nalishning asoschilaridan biri *J.Lokk* bo'lib (1632-1704), uning fikricha, tug'ma fikrlar yoki g'oyalalar bo'lishi mumkin emas, ular xohish-tilak va og'riq kabi elementar sezgilarning qayta ishlanishi natijalaridir. Hayotda ana shunga o'xshash turli xil sezgilar va g'oyalarning assosiasiyasi ro'y beradi.

G.Leybnis (1646-1716) Lokka e'tiroz bildirib, hayotda umuman toza, sof doskaning o'zi bo'lmaydi, hattoki, eng yaxshi silliqlangan marmar yuzasida ham sezilarli teshiklar, do'ngliklar yoki tug'ma asoratlar bo'ladi-ki, ular odamning sezish va bilish organlari vositasida anglanishi mumkin. Xuddi shunday, inson bolasi ham tug'ilishdan muayyan belgilar, xususiyatlar bilan tug'iladi-ki, ularni biz layoqatlar, iqtidor, genetik xususiyatlar, deb ataymiz. Aynan shu tug'ma belgilar inson taqdirida ma'lum rol o'ynaydi, lekin yetakchi, sezilarli ta'sirlar hayotning keyingi bosqichlarida, turli faoliyatlarni (o'yin, o'qish, mehnat va b.q.) amalga oshirish jarayonida bilinib, shaxs sifatlarini shakllantirishga xizmat qiladi.

Bu ikkala yirik yo'nalish o'rtasidagi tortishuvlarga chek qo'yish maqsadida *F.Galton* qator eksperimental tadqiqotlar o'tkazib, har bir individga xos differensial xususiyatlar mavjudligini "egizaklar metodi" yordamida asoslashga harakat qildi. 3-jadvalda *Galton* tomonidan irsiy va orttirilgan sifatlar munosabati yuzasidan aniqlangan natijalardan musiqaga layoqatlilik misolida keltirilgan.

Egizaklardagi musiqaga moyillikning korrelyasion ko'rsatgichi ham yuqori bo'lib ($p=0,7$), egizak bo'lmaganlardan ancha farq qiladi ($p=0,3-0,4$).

Galtondan keyingi tadqiqotlarda musiqaga bo'lgan qobiliyatga ona tilining xususiyati ta'sir qilishi yumshoq-tonal yoki keskir-tonal bo'lmagan tillar misolida aniqlandi. Masalan, keskinroq hisoblangan rus tilida gapiruvchi bolalardagi musiqani idrok qilish yumshoq, tonal tillarda so'zlashuvchi vyetnamliklarning idrokidan ancha past chiqqan.

3-jadval. Musiqiy qobiliyatlardagi irsiy xususiyatlar

Ota-onalar	<i>musiqaga moyil</i>	<i>musiqaga moyil emas</i>
Bolalar		
<i>musiqaga moyil</i>	85 %	7 %
<i>musiqaga moyil emas</i>	25 %	58 %

Lekin yuqoridagi fikrlar va tortishuvlarning kelib chiqish sababi tushunarli bo'lishi kerak: ular insonning asl mohiyatini tushunish va uning xulqini boshqarish ehtiyojlaridan kelib chiqadi. Demak, inson jamiyat a'zosi sifatida uning normalariga bo'ysunadi, uning kutishlariga javob berishga harakat qiladi va o'z xulqini uning talablariga monand qilishga intiladi. Shu nuqtai nazardan kelib chiqib, shaxs fenomeniga ta'rif berish mumkin.

Shaxs – *ijtimoiy va shaxslararo munosabatlarning mahsuli, ongli faoliyatning subyekt bo'lmish individdir.*

Shaxsga taalluqli bo'lgan eng muhim tasnif ham uning jamiyatdagi murakkab ijtimoiy munosabatlarga bevosita aloqadorlik, ijtimoiy faoliyatga nisbatan ham obyekt, ham subyekt bo'lishlikdir.

Shaxsga taalluqli bo'lgan fazilatlardan eng muhimi shuki, u shu tashqi, ijtimoiy ta'sirlarni o'z ongi va idroki bilan qabul qilib (obyektni), so'ngra shu ta'sirlarning subyekt sifatida faoliyat ko'rsatadi. Oddiy qilib aytganda, inson bolasi ilk yoshlikdanoq "mening hayotim", "bizning dunyo" degan ijtimoiy muhitga tushadi. Bu muhit o'sha biz bilgan va har kuni his qiladigan siyosat, huquq, ahloq olamidir. Bu muhit – kelishuvlar, tortishuvlar, hamkorliklar, an'analar, udumlar, turli xil tillar olami bo'lib, undagi ko'plab qoidalarga ko'pchilik mutloq qo'shiladi, ba'zilar qisman qo'shiladi. Bu shunday qoidalar va normalar olamiki, ularga bo'ysunmaslik jamiyat tomonidan qoralanadi, ta'qiblanadi. Shulardan kelib chiqadigan xulosa shuki, shaxs jamiyatga nisbatan barcha tartib-qoidalarni qabul qiluvchi subyekt bo'lsa, *jamiyat – ijtimoiy intizom va tartibning, madaniyatning mufassal ko'rinishidir.*

Shaxs ijtimoiy xulqiga turli tashqi kuchlar, ijtimoiy munosabatlar majmui ta'sir qiladi: siyosiy, mafkuraviy, iqtisodiy, ma'naviy, ahloqiy va boshqalar. Bu ta'sirotlar mohiyatan aslida jamiyat a'zolari bo'lmish shaxslar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarning ayrim alohida yo'nalishlarini belgilab beradi.

Shunday qilib, shaxs turli ijtimoiy munosabatlar tizimi ta'sirida bo'ladi va ko'plab ijtimoiy institutlar (oila, mahalla, o'quv maskanlari, mehnat jamoalari, norasmiy tashkilotlar, din, san'at, madaniyat va boshq.) bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, shaxsdagi turli g'oyalar, fikrlar va e'tiqodiy dunyoqarashlar mafkuraviy munosabatlar tizimi ta'sirida shakllanib, ular bevosita oila, bog'cha, maktab va boshqa o'quv va tarbiya muassasalari orqali ongga singdiriladi. Agar bu ta'sir uning e'tiqodi darajasida ko'tarilsa, va unda yana yangidan-yangi fikrlar va g'oyalarning paydo bo'lishi va o'sishiga olib kelsa, u shaxsning maslagiga aylanadi hamda u hayoti jarayonida shunday faoliyat sohasini tanlaydiki, o'z qobiliyatlari, malaka va ko'nikmalarini rivojlantira borib, ziyoli sifatida yo o'qituvchi, yoki vrach, yoki olim, kashfiyotchi, muxandis bo'lib, elu-yurtiga xizmat qiladi.

6.2. Shaxsdagi sog'lom e'tiqod va mafkuraviy tasavvurlarning shakllanishi

Shaxsga jamiyatning ta'siri eng avvalo uning ma'naviy tasavvurlarida, dunyoqarashida, hayotga bo'lgan munosabatlarida aks etadi. Shu ma'noda mafkuraviy ongning mazmuni va sog'lom e'tiqodlar ham ijtimoiy muhit va unda o'mashib qolgan mezonlar asosida shakllanadi.

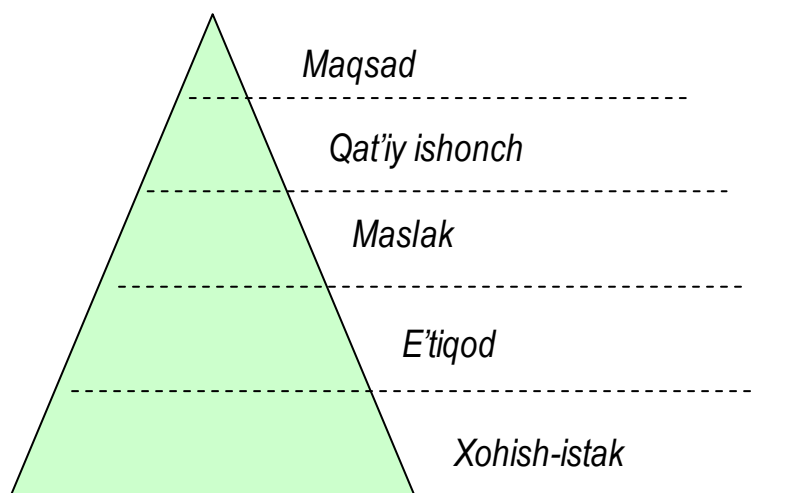
Mustaqil O'zbekistonda qisqa fursatlarda amalga oshirilgan jamiyat hayotidagi tub islohotlarni idrok qilishlari va ularga munosabatlar, shubhasiz, fuqarolarning yangicha qarashlarida, aniqrog'i, dunyoqarashlarida namoyon bo'ladi. Ushbu dunyoqarashlarning mazmunini tashkil etuvchi ilg'or g'oyalar yaxlit xalq manfaatlarini ifoda etgani sababli ham ular milliy mafkuraning mohiyatini tashkil etadi. Prezidentimiz I.Karimovning milliy istiqol mafkurasiga bergan ta'riflarida uning mohiyati yaqqol aks etgan: "Odamlarning ming yillar davomida shakllangan dunyoqarashi va mentalitetiga asoslangan, ayni vaqtda shu xalq, shu millatning kelajagini ko'zlagan va uning dunyodagi o'rnini aniq-ravshan belgilab berishga xizmat qiladigan, kechagi va ertangi kuni o'rtasida o'ziga xos ko'priklar bo'lishga qodir g'oyani men jamiyat mafkurasiga deb bilaman".⁸

Psixologik nuqtai nazardan tahlil qiladigan bo'lsak, bugun jamiyatimiz a'zolari ongida shakllanayotgan milliy istiqol g'oyalarining genezisi, ya'ni kelib chiqib, ongga o'rinishi jarayoni bir qator ijtimoiy-psixologik holatlarni o'z ichiga oladi.

Shuni alohida ta'kidlash lozimki, milliy g'oya yoki progressiv-ilg'or g'oya ma'lum tarixiy vaziyatlarda, ijtimoiy zaruratdan kelib chiqib paydo bo'ladi. Lekin uning o'zi genetik jihatdan o'zidan avval mavjud bo'lgan ilg'or, o'lmas g'oyalarga, milliy qadriyatlarga tayanadi. Masalan, o'zbek xalqi tarixiga nazar tashlaydigan bo'lsak, xalq e'tiqodi va tafakkurining sayqallashuviga sabab bo'lgan o'lmas qadriyatlar, xalq ma'naviyatiga taalluqli nodir meros bo'lganki, ular bugungi istiqol davrida davlat va jamiyat qurilishi uchun ma'naviy-mafkuraviy omil rolini o'ynamoqda. Sharqning buyuk mutafakkirlari Axmad al-Farg'oniy, Maxmud az-Zamaxshariy, Abu Nasr al-Farobiy, Abu Bakr Muxammad ibn Al-Abbos Al Xorazmiy, Abu Rayxon Beruniy, Ibn Sino kabilarning ilmiy merosi, Amir Temurning mustaqil davlatchiligiga oid qonuniyatlari, fikh ilmining asoschilaridan bo'lmish al-Marg'iloniy hidoyalari, Imom al-Buxoriyning hadis qarashlarida bayon etilgan o'lmas g'oyalar asrlar osha xalq e'tiqodining egilmasligining yorqin misolidir.

Bugungi mustaqillik va istiqolning har bir kuni ham jamiyat a'zolari bo'lmish shaxslar ruhiyati uchun shunday tarixiy vaziyat va muhit rolini o'ynamoqdaki, buning ta'sirida yangi g'oyalar paydo bo'lishi uchun maqsad paydo bo'ldi. Shuni alohida e'tirof etish kerakki, shaxsdagi har qanday maqsad ham yangi g'oyaga asos bo'lavermaydi. Teran maqsadga erishish uchun odamda qat'iy ishonch bo'lishi kerak, va u oxir-oqibat maslakka aylanadi. Ana shunday maslakning inson qalbiga singib, uning yurish-turishi, fikrlashi-yu, tafakkur tarziga aylanishi e'tiqoddir. Bu o'rinda yana bir psixologik holatni yoritish lozim, bu ham bo'lsa, e'tiqodning bo'lishi yoki qat'iy ishonchning bo'lishini odamning o'zi astoydil xohlashi kerak.

⁸Karimov I.A. Jamiyatimizning mafkurasiga xalqni-xalq, millatni-millat qilishga xizmat etsin. T.7. – T.: O'zbekiston, 1998. – B. 89.



23-rasm. Mustaqillik g'oyasini tarkib toptirishning psixologik bosqichlari

Shaxsning nimalarni xohlashi yoki nimalarga ishonishi masalasi sof psixologik muammolar sirasiga kirgani uchun ham, milliy istiqlol g'oyalarining shaxs dunyoqarashi mazmuniga aylanishi jarayonida psixologik omillar katta o'rin tutadi.

Milliy istiqlol g'oyalarini shaxs ongiga singdirish – psixologik muammo sifatida

Demak, oddiy odam, shaxs jamiyatdagi turli munosabatlar ta'sirida bo'lar ekan, u birinchi navbatda nimalarga ishonadi? Agar biz odamni biror narsaga astoydil ishonitirmoqchi bo'lsak, uni mantiqan asoslangan fikrlar yordamida ishonitirishimiz ancha mushkul bo'ladi. Xo'sh, u nimalarga ishonadi?

Birinchidan, o'zidagi qiziqishlar, shaxsiy manfaat va e'tiqodiga mos narsalarga juda tez ishonadi. Masalan, ishlab chiqarishda xodimni ishonitirish uchun uning oilasi manfaatlari, kelajak istiqboli va professional o'sishiga aloqador gaplar orqali yangi fikrni bayon etish unda teran qiziqishni tug'diradi. Agar biz milliy g'oyaning mazmunini ifodalovchi ijtimoiy simvollar – so'zlar, obrazlar, narsalar, harakatlar mazmunini o'z o'rnida ishlatib, fikrimizni bayon etsak, shaxsga ma'qul va manzur bo'lishi, u bunga ishonishi mumkin. Masalan, Prezidentimiz I.Karimov yoshlarning "Kamolot" ijtimoiy harakati dasturi xususida fikr bildirib, bu harakat aynan yoshlar manfaatiga xizmat qilishi va shuning uchun ham ulardan safarbarlik va tashabbuslar nihoyatda zarurligini uqtirdilar. Bu fikrlar darhaqiqat, kelajakka intilgan, erkinlik va ideal talab bo'lgan yoshlarning tashabbuskorlik sifatlarini rivojlantirdi. Tashkil bo'lgan ijtimoiy harakat dasturi, aynan, istiqlol yillarida paydo bo'lgani va istiqlol farzandlari manfaatiga to'la mos kelganligi uchun ham uni minglab yoshlar qo'llab-quvvatladilar. Mustaqillik yillarida xalq ongida va uning tilak-istaklari mazmunida paydo bo'lgan barcha fikrlar – xalq farovonligi, yurtning ozod va obod bo'lishi, millatlararo totuvlik, Vatanning yagonaligi g'oyalari va ularning yaxlit jamiyat taraqqiyotiga ijobiy ta'siri yuqoridagi qonuniyatdan kelib chiqadi.

Ikkinchidan, yangi g'oyalar nafaqat shaxs yoki ijtimoiy guruhlar tomonidan u yoki bu tarzda idrok etilishi, ya'ni, eshitilishi, ko'rilishi, his qilinishi lozim, balki ular *xalqqa tushunarli* bo'lishi kerak. Demak, milliy istiqlol g'oyalarini ifodalovchi barcha tushunchalar oddiy, ixcham, konseptual hamda kategorial bo'lishi kerak. Masalan, "barkamol avlod" g'oyasi, "sog'lom

avlod”, “Vatan yagonadir”, “O‘zbekistonning kelajagi buyuk” kabi g‘oyalar har bir inson uchun tushunarli va o‘zini hurmat qilgan har bir shaxs uchun manfaatlidir.

Uchinchidan, ilg‘or g‘oyalar va yangicha dunyoqarashning birdaniga ko‘pchilik ongiga, ayniqsa, yoshlar ongiga singmasligining ayrim sabablari ham bor. Psixologiyada bola taraqqiyotining ayni 17-18 yoshlarida kuzatiladigan “mafkuraviy inqiroz” bo‘ladi. Buning mohiyati shundaki, ayni shu davrda o‘spirinda turli shaxsiy muammolar birdan ko‘payib ketadi: do‘stga ega bo‘lish, sevish-sevilish, kasb tanlash, o‘qishga kirish, nikoh muammolari, kattalarning talablari va hokazo. Bu muammolar go‘yoki yoshlarning jamiyatda ro‘y berayotgan ijtimoiy-siyosiy muammolardan ongini chalg‘itayotganday bo‘ladi. Lekin aslida aynan o‘spirinlikka xos bo‘lgan psixologiya mavjudki, ular o‘z kelajagi to‘g‘risida ko‘p qayg‘uradi, ertaga kim bo‘lishi, qanday sharoitda yashashi va ijod qilishi, yashayotgan hududi – Vatani taqdiri albatta qiziqtiradi. Shuning uchun ham yoshlarga xos bo‘lgan maksimalizm va yuqorida sanab o‘tilgan shaxsiy muammolar atrofida paydo bo‘ladigan individualizm o‘rtasida qarama-qarshilik paydo bo‘ladi. Bu inqiroziy holat bizning sharoitimizda ko‘proq yurt va jamiyat ravnaqidan manfaatdorlik hisobiga xal qilinmoqda. Shuning uchun ham yoshlar bilan bo‘ladigan yuzma-yuz uchrashuvlar, muloqotlarda shaxsiy manfaatlarning jamiyat manfaatlariga bog‘liqligi, Vatan ravnaqi va tinchlik-totuvlikdan nafaqat yoshlar manfaatdor, balki ular ana shu jarayonlarning faol ishtirokchisi ekanligi g‘oyasi o‘rtaga tashlanadi.

Ijtimoiy psixologiyada yana bir o‘rganiladigan jarayon borki, bu – *konformizm*⁹ hodisasidir. Bu hodisa bevosita yoshlik davrida ko‘proq namoyon bo‘ladi. Konformizmning ma‘nosi – o‘zgaralar borligidan, ularning xulq-atvoridan ta‘siralanish bo‘lib, yoshlar qanchalik o‘ziga xoslikka intilmasinlar, baribir bir yaxlit ijtimoiy qatlam sifatida bir-birlariga taqlid qiladilar. Bu ham sog‘lom g‘oyalarning o‘zaro muloqotlar jarayonida tarqalishi va ongga singishi uchun zamin hisoblanadi. Hattoki, ayrim yoshlarda kuzatiladigan ijtimoiy raddiya, ya‘ni, fikrlashlarda, harakatlarda ajralib turishga intilish – aslida o‘sha taqlidchanlik, konformizmning bir ko‘rinishidir. Shu bois ham mashhur olim *Seneka* konformizm va odamlardagi taqlidchanlikni: “juda osonlikcha ko‘pchilikning amriga bo‘ysunishdir”, deb ta‘riflagan edi. Bu jarayonning ro‘y bo‘lishiga sababchi asosiy omillar esa o‘sha ijtimoiy muhit va undagi obro‘li shaxsning insoniy xususiyatlaridir. Shuning uchun ham biz nimalarga ishonamiz va kimlarga ergashamiz, degan masala bugungi kunda amaliy ahamiyatga molikdir.

Umuman, shaxsning qarashlari, dunyoqarashi va e‘tiqodini o‘zgartirishda, bizning sharoitimizda ularni sog‘lom g‘oyalarga ergashtirishda mafkuraviy ishlarni kuchaytirishimiz yaxshi samaralar beradi, albatta. Faqat bunda o‘sha oddiy inson psixologiyasiga oid ayrim qonuniyatlarni bilish va ularga amal qilish maqsad muvofiqdir. Mafkuraviy targ‘ibot-tashviqot haqida gap ketganda, uning inson ongi va psixologiyasiga ta‘sir qilishiga umid qilib, ish yuritiladi. Erkinlikni juda yaxshi ko‘rgan amerikalik va yevropaliklar ham haqiqatga ergashish, ezgu amallarga itoat qilishning hych qanday shaxs erkinligiga tahdidi yo‘qligi, aksincha, uni jamiyatdagi mavqeyini yanada mustahkamlashini targ‘ibot qiladi.

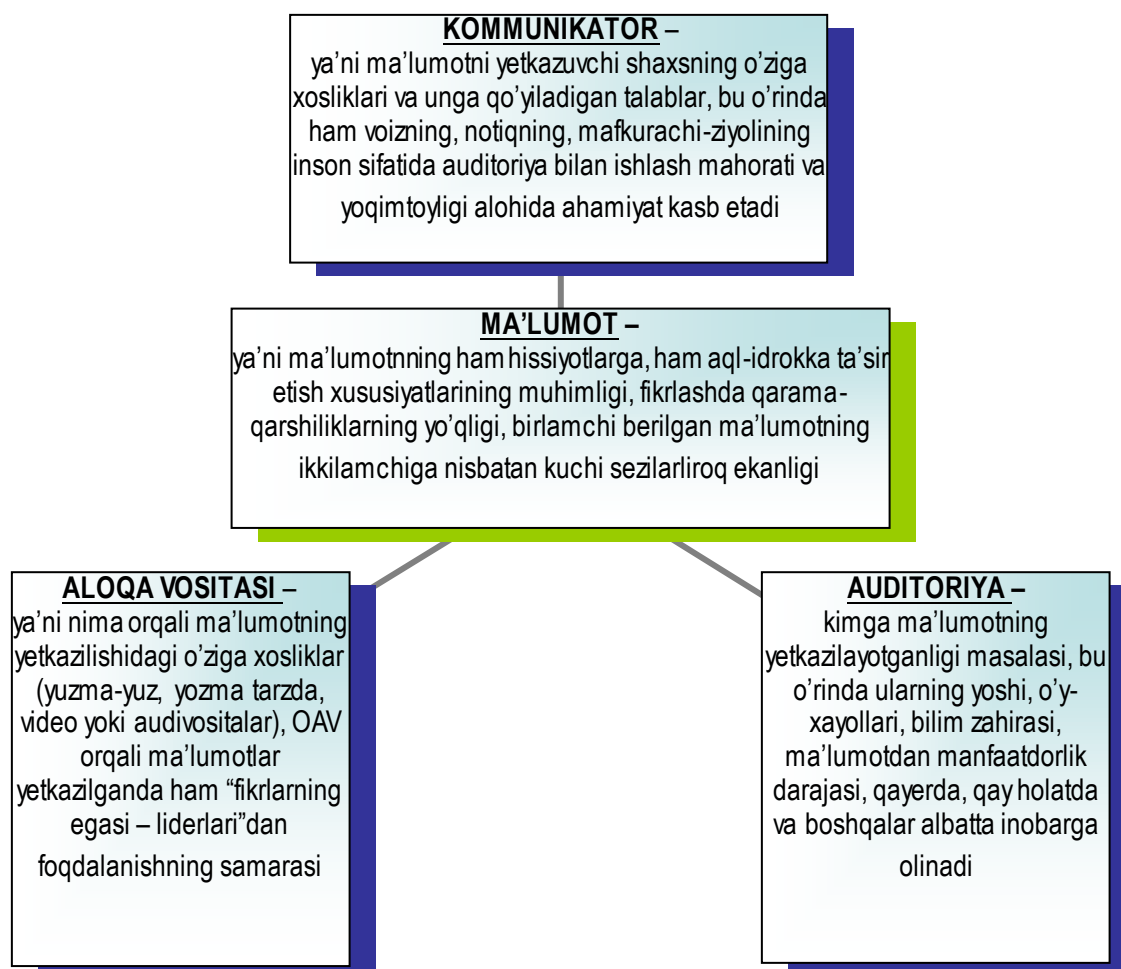
Mutaxassislarni fikricha, e‘tiqod asosan ikki yo‘l bilan hosil qilinadi:

✚ agar auditoriya fikrlaydigan, ayni argumentlar ustida o‘ylash qobiliyatiga ega bo‘lsa, ular manfaatiga mos ma‘lumotning berilishi ulardagi ishonchni mustahkamlaydi; bu bevosita ta‘sir deb ataladi;

✚ agar tinglovchining manfaatiga bevosita aloqadorligi yo‘q narsa to‘g‘risida gap

⁹Izoh: keyingi qism va boblarda konformizmning muxtasar bayoni beriladi.

ketayotgan bo'lsa, unda ishonirishning bilvosita usullaridan, ya'ni, voizning yoqimtoyigshi, kayfiyatning yaxshiligi, tasodifan yoqib qolishi mumkin bo'lgan boshqa jihatlarini asos qilinadi.



24-rasm. Mafkuraviy targ'ibotning psixologik mexanizmlari

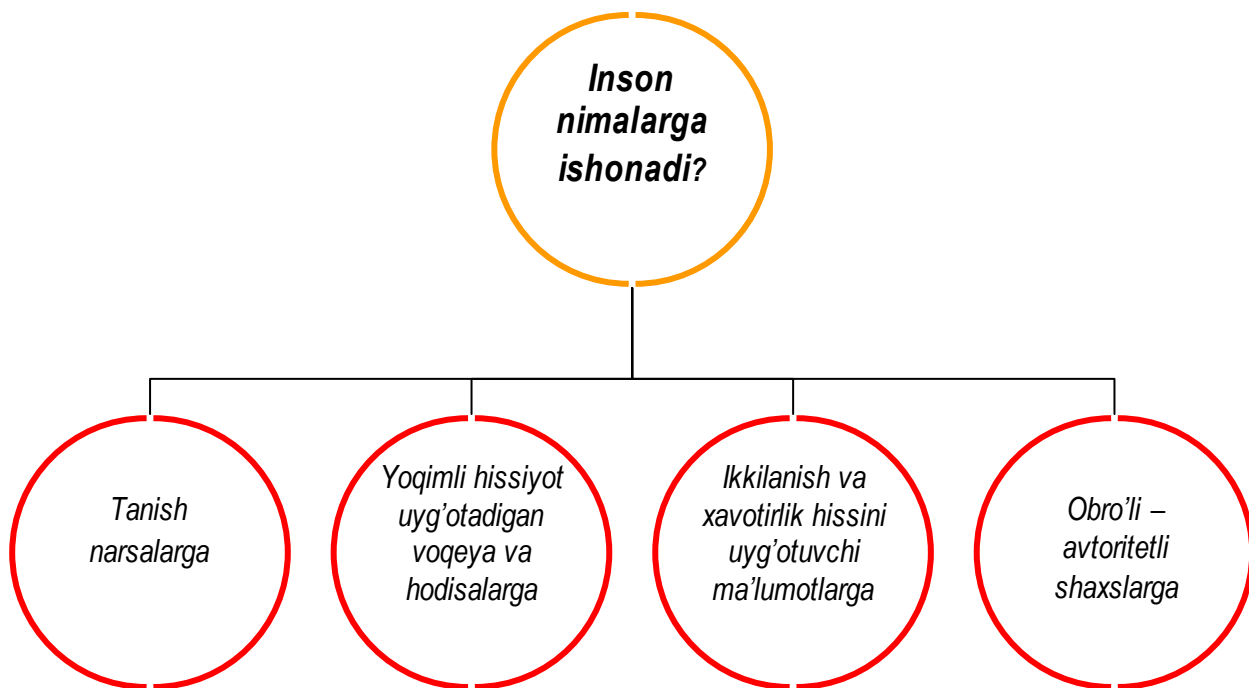
Mafkuraviy ishlarning serqirra va murakkabligi shundaki, bu jarayonni yaxlit sifatida tasavvur qilinsa, uning tarkibiga kiruvchi har bir elementning 24-rasmda keltirilgan mafkuraviy targ'ibotning psixologik mexanizmlarini, ya'ni jarayonning o'ziga xos sir-asrori va xususiyatlarini inobatga olishga to'g'ri keladi.

Afsuski, e'tiqodni tarbiyalash muammosi ko'proq diniy qobiqda o'rganilgani uchun ham jahon ilmi tajribasida bu xususda xulosalar shu yo'nalishda mavjud.

Masalan, o'sha diniy sektalarning targ'ibot borasidagi yutuqlarini olimlar quyidagicha sharhlaydilar: avvalo insonni biror narsa orqali "qarzdor" qilib qo'yish kerak bo'ladi, so'ngra samarali ta'sir vositalaridan foydalaniladi, nihoyat, hamfikrlilar o'zlaricha boshqalardan ajralib, o'z e'tiqodlarini mustahkamlaydi. Natijada, o'ziga xos muomala va madaniyat shakllantriladi.

Biz nimalarga ishonamiz?

Psixologiyada biz nimalarga ishonamiz degan masala javobi, ko'pincha, biz kimlar ta'siriga tezroq berilamiz, degan savolning yechimiga bog'liq bo'lib qoladi (25-rasm).



25-rasm. Insonning tevarak-atrof voqeyiliklariga ishonish mexanizmi

✚ Biz avvalo o'zimizga *tanish narsalarga* ishonamiz. Ya'ni, odatga aylanib qolgan ishlar, samimiy tushda aytilgan gap va xolis amallarga nisbatan odamda ishonch bo'ladi. g'oyaviy tarbiyada bu narsa ko'proq qulog'imiz o'rganib qolgan murojaatlar va o'g'itlarga tez ko'nikishimiz, ularga nisbatan tanqid hissining bo'lmasligida ifodalanadi. Masalan, nuroniy otaxonning hayotidan olingan o'g'itlar taqlid uchun juda qulaydir.

✚ Qalbimizda bevosita *hissiyot uyg'otadigan voqeya va hodisalar*, yaqin o'tmishimizda bo'lib o'tgan yoqimli hayot kechinmalariga bog'langan ma'lumotlar ham bizda yaxshi taassurot uyg'otadi. Agar o'sha xotiralar salbiy asorat qoldirgan bo'lsa, aksincha, ularga bog'liq ma'lumotlar odam tomonidan qabul qilinmaydi.

✚ *Ikkilanish va xavotirlik hissini uyg'otuvchi* ma'lumotlar domiga tushib qolgan insonning biror narsaga ishonishi juda qiyin bo'ladi. Masalan, agar biz o'zimizning jamiyatdagi o'rnimiz va mavqeyimizga ishonmasak, hayotda o'z o'rnimizni topolmaganligimizdan havotirlanib yashasak, turli xil o'zga ta'sirlar bizni o'z domiga tortishi mumkin. Shuning uchun ham *dadil aytilgan gap, o'zini erkin va tabiiy tutgan shaxs o'g'itlari* bizda kuchliroq ishonch hosil qiladi. Mafkuraviy targ'ibot jarayonida ham voizning erkin va dadilligi tinglovchilar e'tibori va mehrini tortadi.

✚ Biz *obro'li – avtoritetli shaxslar* fikrlariga ishonamiz. Demak, xalq ichidan chiqib, o'z mehnati, fidoiyligi va dadilligi bilan obro' qozongan insonlarning ta'sir kuchi boshqalarnikidan ortiq bo'ladi. Mahalla oqsoqoli obro'li inson bo'lsa, uning nafaqat nutq vositasida aytilgan o'g'itlari, balki har bir xatti-harakati ham yoshlar uchun o'rnak bo'ladi.

Demak, mafkuraviy tarbiyada ishonitirishning roli katta. O'zgalarni ishonitira olish yoki sog'lom fikrlar bilan inson qalbida tashabbusni uyg'ota olish uning kuchini o'n chandon oshiradi. Ijtimoiy-psixologik ma'nodagi ishonitirishning mohiyati shundaki, bunda bir shaxs yoki guruh ongiga boshqa tomondan ongli yoki ongsiz, maqsadli yoki maqsadsiz ta'sir ko'rsatiladi. Ta'sirni qabul qiluvchi shaxs bu ta'sirga "ishongani uchun" ham uning mazmunini tanqidsiz,

tahlilsiz qabul qiladi. Bu jarayon *suggestiya*, deb atalib, bundagi ta'sirning samaradorligi ta'sir ko'rsatuvchi suggerentning tayyorgarlik darajasi, obro'si, shaxsiy xususiyatlari, ish uslubiga bevosita bog'liq bo'ladi. Shu bois ham ta'lim muassasalarida ishlaydigan tarbiyachilar, o'qituvchilar, professorlar shaxsiga, ularning odamlar bilan ishlay olish qobiliyatlariga katta e'tibor qaratiladi.

Milliy istiqloq g'oyalarining mazmunini xalq ongiga yetkazishda ham maqsadli, ongli *suggestiya* jarayoni ro'y beradi. Chunki milliy istiqloq g'oyalarining tom ma'nodagi mohiyatini tushunish – shaxsning o'z manfaatiga aloqador bo'lgan ijtimoiy obyektlar hamda jarayonlarni anglamog'i va shu yo'nalishda fidoiylarcha o'z imkoniyatlari va iqtidorini safarbar etmog'i lozimligi demakdir. Mamlakatimizdagi har bir yoshning jinsi, millati, elati va yoshidan qat'iy nazar, o'qishi, kasb-hunar egallashi va halol mehnat qilishi, o'z baxti va farovon, mustahkam oilasiga ega bo'lishi uchun yaratilgan imkoniyatlar, ulardagi ongli safarbarlik, yurt, xalq uchun sadoqatli, oliyanob insonlar bo'lib yetishishni ta'minlaydi. Milliy istiqloq g'oyalarining asosiy tushunchalaridan biri ham har tomonlama barkamol va sog'lom dunyoqarashli avlodni tarbiyalash g'oyasidir. Bundan ham jamiyat, ham uning har bir alohida fuqarosi teng manfaatdordir.

6.3. Shaxs ijtimoiylashuvining asosiy mezonlari

Shaxs, uning dunyoni bilishi, o'zini va atrofidagi insoniy munosabatlarni anglashi, tushunishi va o'zaro munosabatlar jarayonida o'zidagi takrorlanmas individuallikni namoyon qilishi hamda ushbu jarayonlarning yoshga va jinsga bog'liq ayrim jihatlarni tahlil qilish bizga umumiy ravishda shaxs – jamiyatda yashaydigan ijtimoiy mavjudotdir, degan xulosani qaytarishga imkon beradi. Ya'ni, u tug'ilgan onidan boshlab o'ziga o'xshash insonlar qurshovida bo'ladi va uning butun ruhiy imkoniyatlari ana shu ijtimoiy muhitda namoyon bo'ladi. Chunki agar insonning ontogenetik taraqqiyoti, ya'ni tug'ilgan onidan, to umrining oxirigacha bo'lgan taraqqiyoti davriga e'tibor beradigan bo'lsak, hali gapirmay turib, odam bolasi hayotining ilk daqiqalaridayoq, o'ziga o'xshash mavjudotlar davrasiga tushadi va keyingina ijtimoiy muloqotning barcha ko'rinishlarining faol obyekt va subyektiga aylanadi. Shu nuqtai nazardan, har birimizning jamiyatdagi o'rnimiz, uning qachon va qanday sharoitlarda paydo bo'lgani, jamiyatga qo'shilib yashashimizning psixologik mexanizmlari fanning muhim vazifalaridan biridir. Bu jarayon psixologiyada *ijtimoiylashuv yoki sosializasiya* deb yuritiladi.

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

Ijtimoiylashuv eng avvalo odamlar o'rtasidagi *muloqot va hamkorlikda turli faoliyatni amalga oshirish* jarayonini nazarda tutadi. Tashqaridan shaxsiga ko'rsatilayotgan ta'sir oddiy, mexanik tarzda o'zlashtirilmay, u har bir shaxsning ichki ruhiyati, dunyoni aks ettirish xususiyatlari nuqtai nazardan turlicha subyektiv tarzda idrok etiladi. Shuning uchun ham bir xil ijtimoiy muhit va bir xil ta'sirlar odamlar tomonidan turlicha harakatlarni keltirib chiqaradi. Masalan, 10-15 nafar kishidan iborat akademik lisey talabalarini olaylik. Ularning bilimni, ilmni idrok qilishlari, ulardan ota-onalarining kutishlari, o'qituvchilarning berayotgan darslari va unda yetkazilayotgan ma'lumotlar, manbalar va boshqa qator omillar bir xilday. Lekin baribir ana shu

15 talabaning har biri shu ta'sirlarni o'zicha, o'ziga xos tarzda qabul qiladi va bu ularning ishdagi yutuqlari, o'quv ko'rsatgichlari va iqtidorida aks etadi. Bu o'sha biz yuqorida ta'kidlagan ijtimoiylashuv va individualizasiya jarayonlarining o'zaro bog'liq va o'zaro qarama-qarshi jarayonlar ekanligidan darak beradi.

Ijtimoiylashuv jarayonlarining ro'y beradigan shart-sharoitlarini *ijtimoiy institutlar* deb ataymiz. Bunday institutlarga oiladan boshlab, mahalla, rasmiy davlat muassasalari (bog'cha, maktab, maxsus ta'lim o'choqlari, oliygohlar, mehnat jamoalari) hamda norasmiy uyushmalar, nodavlat tashkilotlari kiradi.

Bu institutlar orasida bizning sharoitimizda *oila va mahallaning* roli o'ziga xosdir. Insondagi dastlabki ijtimoiy tajriba va ijtimoiy xulq elementlari aynan oilada, *oilaviy munosabatlar* tizimida shakllanadi. Shuning uchun ham xalqimizda biz yuqorida ta'kidlagan "qush uyasida ko'rganini qiladi" degan maqol bor. Ya'ni, shaxs sifatlarining dastlabki qoliplari oilada olinadi va bu qolip jamiyatdagi boshqa guruhlar ta'sirida sayqal topib, takomillashib boradi. Bizning o'zbekchilik sharoitimizda oila bilan bir qatorda *mahalla* ham muhim tarbiyalovchi – ijtimoiylashtiruvchi rol o'ynaydi. Shuning uchun bo'lsa kerak, ba'zan odamning qaysi mahalladan ekanligini surishtirib, keyin xulosa chiqarishadi, ya'ni mahalla bilan mahallaning ham farqi bo'lib, bu farq odamlar psixologiyasida o'z aksini topadi. Masalan, bitta mahalladan yaxshi kelin chiqsa, aynan shu mahalladan qiz qidirib qolishadi. Ya'ni, shu mahalladagi ijtimoiy muhit qizlarning iboli, aqlli, sarishtali bo'lib yetishishlariga ko'maklashgan. Masalan, ayrim mahallalarda sahar turib ko'cha – eshiklarni supurish odatga aylangan va barcha oilalar shu udumni buzmaydilar. Shunga o'xshash normalar tizimi har bir ko'cha-mahallaning bir-biridan farqi, afzallik va kamchilik tomonlarini belgilaydi, oxirgilar esa shu mahallaga katta bo'layotgan yoshlar ijtimoiylashuvida bevosita ta'sirini ko'rsatadi.

Yana bir muhim ijtimoiylashuv o'choqlariga *maktab va boshqa ta'lim maskanlari* kiradi. Aynan shu yerda ijtimoiylashuv va tarbiya jarayonlari maxsus tarzda uyg'unlashtiriladi. Bizning ijtimoiy tasavvurlarimiz shundayki, maktabni biz ta'lim oladigan, bola bilimlar tizimini o'zlashtiradigan maskan sifatida qabul qilamiz. Lekin aslida bu yer ijtimoiylashuv tarbiyaviy vositalarda yuz beradigan maskandir. Bu yerda biz ataylab tashkil etilgan, oxirgi yillarda joriy etilgan "Ma'naviyat darslari", "Etika va psixologiya" kabi tarbiyalovchi fanlarni nazarda tutmayapmiz. Gap har bir darsning, umuman maktabdagi shart-sharoitlar, umumiy muhitning tarbiyalovchi roli haqida. Masalan, dars paytida o'qituvchi butun diqqati bilan yangi darsni tushuntirish bilan ovora deylik. Uning nazarida faqat dars, mavzuning mazmuni va undan ko'zlangan maqsad asosiyday. Lekin aslida ana shu jarayondagi o'qituvchining o'zini qanday tutayotganligi, kiyim-boshi, mavzuga subyektiv munosabati va qolaversa, butun sinfdagi talabalarga munosabati hamma narsani belgilovchi, ijtimoiy tajriba uchun muhim ahamiyatga ega bo'lgan omildir. Shu nuqtai nazardan talabalar didi, kutishlari va talablariga javob bergan o'qituvchi bolalar tomonidan tan olinadi, aks holda esa o'qituvchining ta'siri faqat salbiy rezonans beradi. Xuddi shunday har bir sinfdagi shakllangan muhit ham katta rol o'ynaydi. Ba'zi sinflarda o'zaro hamkorlik, o'rtoqchilik munosabatlari yaxshi yo'lga qo'yilgan, guruhda ijodiy munozaralar va bahslar uchun qulay sharoit bor. Bu muhit tabiiy o'z a'zolari ijtimoiy xulqini faqat ijobiy tomonga yo'naltirib turadi.

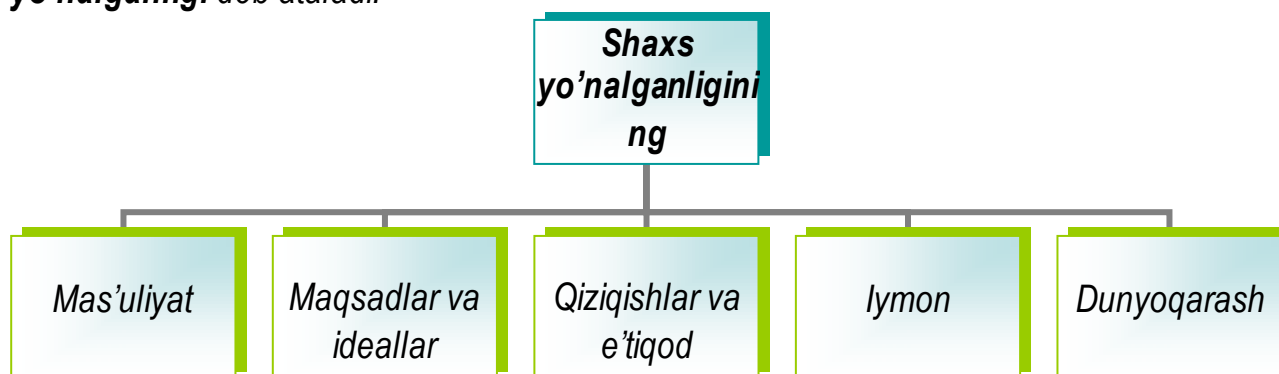
Yana bir muhim ijtimoiylashuv muhiti – bu *mehnat jamoalaridir*. Bu muhitning ahamiyati va o'ziga xosligi shundaki, bu yerga shaxs odatda ancha aqli pishib qolgan, ma'lum tajribaga ega bo'lgan, hayot haqidagi tasavvurlari shakllangan paytda keladi. qolaversa, egallangan mutaxassislik, o'rnatilgan mehnat malakalari va bilimlar ham juda muhim bo'lib, shu muhitdagi

ijtimoiy normalar xarakteriga ta'sir qiladi. Lekin baribir shaxsning kimlar bilan, qanday o'zaro munosabatlar muhiti ta'sirida ekanligi uning yetuklik davridagi ijtimoiylashuvining muhim mezonlaridandir. Shuning uchun ishga kirishdagi asosiy motivlardan biri – o'sha jamoaning qanday ekanligi, bu yerdagi o'zaro munosabatlar, rahbarning kimligi va uning jamoaga munosabati bo'lib, ko'pincha oylik-maosh masalasi ana shulardan keyin o'rganiladi. Shuning uchun mehnatjamoalarida yaxshi, sog'lom ma'naviy muhit, adolat va samimiyatga asoslangan munosabatlar har bir inson taqdirida katta rol o'ynaydi.

Katta yoshdagi ijtimoiylashuvning o'ziga xosligi shundaki, unda individualizatsiya jarayoni aniqroq, sezilarliroq kechadi. Chunki katta odam nafaqat tashqi ta'sirlarni o'zlashtiradi, balki o'zidagi iqtidor, malakalar, hayotiy tajribasi bilan boshqalarga ham tarbiyaviy ta'sir ko'rsatadi, ish-amalda yoshlarga shaxsiy o'rnak ko'rsatish imkoniyatiga ega bo'ladi. Shu nuqtai nazardan, qarilikning ijtimoiy mohiyati shundaki, ota-bobolarmiz, onaxonlarimiz asosan o'zlaridagi mavjud ijtimoiy tajribani boshqalarga (farzandlar, nabiralar, mahalladagi yoshlar va hokazo) uzatish bilan shug'ullanadilar va bu narsa ayniqsa, Sharq xalqlarida juda e'zozlanadi. Xalqimizdagi "qari bilganni pari bilmas" degan naql ham bobolar va momolar o'g'itlarining tarbiyalovchi mohiyatini aks ettiradi. Shu sababli ham mustaqil yurtimizda qariyalar e'zozlanadi, mahallaning boshqaruv roli kun sayin oshirilmoqda, oila-tarbiyaning bosh o'chog'i sifatida davlat himoyasida bo'lib kelmoqda. Bu mustaqil davlat yoshlarida yangicha tafakkur va ongning shakllanishiga, yurtga sadoqat, vatanparvarlikning rivojiga o'z hissasini qo'shadi.

6.4. Ijtimoiylashuv jarayonida shaxs hayotiy yo'nalishining shakllanishi

Ijtimoiylashuvning institutlaridan tashqari uning oqibati masalasi ham psixologiyada muhim amaliy ahamiyatga ega. Shaxs ijtimoiylashuvining eng asosiy mahsuli – bu uning hayotda o'z o'rnini topib, jamiyatga manfaat keltiruvchi faoliyatlarda ishtirok etishidir. Shu nuqtai nazardan olib qaralganda, shaxsning yo'nalganligi masalasiga ham fanda katta e'tibor beriladi. *Ijtimoiylashuv jarayonida shaxs hayot-faoliyatini yo'naltirib turadigan va real vaziyatlarga nisbatan turg'un, barqaror motivlar majmuiga ega bo'lishlik shaxsning yo'nalganligi deb ataladi.*



26-rasm. Shaxs yo'nalganligining eng muhim tarkibiy qismlari

Mas'uliyat

Bu ijtimoiylashuv jarayonida shaxsning yetukligini belgilovchi muhim ko'rsatkichlardan sanaladi. Oxirgi yillarda G'arb va rus psixologiyasida *nazorat lokusi nazariyasi (teoriya lokusa kontrolya)* keng tarqaldiki, unga ko'ra, har bir insonda ikki tipli mas'uliyat kuzatiladi.

Birinchi tipli mas'uliyat shundayki, shaxs o'zining hayotida ro'y berayotgan barcha hodisalarning sababchisi, mas'uli sifatida faqat o'zini tan oladi. ("Men o'zim barcha narsalarga mas'ulman. Mening hayotim va yutuqlarim faqat o'zimga bog'liq, shuning uchun o'zim uchun ham, oilam uchun ham o'zim javob beraman").

Mas'uliyatilikning ikkinchi turi undan farqli, barcha ro'y bergan va beradigan voqeya, hodisalarning sababchisi tashqi omillar, boshqa odamlar (ota-ona, o'qituvchilar, hamkasblar, boshliqlar, tanishlar va boshqalar).

Xorij mamlakatlarda o'tkazilgan tadqiqotlarning ko'rsatishicha, ikkinchi turli mas'uliyat ko'proq o'smirlarga xos bo'lib, ulardan 84% mas'uliyatni faqat boshqalarga yuklashga moyil ekanlar. Bu ma'lum ma'noda yoshlar o'rtasida mas'uliyatsizlikning avj olganligidandir. Shuning uchun ham "Nazorat lokusi" tushunchasini fanga kiritgan amerikalik olim *J.Rotter (J.Rotter)* ning fikricha, mas'uliyatni o'z bo'yniga olishga o'rgatilgan bolalarda xavotirlik, neyrotizm, konformizm holatlari kam uchrarkan. Ular hayotga tayyor, faol, mustaqil fikr yurituvchilardir. Ularda o'z-o'zini hurmat hissi ham yuqori bo'lib, bu boshqalar bilan ham hisoblashish yashashga sira xalaqit bermaydi. Shuning uchun ijtimoiylashuvning muhim bosqichi kechadigan ta'lim muassasalarida yoshlarga ko'proq tashabbus ko'rsatish, mustaqil fikrlash va erkinlikni his qilishga sharoit yaratish kerak va bu hozirgi kunda Prezidentimiz I.Karimov siyosatining asosini tashkil etadi.

Maqsadlar va ideallar

Ijtimoiylashuvning mas'uliyat hissiga bog'liq yo'nalishlaridan yana biri shaxsda shakllanadigan *maqsadlar va ideallardir*. Ular shaxsni kelajakni bashorat qilish, ertangi kunini tasavvur qilish va uzoq va yaqinga mo'ljallangan rejalarni amalga oshirishga tayyorligini ta'minlaydi. Maqsad va rejasiz inson – ma'naviyatsiz pessimistdir. Bu maqsadlar doimo o'zining anglanganligi va shaxs real imkoniyatlariga bog'liqligi bilan xarakterlanadi. Ularning shakllanishi va ongda o'rnatilishida ma'lum ma'noda ideallar ham rol o'ynaydi. *Ideallar* – shaxsning hozirgi real imkoniyatlari chegarasidan tashqaridagi orzu-umidlari bo'lib, ongda mavjudligi va har doim ham amalga oshmasligi bilan xarakterlanadi. Chunki ularning paydo bo'lishiga sabab bevosita tashqi muhit bulib, o'sha ideallar obyekt bilan shaxs imkoniyatlari o'rtasida tafovut bo'lishi mumkin. Masalan, o'smirning ideali otasi, u otasiday mashhur va el suygan yozuvchi bo'lmoqchi. Bu orzuga yaqin kelajakda erishib bo'lmaydi, lekin aynan ana shunday ideallar odamga maqsadlar qo'yib, unga erishish yo'lidagi qiyinchiliklarni yengishga irodani safarbar qilishga yordam beradi.

Qiziqishlar va e'tiqod

Qiziqishlar ham anglangan motivlardan bo'lib, ular shaxsni atrofida ro'y berayotgan barcha hodisalar, olamlar, ularning o'zaro munosabatlari, yangiliklar borasida faktlar to'plash, ularni o'rganishga imkon beruvchi omildir. qiziqishlar mazmunan *keng yoki tor*, maqsad jihatidan *professional, bevosita yoki bilvosita* bo'lishi, vaqt tomondan *barqaror, doimiy yoki vaqtinchalik* bo'lishi mumkin. qiziqishlarning eng muhim tomoni shundaki, ular shaxs dunyoqarashi va e'tiqodini shakllantirishga asos bo'ladi. Chunki *e'tiqod* shaxsning shunday ongli yo'nalishiki, u insonga o'z qarashlari, prinsiplari va dunyoqarashiga mos tarzda yashashga imkon beradi. Xalq doimo e'tiqodli insonlarni hurmat qiladi. E'tiqodning predmeti turlicha bo'lishi mumkin – Vatanga e'tiqod, dinga, fanga, kasbga, ahloqiy normalarga, oilaga, go'zallikka va shunga o'xshash.

Insonning insonligi, uning jamiyatdagi mavqeyi va nufuzi ma'lum ma'noda undagi e'tiqodlilik darajasi bilan belgilanadi. Ayrim insonlar butun umri mobaynida faqat bitta narsaga e'tiqod qiladilar. Masalan, Mir Alisher Navoiyning butun hayoti xalqqa va millatga fidoiylarning namunasi sifatida, turkiy xalqlar adabiyotiga asos solishga bag'ishlanganligi, Imom Buxoriy, Ibn Sino singari buyuk allomalarning turli tayziqlarga qaramay ilm va ijod yo'lidagi qat'iylari, erishgan yutuqlari e'tiqodlilikning yorqin namunasi. Bunday misollar Sharqning va g'arbning buyuk shaxslari misolida juda ko'p. Mansur Xalloy, Nasimiy, Boborahim Mashrab kabi hur fikrli zotlar esa qatl qilingan chog'larida ham o'z e'tiqodlari va tanlagan yo'llaridan qaytmaganlar.

E'tiqodlilik nuqtai nazardan ham odamlar bir-birlaridan farq qiladilar. Tarixda shunday shaxslar borki, ular butun ongi hayotini faqat bir narsaga bag'ishlab o'tib ketadilar, lekin ularga o'sha ixlos va kuchli e'tiqod xalq tomonidan e'tirof etilib, mehnatlari, ilmiy kashfiyotlari yoki o'sha kasbga sadoqatlari tufayli o'zlariga tiriklidayoq o'chmas xaykal qoldirganlar. Ayrim odamlar esa o'zlaridagi qiziqishlar va e'tiqodni hayotlari mobaynida o'zgartirib boradilar. Masalan, yoshligida sportning biror turiga astoydil ihlos qilgan odam bu borada katta natijalarga erishadi, uni yurt taniydi. Umrining ma'lum bosqichida u shu erishgan yutuqlarini boshqa shaklda takomillashtirib, ustoz-murabbiy sifatida o'qitishga astoydil kirishadi. Umrining yana bir bo'lagida tashkilotchi-rahbar sifatida ana shu sohani yanada yuksaklikka ko'tarishga

xizmat qiladi. Mukarrama Turg'unboyeva, Yunus Rajabiy, Komil Yashin, Rufat Risqiyev, Abror Hidoyatov, Abdulla Oripov, Ozod Sharofuddinov kabi yuzlab zamonamiz qahramonlarining hayot-faoliyatlari ana shunday e'tiqodlilikning yorqin misolidir.

Demak, agan insonda biror narsaga e'tiqod shakllangan bo'lsa, undan yaxshi inson bo'lib, odamlarga nafi tegishiga umil qilish mumkin. Lekin e'tiqodsizlikdan qo'rqish kerak. Agar atrofimizda biror bir narsaga aniq ishonmaydigan, maqsad-maslagi yo'q kishini ko'rsangiz, unga yordam berish yo'lini izlash kerak, chunki bu odamdagi e'tiqodsizlik nafaqat uning o'ziga, balki atrofdagilarga ham faqat salbiy ta'sir ko'rsatadi. E'tiqodli inson avvalo o'zgalarga ziyon keltiruvchi amallardan o'zini tiyadi, yolg'on gapirmaydi. Unda har doimo lafz bo'ladi, ya'ni bir nrasani qilaman, deb ahd qilsa, albatta, butun kuchi va iqtidorini safarbar qilib, ungi bajaradi, boshlagan ishini oxiriga yetkazadi. E'tiqodli inson nima qilayotganligini, nima uchun aynan shu ishni qilayotganligini juda yaxshi anglaydi. Shu tufayli haqiqiy e'tiqodli inson ilmga intiladi, o'z hayotining mazmun-mohiyatini tushunishga intiladi, go'zallik yaratish, har tomonlama barkamol bo'lishga tirishadi, yaxshilarga oshno bo'lish, buyuklikka havas uning hayotiy shoriga aylanadi. Haqiqiy e'tiqod sohibida sog'lom fikr bo'lib, bu fikr orqali u insoniyatning umrboqiyiligini idrok etadi, o'zidan oilasiga, farzandlariga nimadir qoldirib ketishni istab yashaydi. Shuning uchun ham e'tiqodlilik – shaxsdagi jur'at, mardlik, fidoiylilik, iroda, vijdon, qat'iyat, halollik, isnonparvarlik, vatanparvarlik kabi qator ijobiy sifatlar bilan bog'liqdir.

lymon

“lymon” arabcha so'z bo'lib, lug'aviy ma'nosi “ishonchdir”. Haqiqiy e'tiqodli odamda iymon ham bo'ladi. Buyuk merosimiz hisoblanmish “Avesto”da iymon va e'tiqodning o'zaro aloqasi va uning inson fikrlash va tafakkur tarzi bilan bog'liqligi xususida quyidagi misralar bor:

*Aqlli va iymonli kimsalarga
Bag'ishlayman shodlik, bardam ruh...
E'tiqodman, Mitraman,
Mudom saboq bermoqchiman,
lymon bilan fikr aylasin.
lymon bilan so'z so'zdasin,
Va iymonga amal qilsin.*

lymon keltirish yoki ishonch shunday psixologik holatki, unda shaxsning e'tiqodiga mos keladigan, biror konkret narsa va hodisalar ta'sirida ongda o'rnamshib qoladigan tasavvurlar majmui yetakchi rol o'ynaydi. lymon obyekt ko'pincha shaxs tomonidan chuqur tahlil qilinmaydi, tekshirilmaydi, chunki unda insoniyat tajribasi, shaxs e'tiqod qilgan ijtimoiy guruhning qarashlari mujassam bo'ladi. Masalan, Ollohga iymon keltirish har bir musulmon uchun farz hisoblanadi. Payg'ambarimiz Muhammad alayhissalom Alloh taolo tarafidan keltirilgan barcha xabarlariga til bilan iqror etib, dil bilan tasdiqlashga iymon deyiladi, ya'ni qur'oni karim va Hadisi shariflar orqali Alloh to'g'risidagi, jannat va do'zah, qiyomat kabi g'aybiy narsalar haqida berilgan xabarlarga ishonch – shariatda iymon, deb yuritiladi, deganlar. O'sha Hadisi sharifda yana “Vatanni sevmok – iymondandir” deb zikr etilgan. Bular oddiy fuqaro bahslashmaydigan, xalq metaliteti va vijdoni-iymoni tomonidan qabul qilingan arkonlardir, ularga ishonish har bir musulmonning va sog'lom fikr yurituvchi insonning burchidir. Shuning uchun ham vatanpurushlarni eng avvalo “iymonsizlar” deb la'natlaydi xalq, zero, tug'ilib o'sgan yerni muqaddas bilish, kindik qoni to'kilgan tuproqni sog'inish, Vatan uchun baholi qudrat

vijdon bilan mehnat qilish – iymonlilik belgisidir.

Iymon tushunchasiga faqat diniy tushuncha sifatida qarash to'g'ri emas. Chunki har kungi faoliyatida insonlarga nafi tegadigan amallar, savob ishlar qilish, solih xulq sohibi bo'lish, oilasi, yaqinlariga mehr-muhabatini ayamaslik, jamiyatdagi xulq normalarini qalban his qilib, ularni buzmaslikka intilish ham iymondan ekanligini unutmaslik kerak. Agar bola yoshlikdan go'zal xulqlarga ergashsa, musulmonchilik odatlari, xushxulqlilik tamoyillarini o'zlashtirib borishga ruhan tayyor bo'lsa, uni iymonli bo'lib tarbiya topayapti, deyish mumkin.

Mafkuraviy tarbiya va milliy g'oyaning bosh mezonlaridan biri komillik va barkamollik ekan, ana shunday tarbiya insoniy munosabatlarni yaxshilaydi, jamiyat rivojiga turtki bo'ladi.

Dunyoqarash

E'tiqod va qiziqishlar har birimizdagi dunyoqarashni shakllantiradi. Shaxsning dunyoqarashi¹⁰ – tartibga solingan, yaxlit ongli tizimga aylantirilgan bilim, tasavvurlar va g'oyalar majmui bulib, u shaxsni ma'lum bir qolipda, o'z shaxsiy qiyofasiga ega tarzda jamiyatda munosib o'rin egallashga chorlaydi. Mustaqillik davrida shakllanayotgan yangicha dunyoqarash yoshlarda Vatanga sadoqatni, milliy qadriyatlar, an'analarni e'zozlashni, o'z yaqinlariga mehribon va tanlagan yo'liga – kasbi, maslagi va e'tiqodiga sodiqlikni nazarda tutadi. Yangicha fikrlash va yangicha tafakkur aynan mustaqillik mafkurasi ruhida tarbiya topib, sayqal topgan milliy ong, dunyoqarash va e'tiqoddir.

6.5. Asosiy tushuncha va atamalar

Shaxs tushunchasi; "Homo sapiens" – "aqlli zot" tushunchalari; makro va mikro bosqichdagi ta'sirlar; Nativizm; Empirizm; sog'lom e'tiqod; mafkuraviy tasavvur; Mustaqillik g'oyasi; Milliy istiqolol g'oyasi; shaxs ongiga singdirish; Mafkuraviy targ'ibot; tevarak-atrof voqeyiliklariga ishonish mexanizmi; ijtimoiylashuv yoki sosializasiya jarayoni; ijtimoiy institutlar; mas'uliyat; maqsadlar va ideallar; qiziqishlar va e'tiqod; iymon; dunyoqarash.

¹⁰Izoh: Dunyoqarash tushunchasi va uning mohiyati keyingi boblarda shaxs e'tiqodini o'zgartirishga ta'sir ko'rsatuvchi ijtimoiy omillar tasnifi berilganda yana bir marta tahlil qilinadi

6.6. Rezyume

Darhaqiqat, “shaxs” tushunchasi psixologiyada eng ko‘p qo‘llaniladigan tushunchalar sirasiga kirib, inson ruhiy olami qonuniyatlari bilan qiziqqan har qanday olim yoki tadqiqotchi ham shaxsning ijtimoiyligi va aynan jamiyat bilan bo‘lgan aloqasi masalasini o‘rganmasdan qo‘ymagan. Shu bois, har bir individni yoki shaxsni o‘rganish masalasi uning bevosita ijtimoiy muhiti va ijtimoiy normalari doirasidagi muammolarini qamrab oladi. Tahlillar natijasiga ko‘ra, shaxs bilan jamiyat o‘rtasidagi o‘zaro aloqalar masalasida haligacha bir qarorga kelinmaganligi tufayli, hozirgi kungacha u o‘z dolzarbligini yo‘qotmagan.

6.7. O‘z-o‘zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

11. Fanda insonning aniq maqsadlar va rejalar asosida faoliyat ko‘rsatadigan dunyosi nima deb ataladi?
12. Shaxsning yaxlit dunyoqarashi, fikrlash tarzi, tafakkurida o‘z aksini topadigan necha xil ta‘sirilar bosqichi mavjud?
13. Nativizm va Empirizm yo‘nalishlarining tarafdorlarini fikri bir-biri bilan qanday farq qiladi?
14. Egizaklardagi musiqaga moyillikni qaysi olim o‘rgangan?
15. Zamonaviy adabiyotlarda shaxsga qanday ta‘rif berilgan?
16. Mustaqillik g‘oyasini tarkib toptirishning qanday psixologik bosqichlarini bilasiz?
17. Nima uchun milliy istiqloq g‘oyasini shaxs ongiga singdirish – psixologik muammo sifatida baholanmoqda?
18. Mafkuraviy targ‘ibotning psixologik mexanizmlari nimadan tashkil topgan?
19. Insonni tevarak-atrof voqeyiliklariga qanday yo‘llar bilan ishontrish mumkin?
20. Ijtimoiylashuv jarayonlarining ro‘y beradigan qanday ijtimoiy institutlardan xabardorsiz?

1.8. Bibliografiya

- Karimov I.A.* Jamiyatimiz mafkurasi xalqni-xalq, millatni-millat qilishga xizmat etsin. T.7. – T.: O‘zbekiston, 1998. – B. 89.
- Karimov I.A.* Milliy istiqloq mafkurasi – xalq e‘tiqodi va buyuk kelajakka ishonchdir // “Fidokor” gazetasi, 2000 yil, 8 iyun.
- Karimov I.A.* Yangicha fikrlash va ishlash – davr talabi. T.5. – T.: O‘zbekiston, 1997.
- Karimov I.A.* Ma‘naviy yuksalish yo‘lida. – T.: O‘zbekiston, 1998.
- Abilov O’.* Milliy g‘oya: ma‘naviy omillar. – T.: Ma‘naviyat, 1999.
- Karimova Vasila.* Targ‘ibotning psixologik uslublari: Ma‘ruza matni / Mas‘ul muharrir: M.Quronov. – T.: “Ma‘naviyat”, 2001. – 16 b.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O‘quv qo‘llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, “O‘AJBNT” markazi, 2002. – 205 b.
- Psixologiya. Uchebnik / Otv. red. prof. *A.A.Krilov.* – 2-ye izd., pererab. i dop. – M.: Izd-vo: PROSPEKT (TK Velbi). 2004. – S. 241-280.

VII Bob

SHAXS FAOLLIĞI VA IJTIMOY XULQNING MOTIVASIYASI

Bobning qisqacha mazmuni

Shaxs va uning faolligi. Faollik. Tashqi faollik. Ichki faollik. Faoliyat.

Faoliyat turlari: jismoniy va aqliy harakatlar. Aqliy harakatlar. Perseptiv harakatlar. Mnemik faoliyat. Fikrlash faoliyati. Imajitiv faoliyat. Aqliy harakatlarning ko'rinishlari. Interiorizasiya. Eksteriorizasiya. Ko'nikmalar. Faoliyatni klassifikasiya qilish. Muloqot, o'yin, o'qish va mehnat faoliyatlari. Faoliyat motivlari.

Ijtimoiy xulq motivlari va shaxs motivasiyasi. "Motiv" va "motivasiya" tushunchalari. Shaxsning jamiyatda odamlar orasidagi xulqi va o'zini tutishi sabablari. Shaxsiy dispozisiyalar. Biologik ehtiyojlar. Ijtimoiy ehtiyojlar.

Motivlarning turlari. Muvaffaqiyatga erishish motivi hamda mag'lubiyatdan qochish motivi. Talabchanlik sifati.

Motivlarning anglanganligi: ijtimoiy ustanovka va uni o'zgartirish muammosi. Anglanmagan ijtimoiy xulq motivlari. "Attitud" hodisasi. V.A.Yadovning dispozision konsepsiyasi. Elementar ustanovkalar. Ijtimoiy ustanovkalar. Ba'zaviy ijtimoiy ustanovkalar. Qadriyatlar tizimi. G.Ollport bo'yicha ijtimoiy ustanovkaning uch komponentli tizimi.

7.1. Shaxs va uning faolligi

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

Fanda inson faolligining asosan ikki turi farqlanadi:

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

✚ **Ichki faollik** – bu bir tomondan u yoki bu faoliyatni bajarish mobaynidagi fiziologik jarayonlar (moddalar almashinuvi, qon aylanish, nafas olish, bosim o'zgarishlari) hamda, ikkinchi tomondan, bevosita psixik jarayonlar, ya'ni aslida ko'rinmaydigan, lekin faoliyat kechishiga ta'sir ko'rsatuvchi omillarni o'z ichiga oladi.

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

Inson faolligi “harakat”, “faoliyat”, “xulq” tushunchalari bilan chambarchas bog'liq bo'lib, shaxs va uning ongi masalasiga borib taqaladi. Shaxs aynan turli faolliklar jarayonida shakllanadi, o'zligini namoyon qiladi ham. Demak, faollik yoki inson faoliyati passiv jarayon bo'lmay, u ongli ravishda boshqariladigan faol jarayondir. Inson faolligini mujassamlashtiruvchi harakatlar jarayoni **faoliyat** deb yuritiladi. Ya'ni,

Faoliyat – inson ongi va tafakkuri bilan boshqariladigan, undagi turli-tuman ehtiyojlardan kelib chiqib, tashqi olamni va o'z-o'zini o'zgartirish hamda takomillashtirishga qaratilgan o'ziga xos faollik shaklidir. Bu – yosh bolaning real predmetlar mohiyatini o'z tasavvurlari doirasida bilishga qaratilgan *o'yin* faoliyati; bu – moddiy ne'matlar yaratishga qaratilgan *mehnat* faoliyati; bu – yangi kashfiyotlar ochishga qaratilgan *ilmiy-tadqiqotchilik* faoliyati; bu – rekordlarni ko'paytirishga qaratilgan sportchining *mahorati* va shunga o'xshash. Shunisi xarakterliki, inson har daqiqada qandaydir faoliyat turi bilan mashg'ul bo'lib turadi.

7.2. Faoliyat turlari: jismoniy va aqliy harakatlar

Har qanday faoliyat real shart-sharoitlarda, turli usullarda va turlicha ko'rinishlarda namoyon bo'ladi. qilinayotgan har bir harakat ma'lum narsaga – predmetga qaratilgani uchun ham, faoliyat predmetli harakatlar majmui sifatida tasavvur qilinadi. Predmetli harakatlar tashqi olamdagi predmetlar xususiyatlari va sifatini o'zgartirishga qaratilgan bo'ladi. Masalan, ma'ruzani konspekt qilayotgan talabanning predmetli harakati yozuvga qaratilgan bo'lib, u avvalo o'sha daftardagi yozuvlar soni va sifatida o'zgarishlar qilish orqali, bilimlar zahirasini boyitayotgan bo'ladi. Faoliyatning va uni tashkil etuvchi predmetli harakatlarning aynan *nimalarga* yo'naltirilganiga qarab, avvalo tashqi va ichki faoliyat farqlanadi.

Tashqi faoliyat shaxsni o'rab turgan tashqi muhit va undagi narsa va hodisalarni o'zgartirishga qaratilgan faoliyat bo'lsa, **ichki faoliyat** – birinchi navbatda aqliy faoliyat bo'lib, u sof psixologik jarayonlarning kechishidan kelib chiqadi. Kelib chiqishi nuqtai nazaridan ichki-aqliy, psixik faoliyat tashqi predmetli faoliyatdan kelib chiqadi. Dastlab predmetli tashqi faoliyat ro'y beradi, tajriba orttirib borilgan sari, sekin-asta bu harakatlar ichki aqliy jarayonlarga aylanib boradi. Buni nutq faoliyati misolida oladigan bo'lsak, bola dastlabki so'zlarni qattiq tovush bilan tashqi nutqida ifoda etadi, keyinchalik ichida o'zicha gapirishga o'rganib, o'ylaydigan, mulohaza yuritadigan, o'z oldiga maqsad va rejalar qo'yadigan bo'lib boradi.

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

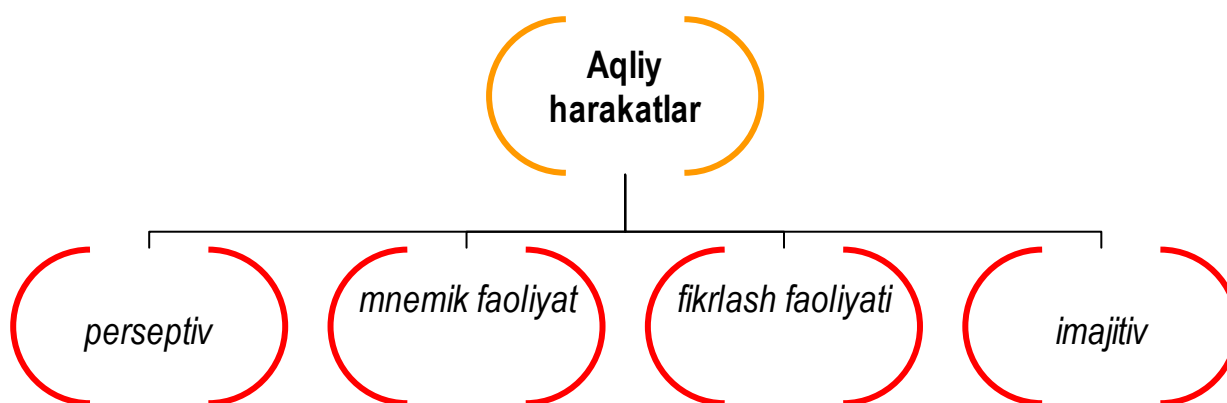
Aqliy harakatlar – shaxsning ongli tarzda, ichki psixologik mexanizmlar vositasida amalga oshiradigan turli-tuman harakatlaridir. Eksperimental tarzda shu narsa isbot qilinganki, bunday harakatlar doimo motor harakatlarni ham o'z ichiga oladi. Bunday harakatlar quyidagi ko'rinishlarda bo'lishi mumkin (27-rasm):

✚ **perseptiv** – ya'ni bular shunday harakatlarki, ularning oqibatida atrofdagi predmetlar va hodisalar to'g'risida yaxlit obraz shakllanadi;

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

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

✚ **imajitiv** – (“image” – obraz so'zidan olingan) faoliyati shundayki, u ijodiy jarayonlarda xayol va fantaziya vositasida hozir bevosita ongda berilmagan narsalarning xususiyatlarini anglash va xayolda tiklashni taqozo etadi.



27-rasm. Aqliy harakatlarning ko'rinishlari

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

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

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

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

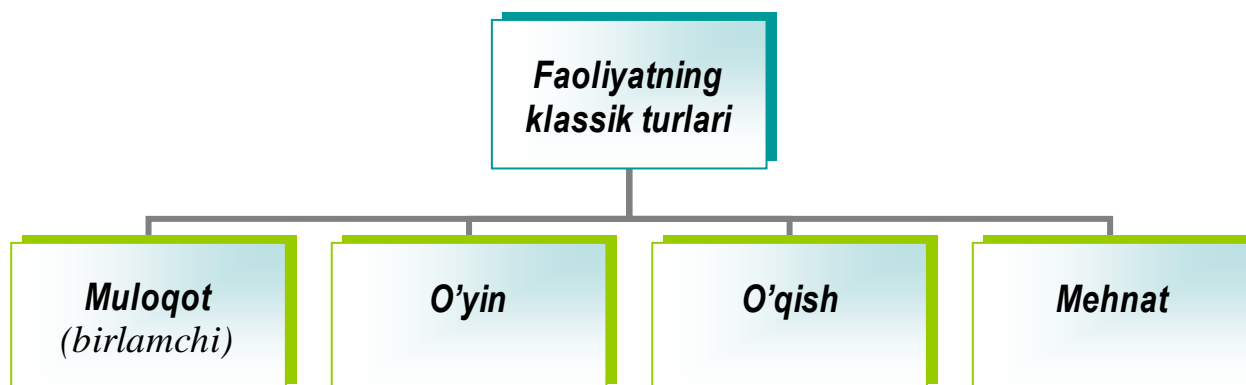
Faoliyatni klassifikasiya qilish va turlarga bo'lishning yana bir keng tarqalgan usuli – bu barcha insonlarga xos bo'lgan asosiy faollik turlari bo'yicha tabaqalashdir. Bu – muloqot, o'yin, o'qish va mehnat faoliyatlaridir (28-rasm).

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

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

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

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



28-rasm. Faoliyatning klassik turlari chizmasi

Har qanday kasbni egallash, nafaqategallash, 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 unutmazlik kerak. Lekin har bir shaxsni u yoki bu faoliyat turi bilan shug'ullanishiga majbur qilgan psixologik omillar – sabablar muhim bo'lib, bu *faoliyat motivlaridir*.

7.3. Ijtimoiy xulq motivlari va shaxs motivasiyasi

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

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

Shaxsning jamiyatda odamlar orasidagi xulqi va o'zini tutishi sabablarini o'rganish tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'lgan narsa bo'lib, masalani yoritishning ikki jihati farqlanadi:

✚ *ichki sabablar*, ya'ni xatti-harakat egasining subyektiv psixologik xususiyatlari nazarda

tutiladi (motivlar, ehtiyojlar, maqsadlar, mo'ljallar, istaklar, qiziqishlar va hokazolar);

- ✚ *tashqi sabablar* – faoliyatning tashqi shart-sharoitlari va holatlari. Ya'ni, bular ayni konkret holatlarni kelib chiqishiga sabab bo'ladigan tashqi stimullardir.

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

Shu nuqtai nazardan *motiv* – konkretroq tushuncha bo'lib, u shaxsdagi u yoki bu xulq-atvoriga nisbatan turgan moyillik, hozirlikni tushuntirib beruvchi sababni nazarda tutadi. Mashhur nemis olimi *Kurt Levin* motivlar muammosi, ayniqsa, shaxsdagi ijtimoiy xulq motivlari borasida katta keng qamrovli tadqiqotlar olib borib, shu narsani aniqlaganki, har bir odam o'ziga xos tarzda u yoki bu vaziyatni idrok qilish va baholashga moyil bo'ladi. Shunisi ajablanarliki, o'sha bir konkret vaziyat xususidagi turli shaxslarning baholari ham turlicha bo'ladi. Bundan tashqari, bir shaxsning o'zi ham o'zidagi holat, kayfiyatga bog'liq holda bir xil vaziyatni alohida hollarda turlicha idrok qilishga moyil bo'larkan. Shuning uchun ham odamning ayni paytdagi real harakatlarini o'sha ma'lum sharoitdagi ichki va tashqi stimullarga uning bergan bahosi yoki reaksiyasi sifatida qaramay, balki unda shunga o'xshash holatlarni idrok qilishga ichki bir hozirlik – dispozisiyaning mavjudligi bilan tushuntirish to'g'riroq bo'ladi. Shu ma'noda shaxs xulqining motivatsiyasi turli sharoitlardan orttirilgan tajribaga tayangan, ongli tahlillar, hattoki, ijtimoiy tajriba normalarining ta'sirida shakllanadigan sabablar kompleksini o'z ichiga oladi. Masalan, texnika oliygohlarida: "Materiallarning qarshiligi" nomli kurs bor deylik. Shu kursni o'zlashtirish va undan sinovdan o'tish ko'pchilikka osonlikcha ro'y bermaydi. Hali kurs boshlanmasdan, yosh talabalarda shu kurs va uning talablariga nisbatan shunday ustanovka shakllanadiki, albatta, bu kurs qiyin, uni olib boruvchi o'qituvchi o'ta talabchan, qattiqqo'l va hokazo degan. Bunday motivatsiya mana necha avlod talabalar boshdan kechirayotgan holat. Endi konkret shaxsning dars jarayoni boshlangan keyingi harakatlari konkret motivlar bilan izohlanadi va tirishqoq talaba uchun bu fan ham boshqa fanlar qatori tinimsiz izlanish, o'z vaqtida darslarni tayyorlashni talab qilsa, boshqasi uchun (dangasaroq talaba uchun) bu darsdan keyin dars yo'q va u qachon shu semestr tugashini kutib harakat qiladi.

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

Umuman, har qanday shaxsdagi mavjud ehtiyojlarni ikki guruhga bo'lish mumkin:

✚ *Biologik ehtiyojlar* – fiziologik (tashnalik, ochlik, uyqu), jinsiy, moslashuv ehtiyojlari.

✚ *Ijtimoiy ehtiyojlar* – mehnat qilish, bilish, estetik va ahloqiy-ma'naviy ehtiyojlar.

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

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

7.4. Motivlarning turlari

Turli kasb egalari faoliyati motivlarini o'rganishda motivlar xarakterini bilish va ularni o'zgartirish muammosi ahamiyatga ega. Shunday motivlardan biri turli xil faoliyat sohalarida **muvaffaqiyatga erishish motivi** bo'lib, bunday nazariyaning asoschilari amerikalik olimlar *D.Makklelland*, *D.Atkinson* va nemis olimi *X.Xekxauzenlar* hisoblanadi. Ularning fikricha, odamda turli ishlarni bajarishini ta'minlovchi asosan ikki turdagi motiv bor: **muvaffaqiyatga erishish motivi** hamda **mag'lubiyatdan qochish motivi**. Odamlar ham u yoki bu turli faoliyatlarni kirishishda qaysi motivga mo'ljal qilishlariga qarab farq qiladilar. Masalan, faqat muvaffaqiyat motivi bilan ishlaydiganlar oldindan ishonch bilan shunday ish boshlaydilar, nima qilib bo'lsa ham yutuqqa erishish ular uchun oliy maqsad bo'ladi. Ular hali ishni boshlamay turib, yutuqni kutadilar va shunday ishni amalga oshirishsa, odamlar ularning barcha harakatlarini ma'qullashlarini biladilar. Bu yo'lda ular nafaqat o'z kuch va imkoniyatlarini, balki barcha tashqi imkoniyatlar – tanish-bilishlar, mablag' kabi omillardan ham foydalanadilar.

G'arbda deyarli barcha odam yoshlikdan shaxsiy yutuq va muvaffaqiyatlarga intilish ruhida tarbiyalanadi. Bu ruh ularda ehtiyoj darajasida bo'ladi. Muvaffaqiyat ularda doimo

kelajakka qaratilgan bo'lib, uning mazmunida shinam, go'zal ish idorasidan tortib, xushqomat kotibaning bo'lishi ham kiradi. Shunisi e'tiborga loyiqki, bu yutuqlarga shaxs o'z mehnati, o'qishi va vaqtda sarmoya ajratishi orqali erishishini yaxshi biladi. Bunda ularning ota-onalari juda katta rol o'ynaydi. Bolasining omadli bo'lishini xohlagan ota-ona yoshlikdan undan mustaqillikni talab qiladi, shu bois bola yoshlikdanoq o'z kuchiga ishonish kerakligini tushunib boradi, erishgan har bir yutug'idan quvonadi va o'ziga ishonchi ortadi. Bizda ayrim paytlarda shunday bo'ladiki, biz bolani boshqalarga qarab o'rnak olishga, onasi ishlab bergan masalasi bilan maktabda yaxshi baho olib, undan o'zi maqtanib yurishining guvohi bo'lamiz. Bunday yondoshuv bolani boshqalar kuchiga ishonadigan, nima ishni bo'lsa ham kattalarning yo'l-yo'rig'i bilan bajarishga o'rganib qoladi. Bundaylar, vaqti soati kelib, oilasi, ishi bo'lganda, doimo ishni boshlamay turib, uning yomon oqibati bo'lmasmikin, degan o'y bilan xavotirlanadigan bo'lib qoladi.

Demak, muvaffaqiyatsizlikdan qochish motiviga tayangan shaxslarda birinchilardan farqli, ishni boshlashdan avval nima bo'lsa ham muvaffaqiyatsizlikka duchor bo'lmaslikni o'ylaydilar. Shu tufayli ularda ko'proq ishonchsizlik, yutuqqa erishishga ishonmaslik, pessimizmga o'xshash holat kuzatiladi. Shuning uchun bo'lsa kerak, oxir-oqibat ular baribir muvaffaqiyatsizlikka uchrab, "O'zi sira omadim yurishmaydigan odamman-da" degan xulosaga keladilar. Agar birinchi toifali shaxslar bir ishni muvaffaqiyatli tugatgach, ko'tarinki ruh bilan ikkinchi ishga kirishishsa, ikkinchi toifa vakillari, har qanday ishni yakunlagandan so'ng, uning natijasidan qat'iy nazar, ruhan tushkunlikka tushadilar va og'rinish hissi bilan boshqa ishga kirishadilar.

Amerikalik olim Kvin Virjiniyaning yozishicha, mag'lubiyatdan qochuvchi shaxslarda ko'pincha raqobatdan qo'rqish hissi ustun buladi. Hattoki, shunday odamlar borki, ular ayrim tanishlarining nazaridan qolib ketmaslik, ularni xafa qilmaslik uchun muvaffaqiyatga intilmaydilar, oqibatda hayotda omadsizlar qatoriga kirib qoladi. Ayniqsa, bunday munosabat qizlarga xos bo'lib, ular barcha narsada ilg'or bo'lib ketgan, omadli kishilarga ishonch bildirmas ekanlar. G'arbdagi urf-odatlar va muloqot an'analari o'ziga xosligini unutmagan holda shuni e'tirof etish mumkinki, o'zbek qizlari ham juda begonalarning ko'ngliga qaraydiganlardan hisoblanishadi. Lekin o'qishda va xizmat vazifalarini bajarishda ular yigitlardan qolishmaslikka harakat qilishadi. Faqat oilaviy munosabatlarda aksariyat ayollar, albatta, erkaklarning, kattalarning fikrlari bilan hisoblashishga, oilaviy muammolarni hal qilishda tashabbusni erkaklarga berishga moyildirlar.

Bu o'rinda *talabchanlik* degan sifatning roli katta. Agar muvaffaqiyatga yo'nalgan shaxslarning o'zlariga nisbatan qo'ygan talablari darajasi ham yuqori bo'lsa, ikkinchi toifa vakillarining talablari aksincha, past bo'ladi. Bunday tashqari, har birimizdagi o'zimizdagi real qobiliyatlar to'g'risidagi tasavvurlarimiz ham ushbu motivlarning faoliyatdagi o'rniga ta'sir ko'rsatadi. Masalan, o'zidagi qobiliyatlarga ishongan shaxs hattoki, mag'lubiyatga uchrasa ham, unchalik qayg'urmaydi, keyingi safar hammasi yaxshi bo'lishiga ishonadi. Ishonchsiz shaxs esa kichkina berilgan tanbeh yoki tanqidni ham juda katta ruhiy azob bilan qayg'urib boshdan kechiradi. Uning uchun ham shaxsning u yoki bu vaziyatlarda qayg'urish sifati ham ma'lum ma'noda motivlar xarakterini belgilaydi.

Shunday qilib, motivlar tizimi bevosita shaxsning mehnatga, odamlarga va o'z-o'ziga munosabatlaridan kelib chiqadi va undagi xarakter xususiyatlarini ham belgilaydi. Ularning har birimizda real shart-sharoitlarda namoyon bo'lishini biror mas'uliyatli ish oldidan o'zimizni tutishimiz va muvaffaqiyatlarga erishishimiz bilan baholasak bo'ladi. Masalan, mas'uliyatli

imtihon topshirish jarayonini olaylik. Ba'zi talabalar imtihon oldidan juda qayg'uradilar, hattoki, qo'rqadilar ham. Ular uchun imtihon topshirish juda katta tashvishday. Boshqalar esa bu jarayonni bosiqlik bilan boshdan kechirib, ichidan hayajonlanayotgan bo'lsalar ham, buni boshqalarga bildirmaydilar. Yana uchinchi toifa kishilari umuman beg'am bo'lib, sira koyimaydilar. Tabiiy, shunga muvofiq tarzda, har bir toifa vakillari ishining muvaffaqiyati va faoliyatning samarasi turlicha bo'ladi. Bunga har bir shaxsdagi da'vogarlik darajasi ham ta'sir qiladi. Da'vogarlik darajasi yuqoriroq bo'lganlar bilgan-bilmaganini isbot qilishga urinsalar, ana shunday darajasi pastlar bor bilganini ham yaxshi aytib berolmay, yana o'qituvchi bilan tortishmaydilar ham.

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

7.5. Motivlarning anglanganligi: ijtimoiy ustanovka va uni o'zgartirish muammosi

Yuqorida ta'kidlaganimizdek, motivlar, ya'ni xatti-harakatlarimizning sabablari biz tomonimizdan anglanishi yoki anglanmasligi ham mumkin. Yuqorida keltirilgan barcha misollar va holatlarda motiv aniq, ya'ni shaxs nima uchun u yoki bu turli faoliyatni amalga oshirayotganligini, nima sababdan muvaffaqiyatga erishayotganligi yoki mag'lubiyatga uchraganini biladi. Lekin har doim ham ijtimoiy xulqimizning sabablari bizga ayon bo'lavermaydi. Anglanmagan ijtimoiy xulq motivlari psixologiyada ijtimoiy ustanovka (inglizcha "*attitud*") hodisasi orqali tushuntiriladi.

Ustanovka – bu ibora psixologiyada inson xatti-harakatining anglanmagan programmasi sifatida tushuniladi. Inson doimiy bajaradigan xatti-harakat dastavval anglanilgan holda amalga oshadi va u takrorlangani sari beixtiyor, avtomatlashgan holatga o'tib boradi. Aynan shunday anglanilmagan harakat rejasi *ustanovka* deb ataladi. Shaxsdagi maqbul harakatlar muntazam takrorlanishi natijasida unda maqsadga muvofiq faoliyat ustanovkasi shakllanadi. Binobarin, shaxsning doimiy faoliyati va xulqini kuzatgan holda unda qay mazmundagi ustanovkalar ustuvor ekanligi haqida xulosa chiqarish mumkin.

Ijtimoiy ustanovka shaxs xulq-atvorining ichki, anglanmagan yoki qisman anglangan motivlariga kiradi. Masalan, bir kishiga badiiy adabiyotdan aynan bir guruh asarlar yoqadi. Lekin nima uchun xuddi shu asarlar guruhi yoki shu adib yoqishini tushunmaydi. O'sha guruhdan yangi bir kitob qo'lga kimganda u albatta yoqishi kerak degan tasavvurda bo'ladi. Shu ma'noda olib qaralganda, ijtimoiy ustanovka shaxsdagi anglanmagan munosabatlarga o'xshaydi. Lekin aslida uning tabiati juda murakkabdir. Chunki ijtimoiy ustanovka tushunchasida munosabatlar ham, shaxsiy ma'no ham, baholar sistemasi ham, bilimlar ham o'z ifodasini topadi. Ijtimoiy ustanovka shaxsning ijtimoiy obyektlar, hodisalar, guruhlar va shaxslarni idrok qilish, baholash va qabul qilishga nisbatan shunday tayyorgarlik holatiki, u bu baho yoki munosabatning aslida qachon shakllanganligini aniq anglamaydi. Masalan, Vatanimizni hammamiz sevamiz, bayrog'imiz muqaddas, nemis investorlarga ishonamiz, negrlarga rahmimiz keladi, tijorat ishlari bilan shug'ullanadiganlarni albatta puldor, badavlat, deb hisoblaymiz va hokazo. Bu tasavvurlar, baho va hissiyotlar qachon va qanday qilib ongimizda o'rnamashib qolganligiga e'tibor bermasdan yuqorida sanab o'tgan hissiyotlarni boshdan kechiraveramiz. Mana shularning barchasi ijtimoiy ustanovkalar bo'lib, ularning mazmun mohiyati aslida har bir inson ijtimoiy tajribasi davomida shakllanadi va uzoq muddatli

xotirada saqlanib, konkret vaziyatlarda ro'yobga chiqadi.

Ijtimoiy ustanovka muammosi G'arbda, ayniqsa, AQShda har taraflama chuqur o'rganilgan muammolardan hisoblanadi. Amerikalik olimlar ustanovkani shaxsning avvalgi hayotiy tajribasiga, undagi ijtimoiy tasavvurlarga bog'liqligini o'rganib, shaxs xulq-atvorini turli sharoitlarda boshqaruvchi mexanizm ekanligini isbot qildilar. Ular ijtimoiy ustanovkani bir so'z bilan – "*attityud*" so'zi bilan ifodalaydilar. 1942 yildayoq M.Smit *attityud*ning uch komponentli tizimini ishlab chiqqan. Unga ko'ra *attityud*da uch qism bo'lib, bular kognitiv, affektiv hamda konativ qismlaridir.


Kognitiv qism – bu shaxsdagi *attityud* obyektiga nisbatan bilimlar, uning odam tomonidan anglanishidir. Bunga shaxsdagi bilimlardan tashqari g'oyalar, tasavvurlar, tamoyillar va hokazolar kiradi.


*Attityud*ning **affektiv qismi** – bu o'sha obyektning hissiy-emosional baholash bo'lib, yoqtirish yoki yoqtirmaslik tarzidagi hissiyotlar kiradi.

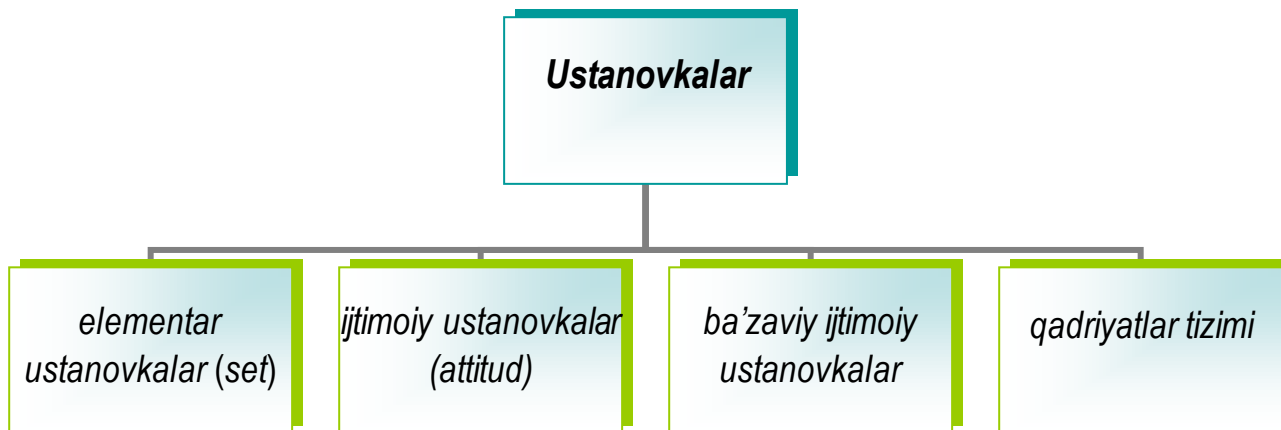
Konativ qism yoki xulq-atvor bilan bog'liq qismga esa, shu obyektga nisbatan amalga oshiriladigan hatti-harakatlar, aynan xulq-atvor kiradi.

Lekin ba'zi olimlar tahlillarida ustanovkaning aynan obyektga yoki vaziyatga nisbatan bo'lishi mumkinligiga haqida ma'lumotlar ham bor edi. Xususan, Lapyerning 1934 yilda o'tkazgan mashhur eksperimenti bunga misol bo'lishi mumkin. Eksperimentning mazmuni quyidagicha edi. Lapyer ikkita nafar xitoylik talaba bilan AQSh bo'ylab sayohatga chiqadi. Hammasi bo'lib 252 ta mehmonxonada bo'lishib, ularning deyarli barchasida (bittasidan tashqari) iliq, samimiy munosabatning guvohi bo'lishadi. Ma'lumki, o'sha paytlarda irqiy belgi bo'yicha odamlarga tanlab munosabatda bo'lishar, xitoyliklar ham sariq tanlilar sifatida kamsitilardi. Lapyer bilan hamroh bo'lgan talabalarga munosabat bilan olimga bo'lgan munosabat o'rtasida deyarli farq sezilmadi. Sayohat tugagach, Lapyer o'sha barcha mehmonxona egalariga minnatdorchilik xati yozib, yana o'sha talabalar bilan borsa, xuddi oldingiday iliq kutib olishlari mumkinligini so'radi. Javob faqat 128 ta mehmonxona egalaridan keldi, ularning ham bittasida ijobiy javob, 58 %da rad javobi, qolganlarida turlicha formalarda noaniq javoblar olindi. Bundan Lapyer shunday xulosaga keldi: demak xitoy millatiga mansub shaxslarga nisbatan ijtimoiy ustanovka bilan mehmonxona egalarining real xulq-atvorlari o'rtasida farq bo'lib, aslida ustanovka salbiy ekanligi, vaziyatga qarab esa, u boshqacha – ijobiy namoyon bo'lganligi aniqlandi.

Rus olimi V.A.Yadov o'zining *dispozision* konsepsiyasini yaratib, unda ustanovkalarni to'rt bosqich va to'rt tizimli sifatida tasavvur qilgan (29-rasm).

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

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



29-rasm. V.Yadovning dispozision konsepsiyasi bo'yicha ustanovkalar bosqichi

✚ ***ba'zaviy ijtimoiy ustanovkalar*** – ular shaxsning umumiy yo'nalishini belgilaydi, hayotiy yo'nalishlari mohiyatidan kelib chiqadi, ularni o'zgartirish e'tiqodlar va dunyoqarashlarni o'zgartirish demakdir.

✚ ***qadriyatlar tizimi*** – ular avlodlararo muloqot jarayonining mahsuli sifatida jamiyatda qadr-qimmat topgan narsalarga nisbatan ustanovka. Masalan, sahih hadislar shunday qadriyatlardir, biz ularni tanqidsiz, muhokamalarsiz qabul qilamiz, chunki ular ham ilohiy, ham eng buyuk insonlar tomondan yaratilgan va avloddan avlodga o'z qadriini yo'qotmay kelayotgan qadriyatlardir.

Amerikalik olim *G.Ollport* ustanovkalar orasida ijtimoiy ustanovkani alohida o'rganib, uning uch komponentli tizimini ishlab chiqqan (30-rasm).

✚ ***Kognitiv komponent*** – ustanovka obyektiga aloqador bilimlar, g'oyalar, tushuncha va tasavvurlar majmui;

✚ ***Affektiv komponent*** – ustanovka obyektiga nisbatan subyekt his qiladigan real hissiyotlar (simpatiya, antipatiya, loqaydlik kabi emosional munosabatlar);

✚ ***Harakat komponenti*** – subyektning obyektiga nisbatan real sharoitlarda amalga oshirishi mumkin bo'lgan harakatlari majmui (xulqda namoyon bo'lish).



30-rasm. G.Ollport bo'yicha ijtimoiy ustanovkaning uch komponentli tizimi

Bu uchala komponentlar o'zaro bir-birlari bilan bog'liq bo'lib, vaziyatga qarab u yoki bu komponentning roli ustivorroq bo'lishi mumkin. Shuni aytilish lozimki, komponentlararo

monandlik bo'lmisligi ham mumkin. Masalan, ayrim talabalar talabalik burchi va tartib-intizom bilan juda yaxshi tanish bo'lsalarda, har doim ham unga rioya qilavermaydilar. "Tasodifan dars qoldirish", "jamoatchilik joylarida tartibni buzish" kabi holatlar kognitiv va harakat komponentlarida uyg'unlik yo'qligini ko'rsatadi. Bu bir qarashda so'z va ish birligi tamoyilining turli shaxslarda turlicha namoyon bo'lishini eslatadi. Agar odam bir necha marta bila turib, ijtimoiy xulqqa zid harakat qilsa va bir necha marta qaytarilsa, u bu holatga o'rganib qoladi hamda ustanovkaga aylanib qolishi mumkin. Shuning uchun ham biz ijtimoiy normalar va sanksiyalar vositasida bunday qarama-qarshilik va tafovut bo'lmisligiga yoshlarni o'rgatib borishimiz kerak. Bu shaxsning istiqboli va faoliyatining samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Xulosa qilib aytganda, shaxsning ustanovkalariga nisbatan ijtimoiy-psixologik yondoshuv, bizga uni ma'lum guruhlarning a'zosi, aniq shart-sharoitlarda o'ziga o'xshash shaxslar bilan muloqotga kirishuvchi konkret subyekt-subyekt yoki obyekt-obyekt tushunchalari mohiyatini anglash imkoniyatini beradi.

7.6. Asosiy tushuncha va atamalar

Faollik; tashqi faollik; ichki faollik; faoliyat; faoliyat turlari; jismoniy va aqliy harakatlar; perseptiv harakatlar; mnemik faoliyat; fikrlash faoliyati; imajitiv faoliyat; interiorizasiya; eksteriorizasiya; ko'nikmalar; faoliyatni klassifikasiya qilish; muloqot; o'yin; o'qish; mehnat faoliyati; faoliyat motivlari; ijtimoiy xulq motivlari; shaxs motivasiyasi; motiv va motivasiya tushunchalari; shaxsiy dispozisiyalar; biologik ehtiyojlar; ijtimoiy ehtiyojlar; motivlarning turlari; Muvaffaqiyatga erishish motivi; mag'lubiyatdan qochish motivi; talabchanlik sifati; motivlarning anglanganligi; ijtimoiy ustanovka; anglanmagan ijtimoiy xulq motivlari; attitud hodisasi; dispozision konsepsiyasi; elementar ustanovkalar; ijtimoiy ustanovkalar; ba'zaviy ijtimoiy ustanovkalar; qadriyatlar tizimi.

7.7. Rezyume

Xulosa qilib aytganda, faoliyat, inson ongi va tafakkuri bilan boshqariladigan, undagi turli-tuman ehtiyojlardan kelib chiqib, tashqi olamni va o'z-o'zini o'zgartirish hamda takomillashtirishga qaratilgan o'ziga xos faollik shaklidir. Faoliyatning va uni tashkil etuvchi predmetli harakatlarning aynan nimalarga yo'naltirilganiga qarab, tashqi va ichki faoliyat farqlanadi. Shaxsning ongli tarzda, ichki psixologik mexanizmlar vositasida amalga oshiradigan turli-tuman harakatlarga esa aqliy harakatlar deyiladi. Shaxs xulq-atvorini ichkaridan, ichki psixologik sabablar tufayli boshqarish, odatda, shaxsiy dispozisiyalar, deb ataladi. Nihoyat, motivlar tizimi bevosita shaxsning mehnatga, odamlarga va o'z-o'ziga munosabatlaridan kelib chiqadi va undagi xarakter xususiyatlarni belgilab beradi.

7.8. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Xatti-harakatlarini namoyon etishini tushuntiruvchi kategoriyaga nima deb yuritiladi?
2. Fanda inson faolligining asosan necha turi farqlanadi?
3. Faoliyat nima va uning qanday turlarini bilasiz?

4. Aqliy harakatlarning qanday ko'rinishlari mavjud?
5. Malakani qanday shakllanish yo'llari bor?
6. Faoliyatning klassik turlari deganda nimani tushunasiz?
7. Shaxs xulq-atvorini ichkaridan, ichki psixologik sabablar tufayli boshqarishga nima deb ataladi?
8. Qanday asosiy motiv turlari turli xil faoliyatni amalga oshirishda ta'minlovchi vazifani bajaradi?
9. V.A.Yadovning dispozision konsepsiyasi bo'yicha ustanovkalar bosqichi necha qismdan tashkil topgan?
10. Ijtimoiy ustanovkaning uch komponentli tizimi qaysi olim tadqiqotlari natijasida yaratilgan?

7.9. Bibliografiya

- Bolotova A.K.* Prikladnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov / A.K. Bolotova. – M.: Gardariki, 2006. – 382 s.
- Yenikeyev M.I.* Obshaya i sosialnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Norma, 2005. – 624 s.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* Psixologiya. Ma'ruzalar matni. 1-qism. – T.: TDIU, 2005. – 208 b.
- Kvinn V.* Prikladnaya psixologiya. – SPb: Izdatelstvo "Piter", 2000. – 560 s.
- Mayers D.* Sosialnaya psixologiya / Perv.s angl. – SPb.: Piter, 1999. – 688 s.
- Maxmudov I.I.* Boshqaruv psixologiyasi: O'quv qo'llanma / Mas'ul muharrir: A.Xolbekov. – T.: DJQA "Rahbar" markazi; "YUNAKS-PRINT" MChJ, 2006. – 230 b.
- Prikladnaya sosialnaya psixologiya / Pod red. A.N.Suxova i A.A.Derkacha.* – M.: Izd-vo "Institut prakticheskoy psixologii"; Voronej: Izd-vo NPO "MODEK", 1998. – 688 s.
- Psixologiya. Uchebnik / Otv. red. prof. A.A.Krilov.* – 2-ye izd., pererab. i dop. – M.: Izd-vo: PROSPEKT (TK Velbi). 2004. – S. 241-243.
- Psixologiya. Uchebnik dlya ekonomicheskix vuzov / Pod obsh. red. V.N.Drujinina.* – SPb.: Piter, 2002. – S. 341-348.
- Slovar prakticheskogo psixologa // Sost. S.Yu.Golovin.* – Minsk: Xarvest, M.: OOO "Izdatelstvo AST", 2003. – S. 635-721.
- Socialnaya psixologiya lichnosti v voprosax i otvetax: Ucheb. posobiye / Pod red. prof. V.A. Labunskoy.* – M.: Gardarika, 1999. – 397 s.
- Xekxauzen X.* Psixologiya motivatsii dostizheniya / Per. s angl. – SPb: Rech, 2001. – 240 s.
- Chaldini R.* Psixologiya vliyaniya. – SPb.: Piter, 2004. – 286 s.
- Hayitov O.E.* Psixologik iqtisod: O'quv qo'llanma / Professor V.M.Karimova tahriri ostida. – T.: TDIU, 2006. – 130 b.
- Atkinson J.W.* An Introduction to Motivation – Princeton, N.J.: Van Nostrand, 1964. pp. 112-114.
- David McClelland, The Society* – Princeton, N.J.: Van Nostrand, 1961, pp. 119-122.

VIII Bob

SHAXSNING INDIVIDUAL-TIPOLOGIK XUSUSIYATLARI

Bobning qisqacha mazmuni

Individual-tipologik xususiyatlar klassifikatsiyasi. “Individ” va “individuallik” tushunchalari. Individuallikni izohlovchi xususiyatlar majmuasi. Temperament. Xarakter. Irodaviy sifatlar. Emosiya (hissiyot) lar va motivatsiya. Ijtimoiy ustanovka.

Shaxs iqtidori va qobiliyatlari diagnostikasi. Intellekt va uning ta’riflari. Qobiliyatlardagi tug’ma va orttirilgan sifatlar. Shaxs intellektual salohiyatini shakllanganlik darajalari. Qobiliyatlarning psixologik strukturasi. Qobiliyatlar va qiziqishlar diagnostikasi.

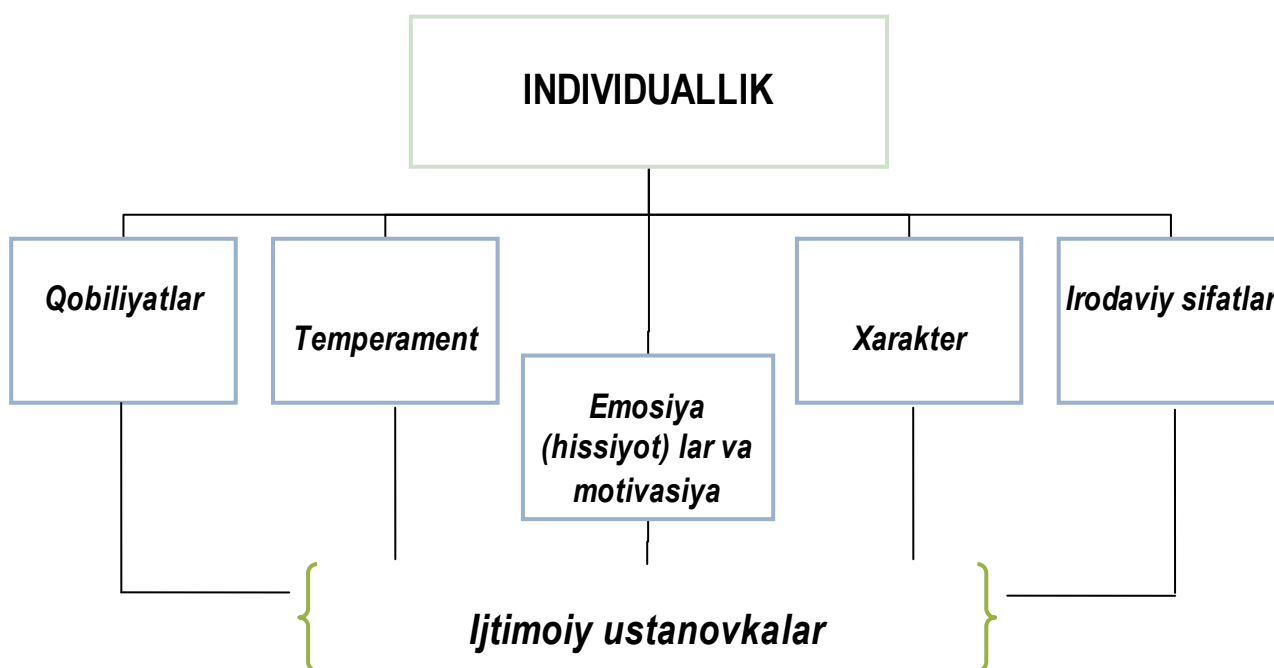
Temperament va faoliyatning individual xususiyatlari. Temperament. I.Pavlovning temperament xususiyatlarini belgilab beruvchi uch oliy nerv tizimi xossalari. Nerv jarayonlari va temperament tiplari o’rtasidagi o’zaro bog’liqlik.

Xarakter va shaxs. Xarakter. V.S.Merlanning xarakter xususidagi qarashlari. S.L.Rubinshteyn bo’yicha shaxsning o’ziga xosligini ifodalovchi xarakterologik tizim. Faoliyatga nisbatan yondoshuvlarga xos xarakter tizimlari. Nutqining xususiyatlari. Tashqi qiyofa. Fizionomika. Xiromantiya. Konstitusion nazariyalar.

8.1. Individual-tipologik xususiyatlar klassifikatsiyasi

Yuqorida ta'kidlaganimizdek, har bir shaxs o'ziga xos qaytarilmas dunyo. Dunyoda bir-biriga aynan o'xshash bo'lgan ikki kishini topish juda mushkul. Odam tashqi qiyofasi, bo'yi-basti bilan boshqa biror kimsaga o'xshashi mumkin, lekin fe'li, mijoz va shaxs sifatidagi xususiyatlari nuqtai nazaridan aynan bir xil insonlar bo'lmaydi. Hattoki, olimlar bitta tuxumda rivojlangan egizaklarda ham juda ko'p jihatdan aynan o'xshashlikni qayd qilishgan, shaxsiy sifatlaridagi korrelyatsiyada esa ba'zi tafovutlar aniqlangan.

Shaxs – qaytarilmas, u o'z sifatari va borligi bilan noyobdir. Ana shu qaytarilmaslik va noyoblikning asosida uning individual psixologik xususiyatlari majmui yotadi. Shu o'rinda biz yuqorida ta'rif bergan shaxs tushunchasi bilan yonma-yon ishlatiladigan yana ikki tushunchaga izoh berish o'rinli deb hisoblaymiz. Bu – "individ" va "individuallik" tushunchalaridir. **"Individ"** tushunchasi umuman "odam" degan tushunchani to'ldirib, uning ijtimoiy va biologik mavjudot sifatida mavjudligini tasdiqlaydi. Bu tushuncha uni bir tomondan, boshqa odamlardan farqlovchi belgi va xususiyatlarini o'z ichiga oladi, ikkinchi tomondan, o'ziga va o'ziga o'xshashlarga xos bo'lgan umumiy va xarakterli xususiyatlarni qamrab oladi. Demak, individ – insonga aloqadorlik faktini tasdiqlovchi ilmiy kategoriyadir.



31-rasm. Individuallikni izohlovchi xususiyatlar majmuasi

"Individuallik" – yuqoridagi ikkala tushunchaga nisbatan torroq tushuncha bo'lib, u konkret odamni boshqa bir konkret odamdan farqlovchi barcha o'ziga xos xususiyatlar majmuini o'z ichiga oladi. Shu nuqtai nazardan shaxs tizimini tahlil qiladigan bo'lsak, shaxsning individualligiga uning qobiliyatlari, temperamenti, xarakteri, irodaviy sifatari, emosiyalari, xulqiga xos motivasiya va ijtimoiy ustanovkalari kiradi. Aynan shu qayd etib o'tilgan kategoriyalar shaxsdagi individuallikni ta'minlovchi kategoriyalardir. Uning ma'nosi shundaki, bo'yi, eni, yoshi, sochining rangi, ko'z qarashlari, barmoq harakatlari va shunga o'xshash sifatari bir xil bo'lgan insonlarni topish mumkin, lekin xarakteri, qobiliyatlari, temperamenti,

faoliyat motivasiyasi va boshqalarga aloqador sifatleri majmui bir xil bo'lgan odamni topib bo'lmaydi. Ular – individualdir. Demak, psixologiyada har bir insonning individualligini izohlovchi xususiyatlar borki, ularga birinchi navbatda quyidagilar kiradi:

Qobiliyatlar – shaxsdagi shunday individual, turg'un sifatarki, ular odamning turli xil faoliyatdagi ko'rsatgichlari, yutuqlarini ta'minlaydi va qiyinchiliklari sabablarini tushuntirib beradi.

Temperament – insonning turli vaziyatlarda narsa, hodisa, holatlar va insonlarning xatti-harakatlariga nisbatan reaksiyasini tushuntirib beruvchi xususiyatlari majmuidir.

Xarakter – shaxsning boshqa odamlar yoki insonlar guruhi, o'z-o'ziga, vaziyatlar, narsalar va hodisalarga nisbatan munosabatlaridan orttiradigan sifatlerini o'z ichiga oladi.

Irodaviy sifatlar – har birimizning o'z oldimizga maqsad qo'yib, unga erishish yo'lidagi qiyinchiliklarni yengishimizni ta'minlovchi ma'lum sifatlarimiz majmuini o'z ichiga oladi.

Emosiya (hissiyot) lar va motivasiya esa atrofimizda sodir bo'layotgan hodisalar, bizni o'rab turgan odamlar va ularning xatti-harakatlarini ruhan qanday qabul qilib, ularga bildiradigan hissiy munosabatlarimizni bildiruvchi sifatlarimiz bo'lib, ular ayni vaziyatlardagi real holatlarimizdan va ularning ongimizda aks etishidan kelib chiqadi.

Ijtimoiy ustanovka – yuqoridagi barcha xususiyatlar kompleksiga ega insonning turli ijtimoiy vaziyatlardagi faoliyat va harakatlarga ruhan hozirligi va munosabat bildirish uslubidan kelib chiqadigan chuqur ichki holatidir.

Biz yuqorida sanab o'tgan individual psixologik xususiyatlarning ahamiyati katta. Ular bizning jamiyatdagi o'rnimiz, obro'-e'tiborimiz, ishdagi va o'qishdagi yutuqlarimiz, inson sifatidagi qiyofamizni, kim ekanligimizni, kerak bo'lsa, o'zligimizni belgilaydi. Kim bilan qayerda uchrashmaylik, o'sha insonning bugungi holati, kayfiyati, bizga va biz bildirayotgan fikrlarga munosabati, hamkorlikda ishlash tilak-istaklariga doimo e'tibor beramiz va bu masala biz uchun muhim bo'ladi. Xuddi shunday suhbatdosh ham suhbatning boshidanoq, bizni o'rgana boshlaydi. Chunki agar suhbatdoshlar bir-birlarini bilsalar birgalikdagi faoliyatni samarali tashkil etish va undan foyda olish imkoniyati ko'proq bo'ladi. Shuning uchun ham ishda ham, dam olishga o'tangan chog'da ham, qayerda bo'lsa ham o'zimizga "qo'shni" tanlaganda uning inson sifatida qanday ekanligiga qiziqamiz. Agar suhbatdosh yoki sherik bizga tanish bo'lmasa, uni taniganlardan oldindan so'rab ham olamiz va bunda aynan uning nimaga qobilligi, fe'li, ishga, odamlarga munosabatini so'raymiz va xohlaymizki, u to'g'risida "Juda xushfe'l, dilgir, odamgir..." kabi tasniflarni eshitgimiz keladi. Biror yerga ishga kirayotgan paytda ham rahbar albatta o'ziga yaqin odamlardan yangi xodimning xarakterini, qobiliyatini va muhim narsalarga munosabatini albatta so'raydi va shu asosda suhbatga tayyorlanadi.

Demak, individual sifatlar bizning ongli hayotimizning ajralmas qismi, idrokimiz, xotiramiz va fikrlarimiz yo'naltirilgan *muhim predmet* ekan. Chunki aynan ular bizning turli faoliyatlarni amalga oshirish va ishlarni bajarishdagi individual uslubimizga bevosita aloqador. Kimdir juda chaqqon, tez ish qiladi, lekin sifatsiz. Kimdir juda yaxshi qoyilmaqom ish qiladi, lekin juda sekin, kimdir ishga yuzaki qarab, nomiga uni bajarsa, boshqa bir odam unga butun vujudi va e'tiqodi bilan munosabatda bo'lib, tinimsiz izlanadi va jamiyat uchun manfaat qidiradi. Shuning uchun ham individuallikning faoliyat va muloqotdagi samarasini inobatga olib, eng muhim individual-psixologik xususiyatlarni alohida o'rganamiz.

8.2. Shaxs iqtidori va qobiliyatlari diagnostikasi

Odamlarning o'quv, mehnat va ijodiy faoliyatidagi o'ziga xoslikni tushuntirish uchun psixologiya fani birinchi navbatda qobiliyatlar va iqtidor masalasiga murojaat qiladi. Chunki qobiliyatli odamdan avvalo jamiyat manfaatdor, qolaversa, o'sha insonning o'zi ham qilgan har bir harakatidan o'zi uchun naf ko'radi.

Qobiliyatlar muammosi eng avvalo inson aqlu-zakovatining sifati, undagi malaka, ko'nikma va bilimlarning borligi masalasi bilan bog'liq. Ayniqsa, biror kasbning egasi bo'lish istagidagi har bir yoshning aqli va intellektual salohiyati uning malakali mutaxassis bo'lib yetishishini kafolatlagani uchun ham psixologiyada ko'proq qobiliyat tushunchasi aql zakovat tushunchasi bilan bog'lab o'rganiladi. Har bir normal odam o'zining aqli bo'lishini xohlaydi, "Men aqliman" demasa-da, qilgan barcha ishlari, gapirgan gapi, yuritgan mulohazasi bilan aynan shu sifat bilan odamlar uni maqtashlarini xohlaydi. "Aqlsiz, nodon" degan sifat esa har qanday odamni, hattoki, yosh bolani ham xafa qiladi. Yana shu narsa xarakterliki, ayniqsa, bizning Sharq xalqlarida biror kimsaga nisbatan "o'ta aqli" yoki "o'ta nodon" iboralari ham ishlatilmaydi, biz bu xususiyatlarni o'rtacha tasniflar doirasida ishlatamiz: "Falonchining o'g'li anchagina aqli bo'libdi, narigining farzandi esa biroz nodon bo'lib, ota-onasini kuydirayotgan emish" degan iboralar aslida "aqllilik" kategoriyasi insonning "yuragi"ga yaqin eng nozik sifatlarga aloqadorligini bildiradi.

Ilm-fandagi an'analar shundayki, aql va idrok masalasi, odamning intellektiga bog'liq sifatlarda juda ko'plab tadqiqotlar obyekti bo'lgan. Olimlar qobiliyatlarning rivojlanish mexanizmlari, ularning psixologik tarkibi va tizimini aniqlashga, ishonchli metodikalar yaratib, har bir kishining aqli sifatiga aloqador bo'lgan ko'rsatgichni o'lchashga uringanlar. Ko'pchilik olimlar odam intellektida uning verbal (ya'ni so'zlarda ifodalanadigan), miqdoriy (sonlarda ifodalanadigan), fazoviy ko'rsatgichlarni aniqlab, ularga yana mantiq, xotira va xayol jarayonlari bilan bog'liq jihatlarni ham qo'shganlar.

Ch.Spirmen *faktorial analiz* metodi yordamida yuqorida sanab o'tilgan ko'rsatgichlar o'rtasida bog'liqlik borligini isbot qilib, aqlning haqiqatan ham murakkab tuzilmaga ega bo'lgan psixik xususiyat ekanligini ko'rsatdi. Boshqa bir olim J.Gilford esa aqlni bir qator aqliy operatsiyalar (analiz, sintez, taqqoslash, mavhumlashtirish, umumlashtirish, sistemaga solish, klassifikatsiya qilish) natijasida namoyon bo'ladigan xususiyat sifatida o'rganishni taklif etgan. Bu olimlar aql so'zidan ko'ra intellekt so'zini ko'proq ishlatib, bu so'zning o'ziga xos talqini borligiga e'tiborni qaratganlar. Chunki ularning fikricha, intellektual salohiyatga ega bo'lgan shaxsnigina qobiliyatli, deb atash mumkin. Intellektual salohiyat esa bir tomondan hayotdagi barcha jarayonlarga, boshqa tomondan – shaxsga bevosita aloqador tushuncha sifatida qaralgan va uning ahamiyati shundaki, u borliqni va bo'ladigan hodisalarni oldindan bashorat qilishga imkon beradi. Shu o'rinda "intellekt" so'zining lo'g'aviy ma'nosini tushunib olaylik. Intellekt – lotincha so'z – *intellectus* – tushunish, bilish va *intellectum* – aql so'zlari negizidan paydo bo'lgan tushuncha bo'lib, u aql-idrokning shunday bo'lagiki, uni o'lchab, o'zgartirib, rivojlantirib bo'ladi. Bu – intellekt va u bilan bog'liq qobiliyatlar ijtimoiy xarakterga ega ekanligidan darak beradi.

✚ *Intellekt* – bu intellektual testlar orqali aniqlanadigan jarayon;

✚ *Intellekt* – bu umumlashtirilgan ta'lim olish qobiliyati.

✚ *Intellekt* – bu majoziy abstrakt fikrlash qobiliyati.

✚ *Intellekt* – bu murakkab muhitga moslashuv, unda o'zini tutish samaradorligini ta'minlaydigan jarayon.

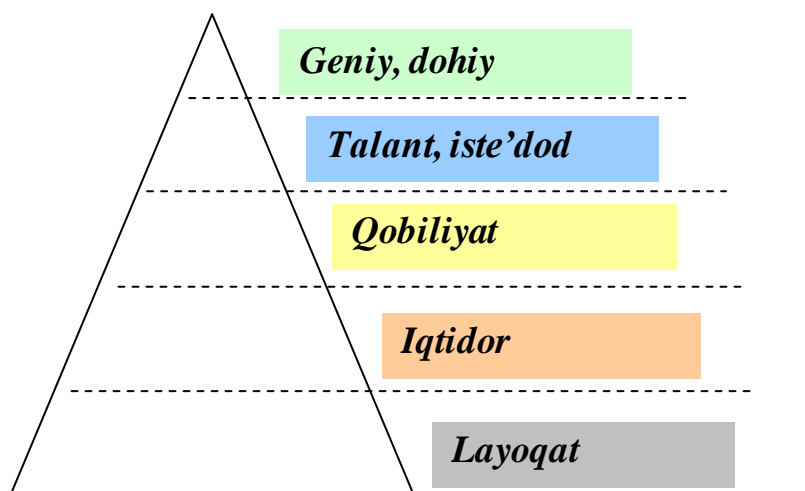
Darhaqiqat, qobiliyatlar va intellektga bevosita tashqi muhit, undagi insoniy

munosabatlar, yashash davri ta'sir ko'rsatadi. Buni biz bugungi kunimiz misolida ham ko'rib, his qilib turibmiz. Yangi avlod vakillari – kelajagini XXI asr bilan bog'lagan o'g'il-qizlarning intellekt darajasi ularning ota-bobolarinikidan ancha yuqori. Hozirgi bolalar kompyuter texnikasidan tortib, texnikaning barcha turlari juda tez o'zlashtirib olmoqda, jahon tillaridan bir nechta bilish ko'pchilik uchun muammo bo'lmay qoldi, minglab topshiriqlardan iborat testlarni ham yoshlar o'zlashtirishda qiynalmayaptilar. Qolaversa, oila muhitining aql o'sishiga ta'sirini hamma bilsa kerak. Agar bola oilada ilk yoshligidan ma'rifiy muhitda tarbiyalansa, uning dunyoqarashi keng, xohlagan soha predmetlaridan beriladigan materiallarni juda tez va qiyinchiliksiz o'zlashtira oladi. Hattoki, bunday bolaga oliy o'quv yurtida beriladigan ayrim predmetlar mazmuni ham o'ta tushunarli, ular yanada murakkabroq masalalarni yechishni xohlaydi.

Qobiliyatlardagi tug'ma va orttirilgan sifatlar

Ba'zan o'ta iqtidorli va qobiliyatli bola haqida gap ketsa, undagi bu sifat tug'ma ekanligiga ishora qilishadi. Talanti, genial olim, san'atkor yoki mutaxassis haqida gap ketsa ham xuddi shunday. Umuman qobiliyatlarning tug'ma yoki orttirilgan ekanligi masalasi ham olimlar diqqat markazida bo'lgan muammolardan. Psixologiyada tug'malik alomatlari bor individual sifatlar ***layoqatlar*** deb yuritildi va uning ikki xili farqlanadi: tabiiy layoqat va ijtimoiy layoqat. Birinchisi odamdagi tug'ma xususiyatlardan – oliy nerv tizimi faoliyatining xususiyatlari, miyaning yarim sharlarining qanday ishlashi, qo'l-oyoqlarning biologik va fizilogik sifatlari, bilish jarayonlarini ta'minlovchi sezgi organlari – ko'z, quloq, burun, teri kabilarning xususiyatlaridan kelib chiqsa (bular nasliy ota-onadan genetik tarzda o'tadi), ijtimoiy layoqat – bola tug'ilishi bilan uni o'ragan muhit, muloqot uslublari, so'zlashish madaniyati, qobiliyatni rivojlantirish uchun zarur yaratilgan shart-sharoitlar mahsuli o'laroq shakllanadigan sifatlar (ular ota-ona, oila muhiti, ta'lim va tarbiya muassasalari tomonidan yaratiladi)dir. Layoqatilik belgisi – bu o'sha individga aloqador bo'lib, u bu ikkala layoqat muhitini tayyorlicha qabul qiladi.

Qobiliyatsizlik va intellektning pastligi sabablaridan ham biri shuki, ana shu ikki xil layoqat o'rtasida tafovut bo'lishi mumkin. Masalan, genial rassom oilasida bola tug'ildi, deylik. Unda rassomchilik uchun tug'ma, genetik belgilar otasi tomonidan berilgan deylik. Lekin bolaning onasi farzandining ham rassom bo'lishini xohlamasligi, o'ziga o'xshash qo'shiqchi bo'lishini xohlashi mumkin. Ayol bolani yoshlikdan faqat musiqa muhitida tarbiyalaydi. Tabiiy layoqatning rivoji uchun ijtimoiy layoqat muhiti yo'q, ijtimoiy layoqat o'sishi uchun esa tabiiy, tug'ma layoqat yo'q bo'lgani sababli, bolada hech qanday talant namoyon bo'lmasligi, u oddiygina musiqachi yoki qo'shiqchi bo'lish bilan cheklanishi mumkin. Intellekt testlari va qobiliyatlardagi tug'ma va orttirilgan belgilarni o'rganishning psixologik ahamiyati aynan shunda. Ilk yoshlikdan bolaning o'zidagi mavjud imkoniyatlarni rivojlantirish shart-sharoitini yaratish ishini to'g'ri yo'lga qo'yish kerak.



32-rasm. Shaxs intellektual salohiyatini shakllanganlik darajalari

Tug'ma iqtidordagi orttirilgan sifat shuki, bola toki bilim, malaka va ko'nikmalarni o'stirish borasida harakat qilmasa, eng kuchli tug'ma layoqat ham layoqatligicha qolib, u iqtidorga aylanmaydi. Eng talantli, mashhur shaxslarning buyuk ishlari, erishilgan ulkan muvaffaqiyatlarining tagida ham qisman layoqat va asosan tinimsiz mehnat, intilish, ijodkorlik va bilimga chanqoqlik yotgan. Shuni ham unutmash kerakki, qobiliyatsiz odam bo'lmaydi. Agar shaxs adashib, o'zidagi haqiqiy iqtidor yoki layoqatni bilmay, kasb tanlagan bo'lsa, tabiiy, u atrofdagilarga layoqatsiz, qobiliyatsiz ko'rinadi. Lekin aslida nimaga uning qobiliyati borligini o'z vaqtida to'g'ri aniqlay olishmagani sabab u bir umr shu toifaga kirib qoladi.

Shuning uchun ham har bir ongli inson o'zidagi qobiliyat va zehni ilk yoshlikdan bilib, o'sha o'zi yaxshi ko'rgan, "yuragi chopgan" ish bilan shug'ullansa, va undan qoniqish olib, qobiliyatini o'stirishga imkoniyat topib, yutuqlarga erishsa, biz uni **iqtidorli** deymiz. Iqtidor – insonning o'z xatti-harakatlari, bilimlari, imkoniyatlari, malakalariga nisbatan subyektiv munosabatidir. Iqtidorli odam genial yoki talantli bo'lmasligi mumkin, lekin u har qanday ishda mardlik, chidamlilik, o'z-o'zini boshqara olish, tashabbuskorlik kabi fazilatlariga ega bo'lib, o'zlari shug'ullanayotgan ishni bajonidil, sitqidildan bajaradi. Ular ana shunday harakatlari bilan ba'zi o'ta iste'dodli, lekin kamharakat kishilardan ko'ra jamiyatga ko'proq foyda keltiradi. Iqtidorli insonda iste'dod sohibi bo'lish imkoniyati bor, zero **iste'dod** – har tomonlama rivojlangan, nihoyatda kuchli va takrorlanmas qobiliyatdir. U tinimsiz mehnat, o'z qobiliyatini takomillashtirib borish yo'lida barcha qiyinchiliklarni yengish va irodasi, butun imkoniyatlarini safarbar qilish natijasida qo'lga kiritiladi.

Qobiliyatlarning psixologik strukturasi

Qobiliyatlar avvalom bor *umumiy* va *maxsus* turlarga bo'linadi va har birining o'z psixologik tizimi va tuzilishi bo'ladi. Shaxsning umumiy qobiliyatlari undagi shunday individual sifatlar majmuiki, ular odamga bir qancha faoliyat sohasida ham muvaffaqiyatli faoliyat ko'rsatish va natijalarga erishishga imkon beradi. Masalan, texnika oliy o'quv yurtining talabasi ham ijtimoiy-gumanitar, ham aniq fanlar, ham texnika fanlari sohasidagi bilimlarni o'zlashtira

oladi. Bunda unga umumiy bilimdonlik, hayotiy maqsadlar, nutq qobiliyatlari, tirishqoqlik, chidam, qiziquvchanlik kabi qator sifatlar yordam beradi.






Maxsus qobiliyatlarda esa ma'lum bir sohada yutuqlarga erishish, yuqori ko'rsatgichlar berishga imkon beruvchi sifatarni o'z ichiga oladi. Masalan, sport sohasi bilan buxgalterlik hisob-kitobi bo'yicha ishlayotgan ikki kishida o'ziga xos maxsus qobiliyatlarda bo'lmasa bo'lmaydi.

Har bir qobiliyat o'zining tizimiga ega. Masalan, matematik qobiliyatni oladigan bo'lsak, uning tarkibiga umumlashtirish malakalari, aqliy jarayonlarning egiluvchanligi, mavhum tafakkur qila olish kabi qator xususiyatlar kiradi. Adabiy qobiliyatlarga ulardan farqli, ijodiy xayol va tafakkur, xotiradagi yorqin va ko'rgazmali obrazlar, estetik xislar, tilni mukammal bilishga layoqat, pedagogik qobiliyatlarga esa – pedagogik odob, kuzatuvchanlik, bolalarni sevish, bilimlarni o'zgaralarga berishga ehtiyoj kabi qator individual xossalar kiradi. Xuddi shunga o'xshash qolgan barcha qobiliyatlarni ham zarur sifatlar tizimida tahlil qilish mumkin va bu katta tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'ladi.

Qobiliyatlarda va qiziqishlarda diagnostikasi

Amaliy psixologiyaning bugungi kundagi eng muhim va dolzarb vazifalaridan biri layoqat kurtaklarini ilk yoshlikdan aniqlash, intellekt darajasiga ko'ra shaxs qobiliyatlari yo'nalishini ochib berishdir. Shuning uchun ham hozirda ko'plab intellekt testlari va qobiliyatlarni diagnostika qilish usullari ishlab chiqilgan va ular muvaffaqiyatli tarzda amaliyotda qo'llanmoqda.

Qobiliyatlarni o'lchash muammosi XIX asrning oxiri XX asrning boshlariga kelib izchil hal qilina boshlandi. Xorijda bunday ishlar Spirmen, Bine, Ayzenk va boshqalar tomonidan o'rganildi. Ular qobiliyatlarda va iqtidorni o'rganish uchun maxsus testlardan foydalandilar. Bu testlarning umumiy mohiyati shundaki, ularda topshiriqlar tizimi tobora qiyinlashib boruvchi test-topshiriqlar batareyasidan iborat bo'ladi. Masalan, Ayzenkning mashhur intellekt testi 40 ta topshiriqdan iborat bo'lib, u intellektual jarayonlarning kechishi tezligini o'lchaydi. Bu yerda vaqt mezoni muhim hisoblanadi. Boshqa muammliflar sekin ishlash – qobiliyatsizlik belgisi emas deb, boshqacharoq usullarni o'ylab topganlar. Ko'pchilik olimlar uchun, masalan, rus olimlari uchun qobiliyatni o'lchashning ishonchli mezoni – bu shaxs yutuqlarini va uning qobiliyatidagi o'zgarishlarni bevosita faoliyat jarayonida qayd etishdir. Rus olimi Ye.A. Klimov yoshlar iqtidorining yo'nalishini aniqlash maqsadida faoliyat va kasb-hunar sohalarini asos qilib olib, metodika yaratdi va uni "Professional – diagnostik so'rovnoma" (PDS) deb atadi. Muallif barcha kasblarni ularning yo'naltirilgan sohasiga ko'ra 5 toifaga bo'ldi:

-  **T (P)** – tabiat (o'simlik, hayvonlar, mikroorganizmlar);
-  **T** – texnika (mashina, materiallar, energiyaning turlari);
-  **O (Ch)** – odam (odamlar guruhi, jamoalar);
-  **B (Z)** – belgilar (turli ma'lumotlar, belgili simvollar);
-  **I (X)** – badiiy, ijodiy obrazlar (tasviriy san'at, musiqa).

8.3. Temperament va faoliyatning individual xususiyatlari

Shaxsning individual xususiyatlari haqida gap ketganda, ularning tug'ma, biologik xususiyatlariga alohida e'tibor beriladi. Chunki aslida bir tomondan shaxs ijtimoiy mavjudot


bo'lsa, ikkinchi tomondan – biologik yaxlitlik, tug'ma sifatlarni o'z ichiga olgan substrat – individ hamdir. Temperament va layoqatlar individning dinamik (o'zgaruvchan) psixik faoliyati jarayonini ta'minlovchi sifatlarini o'z ichiga oladi. Bu sifatlarning ahamiyati shundaki, ular shaxsda keyin ontogenetik taraqqiyot jarayonida shakllanadigan boshqa xususiyatlarga asos bo'ladi. Odam temperamentiga aloqador sifatlarning o'ziga xosligi shundaki, ular odam bir faoliyat turidan ikkinchisiga, bir emosional holatdan boshqasiga, bir malakalarni boshqasi bilan almashtirgan paytlarda reaksiyalarning egiluvchan va dinamikligini ta'minlaydi.

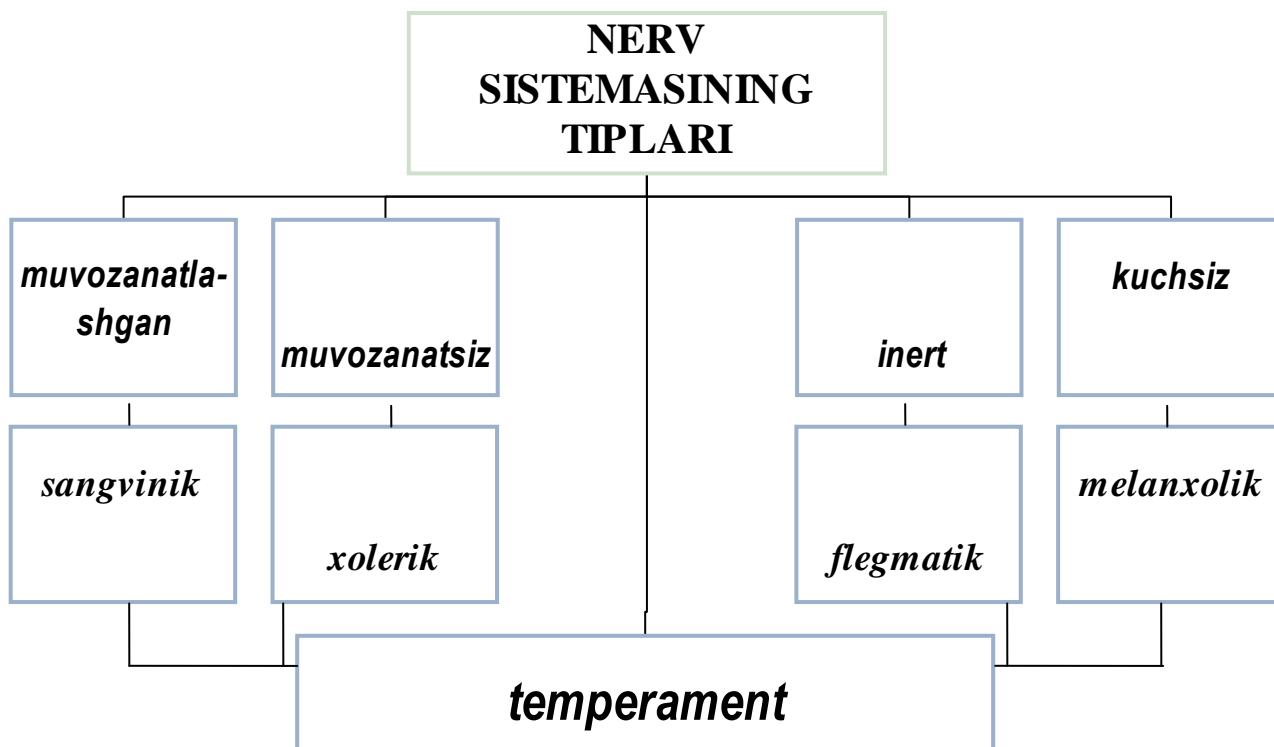
Temperament – shaxs faoliyati va xulqining dinamik (o'zgaruvchan) va emosional-hissiy tomonlarini xarakterlovchi individual xususiyatlar majmuidir.

Temperament xususiyatlari shaxsning ichki-biologik, psixofiziologik tuzilmasi bilan bevosita bog'liq bo'lib, ularning namoyon bo'lishi uning konkret vaziyatlarga munosabatini, ekstremal vaziyatlarda o'zini qanday tutishini belgilab beradi. Masalan, inson turli vaziyatlarda o'zini turlicha tutadi: oliy o'quv yurtida talabalar safiga qabul qilganligi to'g'risidagi axborotni eshitgan bolaning o'zini tutishi, yoki hayotning og'ir sinovlari (yaqin kishining o'limi, ishdan haydalanish, do'stning xoinligi kabi) paytida odam beixtiyor namoyon qiladigan reaksiyalari uning temperamentidan kelib chiqadi. Shuning uchun ham ikkala vaziyatni ham kimdir og'ir-bosiqlik bilan, boshqasi esa o'zini yo'qotgudek darajada his-hayajon bilan boshidan kechiradi. Shuning uchun ham temperamentning shaxs shakllanishi va ijtimoiy muhitda o'ziga xos mavqeyi egallashidagi ahamiyati juda katta. O'zini bosib olgan, hayot qiyinchiliklarini sabr-bardosh bilan ko'taradigan insonning odamlar orasidagi obro'si ham baland bo'ladi. Bu uning o'z-o'ziga nisbatan hurmatini ham oshiradi, ishga, odamlarga va narsalarga munosabatini takomillashtirib borishiga imkon beradi. Temperamentning yana bir ahamiyatli jihati shundaki, u hayotiy voqyealar va vaziyatlarni, jamiyatdagi ijtimoiy guruhlarni "yaxshi-yomon", "ahamiyatli-ahamiyatsiz" mezonlari asosida ajratishga imkon beradi. Ya'ni, temperament odamning ijtimoiy obyektlarga nisbatan "sezgirligini" tarbiyalaydi, professional mahorat va kasb malakasining oshib borishiga yordam beradi.

Temperamental xususiyatlar aslida tug'ma hisoblansa-da, shaxsga bevosita aloqador va anglanadigan bo'lgani uchun ham ma'lum ma'noda o'zgarib boradi. Shuning uchun ham tug'ilgan chog'ida sangvinikka o'xshash harakatlar namoyon qilgan bolani umrining oxiriga cha faqat shundayligicha qoladi, deb bo'lmaydi. Demak, har bir temperament xususiyatlarini va uning shaxs tizimga aloqasini bilish va shunga yarasha xulosalar chiqarish kerak.

Akademik I. Pavlov temperament xususiyatlarini belgilab beruvchi uch oliy nerv tizimi xossalari ajratgan edi:

 **kuch**, ya'ni nerv tizimining kuchli qo'zg'atuvchilar ta'siriga bardoshi, shunga ko'ra odamlardagi mehnatga yaroqlilik, chidam kabi sifatlarning namoyon bo'lishi;



33-rasm. Nerv jarayonlari va temperament tiplari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik

✚ **muvozanatlashganlik**, ya'ni asabdagi tormozlanish va qo'zg'alish jarayonlarining o'zaro mutunosibligi, shunga ko'ra, o'zini tuta olish, bosiqlik kabi sifatlar va ularga teskari sifatarning namoyon bo'lishi;

✚ **harakatchanlik**, ya'ni qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlaridagi o'zaro almashinish jarayonining tezligi va harakatchanligi ma'nosida. quyidagi 33-rasmda nerv jarayonlari bilan temperament tiplari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik asosida temperament tiplari aks ettirilgan.

Shunday qilib, asab tizimi bilan bog'liq individual sifatlarni bilish shart, chunki ular bevosita mehnat va o'qish jarayonlarini har bir inson tomonidan, uning manfaatlariga mos tarzda tashkil etishga xizmat qiladi. Asabga bog'liq bo'lgan tabiiy xususiyatlarmizni ham umuman o'zgarmas deb aytoilmaymiz, chunki tabiatda o'zgarmaydigan narsaning o'zi yo'q. Shuning uchun ham oxirgi yillarda o'tkazilayotgan tadqiqotlarda shaxs tizimida shunday ma'qul, "hayotiy ko'rsatgichli" xususiyatlar tizimini o'rganilmoqda va unda temperamentga aloqador sifatlar ham nazarda tutilmoqda. Masalan, V.S.Merlin temperamentning psixologik tasnifi va ularning hayotiy vaziyatlarda namoyon bo'lishini boshqarish masalasida ko'p ishlar qilgan. Uning fikricha, insonda mavjud bo'lgan faollik, bosiqlik, emosional tetiklik, hissiyotlarning tezda namoyon bo'lishi va o'zgaruvchanligi, kayfiyatning turg'unligi, behalovatilik, ishchanlik, yangi ishga kirishib ketish, malakalarning tez hosil bo'lishi kabi qator sifatlar asosida shaxsdagi o'sha ekstrovertsiya va introvertsiya xossalari yotadi va ularni ham o'zgartirish va shu orqali temperamentni boshqarish mumkin.

Shulardan kelib chiqqan holda shaxsning mehnat qilish uslubini tanlash va professional mahoratni o'stirishda ayni shularga e'tibor berish kerak. Masalan, ba'zilar xoleriklarga o'xshash qiziqqon, tezkor bo'lishadi. Uning mehnat jarayonidagi ishini kuzatadigan bo'lsak, faollik, ishni tez bajarishga layoqat ijobiy bo'lsa, uning sifati, chala tashlab ketish havfi, ba'zi tomonlariga

yuzaki qarashi kishini o'ylantiradi. Shu nuqtai nazardan olib qaralganda, hayotda sof temperament ham bo'lmaydi va u yoki bu temperament tipi juda yaxshi ham emas. Har bir tipning o'ziga xos nozik, kuchsiz tomonlari va shu bilan birga kuchli, ijobiy tomonlari ham bo'ladi.

8.4. Xarakter va shaxs

Kundalik hayotimizda tilimizda "xarakter" so'zi eng ko'p ishlatiladigan so'zlardan. Uni biz doimo birovlariga baho bermoqchi bo'lsak, ishlatamiz. Bu so'zning ma'nosini olimlar "bosilgan tamg'a" deb ham izohlashadi. Tamg'alik alomatlari nimada ifodalanadi o'zi?

Xarakter – shaxsning borliqqa, odamlarga, predmetli faoliyatga hamda o'z-o'ziga munosabatini ifodalovchi psixologik, subyektiv munosabatlar majmui.

Demak, "munosabat" kategoriyasi xarakterni tushuntirishda asosiy hisoblanadi. B.F.Lomovning ta'biricha, xarakter shaxs ichki dunyosining asosini tashkil etadi va uni o'rganish katta ahamiyatga ega. Munosabatlarning xarakterdagi o'rne xususida fikrlar ekan, V.S.Merlin ularning mazmunida ikki sohani ajaratadi:

✚ *emosional-kognitiv* – borliq muhitning turli tomonlarini shaxs qanday emosional xis qilishi va o'zida shu olamning emosional manzarasini yaratishi;

✚ *motivasion-irodaviy* – ma'lum harakatlar va xulqni amalga oshirishga undovchi kuchlar. Demak, bizning munosabatlarimiz ma'lum ma'no va mazmun kasb etgan munosabatlar bo'lib, ularning har birida bizning xissey kechinmalarimiz aks etadi va xarakterimiz namoyon bo'ladi.

Mashhur rus olimi, psixologiya fanining metodologiyasini yaratgan S.L.Rubinshteyn shaxsning o'ziga xosligi va xarakterologik tizimda uchta asosiy tuzilmalarni ajratgan edi;

✚ **munosabatlar va yo'nalish** shaxsdagi asosiy ko'rinishlar sifatida – bu shaxsning hayotdan *nimani kutishi* va *nimani xohlashi*;

✚ **qobiliyatlar** ana shu tilak-istaklarni amalga oshirish imkoniyati sifatida – bu odamning *nimalarga qodir* ekanligi;

✚ **xarakter** imkoniyatlardan foydalanish, ularni kengaytirishga qaratilgan turg'un, barqaror tendensiyalar, ya'ni bu odamning *kim ekanligi*.

Bu nuqtai nazardan qaraganda ham, xarakter shaxsning "tanasi", borligi, konstitusiyasidir. Xarakterning boshqa individual psixologik xususiyatlardan farqi shuki, bu xususiyatlar ancha o'zgaruvchan va dinamik, orttirilgandir. Shuning uchun ham maktabdagi ta'limdan oliy o'quv yurtidagi ta'limga o'tish faktining o'zi ham o'spirinda ma'lum va muhim o'zgarishlarni keltirib chiqaradi.

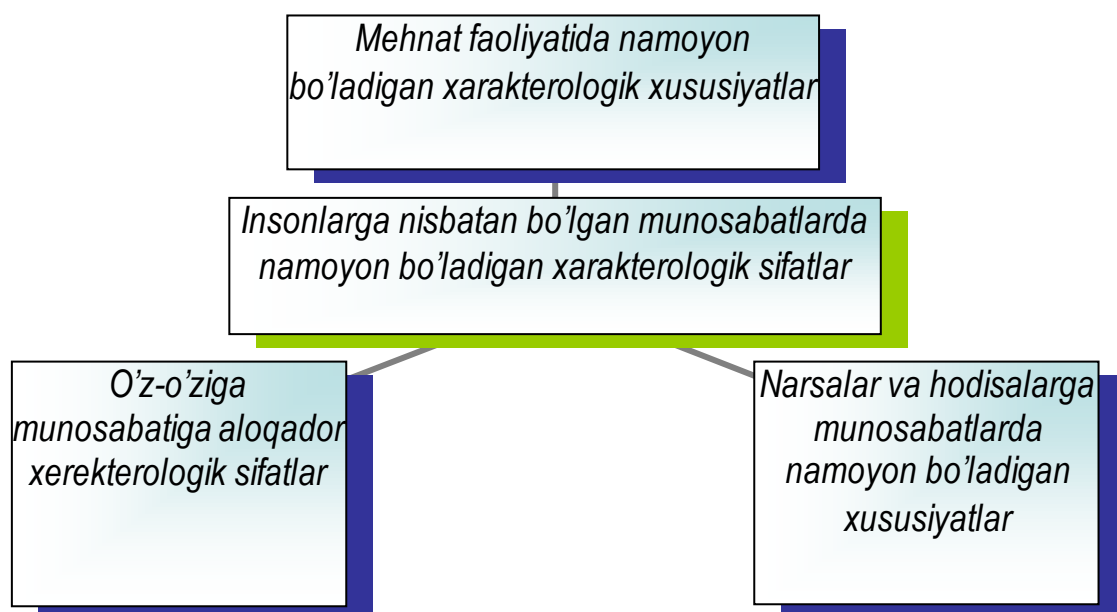
Umuman, koneret shaxs misolida olib qaraydigan bo'lsak, har bir alohida obyektlar, narsalar, hodisalarga mos tarzda xarakterning turli qirralari namoyon bo'lishining guvohi bo'lishimiz mumkin. Masalan, uyda (katta o'zbek oilasi misolida oladigan bo'lsak) katta yoshli ota-onalar oldida o'ta bosiq, ko'nuvchan, har qanday buyurilgan ishni e'tirozsiz bajaradigan kishi, o'z kasbdoshlari orasida doimo o'z nuqtai nazariga ega bo'lgan, gapga chechan, kerak bo'lsa, qaysar, dadil bo'lishi, ko'chada jamoatchilik joylarida beg'am, loqayd, birov bilan ishi yo'q kishiday tuyulishi, o'ziga nisbatan esa o'ta talabchan, lekin egoist, o'z-o'ziga bahosi yuqori bo'lishi mumkin. Demak, xarakterning psixologik tizimini tahlil qiladigan bo'lsak, uning borliqdagi obyektlar va predmetli faoliyatga nisbatan amalga oshirish maqsadga muvofiqdir. Shuning uchun ham psixologiyada xarakterning quyidagi tizimi e'tirof etiladi:

✚ *Mehnat faoliyatida namoyon bo'ladigan xarakterologik xususiyatlar* – mehnatsevarlik, mehnatkashlik, tashabbuskorlik, ishga layoqat, ishga qobillik, mas'uliyat, dangasalik, qo'nimsizlik va boshqalar.

✚ *Insonlarga nisbatan bo'lgan munosabatlarda namoyon bo'ladigan xarakterologik sifatlar* – odoblilik, mehribonlik, takt, jonsaraklik, dilgirlik, muloqatga kirishuvchanlik, altruizm, g'amho'rlik, rahm - shafqat va boshqalar.

✚ *O'z-o'ziga munosabatiga aloqador xarakterologik sifatlar* – kamtarlik, kamsuqumlilik, mag'rurlik, o'ziga bino qo'yish, o'z o'zini tanqid, ibo, sharmu-hayo, manmansirash va boshqalar.

✚ *Narsalar va hodisalarga munosabatlarda namoyon bo'ladigan xususiyatlar* – tartibliik, oqillik, saronjom-sarishtalik, qo'li ochiqlik, ziqnalik, tejamkorlik, pokizalik va boshqalar.



34-rasm. Faoliyatga nisbatan yondoshuvlarga xos xarakter tizimlari

Yuqorida sanab o'tilgan sifatlar aslida shaxsning hayotdagi yo'nalishlaridan kelib chiqadi. Chunki yo'nalish – odamning borliqqa nisbatan tanlovchan munosabatining aks etishidir. Bunday yo'nalish turli shakllarda namoyon bo'ladi: diqqatlilik, qiziquvchanlik, ideallar, maslaklar va hissiyotlarda.

Xarakter – tarixiy kategoriya hamdir. Buning ma'nosi shuki, har bir ijtimoiy-iqtisodiy davr o'z kishilarini, o'z avlodini tarbiyalaydi va bu tafovut odamlardagi xarakterologik xususiyatlarda o'z aksini topadi. Masalan, o'tgan asr o'zbeklari, XX asrning 50-yillaridagi o'zbeklar va mustaqillik yillarida yashayotgan o'zbeklar psixologiyasida farq avvalo ularning xarakterologik sifatlarida aks etadi. Aminmizki, XXI asrning yosh avlodlari yanada zukkoroq, irodaliroq, ma'rifati va ma'naviyatliroq bo'ladi. Mamlakatimizda hozirgi kunda amalga oshirilayotgan islohotlar, yangi jamiyat barpo etish bilan bog'liq say'-harakatlar yangi asr avlodining ruhan va jismonan sog'lom bo'lishiga zamin yaratmoqda.

Xarakter xususiyatlarining nimalarda namoyon bo'lishi, ularning belgilari masalasi ham amaliy jihatdan muhimdir.

Avvalo xarakter insonning *xatti-harakatlari va amallarida* namoyon bo'ladi – odamning

ongli va maqsadga qaratilgan harakatlari uning **kim** ekanligidan darak beradi.

Nutqining xususiyatlari (baland tovush bilan yoki sekin gapirishi, tez gapirishi yoki bosliqligi, emosional boy yoki jonsiz) ham xarakterning yo'nalishini belgilaydi.

Tashqi qiyofa – yuzining ochiq yoki tund ekanligi, ko'zlarining samimiy yoki johilligi, qadam bosishlari – tez yoki bosiq, mayda qadam yoki salobatli, turishi – viqorli yoki kamtarona, bularning hammasi xarakterni tashqaridan kuzatib o'rganish belgilaridir.

Bundan tashqari ilm olamida inson xarakterini turli belgilarga ko'ra o'rganishga qaratilgan ko'plab urinishlar bo'lgan. Ularda odamning turli tabiiy, tug'ma xususiyatlariga xarakterni bog'lashga urinishlar bo'lgan. Masalan, **fizionomika** odam yuz qirralari va ularning bir-biriga nisbati orqali odam fe'l-atvorini o'rganishga harakat qilsa, **xiromantiya** – qo'l barmoqlari va kaftdagi chiziqlar orqali, ko'z rangi va qarashlar, soch va uning xususiyatlari orqali o'rganish yo'llarini qidirgan Juda katta shov-shuvga ega bo'lgan Ch.Lombrozo, E.Krechmer, U.Sheldonlarning **konstitusion nazariyalari** shaxs xarakterini uning tashqi ko'rinishi, tana tuzilishi bilan bog'liqlikni tushuntirishga uringan. Bu nazariyalar juda qattiq tanqidga ham uchragan, lekin keltirilgan material, korrelyasion tahlillar ma'lum jihatdan individual xususiyatlardagi tug'ma, mavjud sifatlar bilan xarakterologik sifatlar o'rtasidagi bog'liqlik borligini isbot qilolgani uchun ham bu nazariyalar shu vaqtgacha o'rganiladi.

Lekin xarakter va uning rivojlanishi, namoyon bo'lishi uchun umumiy qonuniyat shuki, u tashqi muhit ta'sirida, turli xil munosabatlar tizimida shakllanadi va sharoitlar o'zgarishi bilan o'zgaradi. Har bir kasb-hunar o'zining talablari majmui – **professogrammasiga** egaki, u shu kasb bilan shug'ullanayotganlardan o'ziga xos psixologik qirralar va xossalari bo'lishini taqozo etadi (psixometriya). Shuning uchun ham vrachning, o'qituvchining, muhandisning, harbiylarning, artistlarning va boshqalarning professional sifatleri haqida alohida gapiriladi. Ana shu kasb sohiblari, ularning ish mobaynida ko'rsatadigan individualligi ichida esa xarakterologik o'ziga xoslik katta ahamiyatga ega va buni nafaqat shaxsning o'zi, balki uni o'rab turgan boshqalar ham yaxshi bilishlari kerak.

Ekstrovert va introvert toifali shaxslar

Bu tiplar muloqotga kirisha olish qobiliyatiga ko'ra farqlanadi. Masalan, **ekstrovert** – o'ta muloqotga kirishuvchan, o'zini odamlar guruhisiz tasavvur qila olmaydigan shaxsdir. Uning uchun muloqot haqiqiy ehtiyojdir, boshqalarning uni tushunish-tushunmasliklaridan qati nazar, u doimo o'z fikr-istaklarini o'rtoqlashgisi keladi. Ekstrovert uchun konkret kim bilandir muloqotda bo'lish emas, umuman kim bilan bo'lsa ham muloqotda bo'lish xohishi muhim. Shuning uchun ham u umuman begona odam bilan gaplashib, kirishib keta oladi. Gaplashgisi kelmagan begonaning psixologiyasini tushunishi qiyin ("Qanday qilib gaplashishni xohlamaslik mumkin?", — deb uylaydi u). Ekstrovertning qiziqishlari ham tez-tez o'zgarib turadi, do'stlari, o'rtoqlarini ham almashtirib turishga intiladi. Bundan tashqari, u o'ta kirishuvchan bo'lganligi uchun ham har qanday sharoitda vaziyatdan chiqish usullari to'g'risida tez xulosaga keladi, o'ta qiziquvchan, dunyoda bo'layotgan hodisalar, "mish-mishlar"ni bilish uning uchun zarur. Ekstrovert kek saqlamaydi, bugun urushgan odami bilan ertaga hych narsa bo'lmaganday apoq-chapoq bo'lib ketishi mumkin.

Introvert esa, ekstrovertning teskarisi. U ko'proq ichki dialog formasidagi muloqotni afzal ko'radi, ya'ni yolg'izlikda mulohaza yuritish, o'zi haqida o'ylash va shunga o'xshaganlar uning uchun asosiy ishdir. Shuning uchun ham unda muloqotga ustanovka juda sust, odamlarning

uni tushunmay qolishlaridan doimo xavotirda bo'ladi. Introvert kitoblar olami, falsafiy fikrlashlar qulidir, chunki u odamlar guruhida sodir bo'lib turadigan ziddiyatlardan cho'chiydi, o'zini olib qochadi. Agar muloqotda bo'ladigan bo'lsa, 2-3 kishidan ortiq bo'lmagan guruhni afzal ko'radi. Shunda ham har kuni emas, ba'zan-ba'zan uchrashib turish, gaplashganda ham "shaxsiy" mavzularda emas, umumiy gaplar haqida suhbatlashishni yaxshi ko'radi. Chunki u ekstrovertdan farq qilib, o'z "Men"ining boshqalarga o'xshamasligini doimo esda tutadi. Introvert doimiy standartlar, belgilangan normalar olamida yashaydi, qiziqqan narsasi bilan umrini oxirigacha bo'lsa ham shug'ullanishga tayyor, umr yo'ldoshiga sodiq, vafodor. Do'stlarga ham xuddi shunday.

Mobil va rigid toifali shaxslar

Bu shaxs tiplari muloqotga kirishish me'zoniga ko'ra farqlanadi. Masalan, **mobil tip** har qanday ish bilan mashg'ul bo'lgan sharoitda juda tez muloqotga kirishadi, lekin boshqa narsalarga ham diqqatini ko'chirishi mumkin. U tez gapiradi, doimo shoshadi, yuz ifodalari ham tez o'zgaradi. Suhbat mavzusinn ham tez-tez o'zgartirib turishga moyil. Gaplashib ketishi qanchalik oson bo'lsa, gapni tugatib, xayrlashib ketishi ham oson. Suhbat tugagandan keyin qolgan ishini davom ettirib ketaveradi.

Rigid suhbatdosh esa uning aksi. Bunday shaxs qat'iyatli, dadil bo'lsa ham, bir faoliyat turidan ikkinchisiga ko'chishi juda qiyin, u ma'lum muddatni talab qiladn. Chunki u o'ylamasdan tavakkal ish qila olmaydi. Masalan, u xat yozayotgan paytda kirib qolsangiz, to biror bo'lagiga nuqta quymaguncha sizga qaramaydi. Qaragandan keyin esa, tezgina suhbatga kirisha olmaydi. Rigid shaxs juda yaxshi suhbatdosh. Mobil tipdagi suhbatdosh bilan gaplashayotganda u tez-tez gapni bo'lib, suhbatdoshga tashabbusni bergisi kelmaydi, rigid esa juda diqqat bilan tinglaydi. Lekin o'zi gapirganda, sekin, mantiqan to'g'ri gapirishni yaxshi ko'radi, gapini bo'lishlarni sira istamaydi. Agar suhbatni bo'lsangiz, keyingi safar siz bilan gaplashmay qo'ya qolishni afzal ko'radi. Agar u bilan urishib qolsangiz, ancha vaqtgacha uning jahli chiqmaydi, sizni oxirigacha eshitib, sekin javob beradi, undagi ranjish, jahl chiqishi odatda siz ketgandan keyin keladi. Agar uning suhbatdoshi toqatsiz odam bo'lsa, ikkalasining chiqishishi qiyin, chunki u uzoqdan kelib tushuntirishni yaxshi ko'radi. Demak bu tiplar ham har xil, har birida ham yaxshi, ham yomon sifatlar bor.

Dominant va tobe toifali shaxslar

Dominant tip muloqot jarayonida sira ham boshqalardan past kelishni xohlamaydi, savol berilsa, xohlasa javob beradi, bo'lmasa, indamasligi ham mumkin. U doimo suhbatdoshga ta'sir ko'rsatishi, uning bo'ysunishini xohlaydi. Unda egoizm hissi kuchli, o'zi xato fikr yuritsa, xatoligini suhbatdosh sezsa ham uni bo'yniga olmaydi. Dominant tip – qat'iyatli. Suhbat davomida u sizning fikringizni yarim yo'lda tushunsa, sizni oxirigacha tinglashni istamaydi, gapni bo'lib, mayinlik bilan gapni tugatib qo'yishi mumkin. Agar ikkala suhbatdosh ham dominant bo'lishsa, unda ular o'rtasida osongina raqobat hissi yuzaga chiqishi, kelishmay qolishlari mumkin. Shuning uchun janjallashib qolmaslik uchun dominant shaxsning mustaqilligi, dadilligiga ko'nish, unga o'z nuqtai nazarini oxirigacha bayon etish imkoniyatini berish lozim.

Tobe tipli shaxs esa suhbatdoshning qarashlariga moslashadi, doimo yon berishga tayyor, shuning uchun u kam janjallashadi, lekin yomon ko'rib qolgan odami bilan umuman gaplashmaydi. Suhbat sharoitidagina u asta-sekin o'zining dadilligini ko'rsatishi, ochiq gaplashishi, ba'zan e'tirozlar bildirishi mumkin. Tobe shaxsli bolalarni rag'batlantirish maqsadga muvofiqdir, shuning uchun ham ularni maqtab turish, gapirayotganda ko'zlar, yuz ifodalari bilan ularni ruhan qo'llab turish kerak. Biror qarorga kelish kerak bo'lib qolsa, bu shaxs qarorni yaxshisi siz qabul qilishingizni xohlaydi, chunki javobgarlikni bo'yniga olishni istamaydi. Yuqorida keltirilgan tiplarni kuzatar ekanmiz, barchasida yaxshi va yomon, noqulay sifatlar borligini ko'ramiz. Hayotda ko'pincha sof u yoki bu tip vakili uchramaydi, lekin u yoki bu vaziyatlarda takrorlanadigan fazilatlarga qarab odamlarni tiplarga bo'lamiz. Bundan tashqari, bir marta ko'rishda odam haqida xulosa chiqarib bo'lmaydi. Uni turli sharoitlarda bir necha marta kuzatish lozim.

8.5. Asosiy tushuncha va atamalar

Individ; individuallik; temperament; xarakter; irodaviy sifatlar; emosiya (hissiyot)lar; shaxs iqtidori; qobiliyatlar; intellekt; orttirilgan sifatlar; intellektual salohiyat; qobiliyatlarning psixologik strukturasi; qobiliyatlar va qiziqishlar diagnostikasi; nutqining xususiyatlari; tashqi qiyofa; fizionomika; xiromantiya; konstitusion nazariyalar.

8.6. Rezyume

Fanda "individ" tushunchasi "odam" degan tushunchani to'ldirib, uning ijtimoiy va biologik mavjudot sifatida mavjudligini tasdiqlaydi. Bu tushunchaning mohiyatini bir tomondan, boshqa odamlardan farqlovchi belgi va xususiyatlari, ikkinchi tomondan, o'ziga va o'ziga o'xshashlarga xos bo'lgan umumiy va xarakterli xususiyatlari tashkil etadi. Demak, individ – insonga aloqadorlik faktini tasdiqlovchi ilmiy kategoriyadir. "Individuallik" esa, yuqoridagi har ikkala tushunchalarga nisbatan torroq tushuncha bo'lib, u konkret odamni boshqa bir konkret odamdan farqlovchi barcha o'ziga xos xususiyatlar majmuini ifodalash uchun qo'llaniladi. Har bir shaxs bir-biri bilan xarakter, temperament hamda irodaviy sifatlarining betakrorligi o'zining

8.7. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Individ va individuallik tushunchalari bir-biri bilan qanday farqlanadi?
2. Individuallikni izohlovchi qanday xususiyatlar majmuasi mavjud?
3. Shaxs iqtidori va qobiliyatlari diagnostikasi deganda nimani tushunasiz?
4. Intellektga nisbatan qanday ta'riflar berilgan?
5. Shaxs intellektual salohiyatini shakllanganlik darajalari ketma-ketligi qanday tashkil topgan?
6. Qobiliyatlarning psixologik strukturasi deganda nimalarni bilasiz?
7. Temperament nima va u qanday xususiyatlar majmuiga kiradi?
8. Nerv jarayonlari va temperament tiplari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni o'rgangan olimni ayting?
9. Xarakterga qanday bera olasiz?
10. Fanda faoliyatga nisbatan yondoshuvlarga xos qanday xarakter tizimlari farqlanadi?

8.8. Bibliografiya

- Karimov I.A.* Yangicha fikrlash va ishlash – davr talabi. T.5. – T.: O'zbekiston, 1997.
- Bolotova A.K.* Prikladnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov / A.K. Bolotova. – M.: Gardariki, 2006. – 382 s.
- Yenikeyev M.I.* Obshaya i sosialnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Norma, 2005. – 624 s.
- Zarochensev K.D., Xudyakova A.I.* Eksperimentalnaya psixologiya: Uchebnik. – M.: TK Velbi, Izd-vo Prospekt, 2005. – 208 s.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.
- Mayers D.* Sosialnaya psixologiya / Perv.s angl. – SPb.: Piter, 1999. – 688 s.
- Merlin V.S.* Struktura lichnosti. Xarakter, sposobnosti, samosoznaniye. – Perm, 1990.
- Nemov R.S.* Psixologiya: Uchebnik. – M.: Vissheye obrazovaniye, 2005. – 639 s.
- Nurkova V.V., Berezanskaya N.B.* Psixologiya: Uchebnik. – M.: Vissheye obrazovaniye, 2006. – 484 s.
- Psixologiya. Uchebnik / Otv. red. prof. *A.A.Krilov*. – 2-ye izd., pererab. i dop. – M.: IZD-VO PROSPEKT (TK Velbi). 2004. – S. 241-280.
- Psixologiya. Uchebnik dlya ekonomicheskix vuzov / Pod obsh. red. *V.N.Drujinina*. – SPb.: Piter, 2002. – 672 s.
- Slovar prakticheskogo psixologa // Sost. *S.Yu.Golovin*. – Minsk: Xarvest, M.: OOO "Izdatelstvo AST", 2003. – S. 665-670; 739-750
- Tixomirov O.K.* Psixologiya: Uchebnik / Pod red. *O.V. Gordeyevoy*. – M.: Vissheye obrazovaniye, 2006. – 538 s.
- Hayitov O.E., Lutfullayeva N.X.* Psixodiagnostika va amaliy psixologiya. Ma'ruzalar matni. – T.: TDIU, 2005. – 338 b.
- Magnusson, D.* Individual development: a holicic, integrated model. In: Examining in context. Perspectives on the ecology of human development. Washington, DC: APA, 1995, pp. 19-60.

III qism

Shaxs: yosh davrlar va akmeologiya

IX Bob

SHAXS TARAQQIYOTINING YOSHGA BOG'LIQ XUSUSIYATLARI

Bobning qisqacha mazmuni

Shaxs taraqqiyotidagi ijtimoiy va genotipik omillar. Yosh davrlari psixologiyasi. Genetik, tug'ma yoki orttirilgan ijtimoiy omillar.

Shaxs taraqqiyotini davrlarga bo'lish. Davrlarga bo'lishga qaratilgan klassifikasiyalar. J.Piaje bo'yicha intellektni rivojlanish bosqichlari. 1965 yili XFAning maxsus simpoziumida qabul qilingan yosh davrlari sxemasi. E. Eriksonning shaxs "Men"ini rivojlanish bosqichlariga tayangan klassifikasiyasi.

Bolalik – ilk yoshlik davri. 1 yoshdan keyingi taraqqiyot. 3 yoshgacha bo'lgan taraqqiyot. Maktabgacha tarbiya yoshi davri. Bolalikning maktab davri.

O'smirlik va o'spirinlik davrlarida shaxs ijtimoiylashuvining o'ziga xos xususiyatlari. O'smirlik davri va uning o'ziga xos psixologik talqini. O'spirinlik davri xos qonuniyatlar. Professional o'z-o'zini anglash bosqichlari. Yoshlardagi atraksiya va emosional munosabatlar. Do'stlik. Sevgi.

Yetuklik davri psixologiyasi – Akmeologiya. Levinson tasnifi bo'yicha yetuklik davrining bosqichlari. Akmeologiya va uning lug'aviy ma'nosi. Akmeologiya fanining asosiy vazifasi.

9.1. Shaxs taraqqiyotidagi ijtimoiy va genotipik omillar

Mashhur rassom *Pablo Pikasso* 80 yoshga kirganda: “Yoshlik va keksalik tushunchasi inson o’zi ruhan qarigandagina ma’lum ahamiyat kasb etadi. Ayni paytda men ancha keksayib qolganimga qaramay, o’zimni 20 yoshli day his qilmoqdaman”, – deb yozgan ekan. Ya’ni, inson umri ma’lum davrlarga bo’linar ekan, uning har bir bosqichi shaxsning o’zi va yaqinlariga qilgan ezgu ishlarining qadr-qimmatiga ko’ra baholanadi. Shu bois ham, shaxs taraqqiyotining u yoki bu bosqichidagi yosh xususiyatlarini bilish ta’lim-tarbiya jarayonida amaliy ahamiyat kasb etadi.

Odamning hayotiy yo’lining boshi, uning kamol topishining negizi aslida Ollohning inoyati bilan bola dunyoga kelishiga asos solingan dastlabki onlardan boshlanadi. Keyingi taraqqiyot bosqichlari qator ijtimoiy, biologik, tabiiy, ruhiy, jismoniy omillarga bog’liqlik, ushbu xususiyatlarni psixologiyaning maxsus tarmog’i bo’lgan yosh davrlari psixologiyasi o’rganadi.

Shunday qilib, shaxs individual taraqqiyotining muhim omillaridan biri uning yoshiga bog’liq bo’lgan xususiyatlaridir. Chunki taraqqiyotning har bir yosh bosqichi o’zining rivojlanish omillariga, qonuniyatlariga, yangiliklari va o’zgarishlariga ega bo’lib, ular shaxsning xarakteri, temperamenti, iqtidori, bilish jarayonlariga bevosita ta’sirini o’tkazadi.

Yosh taraqqiyoti davrlarining ham sifat, ham miqdor o’zgarishlariga ega bo’lgan ko’rsatgichlari borki, amaliy psixologiya har bir yosh xususiyatlarini ana shu ikkala ko’rsatgich nuqtai nazaridan o’rganishi va shaxs xulqini boshqarish, unga ijobiy ta’sir ko’rsatishda ularga tayanmog’i lozim. Umuman psixologiyada isbot qilingan faktlardan biri shuki, turli davrlardagi inson taraqqiyoti o’ta murakkab jarayon bo’lib, har bir davrning o’z qonuniyatlari mavjud. Har bir bosqichda shaxsning biror bir xususiyatlari o’zining yetuklik bosqichiga erishadi. Masalan, olamni sensor jihatdan, ya’ni, sezgi va idrok qilish organlari bilishning yetuklik fazasi 18-25 yoshlarda (Lazarev ma’lumotlariga ko’ra), intellektual, ijodiy yetuklik – 35 yoshlarda (Leman ma’lumotlari), shaxsning yetukligi 50-60 yoshlarga kelib eng yuqori nuqtasiga erishadi. Shunga o’xshash xususiyatlar insonning butun umri mobaynida muttasil kamolga yetib, rivojlanib borishini ta’minlaydi. Shunisi xarakterliki, har bir yoshda biror funksiyalarning rivojlanishi boshqa bir funksiyalarning susayishi hisobiga ro’y beradi. Masalan, bolalikning ilk bog’cha yoshida fazoga moslashuv juda kuchaysa, keyinchalik uning o’rnini vaqtni adekvat idrok qilish egallaydi. Qariyalarning biror narsalar xususida bilimdonligi, ma’lumotlarni yaxshi eslab, ular xususida fikr olay olishi, psixomotorik funksiyalar va bevosita bilish jarayonlarining susayishi hisobiga ro’y beradi. Xuddi shunday bolaning 3-5 yosh davri tilni, uning lug’aviy va morfologik xususiyatlarini o’zlashtirishga juda maqbul bo’lsa, yetuklik davri bo’lmish 45-55 yoshlarga kelib ayni shu sifat deyarli o’zini yo’qotadi (“til qotib qoladi”).

Psixologiyaning maxsus tarmog’i hisoblanmish yosh davrlari psixologiyasining eng asosiy muammolaridan biri shuki, inson psixik taraqqiyotida qanday omillar – genetik, tug’ma yoki orttirilgan, ijtimoiy omillar roli yetakchi ekanligi masalasidir. Bir tomondan, bolaning o’z ot-onalaridan meros sifatida o’zlashtirgan sifatlari, masalan, anatomo-fiziologik xususiyatlar, miya faoliyatining o’ziga xosligi, tana tuzilishi (qo’l, oyoq, yuz tuzilishi va boshq.), albatta, psixologik jihatdan odam bolasining muhitga moslashuvi, unda o’zini erkin tutishi va faol harakatlar qilishi, ro’y berayotgan jarayonlarni ongida ma’lum ma’noda aynan, to’g’ri aks ettirishiga sabab bo’ladi. Chunki oddiygina anatomik anomaliya holati (qo’lning kaltaligi, bo’yni juda kichikligi kabi) psixikaga va shaxsning jamiyatda o’zini tutishiga salbiy ta’sir ko’rsatadi. Lekin ikkinchi tomondan, tashqi muhit ta’sirini ham kamsitib bo’lmaydi. Masalan, agar bola maxsus o’quv maskanlarida o’qimasa, unga tarbiyaviy ta’sirlar ko’rsatilmasa, uning rivojlanishi qanday

bo'lishini tasavvur qilish qiyin emas.

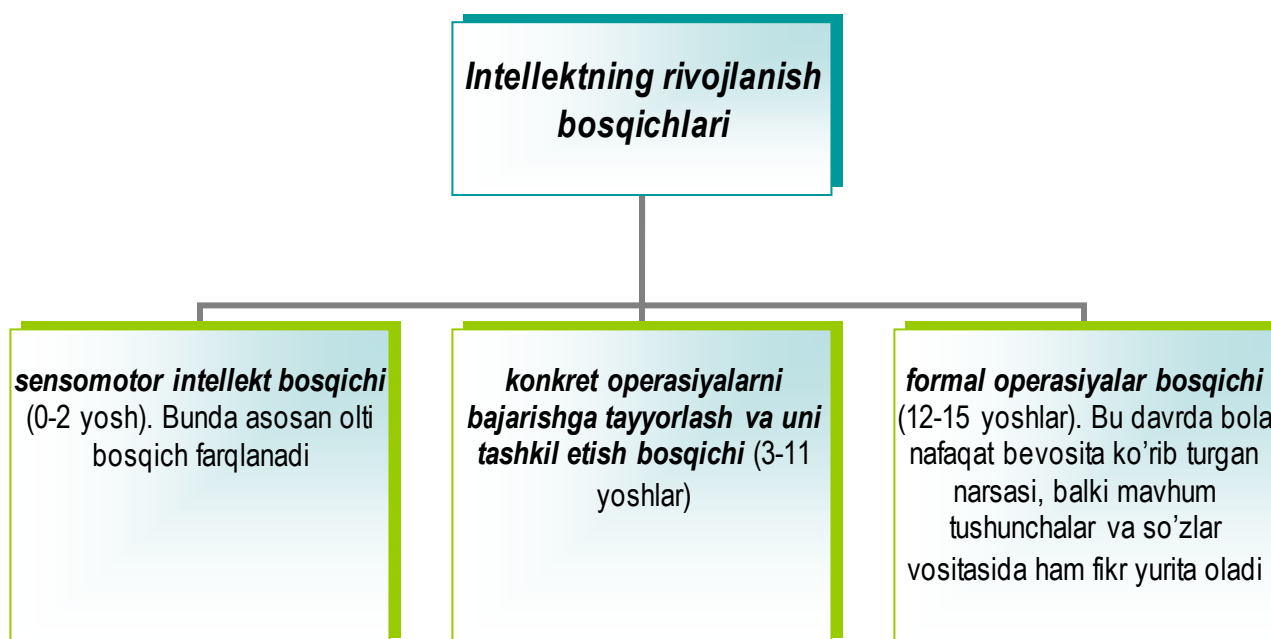
Bu muammolar ustida bosh qotirgan rus olimlaridan L.Vigotskiy, S.Rubinshteyn, A.Leontyev, xorijlik J.Piaje, K.Levin va ko'plab boshqa psixologlar ikkala omil rolini ham inkor qilmagan holda ijtimoiy muhitning yetakchi ta'siri to'g'risidagi fikrni baravar yoqlaganlar. Chunki to'g'ri tashkil etilgan ta'lim-tarbiya, oila va undagi o'zaro munosabatlarning xarakteri, shaxs muloqotda bo'ladigan ijtimoiy guruhlar, u tanlagan kasb va kasbdoshlari muhiti, nikoh va ma'lumot masalalarining qanday hal qilinganligi kabi qator ijtimoiy omillar shaxsning rivojlanishi, uning o'z-o'zini anglashi va o'zgalarga munosabati, bilish jarayonlari hamda intellektual taraqqiyotida katta ahamiyatga egaligiga shubha yo'q. Respublikamiz Prezidenti I.Karimov boshchiligidagi mutaqilligimizning dastlabki yillaridayoq boshlangan "Sog'lom avlod uchun" siyosati farzandlarimizning ham jismonan, ham ruhan, ham aqlan yetuk bo'lishlariga qaratilgan. Jismonan sog'lom tanada sog'lom ruh bo'lishi tabiiy.

9.2. Shaxs taraqqiyotini davrlarga bo'lish

Shu vaqtgacha psixologiya ilmda shaxs taraqqiyotini davrlarga bo'lib o'rganishga juda katta e'tibor qaratilgan. Bir qancha davriy sxemalar ham taklif etilgan. Lekin shu sohada astoydil ijod qilgan har qanday olim o'zining "davrlarini" taklif etavergan. Bu tushunarli, zero, insonning hayotiy yo'li va uning asosiy lahzalari tarixiy taraqqiyot mobaynida o'zgaradi, bir avloddan ikkinchi avlod taraqqiyotiga o'tishning o'zi ham qator o'zgarishlarni keltirib chiqaradi.

Davrlarga bo'lishga qaratilgan klassifikasiyalarning o'zi ham ikki turli bo'ladi: *juz'iy* (alohida davrlarni yana qo'shimcha davrlarga bo'lish – "davrlar ichidagi davrlar") va *umumiy* (inson umrining barcha bosqichlarini o'z ichiga olgan). Masalan, juz'iy klassifikasiyaga J.Piajening intellektning rivojlanishini bosqichlarga bo'lishini kiritish mumkin. U bu taraqqiyotni 3 bosqichda tasavvur qilgan.

D.Elkoninning yosh davrlari bosqichlarini bo'lishi E.Eriksonning taraqqiyotni davrlarga bo'lish tamoyillariga asoslanadi. Bu klassifikasiyalarda bolalik davrini o'zining uch davri farqlanadi: ilk bolalik, bolalik va o'smirlilik. Har bir bosqichning o'ziga xos yetakchi faoliyati, o'zgarishlari va rivojlanish shart-sharoitlari mavjud bo'ladi va ularni bilish tarbiyachilar uchun katta amaliy ahamiyatga ega bo'ladi. Har bir bosqichda faoliyat motivlari ham o'zgaradi, ularning o'zgarishi shaxs ehtiyojlari va talablari darajasining o'zgarishiga mos tarzda ro'y beradi. Professor E.G'oziyevning "Psixologiya" (1994) kitobida bunday bo'linishlar xarakteristikasi batafsil keltirilgan.



35-rasm. J.Piaje bo'yicha intellektni rivojlanish bosqichlari

Inson hayotining barcha davrini yaxlit tarzda qamrab olgan klassifikasiyalardan biri – butun jahon olimlarining qaroriga ko'ra, 1965 yili Xalqaro Fanlar Akademiyasining maxsus simpoziumida qabul qilingan sxema hisoblanadi. Quyida keltirilgan 4-jadvalda berilgan xuddi shu yuqoridagi sxema bo'lib, u Ananyev, Erikson va Birrenlar taklif etgan klassifikasiyaga asoslangan.

4-jadval. 1965 yili XFAning maxsus simpoziumida qabul qilingan yosh davrlari sxemasi

yosh davrlari	erkaklarda	ayollarda
chaqaloqlik	1-10 kun	1-10 kun
emiziklik davri	10 kundan 1 yoshgacha	10 kundan 1 yoshgacha
ilk bolalik	1-2 yosh	1-2 yosh
bolalikning 1-davri	3-7 yosh	3-7 yosh
bolalikning 2-davri	8-12 yosh	8-11 yosh
o'smirlik davri	13-16 yosh	12-15 yosh
o'spirinlik davri	17-21 yosh	16-20 yosh
o'rta yetuklik davri:		
<i>birinchi bosqich</i>	22-35 yosh	21-35 yosh
<i>ikkinchi bosqich</i>	36-60 yosh	36-55 yosh
keksalik davri	61-75 yosh	56-75 yosh
qarilik davri	76-90 yosh	76-90 yosh
uzoq umr ko'ruvchilar	90 yoshdan ortiq	90 yoshdan ortiq

Taraqqiyotni yosh davrlarga bo'lishda o'ziga xos klassifikasiyalar ham bor. Masalan, E. Eriksonda shaxs "Men"ning rivojlanish bosqichlariga tayangan klassifikasiyasi ham mavjud bo'lib, unda har bir taraqqiyot davrida alohida ahamiyat kasb etadigan sifatlari ham ijobiy, ham salbiy jihatdan ajratilgan.

Erikson klassifikasiyasining o'ziga xos qimmat shundaki, unda shaxsning o'zi to'g'risidagi tasavvurlarining jamiyat ta'sirida o'zgarishi nazarda tutiladi. Shunga o'xshash bosqichlarga bo'lishlar oxirgi paytda yana ko'plab mualliflar tomonidan taklif etilmoqda (G. Grimm, D. Bromley va boshq.). Ularning barchasidagi umumiy mezon shuki, har bir taraqqiyot davri shaxs rivoji uchun nimani taklif etadi-yu, shaxs unda qanday rivojlanish ko'rsatkichlariga ega bo'ladi. Ularni tabiiy o'zgarishlarda bilish va o'rganish kerak, chunki busiz shaxs tarbiyasini to'g'ri yo'lga qo'yib bo'lmaydi. Masalan, maktab yoshidagi bolalarga qo'yilgan talablar katta odamlar jamoasiga to'g'ri kelmaydi, yoki bog'cha yoshidagi bola bilan til topishish bilan talaba bilan til topish o'ziga xos pedagogik taktni va o'sha yosh sohasida bilimdonlikni talab qiladi.

9.3. Bolalik – ilk yoshlik davri

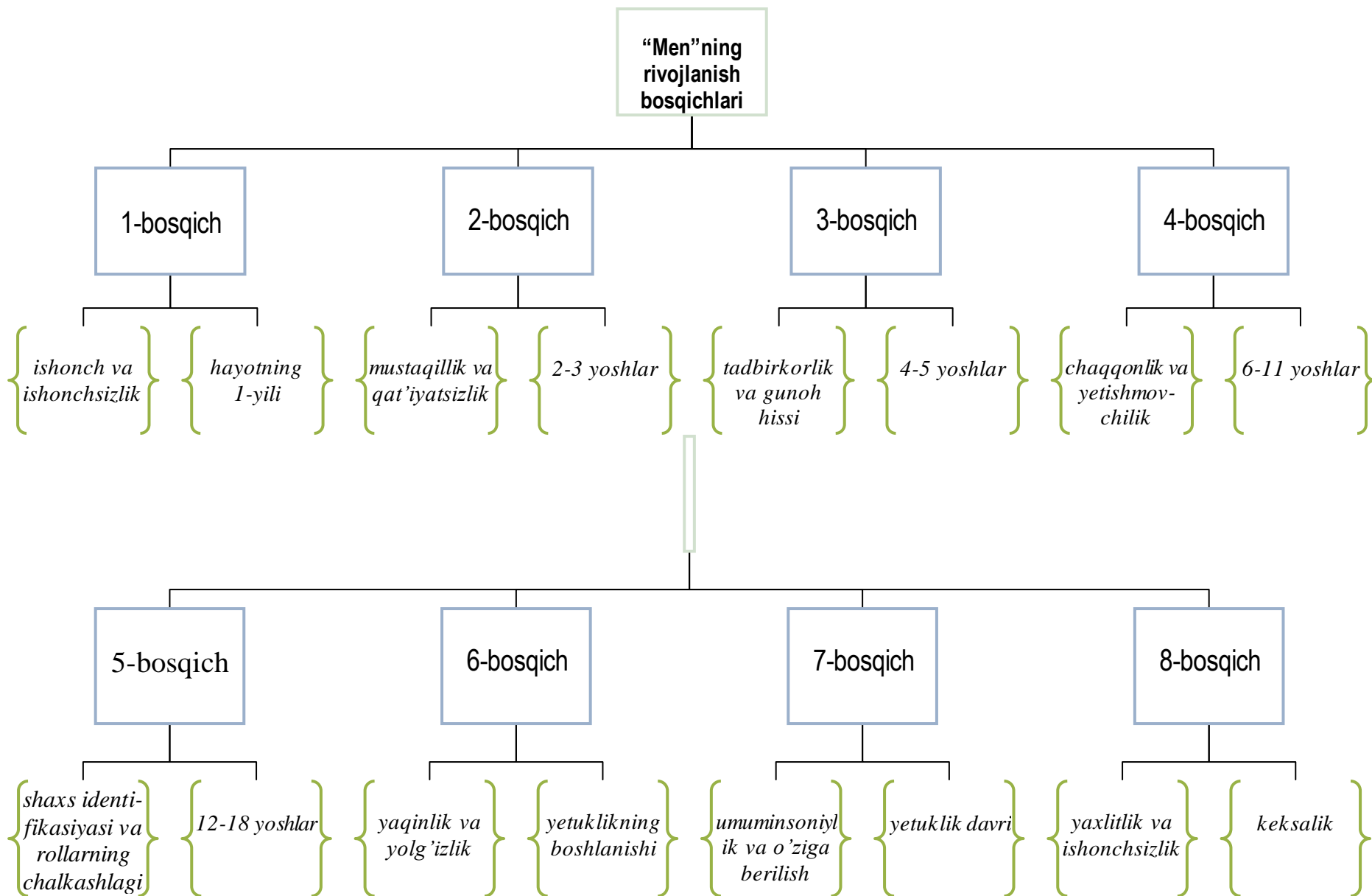
Ilk yoshlik davri bizning tilimizda "bolalik" deb ataladi. Bu davr bola taraqqiyotida juda katta ahamiyatga ega. Chunki aynan shu davrda bola predmetlar va narsalar olami bilan bevosita tanishadi, o'z ona tilida gapirish malakalarini o'rtiradi va tengqurlar davrasini topadi. Bog'cha yoshigacha bo'lgan ilk bolalik davrining o'ziga xosligi shundaki, bu davrda bola hissiy olami boyiydi, u bevosita o'zini o'rab turgan yaqinlari muhitiga moslashadi, u yerdagi muloqot va muomala shakllaridan ta'sirlanadi. Bolaning tashqi olamni bilishga bo'lgan tabiiy ehtiyojlar ham ayni shu davrda namoyon bo'ladi. Shuning uchun ham hali yoshiga to'lmagan bolaga rang-barang o'yinchoqlar berilsa, o'zi yotgan beshikdagi rangli bezaklardan zavqlanadi.

Bu bola taraqqiyoti va olamni bilishga intilishi qoniqtirilayotganidan darak beradi.

Bola 6 oylik bo'lgandan keyingi davrida endi o'z qullari bilan predmetlarni ushlaydigan, ularning "sirlari"ni o'rgana boshlaydi, o'zidagi hissiyotlarni va zavqlanayotganlarini "g'udurlashlari" va tovush ohanglarida ifodalaydi. Ushbu davrda boladagi ana shu elementar ehtiyojlarning qondirilishi, bunday tashqari, bu ehtiyoj sevimli onasi, buvilari, otasi, bo'lsa agar, akalari va opalari davrasida ro'y berishi yanada ahamiyatlidir.

O'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, ona mehriga, yaqinlari e'tiboriga to'yinganligi bolaning 1 yoshdan keyingi taraqqiyoti, ona tilini o'zlashtirishi va ruhan tetik bo'lishi o'rtasida bevosita bog'liqlik mavjud ekan. Ma'lum sabablarga ko'ra tuqqan onasidan ayrilgan, ma'lum vaqtga ayriliqda bo'lgan go'dakning rivojlanishida – ovqatlanishidan tortib, aqliy rivojlanishi hamda tilni o'zlashtirishida qator muammolar paydo bo'lishi ham isbotlangan. Demak, 3 yoshga kelib, bola ruhiyatida tabiiy tarzda paydo bo'ladigan psixologik ziddiyatlar – 3 yoshlilik ziddiyati, tengqurlar jamiyatidagi uning o'rnini, tilni o'zlashtirishi bevosita ilk yoshlikda bolaga ko'rsatilgan mehr-muhabbatga, e'tiborga bog'liq.

3 yoshgacha bo'lgan taraqqiyotning o'ziga xosligi shundaki, bola o'yin faoliyatiga faol tarzda tortiladi va aynan shu faoliyatga katta ehtiyoj sezadi. Agar bolaning jinsiga monand o'yinlarning kattalar tomonidan to'g'ri tashkil etilishiga, ma'naviyati va ruhiyatiga mos o'yinchoqlarning bo'lishi ta'minlansa, uning bilish



36-rasm. E. Eriksonning shaxs "Men"ni rivojlanish bosqichlariga tayangan klassifikatsiyasi

jarayonlari, birinchi navbatda, idrok qilish, intellektual qobiliyatlari ham maromida rivojlanadi. Psixologik kuzatishlarda aniqlanishicha, qiz bolalardan ko'ra o'g'il bolalar o'yiniga ko'proq e'tibor qaratiladi, ularga olib beriladigan o'yinchoqlar soni va sifati ham ancha yuqori ekan. Bu bir tomondan, ota-onalarning o'g'il bolaning sho'xroq bo'lishini inobatga olib, uni band etishga intilishi bo'lsa, bizning sharoitimizda o'g'il bola – merosxo'rga munosabatning ilk yoshlikdan shakllanishi bilan ham izohlanadi.

Bu narsa o'z navbatida o'g'il bola tafakkurining tezroq rivojlanishi, unda kashfiyotchilik elementlarining paydo bo'lishiga olib keladi. qizlarga esa kelajakda ona bo'ladi, degan ma'noda ko'proq uy-ro'zg'or yumushlariga aloqador o'yinchoqlar, qo'g'irchoqlar olib beriladi. Bu ma'lum ma'noda, darhaqiqat, qizlarni bo'lg'usi hayotga tayyorlasa, ikkinchi tomondan, uning tashqi olamni bilish va kashf etish imkoniyatlarini cheklaydi. Shulardjan kelib chiqib, hozirgi zamonaviy oiladagi (ko'p hollarda alohida yashaydigan nuklear oila) kam sonli bolalarni tarbiyalash borasida qator muammolarni keltirib chiqarmoqda. O'zbekistonda oila, onalik va bolalikni ijtimoiy muhofaza qilish, "Ona va bola" davlat dasturi doirasida amalga oshirilgan turli taraqqiyot yoshdagi bolalarning ham ma'naviy, ham intellektual, ham jismoniy rivojlanishi uchun yaratilgan sharoitlar, onalarning aynan 3 yoshgacha taraqqiyot davrida bolasini parvarish qilish imkoniyatining yaratilganligi bu borada ijobiy samaralar berishi shubhasizdir.

Maktabgacha tarbiya yoshi davri

Bu davr an'anaviy tarzda bog'cha yoshi deb yuritiladi. Chunki aksariyat bolalar bu davrda maktabgacha ta'lim muassasalari hisoblangan bog'chalarga boradilar, u yerda maxsus dasturlar asosida bilish ehtiyojlarini qondirib, maktabga tayyorgarlik bosqichini o'taydilar. Lekin shunisi xarakterliki, bog'chaga borolmagan bolalar ham maktabga borgach, o'zlarining bog'cha tayyorgarligini o'tagan tengqurlariga yetib oladilar. Demak, bu yosh davrning xususiyati shundaki, bola qanday sharoitda bo'lmasin, agar uning yonida mehribonlik qiluvchi, to'g'ri yo'l-yo'riq ko'rsatuvchi kattalar bo'lsa, u bu davrdagi barcha ehtiyojlarini qondira oladi. Xo'sh, bu qanday ehtiyojlar?

Birinchidan, bu davrning yetakchi faoliyati o'yin faoliyati bo'lgani bois, bola turli o'yinlar – predmetli, rolli, syujetli kabi o'yinlar o'ynab, o'zidagi ijtimoiy hayot normalarini o'zlashtirishga bo'lgan talabini qondiradi. Bog'cha yoshida maqsadli tarzda qo'yilgan o'yinlar yoki mahalladagi tengqurlari bilan amalga oshiriladigan o'yinlarda bola tashki obyektiv hamda ijtimoiy olam sir-asrorlarini o'zlashtirib, o'zini kattalar olamiga tayyorlashni boshlaydi.

Ikkinchidan, bog'cha yoshida bolalar o'z aqliy imkoniyatlari chegarasini kengaytirishga bo'lgan ehtiyojni qoldiradilar. Aynan shu davrda bola tilida ishlatiladigan "Nega?", "Nima uchun?", "Qanday?" qabilidagi savollar va ularga kattalardan olingan asosli va tushunarli javoblar bolaning bilish jarayonlarini takomillashtirish, bilishga imkon beruvchi psixik funksiyalari – idrok, xotira, tafakkur, diqqat, nutq kabilarni rivojlantiradi, bilimlari diapozonini kengaytiradi. Mutaxassislarining ta'kidlashlaricha, maktabgacha taraqqiyot yoshida bola umri davomida miyasida hosil bo'ladigan ma'lumotlarning deyarli yarmini qabul qilib bo'ladi. Gap – keyingii taraqqiyoti davrida ana shu qabul qilingan ma'lumotning necha foizini samarali qo'llashi va boyita olishida.

Uchinchidan, bu davrda bola uzidagi ijtimoiy ehtiyojlarni qondira boshlaydi. Bu – jamoada yashash, jamoada o'z o'rniga ega bo'lish va unda o'zining "Meni"ni ta'kidlay olish ehtiyojidir. Bu ehtiyoj 3 yoshli bolaning tilida "men, men o'zim" kabi so'zlarni ishlata boshlashi va shu orqali

o'zini eng yaqinlaridan ayri his qila boshlashidan boshlanadi. Bunday o'zgarish bola uchun oson kechmaydi, shuning uchun ham "uch yoshlilik inqirozi" qator qiyinchiliklar, injiqliklar, agressiv xulq bilan birga namoyon bo'ladi. O'yinchioqlarni olib otishlar, o'zini yerga otib yig'lashlar, yaxshi ko'rib yeydigan narsalariga ham zard qilishlar va boshqalar ayni shu inqirozning boshdan kechirilayotganligidan darak beradi. Shuning uchun ham bu davrda bolaga e'tibor, uning o'zgalari bilan normal muloqotda bo'lish, tengqurlari, sheriklari davrasida o'zini yaxshi his qilishi uchun sharoitlar yaratish ruhiy inqirozni tezroq yengish va ijtimoiy ehtiyojni qondirishga ko'maklashadi.

Shuni alohida ta'kidlash mumkinki, zamonaviy bolalarning televizor oldida ko'p vaqt o'tkazishi, "dendi", "kompyuter" o'yinlariga ruju quyishi aynan ijtimoiy-psixologik ehtiyojlarning qondirilmasligiga olib keladi. Bunday bolalarning harakatlari o'yinlarni cheklashlaridan tashqari, ulardagi ma'naviy-mafkuraviy tasavvurlarida ham bo'shliq paydo bo'lishi, odamlar, ular o'rtasidagi munosabatlar to'g'risida ham noto'g'ri fikrlar paydo bo'lishi xavfi bor. Shuning uchun ham bolalar bog'chasida tashkil etiladigan rolli va syujetli o'yinlar, ularda barcha bolalarning faol ishtiroki bolada ijtimoiy ko'nikmalarning to'g'ri rivojlanishiga olib keladi.

Bolalikning maktab davri

Bu davr odatda kichik maktab davri yoki boshlang'ich maktab davriga to'g'ri keladi. Bu davrning aamiyatli tomoni shundaki, bolaning bog'cha yoshi davrida to'plagan shaxsiy tajribasi, til boyligi, bilish imkoniyatlari endi tartibga tusha boshlaydi, u ham intellektual, ham axloqan, ham ijtimoiy tomondan rivojlanib, ulg'aya boshlaydi. Jenevalik psixolog Jan Piagetning (Piaget, 1952) ma'lumotlariga ko'ra, 6-7 yoshli bolaning intellektual salohiyatida keskin burilishlar ro'y beradi. Uning xotirasi ancha yaxshi bo'lib, ma'lum tizimga, tartibga tushadi, endi u ko'proq o'zi xohlagan narsalarni esda saqlab qoladigan bo'lib boradi. Shuning uchun ham, ular ba'zan ota-onalari o'ylanib qoladigan mavhum matematik vazifalarni ham o'qituvchisi o'rgatganday tezda yechadigan bo'lib qoladi. Har xil ertaklarni eshitib yurgan bola endi real tashqi olamni, uning qanday bor bo'lsa, shunday mavjud xususiyatlari doirasida idrok qilib, anglay boshlaydi.

Boshlang'ich maktabda o'qiyotgan bola uchun shaxsiy yutuqlari – o'kishda, sportda, bolalar orasidagi nufuzi va obro'si katta ahamiyat kasb eta boradi. Bu davrda bolalar o'zlarining qaysi jinsga taalluqli ekanligini teran anglab, maktabda "o'g'il bolalar" va "qiz bolalar" guruhi shakllanadi. Har bir guruhning o'ziga yarasha qiziqishlari, mashg'ulotlari bo'lib, qizlarning davrasida bo'lish, masalan, o'g'il bola uchun hattoki, noqulay bo'lib qoladi.

Eng muhimi, aynan bu davr axloqiy normalarning ma'nosini tushunish, axloqiy qadriyatlarini o'zlashtirish va ma'naviy tasavvurlarning shakllanishi uchun o'ta sezgir va qulay hisoblanadi. Shuning uchun ham kattalarga hurmat, kichiklarni e'zozlash, ota-onaga ehtiram qursatish, Vatanni sevish, shaxsiy va ijtimoiy mulkka to'g'ri munosabat hislari tarbiyalanadi. Bola jazo bilan rag'batlantirish o'rtasidagi farqni ajrata boshlaydi va nima qilib bo'lsa ham jazolanishdan, ko'pchilikning nazaridan qolmaslikka harakat qiladi. Shu bois ham oilada va ta'lim maskanida bolaning axloqiy va ma'naviy tarbiyasi uchun yaratilgan yaxshi shart-sharoit ayni bu davrda o'zining sezilarli samarasini beradi.

9.4. O'smirlik va o'spirinlik davrlarida shaxs ijtimoiylashuvining o'ziga xos xususiyatlari

O'smirlik va o'spirinlik davrlari maktab va boshqa ta'lim maskanlarida o'qish davrlariga to'g'ri keladi. Bu davrdagi yetakchi faoliyat **o'quv faoliyati** bo'lib, unda bola bilim olish bilan bog'liq malaka va ko'nikmalarni o'rnatishdan tashqari, shaxs sifatida ham muhim o'zgarishlarni boshdan kechiradi.

O'smirlik davri

Eng murakkab va shu bilan birga muhim taraqqiyot bosqichidir. Ilk o'smirlik 11-13 yoshni, katta o'smirlik 14-15 yoshlarni o'z ichiga oladi. O'smirlik – organizm taraqqiyotidagi shiddat va notekislik bilan xarakterlanib, bu davrda tananing intensiv tarzda rivojlanishi va suyaklarning qotishi ro'y beradi. Yurak va qon tomirlar faoliyatida ham notekislik bo'lib, bu ham bola fe'lining o'zgaruvchan, dinamik va ba'zan noma'qulliklar va noqulayliklarni keltirib chiqaradi. Bular albatta asab tizimiga ham o'z ta'sirini ko'rsatib, bola tezga achchiqlanadigan yoki tormozlanish yuz berganda anchagacha depressiya holatidan chiqolmaydigan tushkunlikda qolishi ham mumkin.

O'smir jismoniy taraqqiyotini belgilovchi asosiy omil jinsiy balog'at bo'lib, u nafaqat psixik, balki ichki organlar faoliyatini ham belgilaydi. Shu bilan bog'liq holda ongli (ko'pincha ongsiz) jinsiy mayllar, shu bilan bog'liq noxush his-kechinmalar, fikrlar paydo bo'ladiki, bola ularning asl sababini ham tushunib yetolmaydi. Psixik taraqqiyotning o'ziga xosligi shundaki, u muttasil rivojlanib boradi, lekin bu rivojlanish ko'plab qarama-qarshiliklarni o'z ichiga oladi. Bu taraqqiyot o'quv jarayonida kechgani uchun ham to'g'ri tashkil etilgan o'quv faoliyati bola psixikasining muvozanatiga ta'sir ko'rsatib, uning turli fikr-o'ylardan chalg'ishiga zamin yaratadi. Ayniqsa, diqqat, xotira, tafakkur jarayonlari rivojlanadi. Ayni shu davrda bola mustaqil ravishda fikrlashga intila boradi. Chunki bu davrda u ko'proq o'z fikr-o'ylari dunyosida mushohada qilish, olam va uning sirlarini bilishga, nazariy bilimlarni ko'paytirishga intiladi. Buning sababi – yana o'sha kattalikka o'tish bo'lib, bolada o'ziga xos "*kattalik*" hissi paydo bo'lib, bu narsa uning gapirishi va fikrlashlarida ham ifodalanadi. Shuning uchun ham maktabda berilgan mustaqillik va to'g'ri tashkil etilgan o'qish sharoitlari, samimiylik muhiti, o'smirning mustaqil fikrlashiga katta imkoniyatlar ochishi va undagi ijodiy tafakkurni rivojlantirishi mumkin. Shunga bog'liq tarzda *o'smirning o'z falsafasi, o'z siyosati, baxt va muhabbat formulasi* yaratiladi. Mantiqan fikrlashga o'rganishi esa unga o'zicha aqliy operasiyalarni amalga oshirish, tushunchalar va formulalar dunyosida harakat qilishga majbur qiladi. Bu o'ziga xos *o'smirlik egosentrizmining* shakllanishiga – butun olam va uning qonuniyatlari unga bo'ysunishi kerakligi fikrining paydo bo'lishiga olib keladi. Shuning uchun ham aynan o'smirlik paytida bolalar o'z ota-onalari bilan hadeb tortishaveradilar. Aniq bir to'xtamga kelolmasa ham tortishish biror fikrni izhor qilish ehtiyojining o'zi unga juda yoqadi.

Shunday bo'lishiga qaramay, o'smirlik yuqorida ta'kidlanganidek, qarama-qarshiliklarga boy davrdir. Uni ba'zi olimlar "krisislar, tanazzullar" davri ham deb ataydilar. Sababi – bola ruhiyatida shunday inqiroziy holatlar ko'p bo'ladiki, u bu inqirozni bir tomondan o'zi hal qilgisi keladi, ikkinchi tomondan, uni hal qilishga imkoniyati, kuchi va aqli yetishmaydi. Masalan, "kattalik hissigi" to'sqinlik qiladigan omillardan biri – bu ularning o'z ota-onalaridan moddiy jihatdan qaramligi. Ruhan qanchalik o'zlarini katta deb his qilmasin, o'smir maktabga ketayotib, onasidan yoki otadan pul so'raydi, ular esa bolaga bolalarcha munosabatda bo'lib, ozginagina pul beradilar. Ikkinchidan, kattalarday bo'lishni xohlaydi, lekin qiz bola onasining, o'g'il bola otasining kiyimini toshoyna oldida kiyib ko'rsa, baribir yarashmaydi. Ya'ni, tashqi ko'rinishdagi

kamchiliklar – hali qaddu-qomadning kelishmaganligi, uning ustiga yuzlari va tanasida paydo bo'ladigan noxush toshmalar uning ruhan salbiy hislarni boshdan kechirishiga olib keladi. Ya'ni, bu yoshni “*arosat*” *yoshi* ham, deb atash mumkin, chunki katta bo'lib katta emas, bola ham emas. Shularning barchasi o'smirlik davridagi ruhiy tug'yonlarga sabab bo'ladi. Lekin shularga qaramay, bola o'zi bilib, bilmay o'z aqliy salohiyatini o'stirishga tirishadi, chiroyli fikrlashga tashna bo'ladi va bu – uning psixik taraqqiyotidagi eng muhim o'zgarish hisoblanadi.

O'smir shaxsining takomillashuvi va shakllanishiga turtki bo'lgan omillardan biri – o'quv faoliyati motivlaridagi sifat o'zgarishidir. Kichik maktab yoshidagi boladan farqli, o'smir endi faqat bilimlar tizimiga ega bo'lish, o'qituvchining maqtovini eshitish va “5” baholarni ko'paytirish uchun emas, balki tengqurlari orasida ma'lum *ijobiy mavqayeni egallash*, kelajakda yaxshi odam bo'lish uchun o'qish motivlari ustivor bo'lib boradi. Lekin I.V.Dubrovinaning bergan ma'lumotlariga ko'ra, o'quv faoliyati motivlari orasida umuman bilish, yangi bilimlarga ega bo'lish motivi kuchsiz bo'lgani sababli, ular maktabga borgisi kelmaydi, o'qishga og'rinib kelib, salbiy emosiyalar va xavotirlik hislarini boshdan kechiradilar (o'rtacha 20% o'quvchilar). Bu kattalarning o'smir bilan ishlashini qiyinlashtiradi.

O'smirning shaxs sifatida taraqqiyotida ikki xil holat kuzatiladi: bir tomondan, boshqalar, tengqurlar bilan yaqinroq aloqada bo'lishga intilish, guruh normalariga bo'ysunish, ikkinchi tomondan, mustaqillikning oshishi hisobiga bola ichki ruhiy olamida ayrim qiyinchiliklar kuzatiladi. O'zgalarni anglash bilan o'z-o'zini anglash o'rtasida ham qarama-qarshiliklar paydo bo'ladi. Ko'pincha o'smir o'z imkoniyatlarini yuqori baholaydi, boshqalar esa uning kuchi, irodasi va salohiyatiga ishonchsizlik bilan qaraydi. Lekin shunday bo'lsa-da, o'zini nima qilib bo'lsa ham hyech bo'lmaganda tengqurlar jamiyati tomonidan tan olinishiga erishishga intiladi va ular bilan muloqot hayotining ma'nosiga aylanib qoladi. Agar mabodo o'smir shu davrda biror sabab bilan tengqurlari jamiyati tomonidan inkor qilinsa, u bunga juda katta mudhish voqyeaday qaraydi, maktabga bormay qo'yishi, hattoki, suisidal harakatlar (o'z joniga qasd qilish)ni ham sodir etishi mumkin.

O'smirlik davridagi qiyinchiliklarning oldini olishning eng ishonchli va foydali yo'li – bu uning biror narsaga turg'un qiziqishiga erishish, faoliyat motivlarini mazmunliroq qilishdir. Masalan, shu davrda texnikaga qiziqib qolgan bola qiziqishini qondirish shart-sharoitining yaratilishi, bekor qolmasligiga erishish, har bir harakatini rag'batlantirish, unga bir ish qo'lidan keladigan odamday munosabatda bo'lish katta pedagogik ahamiyatga ega. Uning qiziqishlarini bila turib, oldiga yangidan yangi maqsadlar qo'yish – bola shaxsining rivojiga asosdir. Shundagina uning o'z “Men”i to'g'risidagi tasavvurlari ijobiy, o'z-o'ziga bahosi obyektiv va adolatli bo'ladi, o'zining nimalarga qodirligi va kim ekanligi haqida yaxshi fikrlar paydo bo'ladi.

Bu davrda kattalar e'tibor berishlari lozim bo'lgan yana bir holat bor. Bu o'smirning o'zligini ta'kidlash uchun turli zararli odatlarni o'zlashtirishidir. Masalan, o'g'il bolalar sigareta chekish, giyohvand moddalarni iste'mol qilish orqali o'z shaxsini boshqalar, tengqurlari davrasida uqtirmoqchi bo'ladi. Bu narsa o'ta jiddiy tarbiyaviy muammo bo'lib, oilada yoki maktabda sinfdoshlari orasida o'quv yoki mehnatda o'zidan rozi bo'lolmagan bola ko'pincha ana shunday zararli yo'lni tanlaydi. Shuning uchun ham kattalardan o'smiringa alohida e'tibor, yaxshi o'qishi uchun shart-sharoit, uning shaxsiyatiga hurmat talab qilinadi. Ijtimoiy foydali mehnat bilan band qilish, o'qishdagi yutuqlarini vaqtda rag'batlantirib turib, hamkorlikda mustaqil ravishda to'g'ri qarorlar qabul qilishga o'rgatish ancha yaxshi ijobiy natijalar beradi.

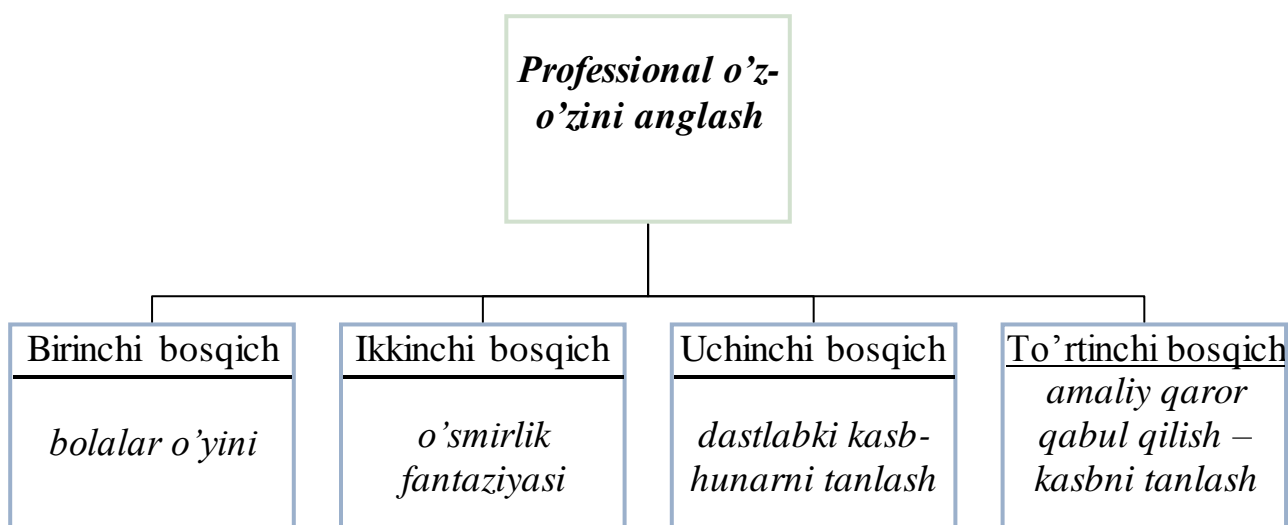
O'spirinlik davri

Yuqori sinfga o'tgan o'spirin psixologiyasining o'ziga xosligi shundaki, u hozirgi paytini, buguni va ertasini kelajak nuqtai nazaridan, istiqbolga nazar bilan qabul qiladi. Aynan shu davrga kelib, o'spirin turli kasblarga qiziq boshlaydi, o'zining kelajakda kim bo'lishini tasavvur qila boshlaydi. Demak, o'z-o'zini professional nuqtai nazardan ajratish, tasavvur qilish – o'spirinlikning eng muhim yangiligidir. Professional taraqqiyotning asosiy bosqichlarini ajratar ekan, Ye.A. Klimov (1996), alohida **“optasiya”** (lotincha so'z: *optatio* – xohish, tanlov) bosqichini ajratadi va uning xarakterli tomoni – odam tomonidan professional taraqqiyotning bosqichi tanlanishidir, deb e'tirof etadi. Optasiya bosqichi 11-12 yoshdan 14-18 yoshgacha bo'lgan taraqqiyot davrini o'z ichiga oladi.

Biror aniq kasb-hunarni tanlash va o'z faoliyatini shunga yo'naltirish o'spirin shaxsi uchun juda katta ahamiyatga ega. Ana shunday tanlovning adekvat va to'g'ri bo'lishi o'spirindagi bilish bilan bog'liq qiziqishlar va professional yo'nalishning shakllanganligiga bog'liq bo'ladi. Professional qiziqishlar shakllanishining o'zi olimlar tomonidan to'rt bosqichli jarayon sifatida qaraladi. Uning **birinchi bosqichi** 12-13 yoshlarga to'g'ri keladi va o'ta o'zgaruvchanligi, shaxsdagi bilish jarayonlari va asl iqtidor bilan bog'lanmaganligi bilan xarakterlanadi. 14-15 yoshlarga to'g'ri keladigan **ikkinchi bosqichda** qiziqishlar paydo bo'ladi, ular ko'p bo'lib, bevosita bolaning bilish imkoniyatlari va shaxsiy xususiyatlari bilan bog'liq bo'ladi. **Uchinchi bosqichda**, 16-17 yoshlarda qiziqishlarning shunday integrasiyasi ro'y beradiki, ular avvalo jinsiy xususiyatlar va shaxsdagi individual xususiyatlar bilan bog'liq holda rivojlanadi. Masalan, qizlar va o'g'il bolalar o'zlariga mos, yoqtirgan va yarashadigan kasb-hunarni tanlay boshlaydilar. L.Golovey (1996) fikricha, **to'rtinchi** – hal qiluvchi bosqichda qiziqishlar doirasi sezilarli darajada torayib, professional yo'nalish shakllanib bo'ladi va u kasb tanlash bilan yakunlanadi.

O'zining yuqori pog'onasiga ko'tarilgan qiziqishlar o'spirinning professional yo'nalishi va to'g'ri kasb-hunarni tanlashiga zamin yaratadi. Ular boladagi individual-psixologik xususiyatlar va jinsiy farqlar bilan bog'liq bo'lgani uchun ham o'g'il bolalar ko'proq – texnik va iqtisodiy yo'nalishlarni, qizlar esa, ijtimoiy-gumanitar va badiiy sohalar bilan bog'liq kasblarni tanlaydilar.

Umuman, inson hayotida *professional o'z-o'zini anglash* katta o'rin tutadi va u juda yoshlik paytidanoq shakllana boshlaydi. Bu jarayonni bosqichlarda tasavvur qilish mumkin.



37-rasm. Professional o'z-o'zini anglash bosqichlari

Birinchi bosqich: bolalar o'yini, bunda bola ilk yoshlikdanoq u yoki bu kasbga bog'liq professional rollarni qabul qiladi va uning muhim elementlarini o'zicha "o'ynaydi" ("o'qituvchi", "doktor", "traktorchi", "futbolchi", "artist" va shunga o'xshash).

Ikkinchi bosqich: – bunda o'smir o'ziga juda yoqqan professional rolni xayolan egallaydi.

Uchinchi bosqich: kasb-hunarni dastlabki tanlash – o'smirlik va ilk o'spirinlik davriga to'g'ri keladi. Turli-tuman faoliyat turlari dastlab o'smirning qiziqishlari nuqtai nazaridan ("prokurorlikka qiziqaman, demak, yurist bo'lishim kerak"), keyin uning qobiliyatlari nuqtai nazaridan ("matematikani oson yechaman, matematik yoki muhandis bo'lsammikan?"), va nihoyat, o'smirdagi qadriyatlar tizimidagi ahamiyatiga qarab ("nochor kasallarga yordam bergim keladi, vrach bo'laman") toifalarga bo'linadi va ajratiladi.

To'rtinchi bosqich: amaliy qaror qabul qilish – kasbni tanlash. Bunda ikkita muhim jihat bor: konkret ixtisoslikni uning kvalifikatsiyasi xususiyatlari, ishning hajmi, og'irligi, mas'uliyatligi va unga yetarli tayyorgarlikning borligi. Lekin oxirgi sosiologik ma'lumotlarga ko'ra, oliy o'quv yurtini tanlash, konkret kasb-hunarni tanlashdan oldinroq yuz bermoqda. Masalan, o'spirin qiz "Men baribir Nizomiy nomli pedagogika universitetiga kiraman", deydi va so'ngra konkret fakultet tanlanadi. Shuning uchun ham ko'pincha, ixtisoslikdan, keyinchalik professiyadan "sovib qolish"lar ana shunday ustanovkalar bilan tushuntiriladi.

Bundan tashqari, kasb tanlashga ta'sir qiluvchi yana boshqa omillar ham borki, ularning hisobga olinishi ham ba'zan yoshlarning to'g'ri, o'z imkoniyatlari va qobiliyatlariga mos kasb-hunarning tanlanmasligiga sabab bo'ladi. Masalan, bunday omillarga oilaning moddiy shart-sharoiti, o'qish joyining uydan uzoqligi, o'quv tayyorgarligining saviyasi, emosional yetuklik, sog'liqning holati va boshqalar.

O'zbekiston Respublikasida kadrlar tayyorlash Milliy dasturining 1997 yilda qabul qilinishi Prezidentimiz ta'бири bilan aytganda, mustaqil fikrlaydigan, yuksak malakali kadrlar tayyorlashga xizmat qiladi. Joylarda ochilgan kasb-hunar kollejlari, akademik liseylar, viloyatlar markazlari va Toshkent shahrida tashkil etilgan Tashxis markazlari 9-sinfni tamomlagan yoshlarning iqtidori va layoqati, qiziqishlarini o'z vaqtida aniqlash, uni psixologik metodlar yordamida diagnostika qilishni amalga oshiradi. Bu tadbirlar yoshlardagi kasb-hunarga bo'lgan yo'nalishni adekvat qilish, o'z yashash joyidan uzoq bo'lmagan sharoitda zarur, o'z layoqatiga mos hunar egasi bo'lib yetishishga yordam beradi.

Yoshlardagi attraksiya va emosional munosabatlar

O'smirlik va o'spirinlik davrlari nafaqat professional tanlov va kasb egallash uchun maqbul davr bo'lmay, bu davr yoshlarning o'zligini anglash, o'z qadr-qimmatini bilish va boshqalarga nisbatan munosabatda bo'lish tajribasini egallash davri hamdir.

O'smir ham o'spirin ham qancha ichki ruhiy iztirob, qarama-qarshilik, mas'uliyat onlarini boshidan kechirmasin, uning emosional olami, atrof-muhitda ro'y berayotgan hodisalarni ongida aks ettirishi katta o'rin tutadi. Aynan o'smirlik davri bola qalbida kim bilandir sirlashish, kimnidir o'ziga eng yaqin kishi sifatida tan olish, uni ruhiyatida kechayotgan barcha o'zgarishlardan vofiq etish istagi va ehtiyojini uyg'otadi. Birinchi marta "do'stlik", "muhabbat", "sevgi" tushunchalari ham aynan shu davrda paydo bo'ladi. Shuning uchun ham yetuklik va

keksalik davridagi kishilar ham o'smirlik va o'spirinlik yillarini eng beg'ubor, jozibali va yoqimli sifatida xotirlaydilar.

Bu taraqqiyot davri **attraksiya** deb atalmish hissiyotning paydo bo'lishi uchun eng maqbul davrdir. *Attraksiya* (lotincha *attrahere* – yoqtirish, o'ziga jalb etish) – *bu bir insonning boshqa bir insonga ijobiy munosabati asosida yoqishi va yoqtirishi, o'zaro moyillikni tushuntiruvchi emosional hisdir.* Bu bir odamda boshqa bir odamga nisbatan shakllanadigan ijtimoiy ustanovkaning bir ko'rinishi bo'lib, simpatiya – yoqtirishdan tortib, to sevgi muhabbat kabi chuqur emosional bog'liqlik ham shu his asosida paydo bo'ladi. Ijtimoiy psixologiyada ushbu hissiyotning asl sabablari ijtimoiy motivlar – sheriklarning bevosita bitta makon va zamonda ekanliklari, ularning tez-tez uchrashib turishlari, uchrashuvlar tezligi, suhbatdoshlar o'rtasidagi masofa, hissiyotlarning tarbiyalanganligi kabi omillar ta'sirida paydo bo'lishi va uning kechish mexanizmlari o'rganiladi. Tadqiqotlar bu kabi emosional munosabatlar aynan balog'at yoshi arafasida rivojlanishini isbot qilgan. Shunisi ahamiyatliki, attraksiyaning namoyon bo'lishi, uning kuchi va mazmuni o'smir-yoshning shaxs sifatida o'zini idrok qilishi, o'z-o'zini hurmat qilishi va o'zgalarga nisbatan munosabatlarda toqatiroq bo'lishiga bevosita ta'sir ko'rsatar ekan. Shuning uchun ham ana shu davrda o'smir va o'spirin atrofida u yoqtirgan va uni yoqtiradigan odamlarning bo'lishi juda katta tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'lib, uning aksi bola ruhiy azoblanishining sabablaridan hisoblanadi.

Do'stlik

O'smirlik va o'spirinlik yoshida paydo bo'ladigan barcha muammolarni yechish va u bilan o'rtoqlashish uchun bolaga do'st kerak. Psixolog tili bilan aytganda, do'st – bu “alter – Ego”, ya'ni ikkinchi “Men” bo'lib, u o'sha paytdagi “Men”ning bir qismi sifatida idrok qilinadi. Bu shunday odamki, shaxs u bilan barcha dardu-hasratlarini muhokama qiladi, muammolarini uning oldiga to'kib soladi. Do'stlikning boshqa intim, emosional hissiyotlardan farqi shuki, u odatda bir jins vakillari o'rtasida bo'ladi va do'stlar odatda 2 kishi, ayrim hollarda 3-4 kishi bo'lishi mumkin.

Do'stlikning ham ko'zlagan *maqsadlari* bo'ladi: u amaliy, ish-faoliyat bilan bog'liq, sof emosional (ya'ni, muloqot ehtiyojlarini qondirish), rasional (intellektual muammolarni hal qilishga asoslangan), axloqiy (o'zaro insoniy sifatlarni takomillashtirishga xizmat qiluvchi) bo'lishi mumkin. Do'stlikning asosiy sharti – *o'zaro bir-birini tushunish.* Shu shart bo'lmasa, do'stlik haqida gap bo'lishi mumkin emas. Agar ana shunday tushunish bo'lsa, do'stlar gap-so'zsiz ham qiliqlar, yuz ifodasi, yurish-turishga qarab ham bir-birlarini tushunib olaveradilar.

Ikki jins vakillari o'rtasida ham do'stlik bo'lishi mumkin, faqat u ko'pincha tanishuv bilan sevgi-muhabbat o'rtasidagi oraliqni to'ldirishga xizmat qiladi. Do'stlarga xos bo'lgan sifatlarga bir-birini ayash, g'amxo'rlik qilish, ishonch, shaxsiy muammolarga befarq bo'lmaslik, qo'llab-quvvatlash, mehr kabilar kiradi. Ularning ardoqlanishi do'stlikning uzoq davom etishi va ikkala tomon manfaatiga mos ishlarni amalga oshirishga undaydi. Do'sti yo'q o'smir yoki o'spirin o'zini juda baxtsiz, nochor hisoblaydi. Ayniqsa, agar do'sti xoinlik qilsa, uning kutishlariga zid ish qilsa, bu holat juda qattiq ruhiy izzatoblarni keltirib chiqaradi. Shuning uchun ham har bir yosh o'z do'stini xafa qilib qo'ymaslik, uning ko'ngliga qarab ish qilishga harakat qiladi. Agar ilk o'spirinlikda do'stlik mazmunan ancha yuzaki, bevosita muloqot maqsadlari asosida tashkil etilgan bo'lsa, yosh o'tgan sari u hayot mazmuni va yuksak qadriyatiga aylanib boradi.

Sevgi

Agar do'stlik attraksiya namoyon bo'lishining birinchi ko'rinishi bo'lsa, sevgi qalblar yaqinlashuvining muhim alomatidir. *Sevgi* – bu nafaqat hissiyot, balki boshqalarni seva olish qobiliyati hamda sevimli bo'la olishdir. Shuning uchun ham o'smirlar va o'spirinlar uchun bu hissiyotning borligi juda katta ahamiyatga egadir. Aynan o'smirlar va ilk o'spirinlikdagi sevgi beg'ubor, tiniq, samimiy bo'lib, yosh o'tgan sari uning mazmuni boyib, boshqa qadriyatlar ham o'rin egallay boshlaydi. To'g'ri, o'smir bilan o'spirin sevgisida ham sifat farqlari bor. Masalan, o'smirlar bir-birlariga mehr qo'yishganda ko'proq sheriklarning tashqi qiyofalari, intellektual imkoniyatlari va ijtimoiy mavqalariga e'tibor beradilar. Haqiqiy sevgi o'spirinlik yillarining oxirlarida paydo bo'lib, uning asosiy mezoni endi tashqi belgi va afzalliklar emas, balki *insoniy fazilatlar* bo'lib xizmat qiladi.

Sevgi – bu shunday tuyg'uki, u bir shaxsning ikkinchi shaxs ustidan mutloq ustunligi yoki afzalligini inkor etadi. Bunday hissiyot esa sevgi bo'lmaydi. Shuning uchun ham o'spirinlik yoshidagi yigit va qizlar guruhda muloqotda bo'lishni va bunda teng huquqli munosabatlar bo'lishini xohlaydilar. Bu talab sevishganlar uchun ham qonun hisoblanadi. Do'stlikdan farqli, bu yerda turli ko'rinishlar yoki turlarni ajratish mumkin emas. Bu hissiyot shundayki, u tomonlarni faqat axloqan va ma'naviy jihatdan yaqin bo'lishini taqozo etadi. Sevgan yurak ma'naviy jihatdan yaxshi, ulug' va ijtimoiy jihatdan manfaatli ishlarni qilishga qodir bo'ladi. To'g'ri, ko'pchilik ota-onalar o'quvchilik yillarida paydo bo'lgan sevgi hissidan biroz cho'chiydilar, uni cheklashga, hattoki, qizlarga ta'qiqlashni ham afzal ko'radilar. Lekin aynan shu hisning borligi yoshlarni ulug'vorroq, samimiyroq, har narsaga qodir va kuchliroq qiladi. Sevgida "ishi yurishmaganlarning" esa boshqa sohalarda ham ishi yurishmaydi. Ular o'zlarini tushkun, baxtsiz, omadsiz hisoblaydilar.

Olimlar sevgining yoshlarda namoyon bo'lishi va uning psixologik tahlilini o'rganishgan. Ma'lum bo'lishicha, sevgining dastlabki bosqichi – o'zaro yoqtirib qolish – *simpatiya* bo'lib, bunda asosan sevgi obyektining tashqi jozibasi rol o'ynaydi. Masalan, o'zbek xonatasini chiroyli qilib tikrib olgan qizchanning davrada paydo bo'lishi, tabiiy ko'pgina yigitlarning e'tiborini beixtiyor o'ziga tortadi. Ulardan ko'pchiligi birdaniga, bir vaqtda aynan shu qizchani "yoqtirib" qolishadi. Lekin davradagi qaysi yigit unga ham ma'lum jihatlari bilan yoqib qolsa, o'zaro simpatiya shu ikki shaxs o'rtasida ro'y beradi. Vaqtlar o'tib, bu ikki yosh bir necha marta uchrashib turishsa, oddiy yoqtirish sevgiga, jiddiyroq narsaga aylanishi mumkin. Shu narsa ma'lumki, aynan shu qonuniyatni bilgani uchun ham ko'pchilik o'spirinlar birinchidan, davralarda bo'lishni, qolaversa, birovlariga yoqish uchun tashqi ko'rinishlariga alohida e'tibor berishga harakat qiladilar. Yoqimtoy bo'lishga harakat qilsa-yu, birortaning e'tiborini o'ziga tortolmagan o'spirin esa bu holatni juda chuqur qayg'u bilan boshdan kechiradi. Agar xuddi shunday narsa bir necha marta surunkalik takrorlansa, o'sha yosh davralarga ham bormay qo'yadigan, o'zi haqida yomon fikrlarga boradigan, faqat ayrim hollardagina hammani o'ziga "dushman" bilib, xafa bo'ladigan bo'lib qoladi.

Ilmiy-amaliy izlanishlarning ko'rsatishicha, sevishganlik o'spirin yoshlarning shaxs sifatlariga bevosita ta'sir ko'rsatib, uning xatti-harakatlarida namoyon bo'ladi. Masalan, sevishganlar boshqalardan farqli, ikki marta ziyod o'zaro gaplashishar, gaplari sira ado bo'lmas ekan. Bundan tashqari, bundaylar sakkiz (!) marta ortiq bir-birlarining ko'zlariga qarab vaqt o'tkazisharkan.

Yana shu narsa aniqlanganki, sevgi bilan bog'liq hissiyotlar har bir jins vakilida o'ziga xos

xususiyatlarga ega ekan. Masalan, o'spirin yoshlar qizlarga nisbatan romantizmga beriluvchan, tezginada yaxshi ko'rib qoladigan bo'lisharkan. Ularning tasavvuridagi sevgi ancha romantik, ideal ko'rinishga ega bo'ladi. qizlar esa yigitlarga nisbatan sekinroq sevib qolishadi, lekin sevgini ututish, undan voz kechish ularda osonroq kecharkan. Agar yigitlar bir ko'rishdayoq yoqtirib qolgan qizni sevib ham qolishi ehtimoli yuqori bo'lsa (eksperimentlarda sevgi bilan simpatiyaning korrelyasion bog'liqligi kuchli), qizlarda bunday bog'liqlik ancha past ekan, ya'ni hamma yoqtirganlarini ham sevmas ekan, umuman simpatiyaning paydo bo'lishi ham biroz qiyin ekan.

Bunday tashqari, o'spirinlik yillaridagi sevgi va muhabbat hissi nafaqat qarama-qarshi jins vakiliga qaratilgan bo'ladi, balki aynan shu davrda ota-onaning qadrlanishi va ularga nisbatan sevgi-muhabbat, yaqinlar - aka-uka, opa-singil, hayotda ibrat bo'ladigan kishilarni yaxshi ko'rish, vatanni sevish kabi oliy hislar ham tarbiyalanadi. Shuning uchun ham haqiqiy yuksak muhabbat sohiblari bo'lmish yoshlarni tarbiyalash – jamiyatda insoniy munosabatlarni barqarorlashtirish, odamlar o'rtasida samimiy munosabatlar o'rnatish va ma'naviyatni yuksaltirishga xizmat qiladi.

Ta'limning barcha bosqichida ma'naviy tarbiyaning ajralmas bo'lagi sifatida ana shunday samimiy munosabatlarni tarbiyalash, targ'ib etish, kerak bo'lsa, yoshlarga ana shunday sevgi va sadoqat haqidagi qadriyatlarimizni ongga singdirishimiz kerak. Sevgi va muhabbat hislari keng ma'noda – Vatanga, yurtga, xalqqa, borliqqa, kasbga va yaqin kishilarga qaratilgan bo'lishi kerak.

Agar shaxs kamol topayotgan oilada samimiy munosabatlar muhiti mavjud bo'lsa, uning yaqinlari, tengqurlari, do'stlariga mehr-muhabbati doimo qo'llab-quvvatlab turilsa, bu oddiy insoniy iliq hislar kelajakda yuksak hislarga – Vatanga, yurtga muhabbat, do'stga sadoqat, ota-onaga mehr-sahovat, yaqinlar e'zozlash, mulkka nisbatan tejamkorlik kabilar aylanadi. Bularning mavjudligi shaxs barkamolligi va undagi insoniy fazilatlar mavjudligining muhim mezonlaridandir.

9.5. Yetuklik davri psixologiyasi – Akmeologiya

Oxirgi yillarda psixologiyada nafaat bolalar psixologiyasiga, balki yetuklik davri va keksalik muammolariga ham alohida e'tibor qaratilmoqda. Yetuklik davrining bosqichlarini tasavvur qilish uchun amerikalik olimlar quyidagi tasnifni taklif etishadi (5-jadval).

5-jadval. Levinson tasnifi bo'yicha yetuklik davrining bosqichlari

bosqich	tasniflar	yosh ko'rsatkichlari
0	kattalar hayotigacha bo'lgan davr	tug'ilishdan 22 yoshgacha
1	yoshlik davriga qadam qo'yish	17-22
2	yoshlik davrida mustaqil hayotning boshlanishi	22-28
3	o'ttiz yoshlilik davriga qadam qo'yish	28-33
4	yoshlikning kulminasion bosqichi	33-40
5	hayotning o'rta davridan o'tish	40-45

6	ellikyoshlilik davriga o'tish	50-55
7	hayotiy siklda yetuklikning kulminasion davri	55-60
8	keksalikka o'tish	60-65

Umuman olganda, shaxsning shakllanishi bir umr davom etuvchi jarayon bo'lib, bunda, ayniqsa, o'smirlik davri va insonning o'z-o'zini tarbiyalashi jarayoni beqiyos katta o'rin tutadi. Hozirgi paytda katta yoshlilar ta'limi dasturlarini faol tatbiq etish, ulg'aygan insonning komillikka erishishiga ko'mak ko'rsatish bir qancha ta'lim muassasalarining markaziy vazifasiga aylanmoqda. Hatto ulg'aygan shaxsning rivojlanish va komillikka erishish jarayonini o'rganuvchi maxsus fan – Akmeologiya ham paydo bo'ldi. Shunday qilib, **akmeologiya** (grekcha “**akme** – cho'qqi, yuqori pog'ona, gurkiratuvchi kuch” ma'nolarini bildiradi) ilmu-fanning shunday yangi tarmog'iki, u insonni o'z taraqqiyoti dinamikasida, takomili hamda hayot-faoliyatining turli bosqichlarida o'zidagi eng kuchli qobiliyatlarini namoyon qilishining kompleks masalalarini o'rganadi. Ya'ni, u shaxsni o'z takomili jarayonida, ana shu taraqqiyot va yuksalishning obyektiv hamda subyektiv omillari doirasida tadqiq etadi. “Akmeologiya” tushunchasi birinchi marta fanga rus olimi N.A.Ribnikov tomonidan 1928 yilda kiritilgan bo'lib, uning o'zi bu fan predmetini yetuk insonlarning shakllanishi jarayonidir, deb ta'riflagan edi. Lekin tom ma'nodagi jiddiy fan sifatida uning shakllanishiga yana bir rus psixologi B.G.Ananyev va uning izdoshlari bo'lgan peterburglik olimlar alohida ulush qo'shishgan. Ularning ta'kidlashlaricha, akmeologiyaning predmeti – odamning ijodiy salohiyati bo'lib, u inson tomonidan o'ziga inoyat etilgan barcha imkoniyatlar va iqtidorni qanday qilib, qanday shart-sharoitlarda, qaysi qonuniyatlar ta'sirida ro'yobga chiqarishini kompleks tarzda o'rganadi.

Akmeologiya fanining asosiy vazifasi ongli faoliyat subyekt bo'lmish shaxsni turli faoliyat jarayonlarida, xususan, tanlagan kasb-kori, ixtisosligi doirasida o'z ijodiy salohiyatini to'la ochish va amalda namoyish etishiga bog'liq bo'lgan bilimlar, amaliy ko'nikmalar, malakalar, texnologiyalar bilan ta'minlash, tanishtirishdir. V.Zazikin va A.Chernishovlarning yozishicha, “mohiyatan bu yetuk, barkamol insonlarning rivojlanishi to'g'risidagi fandir”. Shuning uchun ham bu fan bugun biz uchun juda muhim va uning imkoniyatlari deyarli ochilmagan. Milliy istiqloq g'oyalarida barkamol shaxs, komil inson g'oyasi yetakchilardan sifatida berilgan ekan, biz yosh avlod tarbiyasida uning o'z imkoniyatlarini rivojlantirishga o'rgata olishimiz, o'zligini anglash orqali, har bir taraqqiyot bosqichida o'z “akme”si – barkamollik cho'qqisining nimalar va qanday omillar hisobiga rivojlanishi mumkinligini o'rgata olishimiz kerak.

Biror kasb-korni tanlagan talaba yoki mutaxassis o'sha o'zi tanlagan hunarda yuqori smaralarga erishish uchun o'zidan shaxsan qaysi sifatlari talab qilinishini yaxshi bilishi va shu orqali kasbiy mahorat yoki professionalizm cho'qqilarini zabt etishi mumkin. Kasbiy mahorat – bu shunday ulug' ne'matki, uning samarasi nafaqat o'sha insonning – kasb sohibining o'ziga, yaqinlari, oilasiga naf keltiradi, balki buning oqibati yaxlit jamiyat va insoniyatga manfaatli ekanligini uni ijodiy ishlashga, o'z takomil darajasidan qoniqmagan holda tinimsiz izlanishda bo'lishga undaydi.

Shuning uchun ham yangi ta'lim standartlari doirasida mutaxassislar tayyorlash bugungi kunda har bir domladan, professor-o'qituvchidan talabning iqtidori va ijodiy salohiyatini to'la namoyon etish va taraqqiyotini ta'minlovchi har bir omilning o'rnini ko'rsata bilishni taqozo etadi. Bu yangicha ta'limdagi innovasion yondoshuvlardan biridir. Har bir talaba yuqorida ta'kidlaganimizdek, o'z, shaxsiy akmesini aniqlab olishi uchun unda o'sha tanlagan ixtisosligiga

nisbatan kuchli undovchi motivlar, hayotda esa muvaffaqiyatlarga erishish motivi yoki yutuqlarga erishish ehtiyoji kuchli rivojlangan bo'lishi lozim.

9.6. Asosiy tushuncha va atamalar

Shaxs taraqqiyoti; ijtimoiy va genotipik omillar; yosh davrlari psixologiyasi; genetik, tug'ma yoki orttirilgan ijtimoiy omillar; intellektni rivojlanish bosqichlari; bolalik; ilk yoshlik davri; maktabgacha tarbiya yoshi davri; bolalikning maktab davri; o'smirlik va o'spirinlik davrlari; professional o'z-o'zini anglash bosqichlari; attraksiya va emosional munosabatlar; do'stlik; sevgi; yetuklik davri psixologiyasi; akmeologiya.

9.7. Rezyume

Xulosa qilib aytganda, O'zbekistonda Kadrlar tayyorlashning Milliy dasturida ta'kidlangan innovasion, yangicha hamda progressiv ta'limning mohiyati ham, aynan, akmeologik omillarni inobatga olganligi, shaxsga individual, insonparvarlik tamoyillari asosida yondoshuv zarurligi e'trof etilganligi va bular o'z navbatida talabalardagi professional mahoratni o'stirishni nazarda tutganligi bilan ahamiyatlidir. Bu vazifalarning amalda ro'yobga chiqishi har bir shaxsning taraqqiyot davrlariga mos ravishda rivojlanishi va mehnatining mahsuldorligiga erishishini ta'minlaydi hamda shaxsning jamiyatdagi mavqeyini mustahkamlaydi.

9.8. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

21. Shaxs taraqqiyotidagi muhim ahamiyat kasb etadigan qanday ijtimoiy va genotipik omillar bor?
22. J.Piajening intellektni rivojlanish bosqichlari klassifikasiyasi nimaga asoslanadi?
23. 1965 yili XFAning maxsus simpoziumida qabul qilingan yosh davrlari sxemasi xususida nimalarni bilasiz?
24. Fanda shaxs "Men"ining rivojlanish bosqichlariga tayanadigan klassifikasiyani yaratilishiga kim sababchi bo'lgan?
25. Nima uchun bolalik – ilk yoshlik davri sifatida baholanadi?
26. Bolalikning maktab davri deganda nimani tushunasiz?
27. O'smirlik va o'spirinlik davrlari nimasi bilan tafovutlanadi?
28. Professional o'z-o'zini anglashning nechta bosqichi mavjud?
29. Yoshlardagi attraksiya va emosional munosabatlar degan tushunchalarni qanday izohlaysiz?
30. Akmeologiya fanining asosiy vazifasi va predmeti xususida nimalar deya olasiz?

9.9. Bibliografiya

- Argayl M.* Psixologiya schastya. – M.: 1990. – 154 s.
Bolotova A.K. Prikladnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov / A.K. Bolotova. – M.: Gardariki, 2006. – 382 s.
Yenikeyev M.I. Obshaya i sosialnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Norma, 2005. –

624 s.

Zazikin V.G., Chernishov A.P. Akmeologicheskiye problemi professionalizma: Soderjaniye, formi i metodi obucheniya v visshey shkole: Obzor inform.vip. 6. NIIVSh. – M.: 1993.

Karimova V.M. Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.

Karimova V.M., Akramova F.A. Psixologiya. Ma'ruzalar matni. 1-qism. – T.: TDIU, 2005. – 208 b.

Mayers D. Sosialnaya psixologiya / Perv.s angl. – SPb.: Piter, 1999. – 688 s.

Maxmudov I.I. Boshqaruv psixologiyasi: O'quv qo'llanma / Mas'ul muharrir: *A.Xolbekov.* – T.: DJQA "Rahbar" markazi; "YUNAKS-PRINT" MChJ, 2006. – 230 b.

Obuxova L.F. Vozrastnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Vissheye obrazovaniye; MGPPU, 2006. – 460 s.

Osorina M.V. Sekretiy mir detey v prostranstve mira vzroslix. – SPb.: 1998.

Slovar prakticheskogo psixologa // Sost. *S.Yu.Golovin.* – Minsk: Xarvest, M.: OOO "Izdatelstvo AST", 2003. – S. 635-721.

Stepanova Ye.I. Psixologiya vzroslix – osnova akmeologii. – SPb.: 1995.

Chaldini R. Psixologiya vliyaniya. – SPb.: Piter, 2004. – 286 s.

G'oziyev E.G'. Psixologiya. – T.: 1994.

Erikson E. Detstvo i obshestvo. – SPb.: 1996

IV qism

Shaxs va ijtimoiylashuv

X Bob

SHAXS IJTIMOY-PSIXOLOGIK FENOMEN SIFATIDA

Bobning qisqacha mazmuni

Uch savolga – turfa xil javob. Ijtimoiy-psixologik tafakkurning mohiyati. Ijtimoiy psixologiya fan sifatida o'z oldiga qo'yadigan uchta asosiy savol-muammoning mazmuni. Ijtimoiy stereotiplar. Qadriyatlar tizimi. Ijtimoiy identifikasiya.

“Nega?”, “Nima uchun?” yoxud ijtimoiy xulqning motivlari. Agressiv xulq-atvor. Sabablar yoki motivlar tizimi.

Agressiya va egressiya: sabab va oqibat. Robert Beron va Debora Richardsonlarning ilmiy izlanishlari tahlili. Agressiyaga moyillik darajasi. Egressiv xulqning motivasiyasi. P.Dereshkyavichus va L.Yovayshalarning egressiv xulqning keltirib chiqaruvchi sabablar haqidagi qarashlari. Mustaqil fikrlash.

10.1. Uch savolga – turfa xil javob

Bugun tom ma'noda olib qaralganda, ijtimoiy hayot muammolarini, umuman ijtimoiy-gumanitar fanlarning hayotdagi o'рни va salohiyatini chamalashda ijtimoiy psixologiyani chetlab o'tib bo'lmaydi. Bu fanning ma'lum ma'nodagi inqirozini va rivojlanmay qolganligini eng avvalo jamiyatdagi tuzum bilan, odamlarning u yoki bu mafkuraviy bo'hronlar ta'sirida bo'lganligi bilan izohlash mumkin. Zero, aslida ijtimoiy-psixologik tafakkurning o'zi inson kabi qadimiy va o'lmasdir. Chunki odam jamiyatda yashar va o'zining ma'lum ma'noda boshqalarga bog'liqligini anglar ekan, uning shuurida ijtimoiy psixologiya fan sifatida o'z oldiga qo'yadigan quyidagi uch asosiy savol-muammo har doim ko'ndalang bo'laveradi:

- + odamlar bir-birlari to'g'risida qanday o'ylashadi? Bu – ijtimoiy borliqning ongimizdagi aksini bildiradi;
- + odamlar bir-birlariga qanday ta'sir ko'rsata oladilar? Bu – konformizm, e'tiqodlilik va ijtimoiy ta'sirning bizdagi madaniy tamoyillar, odatlar, ko'nikmalar orqali kundalik xatti-harakatlarimiz mezoniga aylanishini tushuntirishdir;
- + ular bir-birlariga qanday munosabatda bo'ladilar? Bu – yangicha munosabatlar tizimida – insoniylik va iymon, dinu-diyonat, maslak va biddiyatlar ta'sirida nima uchun adovat – jaholatga, mayllar – altruizmga, nizolar – adolatga aylanishi mumkinligini va boshqa dolzarb ijtimoiy muammolarni o'rganish vositasidir.

Nima uchun aynan bugun insoniy munosabatlar va ularni boshqarish masalasi dolzarb bo'lib, ijtimoiy hayot sirlarini bilishga ehtiyoj kuchaydi?

*Birinchi*dan, aytish mumkinki, dunyo miqyosida global tarzda **ijtimoiy stereotiplar** barham topib, o'zgarib boshladi. Kechagina mumkin bo'lmagan narsalarga bugun ruxsat bor, kecha umuman erkinlik, demokratiya tushunchalarini g'uyoki, G'arb madaniyati deb e'tirof etgan bo'lsak, bugun butun jamiyat bu jarayonlar bilan yashay boshladi, buning natijasida inson ongi, uning boshqalarga munosabatlari ham o'zgardi.

*Ikkinchi*dan, **qadriyatlar tizimi** o'zgardi. Umuminsoniy qadriyatlarga yaqinlashgan, xayoliy gumanizm sifatida qaragan bo'lsak, bugun o'z milliy qadriyatlarimizni qaytarish barobarida bu qadriyatlarni ham qabul qilmoqdamiz. Qabul qilmaslik esa odamlar, eng avvalo, yoshlar ongida shunday vakuumni hosil qilmoqdaki, buning oqibatlariga hayotimizda misollar ko'p (diniy aqidaparastlik, jinoyatchilik, giyohvandlik va hokazo). Masalaning muhim tomoni yana shuki, rivojlangan G'arbning o'zi bugun Sharq madaniyatini, Sharq mentalitetini va uning qadriyatlarini e'tirof etib, ularga munosib baho bermoqda. Demak, umumjahon globallashtirish jarayonlarida insonlar o'rtasidagi munosabatlar madaniyatlararo hamda millatlararo munosabatlar darajasigacha ko'tarildi.

*Uchinchi*dan, insonning o'zini kimlar bilandir solishtirish, taqqoslash, o'xshatish tizimida o'zgarishlar (*ijtimoiy identifikasiya*) ro'y berdi. Ijtimoiy psixologiya shaxs psixologiyasiga e'tibor berarkan, uning jamiyatda mustaqil fikrlovchi, yurtparvar va vatanparvar, fidoiy inson sifatidagi fazilatlarini anglashiga yordam berishi kerak bo'lib qoldi. Chunki ilgari "sovet fuqarosi" faqat o'sha mafkuraviy talablar qobig'ida o'zini tasavvur etar edi xolos.

Yana bir narsa – aynan mustaqillik har bir fandan, jumladan ijtimoiy-gumanitar fanlardan hayotda o'z o'rnini topish, **tadbiqiy ilmiy ishlarni** rivojlantirish, fanning ishlab chiqarishni rivojlantirishdagi mavqeyini tasavvur qilishni talab qilmoqda. Shu ma'noda ijtimoiy psixologiyaning bugungi realligimizda hayot muammolarini xal qilishdagi o'rnini tasavvur qilish joizdir.

10.2. “Nega?”, “Nima uchun?” yoxud ijtimoiy xulqning motivlari

Eng avvalo shuni e’tirof etish lozimki, inson oldida u yoki bu voqeya-hodisaning guvohi bo’lar ekanmiz, “Nega?”, “Nima uchun?” degan savollar bilan bog’liq ijtimoiy xulqning sabablarini o’rganishi kerakligi tayin. Bu masalada psixologiya ijtimoiy xulqning **motivlariga** hamda **motivasiya** masalasiga e’tibor beradi. Oddiy misol: ko’pincha, jamoat joylarida, oilada, ishlab chiqarish jarayonida odamlarning bir-birlariga nisbatan qo’pol muomalada bo’lganligining guvohi bo’lamiz. Tabiiy, savol tug’iladi: nega odamlar bir-birlariga nisbatan agressiv bo’lib qolishdi, qani o’sha insoniy bag’rikenglik, odamlar o’rtasidagi normal, madaniy muomalalar, degan.

Xorijlik mutaxassislarning (Ye.Ilin va b.q) fikricha, eng avvalo agressiv xulq-atvor bo’lishi uchun birinchi navbatda nizoli yoki odamni xavotirga soluvchi **vaziyat** bo’lishi kerak.

Lekin vaziyatning mavjudligi hali odamda janjallashishga moyillik holati paydo bo’ldi, degan ma’noni anglatmaydi. *Birinchidan*, odamlarning o’zaro muomalasida fikrlari, istaklari, qiziqishlari va maqsadlarida tafovutlar bo’lishi kerak. *Ikkinchidan*, bu tafovutlar har bir kishi tomonidan deyarli bir xil anglanishi lozim. *Uchinchidan*, bu holat hych bo’lmaganda bir tomonning ikkinchi tomonni yoqtirmasligi, ko’ra olmasligiga olib kelishi, **fikrlar amalda to’qnash kelishi** kerak.

Bu o’rinda bizdagi madaniyat va mentalitetning o’ziga xosligi bor, albatta. Bizda xulq agressiv tarzga o’tib ketishi uchun menimcha, yanada ko’proq bosqichlar talab qilinadi. Chunki vaziyatning mavjudligini yumshatuvchi, odamlarni nisbatan uzoq muddatda nizoni ichida saqlashiga olib kelgan **sharqona odob, andisha** bor. Lekin agressiv xulqning intihosi shundayki, uzoq vaqt ichida saqlangan agressiya bir kun kutilmagan tarzda namoyish etilishi mumkin. Ya’ni, bizda doimo ham bu urush, ochiq betga aytilishlar tarzida emas, namoyishkorona ishning teskarisini qilish (ayniqsa, o’smirlarda, oilada ko’proq kuzatiladi), yoki boshqa vaziyatda boshqa insondan o’ch olish orqali kompensasiya qilinadi (xotini bolasidan, rahbar xodimlaridan va hokazo). O’smirlik davrida hadeb bolaning o’zini biror narsa tufayli o’zini namoyishkorona ko’rsatishga intilishini ham aslida agressiv xulqqa moyillik, konfliktga asos bor, deb hisoblash mumkin. Demak, bu o’sha nizoli vaziyatni inson o’zidagi “ichki, ruhiy filtdan” qanday o’tkazilganiga bog’liq bo’ladi. Umumiy fikr shuki, biror narsaga agressiv munosabatning shakllanishi bir yoki alohida olingan motiv tufayli emas, balki **sabablar yoki motivlar tizimi** orqali sodir bo’lishini nazarda tutish va tarbiyaviy ishlarda bunga e’tibor berish kerak.

Ijtimoiy psixologiya bu hodisalarga insoniy munosabatlarning o’ziga xos ko’rinishi sifatida qaraydi.

10.3. Agressiya va egressiya: sabab va oqibat

Agressiya yoki kishilar o'rtasidagi kelishmovchilik oqibatida kelib chiqadigan vajohat holati – bu shunday yo'nalishki, unga oid xulosalar nafaqat psixologlarni, balki sosiologlar, huquqshunolar, pedagoglar, faylasuflar, ijtimoiy soha xodimlar, turli bo'g'in rahbarlarining barchasini qiziqtiradi. Zero, inson tabiati va uning boshqa insonlarga bog'liq jihatlari o'rganish uchun xulqning aynan shu tomonini ham o'rganish, bilish va boshqara olish kerak.

Amerikalik olimlar *Robert Beron* va *Debora Richardson*larning 2000 yilda Sankt-Peterburgda rus tilida nashr etilgan "Agressiya" nomli kitoblarida ham agressiv xulqqa nisbatan yangicha yondoshuv bayon etilgan. Xususan, kitobda agressiv xulqqa taalluqli bo'lgan asosiy nazariyalardagi (psixoanaliz, kognitiv nazariya, evolyusion, frustrasion yondoshuv va boshqalar) fikrlar keltirilganki, mualliflar ularni xulosalab, bunday xulqning aynan biologikdan ham ko'ra, ijtimoiy tabiati borligini ta'kidlaganlar. *Freydning* instinktlar to'g'risidagi nazariyasida ta'kidlangan agressiyaning tug'ma, biologik tabiatga egaligi to'g'risidagi fikridan farqli o'laroq, oxirgi yillarda o'tkazilayotgan tadqiqotlar uning aynan bir insonning boshqa insonga munosabatidan, uning o'ziga nisbatan qarashlarining ongida aks ettirishi va o'zini turli xavf-xatardan asrashning vositasi ekanligi fikrini isbotlamoqda. Aynan ijtimoiy ko'nikmalar paydo bo'lish jarayoni doirasida qaralgan agressiyani boshqarish imkoniyati borligi amerikalik olimlar xulosalari asosida yotadi.

Shu narsa alohida diqqatga molikki, agressiv xulq-atvorning kelib chiqishi va namoyon bo'lishida oila va oilaviy o'zaro munosabatlar, tenqurlar guruhi hamda ommaviy axborot vositarining roli katta ekanligi, ayniqsa, birinchi omil ta'sirchan ekanligi fikri yangi tadqiqotlarda alohida o'rin tutadi. Odatda bolalar oilada ko'rgan-kechirganlari, ota-onasining o'rinli-noo'rin tanbehleri, ba'zan ularning agressiv munosabatlarining "qurbonlari" sifatida vajohatli bo'lib borishadi. Ya'ni, oilaviy hamjihatlik, to'g'ri tashkil etilgan o'zaro muomala, tarbiya uslublari va boshqaruv usullari agressiv harakatlarning oldini oluvchi, bartaraf etuvchi muhim shartlardir. O'tkazilgan tadqiqotlardan ma'lum bo'ldiki, ota-ona o'rtasida tez-tez nizolar, kelishmovchiliklar chiqib turadigan, oiladagi bolalar o'rtasidagi (aka-uka, opa-singil va hokazo) nizolar odatiy bo'lgan oilada tarbiyalangan bolada agressiyaga moyillik darajasi yuqori bo'ladi. Chunki ayniqsa kichik yoshli bola o'zgaralar o'rtasida sodir bo'layotgan nizolar va janjallarga o'ta sezgir va kuzatuvchan bo'ladi. Shuning uchun ham oiladagi muomala madaniyati, bola ongiga ilk yoshlikdan singdiriladigan muloqatga oid qadriyatlar uning kelajakda o'zgaralar bilan bo'ladigan munosabatlarini ijobiylashtiradi.

Psixologiyada oxirgi yillarda yana bir tushuncha paydo bo'ldi, bu **egressiv xulqning** motivasiyasi tushunchasi, ya'ni kishilar o'rtasidagi nizo, bir-biriga nisbatan zo'rvonlik va vajohat kabi hissiyotlarni keltirib chiqaruvchi sabablar masalasi amaliy ahamiyatga molikdir. Shu nuqtai nazardan paydo bo'lgan tushunchalardan biri "egressiya" tushunchasidir. **Egressiya** – lotincha *egredior* – *qochish, o'zini tortish* so'zlaridan olingan bo'lib, bu shaxsning o'zini mana shunday xavotirli, nizoli, murakkab vaziyatlarda olib qochishini anglatadi. Bunday xulqning asosiy sabablarini bolliqbo'yilik olimlar *P.Dereshkyavichus* va *L.Yovayshalar* quyidagicha izohlaydilar:

- ✚ o'zgaralar tomonidan ijobiy hissiy munosabatning yo'qligi;
- ✚ o'zi to'g'risidagi bahoning o'zgalarnikidan farq qilishi;
- ✚ kuchi yetmaydigan vazifalar va talablarning muntazam qo'yilishi tufayli paydo bo'lgan

mag'lubiyatdan qo'rqish holati;

✚ o'ziga ishonchmaslik, g'olib chiqishga ko'zi yetmaslik, jazodan qochish.

Shunday qilib, bugun jahon ilmu-fani odamlar o'rtasidagi turli xil nizolarni oldini olish usullariga ko'proq e'tiborni qaratmoqda. Bizga kundalik hayotimizdan ma'lumki, biz ijtimoiy hayot normalarini buzgan, o'zgalarga tazyiq qilgan kimsalarni jazolash orqali noxushliklarning oldini olishga o'rganganmiz. Lekin ayniqsa, qonunbuzarliklar bilan jinoiy ish qilganlarning xulq-atvori o'rganilganda, ularni ana shunday bag'ritoshliklari yoki janjalkashliklari uchun jazolash unchalik samarali emas ekan. Yoki achchiqlangan odam o'z "zahrini to'ka qolsin, yengillaydi" degan sharqona yondoshuv ham u qadar foyda bermaydi. Shuning uchun ham amaliyotchi psixologlar ana shunday holatlarni oldini olish yo'l-yo'riqlari bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqish va odamlarni o'rgatishga ko'proq e'tibor bermoqdalar.

Ijtimoiy psixologiyada to'plangan ma'lumotlarga ko'ra agressiyani oldini olish yoki sodir bo'lganini yumshatishda bir qancha yo'llar bo'lishi mumkin:

✚ Tang holatlarda janjalkashlardan kimdir albatta o'zini tutishi, o'zini qo'lga olib, agressiv xulq bo'lishiga yo'l qo'ymaslikka hozirligi isbot qila olish, namoyish eta olishi. Masalan, er va xotin o'zaro janjallashib qolgan vaziyatni tasavvur qilsak, bu sharoitda o'zaro kelishmovchilik borligini sezgan ona-qaynona o'rnak namunasi ko'rsatishi mumkin. Buning uchun yo u taraflarni bosiqlikka, og'irroq bo'lishga chaqiradi, yoki yaxshi maslahat yordam bermasa, iroda va sabot bilan taraflardan birortasini, gapiga tezroq kiradiganini, masalan, o'z o'g'lini o'sha yerdan boshqa yerga, boshqa xonaga olib chiqib ketishi, yoki ajralishni ahd qilib urishayotganlardan birini masalan, kelinni dugonasinikiga "bir o'tib kelishni", yoki bozordan biror nima xarid kelish uchun yuborishi va alohida qolgan o'g'li bilan "tarbiyaviy ishni" davom ettirishi mumkin. Ya'ni, janjalli vaziyatda kimnidir vaziyatda o'zini to'g'ri va bosiqlik tutishi qolganlarga ijobiy ta'sir ko'rsatib, qilmishlaridan andisha qilib qolishlari mumkin.

✚ Agressiv harakatlarning oldini olishda tabiiy verbal reaksiyalarning, fikr-mulohazalardagi o'rinli so'zlashlarning ham ijobiy o'rni bor. Masalan, yana oila misolida olinsa, tomonlardan birining baland ovoza past bilan, yomon gapga, yaxshi bilan javob berishi qarshi tomonning hissiyotlari yo'nalishini o'zgartiradi.

✚ Agressiyani pastlashining yana bir yo'li psixologik ibora bilan aytganda "kutilmagan, nomuvofiq ta'sirning induksiyasi" bo'lib, unga ko'ra, tomonlardan birining yoki guvohning kutilmagan tarzda ish tutishi vaziyatni o'zga o'tiradi. Masalan, yana o'sha oilaviy nizo, yoki boalar o'rtasidagi agressiv janjalni oladigan bo'lsak, bunda shunday qilinadiki, urushning tashabbuskori bo'lgan bolaga onasi kutilmaganda, ko'ngliga tugib yurgan biror sovgasini, yoki boshqa biror "syurpriz" berishi, yoki janjallashishayotgan aka-ukalar ustidan chiqib qolgan onadan ular qattiq ogohlantirish yoki jazoni kutganlarga samimiy hazillar ham kutilmaganda ikkala tomonni ham fikrlashga, o'zini bosib olishiga olib kelishi mumkin.

✚ Nizoli va agressiv vaziyatlardan qutulish yoki ularni oldindan bartaraf etishning ishonchli yo'li sifatida psixologlar odamlarda muomala madaniyati va muloqot malakalarining bo'lishini e'tirof etishadi. Demak, ilk yoshlikdan bolani sog'lom muloqotga o'rgatish, sharoqona odob, iltifot, odamgarchilik, andisha va samimiyat, bag'rikenglik tamoyillariga bo'ysunib, o'zgalar bilan yashashga o'rgatish undagi agressivlikni pastlatadi, konfliktli va agressiv vaziyatlarda to'g'ri yo'l tutishga moslashtiradi. Buning uchun ijtimoiy psixologiyaning maxsus uslublari va vositalari mavjudki, ular hattoki "urushqoq shaxslarni" ham turli vaziyatlarda o'zini tuta olishga o'rgatadi. Masalan, ijtimoiy-psixologik treningning muloqotga bevosita o'rgatuvchi texnikasi aynan ana shunday uslublardan hisoblanadi.

✚ Nihoyat, har bir insonning o'zini o'zi hurmat qilishi, unda voqea-hodisalarga nisbatan mustaqil qarashlarning, mustaqil fikrning bo'lishi ham ma'lum ma'noda agressiv xaraktalar darajasini va miqdorini kamaytiruvchi muhim omildir. Ming afsuski, shunday holatlar bizda tez-tez uchraydiki, yoshlarimiz faqat taqlid qilish, aytganimizdan chiqmaslikka o'rgatib qolganligi tufayli haddan ziyod yuwosh, ishonchsiz, e'tiqodsiz va irodasiz, qo'rqqoq bo'lib qolishadiki, har qanday tanglik vaziyatlari ular ruhiyatini normal maromdan chiqaradi. Chunki bunday yoshlar va xodimlarda **mustaqil fikrning yo'qligi** tufayli, ular nochorligi hamda irodasizligi uchun jazolanaverishadi. Natijada, ular ishonchsiz, e'tiqodsiz, bora-bora asabiylashadigan, janjalkash bo'lib qolishadi. Shuning uchun ham yurtboshimiz *I.A.Karimov* yoshlarga sog'lom va teran dunyoqarashni shakllantirish, ularni mustaqil fikrlashga o'rgatishni oldimizda turgan eng dolzarb vazifa sifatida ilgari surdilar. Zero, **mustaqil fikrlash** – kundalik hayotda ro'y berayotgan voqea-hodisalarning mohiyatini, ularning sirlarini aniqlash, tahlil qilish va ajrata olishga hozirlikning mavjudligidir. Bu o'rinda *Uolter Lippmanning* fikri ham o'rinli: "Hamma bir xil fikr yuritgan yerda, hech kim ko'p o'ylamaydi".

10.4. Asosiy tushuncha va atamalar

Ijtimoiy-psixologik tafakkur; ijtimoiy psixologiya; ijtimoiy stereotiplar; qadriyatlar tizimi; ijtimoiy identifikasiya; ijtimoiy xulqning motivlari; agressiv xulq-atvor; sabablar yoki motivlar tizimi; agressiya va egressiya; sabab va oqibat; agressiyaga moyillik darajasi; egressiv xulqning motivasiyasi; mustaqil fikrlash; "subyekt-obyekt" va "subyekt-subyekt" munosabatlari; tafakkur mustaqilligi; mustaqil fikr rivojlanganligining mezonlari

10.5. Rezyume

Agressiya yoki kishilar o'rtasida paydo bo'lgan kelishmovchiliklar oqibatida kelib chiqadigan vaziyat holati bugungi kunda, nafaqat, psixologlarni, balki sosiologlar, huquqshunoslar, pedagoglar, faylasuflar, ijtimoiy soha xodimlari hamda turli bo'g'in rahbarlarini ham baravar qiziqtirayotgan dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. Bundan tashqari egressiv xulqni shakllanishiga turtki berayotgan motivasiyalar, ya'ni kishilar o'rtasidagi nizo, bir-biriga nisbatan zo'ravonlik kabi hissiyotlarni keltirib chiqaruvchi sabablar masalasini ham o'rganish anchalik amaliy ahamiyatga molik jarayonlardandir.

10.6. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

31. Ijtimoiy psixologiya fan sifatida o'z oldiga qo'yadigan qanday asosiy muammolarni bilasiz?
32. Nima uchun aynan bugun insoniy munosabatlar va ularni boshqarish masalasi dolzarb bo'lib qolgan?
33. Nega odamlar bir-birlariga nisbatan agressiv bo'lib qolishgan?
34. Sabablar yoki motivlar tizimi orqali qanday tarbiyaviy ishlar olib borish mumkin?
35. Agressiya nima?
36. Egressiya deganda nimani tushunasiz?
37. Egressiv xulqning motivasiyasi tushunchasi nimani anglatadi?

38. Agressiyani oldini olish yoki sodir bo'lganini yumshatishda qo'llaniladigan qanday yo'llar mavjud?

10.7. Bibliografiya

- Karimov I.A.* Yangicha fikrlash va ishlash – davr talabi. T.5. – T.: O'zbekiston, 1997.
- Karimov I.A.* Ma'naviy yuksalish yo'lida. – T.: O'zbekiston, 1998.
- Abilov O'.* Milliy g'oya: ma'naviy omillar. – T.: Ma'naviyat, 1999.
- Yenikejev M.I.* Obshaya i sosialnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Norma, 2005. – 624 s.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.
- Karimova V.M.* Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot Universitetlar va pedagogika institutlari uchun o'quv qo'llanma. – T.: "Universitet", 1999. – 96 b.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* "Psixologiya". 2-qism. Ma'ruzalar matni. – Toshkent: TDIU, 2005. – 125 b.
- Mayers D.* Sosialnaya psixologiya / Perev.s angl. – SPb.: Piter, 1999. – 688 s.
- Meliya M.* Biznes – eto psixologiya: Psixologicheskiye koordinati jizni sovremennogo delovogo cheloveka / Marina Meliya. – 3-ye izd. dop. – M.: Alpina Biznes Buks, 2005. – 352 s.
- Nemov R.S.* Psixologiya. Uchebnik dlya studentov vissh. ped. ucheb. zavedeniy: V 3-x t – M.: Gumanit. izd. sentr VLADOS, 2003. – 576 [640; 608] s.
- Obuxova L.F.* Vozrastnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Vissheye obrazovaniye; MGPPU, 2006. – 460 s.
- Prikladnaya sosialnaya psixologiya / Pod red. A.N.Suxova i A.A.Derkacha.* – M.: Izd-vo "Institut prakticheskoy psixologii"; Voronej: Izd-vo NPO "MODEK", 1998. – 688 s.
- Psixologiya. Uchebnik / Otv. red. prof. A.A.Krilov.* – 2-ye izd., pererab. i dop. – M.: Izd-vo: PROSPEKT (TK Velbi). 2004. – S. 241-280.
- SHyerbakova Yu.V.* Spetsialnaya psixologiya: Uchebnik. posobiye. – M.: Izdatelstvo RIOR, 2006. – 80 s.
- Hayitov O.E., Lutfullayeva N.X.* Psixodiagnostika va amaliy psixologiya. Ma'ruzalar matni. – T.: TDIU, 2005. – 338 b.

XI Bob

SHAXS VA UNING SHAKLLANISHIGA TA'SIR KO'RSATUVCHI IJTIMOY OMILLAR

Bobning qisqacha mazmuni

Ijtimoiy representasiya. Ijtimoiy representasiya jarayon. Ijtimoiy representasiya va o'zlikni anglash muammosi.

Ta'sirga beriluvchanlik: konformizm – nonkonformizm. Konformizm va uning namoyon bo'lish shakllari. Muzafer Sherif, Solomon Ash, Milgramlarning ilmiy izlanishlari mazmuni. Konformizm hodisasi turlari. Nonkonformizm. Reaktiv qarshilik yoki ta'sir ko'rsatish madaniyati.

Shaxs e'tiqodi va guruh. Guruhlar psixologiyasiga xos umumiy qonuniyatlar. Ijtimoiy fasilitasiya hodisasi. Ingibisiya va tormozlovchi ta'sirlar. Guruh bo'lib ishlashning tafakkur uchun ahamiyati.

Xulq normalari, ijtimoiy kutishlar va sanksiyalar. Ijtimoiy norma. Ijtimoiy sanksiyalar. Rol.

Ijtimoiy ta'sirlarning shaxs tomonidan anglanilishi. "Men" – obrazining ijtimoiy-psixologik ahamiyati. Refleksiya jarayoni. Ijtimoiy kutishlar. Ijtimoiy ma'lumotlar. Insoniy muomala va muloqotning psixologik vositalari. Psixologik ta'sir yo'nalishlari. Verbal ta'sir. Paralingvistik ta'sir. Noverbal ta'sir. Ta'sirning tashabbuskori. Ta'sirning adresati. Ko'ndirish texnikasi. Ko'ndirish texnikasining ketma-ketligi.

"Men" – obrazi va o'z-o'ziga baho. O'z-o'ziga nisbatan baho. O'z-o'zini tarbiyalash omillari va mexanizmlari. O'z-o'zi bilan dialog. Shaxs autodiologining eng muhim belgilari.

Shaxs dunyoqarashi va e'tiqodini o'zgartiruvchi omillar. Dunyoqarash. Ma'naviyat va ma'rifat. Yoshlarning ma'lumotlilik darajasi. Oila. Ota-onalar savodxonligi. Bobolar va momolar. Ijtimoiy ustanovkalar.

Ijtimoiy-psixologik metodlar: kontent-analiz, anketa. Kontent-analiz. ko'pgina Tadqiqot natijalarini umumlashtiruvchi va analiz uchun tanlangan birliklar. Anketa. Anketaning tarkibiy tuzilishi.

11.1. Ijtimoiy representasiya

Shaxsning mustaqil fikrlashi va o'z nuqtai nazarini faqat o'zining his-kechinmalarigagina tayanib namoyon etishga zid bo'lgan hodisa – bu ijtimoiy representasiyadir. Uning ahamiyati mohiyati shundaki, inson o'sha mutaqil fikrni yuritishi uchun ham eng avvalo ijtimoiy, umume'tirof etilgan qadriyatlardan, xalq va elat xotirasini tashkil etuvchi aqidalardan foydalanadi. Bugun ijtimoiy psixologiya bizga milliy va umuminsoniy qadriyatlar tizimida global masalalarni ijobiy hal etishda **ijtimoiy representasiya** degan jarayon orqali yordam beradi. Bu – umume'tirof etilgan aqidalar va e'tiqodlarga ergashish, ya'ni, yadro xavfsizligi, diniy bag'rikenglik, millatlararo totuvlik kabi. Ya'ni, bizning milliy istiqloq g'oyalarimizga zid kelmaydigan, aksincha, ularning haqligi va hayotiyiligini ta'minlovchi tushunchalar majmui insoniy xamfirkilik va osoyishtalikning garovidir. Lekin bu insonning o'zligini anglashni, o'zini hurmat qilishini inkor etmaydi. Aksincha, o'z ruhiy olamini, o'zligini tushunishni osonlashtiradi.

Aslida odam ongida bo'ladigan hodisa intuitiv tarzda his qilinadi va buni sosiologik tadqiqotda o'rganish ham mumkin. Masalan, saylovlarda u yoki bu da'vogarning g'olib chiqishini bilish mumkinmi, yoki amalga oshirilgan u yoki bu tadbir ertaga qanday oqibatni keltirib chiqarishi bilish mumkinmi? Chunki voqeya sodir bo'lgach, g'uyoki, shunday bo'lishini bilardim, deganday fikr paydo bo'ladi. Masalan, amerikalik *Mark Liri* (Mark Leary, 1982) 1980 yillarda bo'lib o'tgan Prezidentlik saylovlariga bir kun qolganda odamlardan har bir nomzod haqida fikrlarini o'rganib, Reygan yutishini aytgan. Saylovdan keyin ertasi kuni yana boshqalardan so'rab, kim yutishini bashorat qilishlarini so'raganda, yana Reyganga ko'p ovoz berilgan va aslida ham shunday bo'lib chiqqan. Qizig'i shundaki, ko'plar odamlar aynan shunday bo'lishi kerak edi-da, deganday, hamfirkilik bildirganlar. Lekin aslida bu – aynan o'sha ijtimoiy hodisani odam his qilishi bilan tushuntiriladi, aslida "Hayot ildamroq ketadi, uni anglash esa sal kechroq ro'y beradi".

Demak, olimlar ijtimoiy hodisalarning oqibatlarini aynan odamlar fikriga tayanib, o'rganib istiqbolni belgilashlari mumkin. Shunisi qiziqki, odamlarga har qanday voqeyaning natijasi, oqibati oldindan tanishday tuyulaveradi.

Ijtimoiy representasiya va o'zlikni anglash muammosi

Har bir insonda ***o'zi to'g'risidagi tasavvurlar tizimi*** bor. Bu tizim aslini olib qaralsa, o'zgalar to'g'risidagi tasavvurlardan yiroq emas, ular asosida shakllanadi. "*Men*"likni anglash insonga o'z fikr va munosabatlarini tartibga solish va tashkil etishga ko'maklashadi. O'zimiz to'g'rimizdagi, biz haqimizda boshqalarning fikrlarini biz yaxshi eslab qolamiz va bu bizning "O'z-o'zimizni hurmat qilishimizga asos bo'ladi". Bizning mentalitetimizda o'z shaxsiga munosabatda o'zgalar fikriga tayanish kuchli va o'zini hurmat qilish ham bu narsaga bog'liqdir. Biz hattoki, bizga kim va qachon, qay tarzda ta'sir ko'rsatayotganligini ham sezmay qolib, o'zgalar ta'sirida bo'lamiz. Ya'ni, o'zimizni bilishimiz, o'zgalarni bilishimizdan ancha kuchsiz. Bu bizning Sharq manaviyatimiz va muomala madaniyatimizdan kelib chiqadi.

Bundan tashqari, odamdagi ijtimoiy tasavvurlar va o'ylar uning chidamliligi, irodasi va mehnatsevarligiga bog'liq, eksperimentlar shuni isbot qilganki, o'z mehnatidan samara kuta oladigan va buni o'zi o'z irodasi bilan nazorat qila oladigan odamlar hayot murakkabliklaridan osonroq o'tadilar. Ya'ni, o'zining u yoki bu masalalarda bilimdonligiga va harakati samara

berishiga ishongan odamlar qiyinchiliklardan muvaffaqiyatli o'tadilar, hayotga pessimistik munosabatda bo'lganlar esa ko'pincha aksincha, mag'lub bo'ladilar.

Bu o'rinda **o'ziga bo'lgan bahoning** ham ahamiyati bor, chunki agar insonning o'ziga bergan bahosi juda yuqori bo'lsa ham yomon, juda past bo'lsa ham yomon hisoblanadi. Yana bir holat borki, biz o'zimizni yaxshi sifatda idrok qilishga moyil bo'lishdan tashqari, yana o'zgalarga yanada yaxshiroq tarzda ko'rsatgimiz keladi, lekin biror kishi bizni nokamtarlikda ayblasa, hafa bo'lamiz. Ya'ni, doimo o'zimizni atrof muhitga mos qilib ko'rsatishga urinamiz, Ayniqsa, biz o'zbeklar ko'pincha o'ta kamtarlikdan aziyat chekib ham qolamiz, chunki o'zimiz to'g'rimizda yaxshi taassurot qoldirgimiz keladi. Boshqalarni maqtayotgan vaqtimizda, aslida o'zimizni maqtayotganimizni, bu bilan yana boshqalarga yoqish ishtiyoqi borligini anglamaymiz, chunki bunga ko'nikib ketganmiz. Shu tarzda o'zimizga qiyinchiliklar tug'dirganimizda esa o'zimizni omadsiz deb atashga tayyor bo'lamiz. Ayni shu – odamning o'zgalar ta'sirida bo'lish-bo'lmasligini tushuntiruvchi hodisa ijtimoiy psixologiyada konformizm deb ataladi.

11.2. Ta'sirga beriluvchanlik: konformizm – nonkonformizm

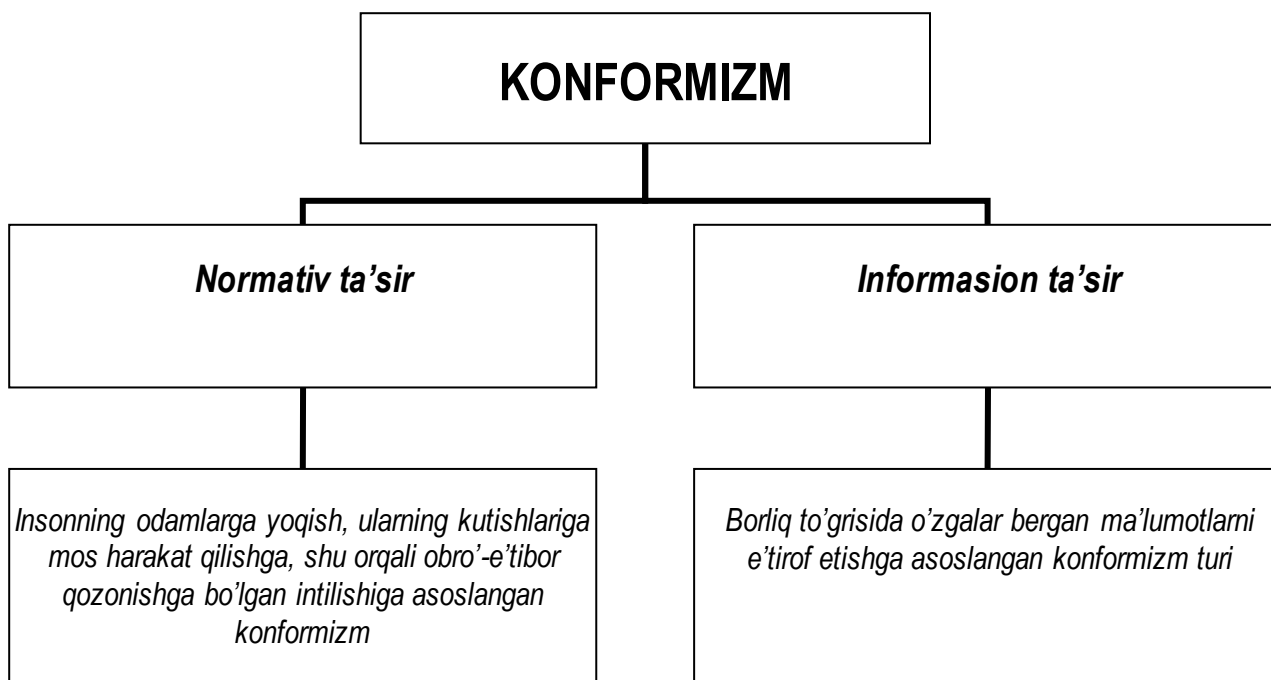
Konformizm – bu real yoki tasavvurlardagi guruhning shaxs e'tiqodi va xulq-atvoriga ta'sirini tushuntiruvchi hodisadir. U ikki xil namoyon bo'lishi mumkin:

- ✚ *yon berish* – qalban qo'shilmasa-da, tashqi harakatda ko'pchilik firiga ergashish;
- ✚ *ma'qullash* – e'tiqod va qarashlarning ijtimoiy tazyiqqa to'la mos kelishi.

Konformizmning tabiatini tushuntiruvchi eksperimentlar (masalan, *Muzafer Sherif, Solomon Ash, Milgram* va b.q.) ma'lum ma'noda bizga hayotda yoqmaydigan narsalarning kelib chiqishini, masalan, johillikning, o'g'rilik yoki boshqa illatlarning tabiatini tushunishga imkon beradi, ya'ni, *johillik yoki yomonlik*, albatta yomon odamlarning borligi uchun kelib chiqmaydi, balki odamlarning turli vaziyatlarda noxaqlikka ko'nikishlari yoki xudbinlik yoki yovuzlikni ko'rib o'tib ketaverish, ularga nisbatan *isyonni namoyon qilmaslik* oqibatidir.

Konformizm hodisasini eksperimental yo'l bilan o'rgangan tadqiqotchilarning fikricha, bu – ma'lum shart-sharoitlarning oqibatidir. Masalan, konformizm guruhning katta yoki kichikligiga, uning **hajmiga** bog'liq. Odamlar o'zlari uchun biroz bo'lsa-da, obro'li yoki yoqimtoy bo'lgan odamlar soni uch yoki undan ortiq bo'lgan sharoitda ularning gaplariga juda tez ishonib, ergashib ketaveradilar. Bundan tashqari, yuqori darajali konformizm holati biror masala yuzasidan javoblar ko'pchilik ichida berilganda, yoki oldindan biror javobga sha'ma qilinmagan sharoitda tez sodir bo'ladi.

Nima uchun odamlar konformizmni namoyon etadilar, bu aslida inson tabiatiga zid emasmi? degan savol tabiiy. Yoki bo'lmasa, ko'pchilikning ta'siriga o'ylamay-netmay berilaverish yaxshimi? Bu shaxsning o'zligiga, mustaqilligiga putur yetkazmaydimi, degan savol o'rinli bo'lib, uning javobini ikki manbadan – jamiyatning insonlar uchun ishlab qo'ygan normalari tizimidan, shunga mos tarzda odamning o'zgalar tomonidan tan olinishiga intilishidan va odamlarning o'zaro kommunikativ ma'lumotlar almashinishlari jarayonida so'zlar va iboralar orqali bir-birlariga yetkazadigan ta'sirlari orqali tushuntirishga harakat qiladi.



38-rasm. Konformizm hodisasi turlari

Kim ko'proq konformli, degan savolga ko'pchilik mualliflar ayollarning erkaklarga, yoshlarning kattalarga nisbatan ancha ishonuvchan va ta'sirlarga beriluvchan ekanliklarini e'tirof etadilar. Bundan tashqari, olimlar bu hodisaning milliy-xududiy o'ziga xosliklarini va bu kabi xulq-atvor ayrim tang, sust vaziyatlarda odam irodasining pastlashi sifatida namoyon bo'lishini aytilgan. Nima bo'lganda ham, bizningcha, shaxsning tashqi tazyiqlarga berilishi, tanqidsiz u yoki bu harakat tiplariga ergashib ketaverishi individual xususiyatlarga ega bo'lib, u odamning dunyoqarashiga, mentalitetiga va ma'lumoti darajasiga bog'liqdir.

Nonkonformizm-chi? Kimlar o'zgar fikriga ergashmaydi? Shunday insonlar toifasi borki, ular ko'pchilikka, qolaversa, ikkilanuvchilarga ergasholmaydi. Ular hakida ba'zan liderlar termini, ba'zida esa, "qo'shilmaslar" iborasi ishlatiladi. Bu yaxshimi yoki yomonmi? O'zbeklarda "Podadan ajraganni bo'ri yeydi" degan maqol bo'lishiga qaramay, aynan ana shunday yagonalar, kamchilikni tashkil etuvchi "qo'shilmaslar" tarixiy shaxslar yoki jamiyatda tub islohotlarni boshlovchilar bo'lib chiqadi. Agar bunday qobiliyat tug'ma – xarizmatik bo'lib, buni odamlar qalban his qilsalar, ular norasmiy liderlarga aylanadi, agar bunday intilish ataylab, boshqalarga ko'rsatib qo'yish uchun namoyish etilsa, ular rasmiy liderlarga – rahbarlarga aylanib qoladilar. Nima bo'lganda ham liderlik va rahbarlik muammolari ham ijtimoiy psixologiyaning ustivor yo'nalishlaridan hisoblanadi.

Reaktiv qarshilik yoki ta'sir ko'rsatish madaniyati

Mafkuraviy tarbiya mafkuraviy kurashlar tajribasi shuni ko'rsatadiki, odamlarga ataylab, qo'pol tarzda ta'ziy qo'rsatilsa, ularda teskari reaksiya, **reaktiv qarshilik** (reaktivnoye soprotivleniye) sodir bo'ladi. Agar ana shunday qarshilik bir vaqtda ko'pchilik tomonidan namoyon etilsa, bunda isyon, g'alayon paydo bo'ladi.

Aslida bizning tabiatimiz shundayki, biz kimlardandir juda keskin farq qilgimiz kelmaydi, shu bilan birga o'zimizga xosligimizni saqlashga ham urinamiz. Ana shu o'zimizga xosligimizni anglash uchun ham bizga odamlar, guruhlar, tengdoshlarimiz jamiyati kerak.

Bunday holatlarning o'rganilishi aslida inson va jamiyat e'tiqodlarining uyg'unligi muammosining bizda mavjudligini ham ma'lum ma'noda izohlaydi. Tabiiy, bizda u yoki bu xususda e'tiqodiy ishonchning bo'lishiga turli ma'lumotlar sabab bo'ladi. Ijtimoiy psixologiyada shunday qonuniyat borki, agar birlamchi ma'lumot ijobiy bo'lsa, o'sha ma'lumotga bog'liq barcha hodisa yoki jarayonlar ham ijobiy baholanadi. Masalan, agar biror narsa to'g'risida qarorga kelishdan oldin aniq faktlar keltirilgan bo'lsa, va bu narsa o'sha jarayonning noto'g'ri idrok etilishiga olib kelsa, shu fakt dan kelib chiqqan har qanday fikr ham bizning xotiramizda qoladigan ma'lumotlar xarakterini salbiylashtiradi.

Bugun yoshlarda sog'lom e'tiqod va dunyoqarashlarni shakllantirish muammosi o'ta dolzarb ekan, **odamning qanday ma'lumotlarga o'chligi, bunda kimlar ko'proq ta'sirli** rol o'ynashi masalasi ham ijtimoiy-psixologik muammo ekanligini alohida ta'kidlash mumkin.

Bizning ijtimoiy-madaniy xududimizda odamlar eng avvalo asosli, argumentlarga asoslangan ma'lumotlardan ko'ra, **tasodifiy ma'lumotlarga, mish-mishlarga tezroq** ishonadilar. Ayniqsa, bu narsa xususida ularda aniq shakllangan fikr bo'lmasa, masalan, diniy bilimlar cheklangan sharoitda har qanday manbadan kelgan, har qanday ma'lumotlarga yoshlarimiz va ayollarning ishonishlarini o'zimiz guvohi bo'ldik.

Aslida, bu o'rinda odamlarning **ma'lumotlilik darajasi** katta rol o'ynaydi. Masalan, ma'lumotli odamlar uchun o'zida ham tasdiqlovchi, ham inkor etuvchi, ham ijobiy, ham salbiy xarakterli fikrlarni mujassam etgan argumentlar ishonchliroq hisoblanadi. Chunki agar suhbat jarayonida tinglovchi fikringizni ma'qullayotganligini ko'rib, hadeb yana chaynab, umumiy opponentga qarshi fikrlarni aytaversangiz, uning sizning fikringizga nisbatan so'z boshida shakllangan ishonchi va e'tiqodini yo'qotib qo'yish hеч gap emas. *Dyuma* yozgan ekan: "Qanchalik yaxshi gapirmang, agar Siz juda ko'p gapirsangiz, fikringiz bema'nilashib boraveradi".

Umuman, bizda odamlarning bir-birlariga **ta'sir ko'rsatishlarining asosiy vositasi** so'z, hukm, ta'sirli gaplar hisoblanadi. Lekin bizda bolalarni yoki xotin-qizlarni biror narsaga astoydil ishontirgimiz kelsa, **qo'rqitish metodidan** ham foydalanamiz, ya'ni ularning aqliga, e'tiqodiga emas, balki hissiyotlariga ta'sir qilamiz. Albatta, aytilgan kontingiyentda bu o'ziga xos samara beradi. Lekin shu narsa ham borki, va bu juda nozik ijtimoiy-psixologik fenomen hisoblanadi, hadeb qayta-qayta beriladigan o'git, nasihat, tanbeh yoki majburiy reklama odamlarda, yuqorida ta'kidlaganimizdek, reaktiv qarshilikni (Reaktivnoye soprotivleniye) keltirib chiqaradi. Shuning uchun bo'lsa, kerak, qattiq nazoratda o'qigan bola befikr, no'noq va bilimi kuchsiz bo'lib qoladi, hadeb qaynonasining tanbehi va qaytarishlaridan bezor bo'lgan kelin ishning teskarisini qila boshlaydi.

Fikrdagi mantiqsizlik va uzuq-yuluqlikni his qilgan tinglovchida ham ana shunday teskari himoya refleksi shakllanadi. Ijtimoiy psixologiya e'tiqodni shakllanganligini turli yo'llar bilan

tekshirishi mumkin. Masalan, hozir, bevosita ta'sirlanishning vizual aniqlash vositalari ham borki, ularni ko'z bilan joyida ilg'ab olasiz: ijobiy, ma'qul fikrlarga odam beihiyor boshini vertikal tarzda, mos kelmaydiganiga gorizonta tarzda harakatlantiradi.

Demak, agar bugun biz yoshlar e'tiqodi va dunyoqarashini milliy istiqloq qoyalari, ularning asosiy tushuncha va tamoyillari orqali ongga singdirar ekanmiz, uning samaradorligi monitoringini ham olib borish kerak. Chunki yoshlar jamiyat istiqboli, rivoji, Vatan ravnaqining omillari, ijtimoiy fikrning holati xususida biz bilan hamfikir, tengfikir, hattoki, qaysidir jihatdan, o'tkirroq ham bo'lishi mumkin-ku?

Bu o'rinda yana bir nozik sir bor. Agar odam o'z xohish-irodasi bilan, **bajonidil bajarayotgan ishiga haq to'lashsa**, ya'ni dunyoqarashning xarakterini baholashsa, maqtashsa, rag'batlantirishsa, hattoki, pul to'lashsa, u o'z harakatlarini tashqaridan boshqariladigan, deb hisoblab, o'zini boshqacha, sun'iy tutishi mumkin, hattoki, fikridan qaytishi ham mumkin.

Bu o'rinda amerikalik olimlar o'tkazgan eksperiment juda o'rinli: ko'chada bir to'p bola har kuni o'ynaydi. Ma'lumki, o'yin inson faoliyatining eng tabiiy ko'inishi bo'lib, uni bolalar bajonidil, tazyiqsiz, kerak bo'lsa, umuman, kattalarning aralashuvisiz amalga oshiradilar. O'sha eksperimentda kattalardan biri birinchi marta o'ynayotganlari uchun bolalarning har biriga 50 sentdan pul bergan. Keyingi safar u yana bolalar o'yinini ma'qullab, 40 sentdan bergan, keyingisida – 25 sent, undan keyin – 15 sent va oxiri 10 sentga tushirganda, bolalar o'sha ko'chada o'ynamay qo'yishgan ekan. Ya'ni, tashqi nazorat va tobelik tabiiy faoliyatga ziddir.

Demak, bolaning ichki ehtiyoji, motiviga aylangan narsa uchun uni maqtash, bahosini oshirish, undagi ichki motivasiyani tormozlaydi, aytilayotgan gaplar yoki o'g'itlar "begonaning" e'tiqodiga aylanishi mumkin. Shuning uchun e'tiqod masalasida insonlar o'rtasidagi shunday munosabatlar zarurki, u shaxsga fikrlash imkoniyatini bersin.

11.3. Shaxs e'tiqodi va guruh

Shu o'rinda bizga bugun turli **guruhlar psixologiyasiga** xos umumiy qonuniyatlarni bilish ham muhimki, bu yaxlit jamiyat va uning ayrim bo'g'inlarida insonlar ijtimoiy xulqini boshqarish uchun juda zarur.

Odatiy tasavvurimizda guruh – bu ayni vaqtda o'rab turgan, bevosita yonimizda bo'lgan insonlar. Lekin ayrim olingan o'quv maskanlari yoki mehnat jamoasi misolida qaraydigan bo'lsak, aynan odamlarning bir vaqt yoki bir muhitda borligi fakti va ular birga xamkorlik qilishi zarurati bizni o'ylantiradigan va qiynaydigan hodisalarni keltirib chiqaradi. Masalan, universitetdagi "a'lochi, zo'r" bolalar o'zaro shunday harakat qilishadiki, qolgan "qoloq" bolalar beihiyor tashqaridan o'zlariga o'xshagan yomonlar bilan til biriktirib, o'z navbatida o'ziga xos psixologik guruhni tashkil etadilarki, bu narsa professor-o'qituvchilarning ular bilan ishlashlariga xalaqit beradi. Yoki bitta auditoriya misolida oladigan bo'lsak, oldingi partalarda o'tirgan faol tinglovchilar birday kiprik qoqmay domlani tinglaginini ko'rgan, orqadagi "intizomsizlar" o'zaro til biriktirib, gaplashib, domlarning darsiga xalaqit berishadi. Shunga o'xshash holatlar afsuski, hayotimizda juda ko'p. Ma'lum ma'noda jinoyatchilarning, giyohvand moddalar isteemol qiluvchilarning, terroristlarning korporativ tarzda uyushib ko'pchilikka zid, noqonuniy ish qilishdalgiga, norasmiy guruhlarning paydo bo'lishini ham guruhlar psixologiyasi orqali tavsiflash mumkin.

Ijtimoiy psixologiya odamlarning birgalikda bir vaqt va makonda borligi va o'zaro hamkorlikda biror ish bilan bandligi, muloqatda bo'lishining ham ijobiy, ham salbiy oqibatlarini teng o'rganadi. Masalan, **ijtimoiy fasilitasiya** hodisasi doirasida bir shaxs uchun boshqalarning borligi faktini uning faoliyati tempiga ijobiy ta'sir ko'rsatuvchi narsa deb e'tirof etsa, **ingibisiya** bilan tormozlovchi ta'sirlarni tushuntiradi. Masalan, sinf sharoitida bolaning nutq malakasi tezroq takomillashadi, tezroq matematik amallarni yechishga o'rganadi, ahloqiy sifatlar u yoki bu tomonga tezroq o'zgaradi, faqat qo'yilgan vazifa soddaroq, mexanik yechimlarni talab qilsa. Ingibisiya esa masalan, yuqorida aytilganday, a'lochi bolaning kuchini e'tirof eta olish, qoloqning umuman aqliy sifatlarini tormozlashi mumkin. Ya'ni, murakkab muammolarni hal qilishda ko'pchilikning bo'lishi tormozlovchi ta'sirga ega bo'ladi.

Katta guruhlar, yoki olomon misolida ham shuni aytilish mumkinki, olomon ichida odam baqiriq-chaqiriqqa kuch topishi mumkin, hissiyotlari jo'nubushga kelishi mumkin, lekin to'polon tugagach, yana konstruktiv xulosalarga kelishi, shaxs sifatida o'zining ijobiy tomonlarini ko'rsata olmaydi, masalan, gapirish layoqatini yo'qotishi mumkin. Masalan, ayrim odamlar ko'pchilik orasida hayajonlanib, gapini ham yo'qotib qo'yadi. Nima uchun shunday?

✚ biz o'zgaralar bahosiga tobemiz, odamlar nima qanday o'ylaydi, deb qayg'uramiz, shuning uchun insistik tarzda ularga ergashib, o'zligimizni yo'qotamiz;

✚ ko'pchilik ichida diqqat-e'tiborimiz masala yoki muammoning mohiyatiga emas, balki odamlarning o'ziga qaratilib qoladi. Shuning uchun bo'lsa kerak, ayrim paytlarda voiz aynan boshida o'zi mo'ljallagan gaplarni emas, auditoriya kayfiyatiga mos gaplarni aytib, aslida aniq, ma'nili ma'lumot bermay ketib qoladi.

Gruppaviy hamkorlik to'g'risida gap ketganda, yana shu narsani aytilish lozimki, *o'zgaralar oldidagi mas'uliyat bir kishiga konkret topshirilsa*, uning samaradorligi, hammani birdan bitta vazifaga birlashtirib, mas'uliyat teng bo'lingan sharoitdagidan yuqoriroq bo'ladi. Bu adabiyotlarda, ba'zan "ijtimoiy dangasalik" fenomeni deb ham yuritiladi. Bu yuqorida ta'kidlangan, hamma bir xil fikr yuritgan yerda hych kim o'ylamaydigan bo'lib qoladi, tamoyiliga o'xshaydi. Shuning uchun mahorati rahbar, har bir xodimning individual qobiliyatini o'rganib, har biriga alohida konkret vazifa beradi, aniq vaqtlarda talab qiladi, va bajarilishi nazorat qila oladi.

Lekin oxirgi paytda guruhlarda dars jarayonlarini tashkil etishda "dialogik o'qitish", "Interaktiv o'qitish yoki ta'lim", "breynstorming", "mozgovaya ataka" kabi iboralar ishlatila boshlandi va bularning barchasida e'tibor guruhning umumiy biror masala yoki muammoni hal qilishdagi umumiy intilishlari nazarda tutiladi. Tabiiy savol tug'iladi, **guruh bo'lib ishlashning tafakkur uchun ahamiyati** qay darajada? O'tkazilgan ko'plab tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, bunday sharoitlarda fikrlashda "tafakkurning guruhiylashuvi" sodir bo'lib, erkin fikrlash kutilmagan, nostandart va ajoyib natijalarni berishi mumkin. Bu haqda biz o'z qo'llanmalarimizda yozganmiz, lekin sharti shuki, masala boshlovchi tomonidan to'g'ri qo'yilishi, albatta guruh a'zolarining aynan erkin fikrlashlari uchun sharoit bo'lishi, aytilgan biror fikr senzura olinmasligi kerak. Turfa fikrlar aytiladi, lekin ularning ichidan eng ma'noli va ma'nilisi terib olib, umumlashiriladi. Bu bir tomondan, yoshlarni mustaqil fikrlashga o'rgatsa, ikkinchi tomondan, guruh sharoitida ishlashga, hamkorlikka, kommunikativ qobiliyatlarni o'stirishga ko'maklashadi. Ma'lumotlar ta'sirida konformizm ro'y beradi.

11.4. Xulq normalari, ijtimoiy kutishlar va sanksiyalar

✚ *Ijtimoiy norma* – shaxs hayotida shunday kategoriyaki, u jamiyatning o‘z a‘zolari xulq-atvoriga, ko‘pchilik tomonidan e‘tirof etilgan harakatlarga nisbatan talablaridir. Masalan, o‘zbeklar uchun biror xonaga kirib kelgan insonning kim bo‘lishidan qat’iy nazar, “Assalomu alaykum” deb kelishi – norma; o‘quvchining o‘qituvchi bergan topshiriqlarni bajarishi lozimligi – norma; xotinning er hurmatini o‘rniga qo‘yishi, qaynonaga gap qaytarmaslik – norma; avtobusda yoki boshqa jamoat transportida kichikning kattalarga, nogironlarga o‘rin bo‘shatishi – norma va hokazo. Bu normalarni ayrim – alohida odam ishlab chiqmaydi, ular bir kun yoki bir vaziyatda ham ishlab chiqilmaydi. Ularning paydo bo‘lishi ijtimoiy tajriba, hayotiy vaziyatlarda ko‘pchilik tomonidan e‘tirof etilganligi fakti bilan xarakterlanadi, har bir jamiyat, davr, millat va ijtimoiy guruh psixologiyada muhrlanadi.

Ijtimoiy normalarning u yoki bu davrda, u yoki bu toifa vakili bo‘lmish shaxs tomonidan qay darajada bajarilishi yoki unga amal qilinayotganligi ijtimoiy sanksiyalar orqali nazorat qilinadi.

✚ *Ijtimoiy sanksiyalar* – normalarning shaxs xulqida namoyon bo‘lishini nazorat qiluvchi jazo va rag‘batlantirish mexanizmlari bo‘lib, ularning borligi tufayli biz har bir alohida vaziyatlarda ijtimoiy xulq normalarini buzmaslikka, jamoatchilikning salbiy fikri obyektiga aylanib qolmaslikka harakat qilamiz. Masalan, yuqoridagi misolda, agar jamoat transportida katta muysafid kishiga o‘rin bo‘shatishni norma deb qabul qilmagan o‘smirga nisbatan ko‘pchilikning ayblov ko‘zi bilan qarashi, yoki og‘zaki tanbeh berishi, juda kam hollarda o‘zini bebosh tutayotgan o‘smirning qo‘lidan tutib, nima qilish kerakligini o‘rgatib, “ko‘zini moshday qilib ochib qo‘yish” ijtimoiy sanksiyaning hayotdagi bir ko‘rinishidir.

Har bir alohida shaxs jamiyat tomonidan ishlab chiqilgan va qabul qilingan ijtimoiy normalar va sanksiyalarni u yoki bu ijtimoiy rollarni bajarishi mobaynida xulqida namoyon etadi.

✚ *Rol* – shaxsga nisbatan shunday tushunchaki, uning konkret hayotiy vaziyatlardagi huquq va burchlaridan iborat harakatlari majmuini bildiradi. Masalan, talaba rolini oladigan bo‘lsak, uni bajarish – u yoki bu oliy o‘quv yurtida tahsil olish, uning moddiy bazasidan foydalanish, kutubxonasiga a‘zo bo‘lish, stipendiya olib, ma‘muriyatning ijtimoiy himoyasida bo‘lish kabi qator huquqlar bilan birgalikda o‘sha oliygoh ichki tartib-intizomi normalariga so‘zsiz bo‘ysunish, darslarga o‘z vaqtida kelish, reyting baholov talablari doirasida kundalik o‘zlashtirish normalarini bajarish, amaliyotda bo‘lish, dekanatning bergan jamoatchilik topshiriqlarini ham bajarish kabi qator burchlarni ham o‘z ichiga oladi. Bu rol uning uyga borgach bajaradigan “farzandlik” roli (ota va ona, yaqin qarindoshlar oldida) talab va imtiyozlaridan farq qiladi. Ya‘ni, konkret shaxsning o‘ziga xosligi va qaytarilmasligi u bajaradigan turli-tuman ijtimoiy rollarning xarakteridan kelib chiqadi. Shunga ko‘ra, kimdir “tartibli, ba‘mani, fozil, ahloqli va odobli” deyilsa, kimdir – be‘mani, bebosh, o‘zgaruvchan, ikkiyuzlamachi (ya‘ni, bir sharoitda juda qobil, boshqa yerda – betartib) degan hayotiy mavqeyega ega bo‘lib qoladi.

Hayotda shaxs bajaradigan ijtimoiy rollar ko‘pligi sababli ham, turli vaziyatlardagi uning mavqeyi – statusi ham turlicha bo‘lib qoladi. Agar biror rol shaxs ijtimoiy tasavvurlari tizimida uning o‘zi uchun o‘ta ahamiyatli bo‘lsa (masalan, talaba roli), u boshqa rollarni unchalik qadrlamasligi va oqibatda, o‘sha vaziyatda boshqacharoq, noqulay va noboproq mavqeyeni egallab qolishi mumkin. qolaversa, rollarning ko‘pligi ba‘zan rollar ziddiyatini ham keltirib chiqarishi mumkinki, oqibatda – shaxs ichki ruhiy qiyinchiliklarni ham boshdan kechirishi mumkin. Masalan, sirdan tahsil olayotgan talaba sessiya paytida ishlab turgan korxonasiga komissiya kelishi va uning faoliyatini tekshirayotganligini bilib, ruhiy azobga tushadi – *bir*

tomonidan, talabachilik va uning talablari, *ikkinchi tomondan* – kasbdoshlar oldida uyalib qolmaslik uchun har kuni ishxonaga ham borib kelish.

Hozirgi ijtimoiy-iqtisodiy vaziyat va bozor munosabatlari sharoitidagi raqobat muhiti shaxsdan bir vaqtning o'zida qator qobiliyatlar va malakalarni talab qilmoqdaki, ayniqsa, yoshlar o'zgaruvchan sharoitlarga tezroq moslashish uchun ba'zan bir-biriga zid xislatlarni ham xulqda namoyon qilishga majbur bo'lishmoqda. Masalan, yosh oila boshlig'i, talaba, ota-onalarga moddiy jihatdan qaram bo'lmaslik uchun, bir vaqtning o'zida ham itoatkor, intizomli talaba va ishdan keyin esa – chaqqon va uddaburon, tadbirkor, tijoratchilik bilan shug'ullanishga majbur bo'lishi mumkin. Bu holat tabiiy, shaxsdan kuchli iroda, doimiy intiluvchanlik va o'z ustida muttasil ishlashni talab qiladi.

11.5. Ijtimoiy ta'sirlarning shaxs tomonidan anglanilishi

Ijtimoiy normalar, sanksiyalar, rollar ijtimoiy mexanizmlar sifatida shaxs xulq-atvorini ma'lum ma'noda boshqarib, muvofiqlashtirib turishga yordam beradi. Lekin insonning komilligi, uning ahloq – ijtimoiy normalar doirasidagi maqbul harakati uning o'ziga ham bog'liqdir. Odamning o'z-o'zini anglashi, bilishi va o'z ustida ishlashi avvalo uning diqqati, ongi bevosita o'ziga, o'z ichki imkoniyatlari, qobiliyatlari, hissiy kechinmalariga qaratilishini taqozo etadi. Ya'ni, ijtimoiy xulq – shaxs tomonidan uni o'rab turgan odamlar, ularning xulq-atvorlariga e'tibor berishdan tashqari, o'zining shaxsiy harakatlari va ularning oqibatlarini muntazam tarzda tahlil qilib borish orqali, rollarni muvofiqlashtirishni ham taqozo etadi.

Shaxsning o'zi, o'z xulq-atvori xususiyatlari, jamiyatdagi mavqeyini tasavvur qilishidan hosil bo'lgan obraz – “Men” – obrazi deb atalib, uning qanchalik adekvatligi va reallikka yaqinligi shaxsning jamiyatdagi ijtimoiy mavqeyini belgilaydi va uning barkamolligi mezonlaridan hisoblanadi.

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

O'z-o'zini anglash, o'zidagi mavjud sifatlarni baholash jarayoni ko'pincha konkret shaxs tomonidan og'ir kechadi, ya'ni, inson tabiati shundayki, u o'zidagi o'sha jamiyat normalariga to'g'ri kelmaydigan, no'maqul sifatlarni anglamaslikka, ularni “yashirishga” harakat qiladi, hattoki, bunday tasavvur va bilimlar ongsizlik sohasiga siqib chiqariladi (*Z.Freyd nazariyasiga ko'ra*). Bu ataylab qilinadigan ish bo'lmay, u har bir shaxsdagi o'z shaxsiyatini o'ziga xos himoya qilish mexanizmidir. Bunday himoya mexanizmi shaxsni ko'pincha turli xil yomon asoratlardan, hissiy kechinmalardan asraydi. Lekin shuni alohida ta'kidlash lozimki, “Men” – obrazining ijobiy yoki salbiyligida yana o'sha shaxsni o'rab turgan tashqi muhit, o'zgarlar va ularning munosabati katta rol o'ynaydi. Odam o'zgarlarga qarab, go'yoki oynada o'zini ko'rganday tasavvur qiladi. Bu jarayon psixologiyada **refleksiya** deb ataladi. *Uning mohiyati* – aynan o'ziga o'xshash odamlar obrazi orqali o'zi to'g'risidagi obrazni shakllantirish, jonlantirishdir. Refleksiya “Men” – obrazi egasining ongiga taalluqli jarayondir. Masalan, ko'chada bir tanishingizni uchratib qoldingiz. Siz tinmay unga o'z yutuqlaringiz va mashg'ulotlaringiz haqida gapirmoqdasiz. Lekin gap bilan bo'lib, uning qayergadir

shoshayotganligiga e'tibor bermadingiz. Shu narsani siz uning betoqatlik bilan sizni tinglayotganligidan, xayoli boshqa yerda turganligidan bilib qolasiz va shu orqali ayni shu paytda "mahmadona, laqmaroq" bo'lib qolganingizni sezasiz. Keyingi safar shu o'rtog'ingiz bilan uchrashganda, oldingi xatoga yo'l qo'ymaslik uchun "O'rtog, shoshmayapsanmi?" deb so'rab ham qo'yasiz. Ana shu ilgari refleksiyaning natijasidir. Ya'ni, suhbatdosh o'rniga turib, o'zingizga tashlangan nazar ("Men unga qanday ko'rinyapman?") – refleksiya.

Shaxsning o'zi haqidagi obrazi va o'z-o'zini anglashi yosh va jinsiy o'ziga xoslikka ega. Masalan, o'ziga nisbatan o'ta qiziquvchanlik, kim ekanligini bilish va anglashga intilish ayniqsa, o'smirlik davrida rivojlanadi. Bu davrda paydo bo'ladigan "kattalik" hissi qizlarda ham, o'smir yigitchalarda ham nafaqat o'ziga, balki o'zgalar bilan bo'ladigan munosabatlarini ham belgilaydi. qizlardagi "Men" – obrazining yaxshi va ijobiy bo'lishi ko'proq bu obrazning ayollik sifatlarini o'zida mujassam eta olishi, ayollik xislatlarining o'zida ayni paytda mavjudligiga bog'liq bo'lsa, yigitlardagi obraz ko'proq jismonan barkamollik mezonlari bilan nechog'li uyg'un ekanligiga bog'liq bo'ladi. Shuning uchun ham o'smirlikda o'g'il bolalardagi bo'yning pastligi, muskullarning zaifligi va shu asosda qurilgan "Men" – obrazi qator salbiy taassurotlarni keltirib chiqaradi. qizlarda esa tashqi tarafdan go'zallikka, kelishganlik, odob va ayollarga xos qator boshqa sifatning bor – yo'qligiga bog'liq holda "Men" obrazi mazmunan idrok qilinadi. qizlarda ham ortiqcha vazn yoki terisida paydo bo'lgan ayrim toshmalar yoki shunga o'xshash fiziologik nuqsonlar kuchli salbiy emosiyalarga sabab bo'lsa-da, baribir, chiroyli kiyimlar, taqinchoqlar yoki sochlarning o'ziga xos turmagi bu nuqsonlarni bosib ketadigan omillar sifatida qaraladi.

Jamiyatda insonlararo munosabatlarni muvofiqlashtiruvchi yana bir omil – bu odamlarning bir-birlaridan **ijtimoiy kutishlar**idir. Kutishlarning ijobat bo'lishi bir insonning sherigiga nisbatan iliq va samimiy munosabatiga sabab bo'lsa, oqlanmaslik, aksincha, nizolarni keltirib chiqaradi. Odam fe'l-atvorining turli bo'lishi esa ana shu kutishlar tizimining har bir insonda turli darajada bo'lishi bilan izohlanadi. Ayniqsa, bu narsa o'qituvchi, professor bilan o'quvchi, talaba munosabatlarida yaqqol ko'zga tashlanadi. Ijtimoiy kutishlar go'yoki bizdagi o'zgalar to'g'risidagi o'y-fikrlarimizning obrazlariga o'xshaydi. Obrazning ijobiy yoki salbiyligiga qarab, biz o'zimizni turlicha tutamiz.

Olimlarning ma'lumotlariga ko'ra, matematik amallarni, sonlar, miqdorlar, shaxmat yurishlaridagi operatsiyalar kabi ma'lumotlarni odam miyasida o'rnashib qolishidan ko'ra, **ijtimoiy ma'lumotlarni**, ya'ni, odamlar orasida o'zaro munosabatlar tizimida ongimizga ta'sir etuvchi ma'lumotlarni esda olib qolish qiyinroq ekan, shuning uchun bo'lsa kerak, insonning ijtimoiy xulqi vaziyatga bog'liq tarzda o'zgarib boraveradi, matematik hisob-kitobga oid malaka esa umr bo'yi esda qolishi mumkin.

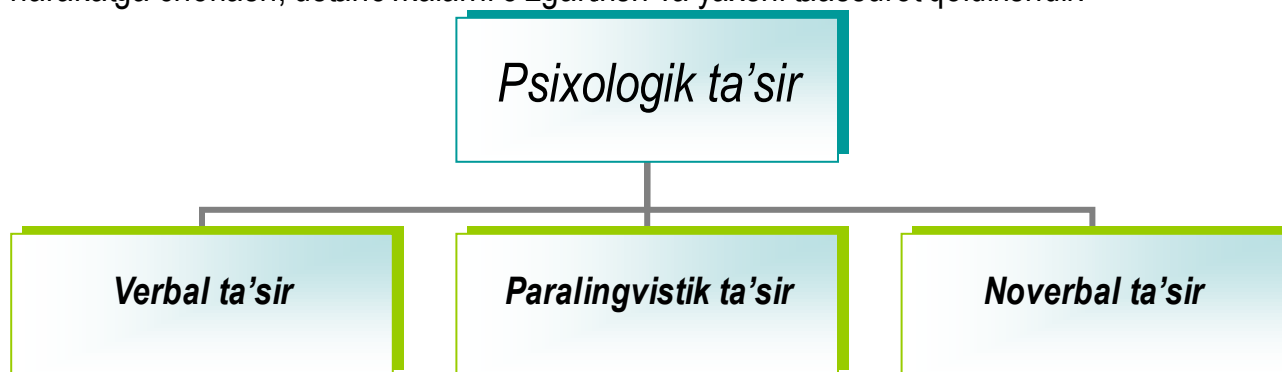
Ijtimoiy kutishlarga mos tarzda harakat qilish, gapirish Sharq madaniyatiga xos bo'lgan jarayondir. Bu yerda shunday jarayon sodir bo'ladiki, auditoriyaga yoqish maqsadida biror fakt haqida yoki bo'rttirib, yoki aksincha, kamaytirib gapirgan notiq, oxir-oqibat o'sha yolg'on aralash fikrlariga o'zi ham ishonib boradi, faqat shu tarzda fikrlashga odatlanadi. Ya'ni, bu o'rinda biz yana o'sha verbal harakatlarning bora-bora e'tiqodga aylanib qolishini kuzatishimiz mumkin. Ba'zi domlalar talabalarning bilim saviyasi past degan illyuziya bilan sodda, oldi-qochdi gaplar bilan ma'ruzasini tugatish odati, ularning professional mahoratiga salbiy ta'sir ko'rsatishini ham aynan shu hodisa orqali tushuntirish mumkin bo'ladi.

Ikkinchi tomondan, sodda, yuzaki, jiddiy fikrlashlarga sabab bo'lmaydigan ma'lumotlarga o'rganib qolgan auditoriya ham bora-bora notiqdan yaxshi ma'ruzani kutmaydigan, boshqa

voizlarning ham har qanday talablariga e'tirozsiz qabul qiladigan bo'lib qoladi. Ayniqsa, diniy aqidaparastlikka ergashib ketgan bolalar psixologiyasida e'tiqodning shakllanishini shu orqali tushuntirish mumkin.

Insoniy muomala va muloqotning psixologik vositalari

Odamlar bir-birlari bilan muomalaga kirishar ekan, ularning asosiy ko'zlagan maqsadlaridan biri – o'zaro bir-birlariga ta'sir ko'rsatish, ya'ni fikr-g'oyalariiga ko'ndirish, harakatga chorlash, ustanovkalarni o'zgartirish va yaxshi taassurot qoldirishdir.



39-rasm. Psixologik ta'sir yo'nalishlari

Psixologik ta'sir – bu turli vositalar yordamida insonlarning fikrlari, hissiyotlari va xatti-harakatlariga ta'sir ko'rsata olishdir.

Ijtimoiy psixologiyada psixologik ta'sirning asosan uch vositasi farqlanadi.

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

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

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

Muloqot jarayonidagi xarakterli narsa shundaki, suhbatdoshlar bir-birlariga ta'sir ko'rsatmoqchi bo'lishganda, dastavval nima deyish, qanday so'zlar vositasida ta'sir etishni o'ylar ekan. Aslida esa, o'sha so'zlar va ular atrofidagi harakatlar muhim rol o'ynarkan. Masalan, mashhur amerikalik olim *Megrabyan* formulasiga ko'ra, birinchi marta ko'rishib turgan

suhbatdoshlardagi taassurotlarning ijobiy bo'lishiga – gapirgan gaplari 7%, paralingvistik omillar 38%, va noverbal harakatlar 58% gacha ta'sir qilarkan. Keyinchalik bu munosabat o'zgarishi mumkin albatta, lekin xalq ichida yurgan quyidagi: “Ust-boshga qarab kutib olishadi, aqlga qarab kuzatishadi”, degan maqol to'g'ri.

Muloqotning qanday kechishi va kimning ko'proq ta'sirga ega bo'lishi sheriklarning rollariga ham bog'liq.

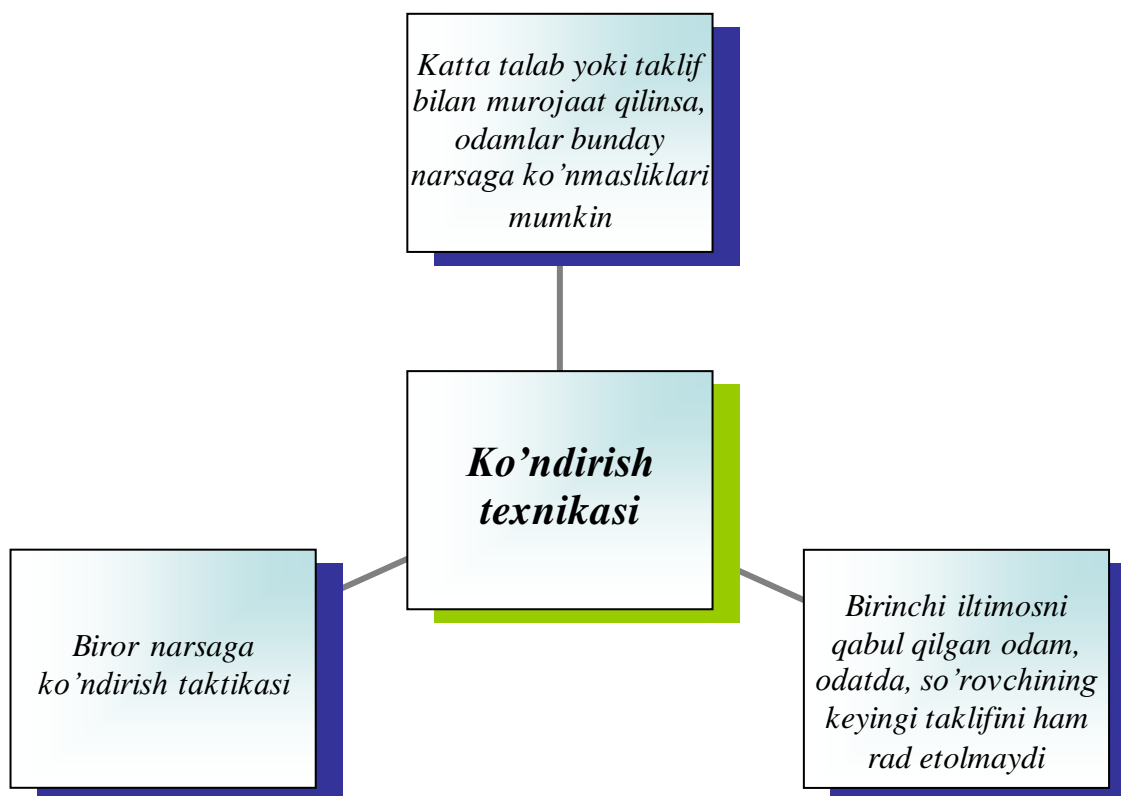
Ta'sirning tashabbuskori – bu shunday sherikki, unda ataylab ta'sir ko'rsatish maqsadi bo'ladi va u bu maqsadni amalga oshirish uchun barcha yuqorida ta'kidlangan vositalardan foydaladi. Agar boshliq ishi tushib, biror xodimni xonasiga taklif etsa, u o'rnidan turib kutib oladi, iltifot ko'rsatadi, hol-ahvolni ham quyuqroq so'raydi va so'ngra gapning asosiy qismiga o'tadi.

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

Ko'ndirish texnikasi

Xulqda jiddiy o'zgarishni sodir etish uchun o'sha yoshni avval arzimagan xizmatga yollashga yoki yordam berishga ko'ndirish kifoya bo'ladi. Masalan, ma'lum miqdordagi varaqani konkret shaxsga yetkazib qo'yish (tarqatish emas). Shu ishga rozi bo'lib, harakat qilgan odam keyin jiddiyroq topshiriqni ham bajaradi, buning ustida qilgan ishiga yana ma'lum rag'bat ham olsa bu yo'ldan qaytishi qiyin bo'ladi. Hattoki, g'arbda shunday tajribalar ham borki, u yoki bu tashkilot avval tashkilotning ko'krakka taqadigan belgilarini olishni, yoki ular to'g'risidagi kichik hajmli qog'ozdagi informatsiyani bepul olishni (odatda ko'chada turib olib tarqatishadi), yoki arzimagan tashkilot nomi tushirilgan kichik sovg'achani olishni taklif etadi. Kimlar ko'proq taklifni qabul qilganiga qarab, kontingent ajratib olinadi va o'sha auditoriya bilan jiddiyroq ishlay boshlaydi. Turli xil radikal, diniy tashkilotlar yaqin yillarda bizda ham shu usulda ishladi. Ya'ni, o'z tomonida og'dirish jarayoni sof ijtimoiy-psixologik fenomen bo'lib uning texnikasi rasmda ifodalangan.

Mayda-chuyda narsalar bilan savdo-sotiq yurituvchilar ham ko'pincha boylik orttirish yo'lini xaridorni eng arzon va ahamiyatsiz narsani sotib olishga ko'ndirishga asoslanar ekan. Bir marta o'sha xushmuomala sotuvchidan arzon, lekin unchalik zarur bo'lmagan narsani xarid qilgan inson keyingi safar undan ko'ra zarurroq, lekin qimmatroq narsani ham xarid qilishga tayyor bo'ladi. Bu marketing-tijoratdagi muhim psixologik omil hisoblanadi.



40-rasm. Ko'ndirish texnikasining ketma-ketligi

Xuddi shunday yomon xulq-atvor, jinoyat yoki zulm ham mayda-chuyda yonberishlar, ko'nishlarning ortib borishi oqibatidir. Arzimagan kichik xato og'irroq, ahloqsiz harakatlarning boshlanishiga olib kelishi mumkin. Shuning uchun ham voyaga yetmaganlar o'rtasidagi jinoyatchilikning ildizlarini o'rganganda, voqeya bo'lib o'tgach, ota-ona yoki o'qituvchi bu narsa qachon boshlanganiga ahamiyat bermasdan, uning hozir, bir amallab oldini olib, chorasini topish yoki jazolash ustida o'ylaydilar. Vaholangki, bilamizki, bir marta qamoqxona ostonasini bosgan odam uni ikkinchi marotaba bosishdan hazar qilmaydigan bo'lib qoladi. Og'ir jinoyatga qo'l urgan odam uchun yana bir marta shu ishni qaytarish xech qanday qiyinchilik tug'dirmaydi.

Inson ongidagi turli biddiyatlar va xurofotni ham shunday tushuntirish mumkin. Bitta **noto'g'ri fikrni qabul qilish – ongning xiralashuviga, biddiyatlarning odatiy fikrlar** obraziga aylanishiga sabab bo'ladi. Masalan, qulning qullik psixologiyasi ham shunday. Chorasiz, o'z shaxsini hurmat qilmay qo'ygan odamning fikrlashlaridan hayron qolishimiz ham odamning o'zidagi noto'g'ri tasavvur va biddiyatlarga ko'nikib, ustanovka hosil qilishidandir, deyish mumkin.

11.6. “Men” – obrazi va o'z-o'ziga baho

“Men” – obrazi asosida ham bir shaxsda o'z-o'ziga nisbatan baholar tizimi shakllanadiki, bu tizim ham obrazga mos tarzda har xil bo'lishi mumkin. **O'z-o'ziga nisbatan baho** turli sifatlar va shaxsning orttirilgan tajribasi, shu tajriba asosida yotgan yutuqlariga bog'liq holda turlicha bo'lishi mumkin. Ya'ni, ayni biror ish, yutuq yuzasidan ortib ketsa, boshqasi ta'sirida –

aksincha, pastlab ketishi mumkin. Bu baho aslida shaxsga boshqalarning real munosabatlarga bog'liq bo'lsa-da, aslida u shaxs ongi tizimidagi mezonlarga, ya'ni, uning o'zi subyektiv tarzda shu munosabatlarni qanchalik qadrlashiga bog'liq tarzda shakllanadi. Masalan, maktabda bir fan o'qituvchisining bolaga nisbatan ijobiy munosabati, doimiy maqtovlari uning o'z-o'ziga bahosini oshirsa, boshqa bir o'qituvchining salbiy munosabati ham bu bahoni pastlatmasligi mumkin. Ya'ni, bu baho ko'proq shaxsning o'ziga bog'liq bo'lib, u subyektiv xarakterga egadir.

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

O'z-o'ziga bahoning **past bo'lishi** ko'pincha atrofdagilarning shaxsga nisbatan qo'yayotgan talablarining o'ta ortiqligi, ularni uddalay olmaslik, turli xil e'tirozlarning doimiy tarzda bildirilishi, ishda, o'qishda va muomala jarayonidagi muvaffaqiyatsizliklar oqibatida xosil bo'lishi mumkin. Bunday o'smir yoki katta odam ham, doimo tushkunlik holatiga tushib qolishi, atrofdagilardan chetroqda yurishga harakat qilishi, o'zining kuchi va qobiliyatlariga ishonchsizlik kayfiyatida bo'lishi bilan ajralib turadi va bora-bora shaxsda qator salbiy sifatlar va xatti-harakatlarning paydo bo'lishiga olib keladi. Hattoki, bunday holat suisidal harakatlar, ya'ni o'z joniga qasd qilish, real borligidan "qochishga" intilish psixologiyasini ham keltirib chiqarishi mumkin.

O'zi-o'ziga baho **o'ta yuqori** ham shaxs xulq-atvoriga yaxshi ta'sir ko'rsatmaydi. Chunki, u ham shaxs yutuqlari yoki undagi sifatlarning boshqalar tomonidan sun'iy tarzda bo'rtirilishi, no'rin maqtovlar, turli qiyinchiliklarni chetlab o'tishga intilish tufayli shakllanadi. Ana shunday sharoitda paydo bo'ladigan psixologik holat "noadekvatlilik effekti" deb atalib, uning oqibatida shaxs hattoki, mag'lubiyatga uchraganda yoki o'zida nochorlik, uquvsizliklarni sezganda ham buning sababini o'zgalarda deb biladi va shunga o'zini ishontradi ham (masalan, "xalaqit berdi-da", "falonchi bo'lmaganida" kabi bahonalar ko'payadi). Ya'ni, nimaiki bo'lmasin, aybdor o'zi emas, atrofdagilar, sharoit, taqdir aybdor. Bundaylar haqida bora-bora odamlar "oyog'i yerdan uzilgan", "manmansiragan", "dimog'dor" kabi sifatlar bilan gapira boshlaydilar. Demak, o'z-o'ziga baho realistik, adekvat, to'g'ri bo'lishi kerak.

Realistik baho shaxsni o'rab turganlar – ota-ona, yaqin qarindoshlar, pedagog va murabbiylar, qo'ni-qo'shni va yaqinlarning o'rinli va asosli baholari, real samimiy munosabatlari mahsuli bo'lib, shaxs ushbu munosabatlarni ilk yoshligidanoq xolis qabul qilishga, o'z vaqtda kerak bo'lsa to'g'rilashga o'rgatilgan bo'ladi. Bunda shaxs uchun etalon, ibratli hisoblangan insonlar guruhi – *referent* guruhning roli katta bo'ladi. Chunki biz kundalik hayotda hammaning fikri va bahosiga quloq solavermaymiz, biz uchun shunday insonlar mavjudki, ularning hattoki, oddiygina tanbehlari, maslahatlari, hattoki, maqtab turib bergan tanbehlari ham katta ahamiyatga ega. Bunday referent guruh real mavjud bo'lishi (masalan, ota-ona, o'qituvchi, ustoz, yaqin do'stlar), yoki noreal, xayoliy (kitob qahramonlari, sevimli aktyorlar, ideal, "kumir") bo'lishi mumkin. Shuning uchun yoshlar tarbiyasida yoki real jamoadagi odamlarga maqsadga muvofiq ta'sir yoki tazyiq ko'rsatish kerak bo'lsa, ularning etalon, referent guruhini aniqlash katta tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'ladi.

Shunday qilib, o'z-o'ziga baho sof ijtimoiy hodisa bo'lib, uning mazmuni va mohiyati shaxsni o'rab turgan jamiyat normalariga, shu jamiyatda qabul qilingan va e'zozlanadigan qadriyatlarga bog'liq bo'ladi. Keng ma'nodagi yirik ijtimoiy jamoalar etalon rolini o'ynashi oqibatida shakllanadigan o'z-o'ziga baho – o'z-o'zini baholashning yuksak darajasi hisoblanadi. Masalan, mustaqillik sharoitida mamlakatimiz yoshlari ongiga milliy qadriyatlarimizning singishi, vatanparvarlik, adolatlilik, fidoiylilik sifatlarining shakllanishi va

mustaqillik mafkurasiga sadoqat xislarining tarbiyalanishi, tabiiy, har bir yosh avlodda o'zligini anglash, o'zi mansub bo'lgan xalq va millat ma'naviyatini qadrlash xislarini rivojlantirmoqda. Bu esa, o'sha milliy o'zlikni anglashning poydevori va muhim shakllantiruvchi mexanizmidir.

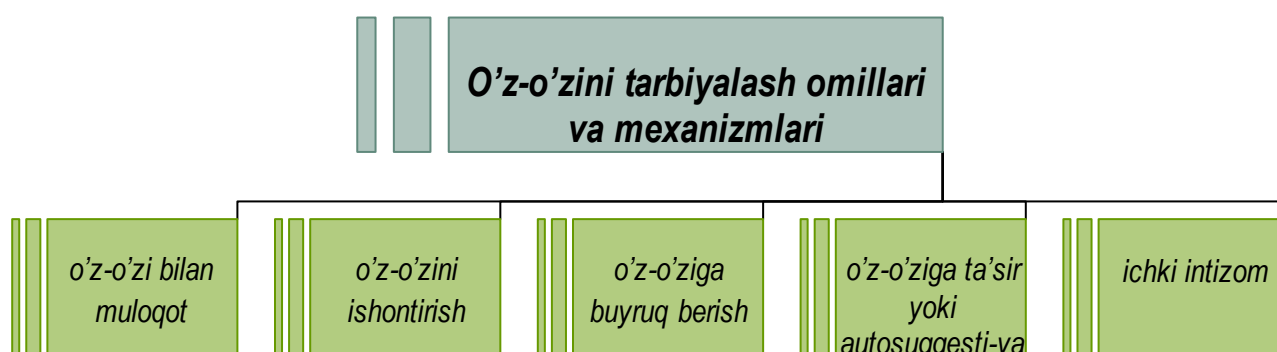
Demak, o'z-o'zini baholash – o'z-o'zini tarbiyalashning muhim mezonidir. O'z-o'zini tarbiyalash omillari va mexanizmlariga esa, quyidagilar kiradi:

✚ *o'z-o'zi bilan muloqot* (o'zini konkret tarbiya obyektida idrok etish va o'zi bilan muloqotni tashkil etish sifatida);

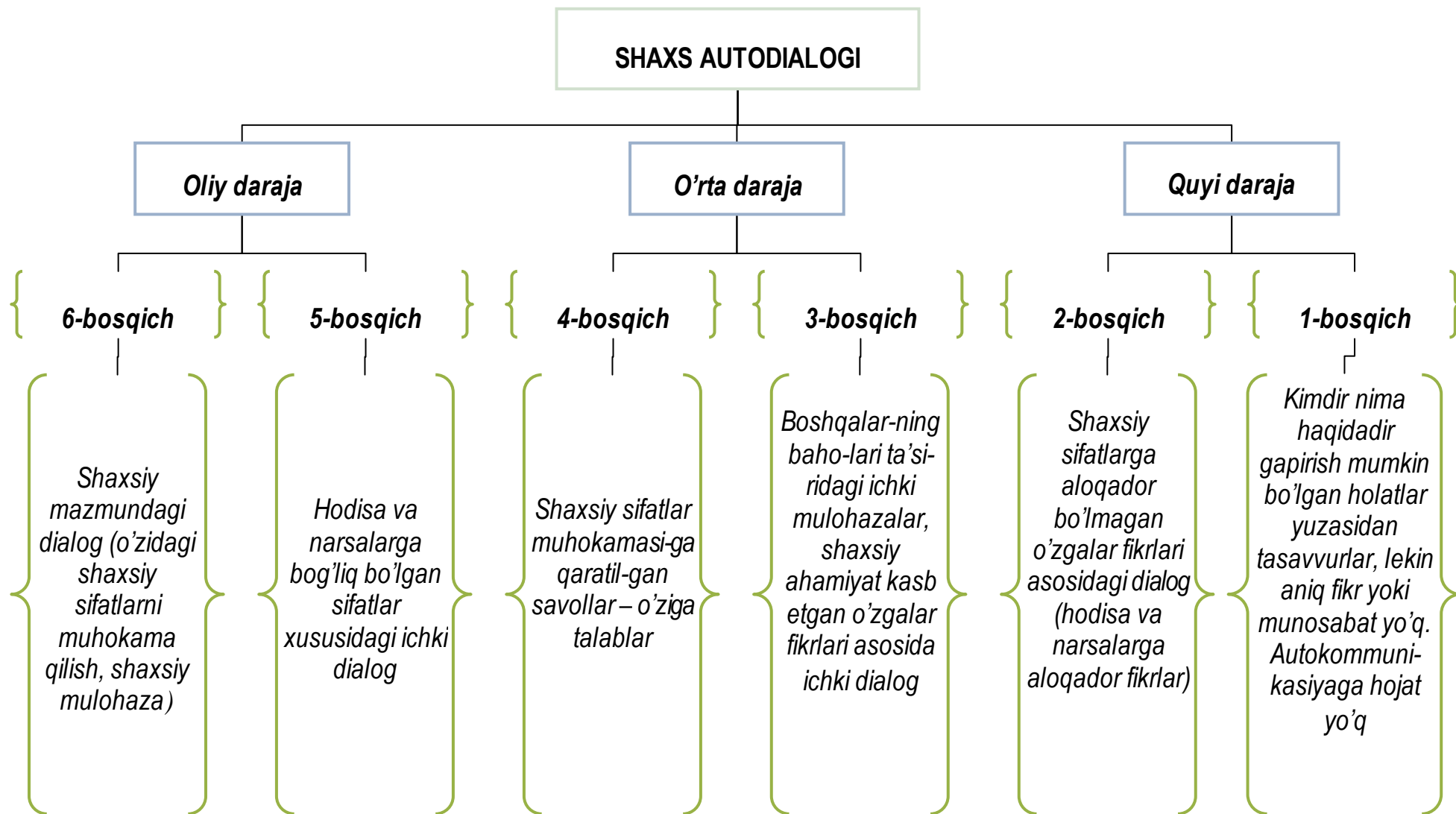
✚ *o'z-o'zini ishontirish* (o'z imkoniyatlari, kuchi va irodasiga ishonish orqali, ijobiy xulq normalariga bo'ysundirish);

✚ *o'z-o'ziga buyruq berish* (tig'iz va ekstremal holatlarda o'zini qo'lga olish va maqbul yo'lga o'zini chorlay olish sifati);


o'z-o'ziga ta'sir yoki *autosuggestiya* (ijtimoiy normalardan kelib chiqqan holda o'zida ma'qul ustanovkalarni shakllantirish);



41-rasm. O'z-o'zini tarbiyalash omillari va mexanizmlari ketma-ketligi



42-rasm. Shaxs autodialogining eng muhim belgilari

 *ichki intizom* – o'z-o'zini boshqarishning muhim mezon, har doim har yerda o'zining barcha harakatlarini muntazam ravishda korreksiya qilish va boshqarish uchun zarur sifat.

Yuqoridagi o'z-o'zini boshqarish mexanizmlari orasida psixologik nuqtai nazardan o'z-o'zi bilan amalga oshiriladigan **ichki dialog** alohida o'rin tutadi. *O'z-o'zi bilan dialog* – oddiy til bilan aytganda, o'zi bilan o'zi gaplashishdir. Aslida bu qobiliyat bizning boshqalar bilan amalga oshiradigan tashqi dialoglarimiz asosida rivojlanadi, lekin aynan ichki dialog muhim regulyativ rol o'ynaydi.

Ye.Klimov bunday dialogning uch bosqichini ko'rsatib o'tadi. 42-rasmda shaxs ichki dialogining bosqichlari va har bir bosqichga xos bo'lgan belgilar keltirilgan.


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

11.7. Shaxs dunyoqarashi va e'tiqodini o'zgartiruvchi omillar

Dunyoqarash – shaxsning shaxsligini (individ emas), uning ma'naviyatini, ijtimoiylashuvi darajasini ko'rsatuvchi kuchli motivlardandir. Shuning uchun ham uning shakllanishi va o'zgarishi masalasi muhim masalalardan bo'lib, hamma vaqt va davrlarda ham o'ta dolzarb bo'lib kelgan. O'zbekiston o'z mustaqilligiga erishgach, jamiyatda tub islohotlar boshlandi.

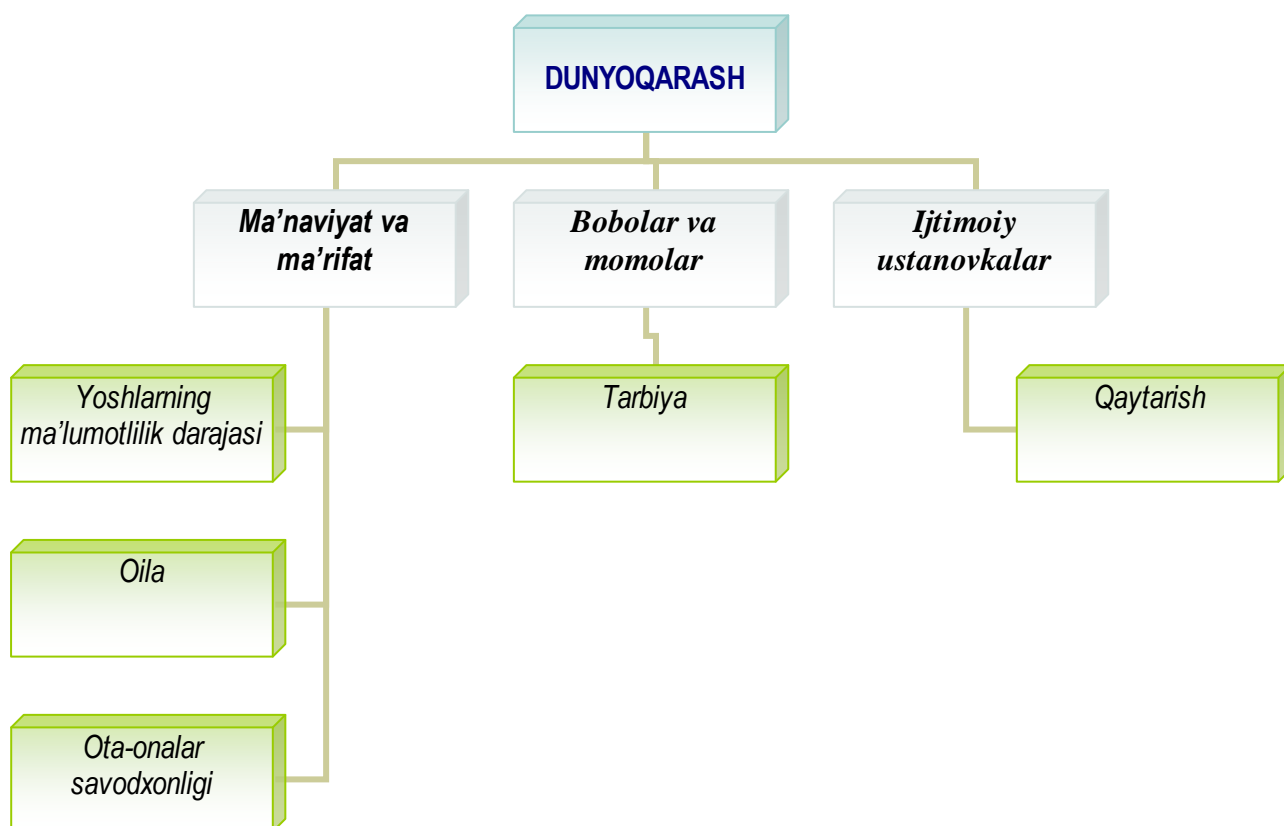
Ana shu islohotlarning asosiy yo'nalishlaridan biri – ma'naviy-ma'rifiy islohotlar bo'lib, uning asosiy maqsadi jamiyat a'zolari dunyoqarashini istiqbol ruhida shakllantirishni maqsad qilib qo'ydi. Davlatimizning yoshlar borasidagi siyosatining asosini ham ularda yangicha xurfiylik bilan yangicha dunyoqarashni shakllantirishdir.

Rasmda ko'rinib turganidek, psixologiyada o'zgarishlar sharoitida e'tiqod, dunyoqarash va ideallar o'zgarishiga sabab bo'luvchi asosiy omillarni quyidagicha izohlash mumkin:

 **Ma'naviyat va ma'rifat.** Avvalo ma'rifat xususida. Bu – odamning tabiat, jamiyat va insonlar to'g'risidagi turli bilimlari, tushunchalari, ma'lumotlari majmui bo'lib, uning mazmuni bevosita shaxs dunyoqarashining mazmun-mohiyatini belgilaydi. Demak, yoshlarga qaratilgan va ular o'qib, o'rganishi uchun yo'naltirilgan barcha turdagi ma'lumotlar (kitoblar, ommaviy – axborot vositalari orqali, muloqot jarayonida), ular asosida shakllanadigan yangicha tasavvurlar yangicha dunyoqarash uchun zamindir.

Mustaqillik yillarida eski, o'zini tarix oldida oqlamagan mafkuradan voz kechildi, yangi mustaqillik g'oyasi, uning asosiy tamoyillari, yoshlarni ma'rifati qilish borasidagi vazifalar Davlatimiz rahbari I.A. Karimov asarlarida muxtasar, aniq bayon etilgan. Ular asosida mamlakatimizda yangi "Ta'lim to'g'risidagi qonun" va "Kadrlar tayyorlashning milliy dasturi" qabul qilindi. Ular yoshlarning eng ilg'or ilm-fan yutuqlaridan boxabar qilish, buyuk allomalar merosini chuqur va teran o'rganish, zamonaviy texnologiyalar asosida ta'lim-tarbiya jarayonini tashkil qilish, yoshlarni ma'rifati qilishning barcha shart-sharoitlarini yaratishni nazarda tutadi.

Bu say'i-harakatlar ma'naviyat borasidagi islohotlar, o'zbek madaniyati, san'ati, adabiyotini rivojlantirish ishlari, tariximizni tiklash borasida amalga oshirilayotgan olamshumul ishlar tabiiy, yoshlarimizda yangicha dunyoqarashning shakllanishiga asos bo'ladi.



43-rasm. Shaxs dunyoqarashi va e'tiqodini o'zgartiruvchi omillar

Yoshlarning ma'lumotlilik darajasi ham yangilanish davrida ta'sir ko'rsatuvchi muhim omillardan biri hisoblanadi. Agar o'smir yoki o'spirinda ilk yoshlikdan kitobga, bilimga mehr tarbiyalanmagan bo'lsa va uning bilim hamda tushunchalari doirasi tor bo'lsa, u sog'lom g'oyani nosog'lomdan, dunyoviylikni dahriylikdan, ziyoni jaholatdan farqlay olmaydi. Shuning uchun ham Prezidentimiz yoshlarimiz bilim olishlari uchun, ular iqtidorining rivoji uchun barcha shart-sharoitlarni yaratishga e'tiborni qaratmoqdalar, bunga javoban yoshlar faqat tinimsiz izlanishlari, o'qishlari, ilm sirlari mukammal egallashlari shart. Zero, Hadisu sharifda ham zikr etilganidek, "Ilm o'rganish har bir musulmon uchun farzdir".

Ilg'or g'oyalar egasi bo'lish uchun tafakkurni shunday mashq qildirish lozimki, toki uning yordamida kundalik dolzarb masalalarga, xalq manfaatiga xizmat qiluvchi solih ishlarni amalga oshirish choralari borasida turli-tuman fikrlarni yuritish imkoniyati bo'lsin. Bu holat har qanday g'ayri-tabiiy fikrlarga o'z o'rniga aql-idrok bilan munosib javob berish, taraqqiyotimizga g'ov bo'luvchi yot va zararli fikrlarga nisbatan immunitetni shakllantirish, turli xil dogmatik qarashlarga ega bo'lgan shaxslar bilan asosli va tanqidiy munozaralar olib borib, o'z nuqtai nazarining to'g'riligini to'la asoslash qobiliyatini o'stiradi.

Oila. Shaxs ma'naviyati, uning dunyoqarashi, barcha tasavvur va e'tiqodiga aloqador bo'limlari majmui asosan oilada shakllanadi. Shu ma'noda – oila haqiqiy ma'naviyat o'chog'i,

mafkuraviy tarbiyaning omili va shart-sharoitidir. Milliy mafkuramizga xos bo'lgan ilk tushunchalar, shaxsning hayotiy yo'nalishlari, e'tiqodi va iymoni avvalo oila muhitida shakllanadi. Bu jarayon bobolar o'giti, ota ibrati, ona mehri orqali amalga oshiriladi.

Har bir shaxs oilaning jamiyatdagi o'rni va funksiyalarini, qadr qimmatini anglamasdan, Vatanning ostonadan boshlanishini tushunmasdan turib, Vatan tuyg'usini tom ma'noda xis qila olmaydi. Bu ish asosan har bir o'zbek oilasidagi tarbiya an'analari va ularni takomillashtirish, milliy qadriyatlarni turmush tarzining ajralmas bo'lagiga aylantirish, muloqot madaniyatining Sharqona ko'rinishlari bilan zamonaviy shakllarini uyg'unlashtirish, mehnat tarbiyasi, uning farzandlar farovon turmush kechirishining muhim tamoyili sifatida qadrlanishiga erishishi orqali amalga oshirish mumkin.

Bundan tashqari, shaxsning barkamolligi har bir shaxs ongida oilaning muqaddasligi, Vatanning aslida oiladan boshlanishi, shu bois uni sevish va nikohni muqaddas bilish zarurligini, oilaning jamiyat hayotida tutgan o'rni va funksiyalarini tushuntirish orqali ro'y berishi inobatga olinadi.

Bolalarda yoshlikdan xalq va yurt taqdiriga befarq bo'lmaslik psixologiyasini shakllantirish uchun bola hayotining dastlabki onlaridan boshlab, predmetlar olami bilan tanishishi, o'yinchoqlar olami, tengqurlari bilan bo'ladigan o'yinlarining tarbiyalovchi xususiyatlariga ahamiyat berish zarur. Insoniyatga zarar keltiruvchi, odamlar o'rtasida ziddiyatlarni va talofatlarni keltiruvchi "jangari" o'yinchoqlar, multfilmlar, kinofilmlar ko'rishlarini imkon darajasida cheklash, bu o'yinlarning psixologik hamda pedagogik ekspertizalari bo'yicha ota-onalarga aniq ko'rsatmalar berish zarur. Sharqona odob va o'zaro munosabatlar tamoyillarini aks ettiruvchi turli o'yinlar, o'yinchoqlar, rasmi o'yinchoq-kitobchalar, xalq milliy folklori va ertaklari asosida yaratilgan multfilmlar ilk yoshlikdan bolalardagi mafkuraviy qarashlarning to'g'ri shakllanishiga yordam beradi. Masalan, bolalar o'rtasida mashhur bo'lgan "Zumrad va qimmat", "Yoriltosh", "Xo'ja Nasriddinning sarguzashtlari" kabi qator ertaklar orqali oilada bolalarni yaxshidan yomonni, mehr-sahovatdan xudbinlikni farqlashga o'rgatish va shu orqali milliy udumlarning xalq orzu-istaklari va intilishlari bilan bog'liqligini yaqqol ko'rsatish mumkin.

Ota-onalar savodxonligi ham bu o'rinda katta rol o'ynaydi. Eng avvalo ularda sog'lom tafakkur va milliy g'oyalarni shakllantirish kerakligini alohida ta'kidlash mumkin. Bunday savodxonlik ota-onalik roli va funksiyalari mohiyatini to'g'ri tushunish, yangi farzand dunyoga kelishi va kamol topib rivojlanishiga oid qonuniyatlarni bilish, oilaviy munosabatlar doirasida milliy urf-odatlarimiz va an'nalarimizning eng nodirlarini turmushning barcha sohalariga singdirish orqali, bolalarda qadriyatlarga mehr-muhabbatni uyg'otish, balog'at yoshiga yetgan farzandlarni oilaviy hayotga tayyorlash kabi qator mas'uliyatli vazifalarning tub ma'nosini bilish va ularga amal qilish nazarda tutiladi. Bunday bilim va tasavvurlar majmui otaga qay darajada zarur bo'lsa, onaga ham shu tarzda zarur va ahamiyatlidir. Chunki bir qarashda sanab o'tilgan funksiyalar odatiy, ularga inson hayoti mobaynida avtomatik tarzda o'rganib ketadiganday tuyulsada, aslida ota-onalik shunday mas'uliyatli vazifaki, uning jamiyatimiz manfaatiga mos tarzda amalga oshirilishiga inson ham ma'naviy jihatdan, ham psixologik jihatdan tayyor bo'lishi kerak.

Kasbni puxta egallash va fidokorona mehnat qilish uchun ilm qanchalik zarur bo'lsa, fozil farzandlar tarbiyalash va ularni insonlarga nafi tegadigan darajada yetuk qilib tarbiyalash uchun ham ilm-bilim shunchalik ahamiyatlidir. Shuning uchun bu fikrlarning naqadar to'g'riligi

va ayniqsa, ayol kishi uchun savodlilik va ilmning zarurati to'g'risida o'z vaqtida o'rta asrning ko'zga ko'ringan iste'dodli shoirlaridan biri Abdibek Sheroziy shunday yozgan edi: "Ilm – ayol uchun ziynat. Aqlini nodonlikdan qutqargan har bir ayol nomus, izzat, ayollik qadrini tushunib yetadi. Bunday ayol hiech bir ishda adashmaydi. Ilmsiz ayol esa bola tarbiyalashda turli xatolarga yo'l qo'yadi".

✚ ***Bobolar va momolar*** o'zbek oilasida shaxsni tarbiyalashda bevosita ishtirok etadilar. Azaliy turkiy udumga binoan ota-onadan ham ko'ra bobo-buvilarning tarbiyaviy ta'siri kuchliroq bo'ladi. Masalan, Amir Temur shahzodalarning tarbiyasi bilan ularning onalari emas, ulug' bibilari-buvilari shug'ullanishini lozim topgan. Shunga ko'ra, Saroy Mulk xonim Shohruh Mirzoni, suyuqli nabiralari Muhammad Sulton Mirzo, Xalil Sulton Mirzo, Ulug'bek Mirzolar tarbiyasini o'z bo'yniga olgan.

Shuning uchun ham yurtimizda oila hamisha davlat himoyasida va oliy qadriyat sifatida e'zozlanadi. Oila ijtimoiylashuvning asosiy va muhim o'chog'i bo'lgani uchun ham uning shu muhitda tarbiyalanayotgan yoshlar e'tiqodi va dunyoqarashidagi roli sezilarli, xukumat bola tarbiyasida ota-onalar mas'uliyatini oshirish uchun har yili hayrli tadbirlar ishlab chiqmoqda. Respublikamizda yillarning "Oila", "Ayollar", "Sog'lom avlod", "Onalar va bolalar", "Qariyalarni qadrlash", "Salomatlik" yili deb elon qilinishi, "Oila" ilmiy-amaliy Markazining faoliyat ko'rsatayotganligi jamiyatda, yoshlar tarbiyasi borasida oilaning roli va mas'uliyatini oshirishga ana shunday muhim tadbirlardandir.

✚ ***Ijtimoiy ustanovkalar.*** Sof psixologik ma'noda yangicha tafakkur va dunyoqarashni shakllantiruvchi va o'zgartiruvchi ijtimoiy psixologik mexanizm – bu ijtimoiy ustanovkalaridir. Bu – shaxsning atrof muhitida sodir bo'layotgan ijtimoiy hodisalarni, obyektlarni, ijtimoiy guruhlarni ma'lum tarzda idrok etish, qabul qilish va ular bilan munosabatlar o'rnatishga ruhiy ichki hozirlik sifatida odamdagi dunyoqarashni ham o'zgartirishga aloqador kategoriyadir. Ijtimoiy ustanovkalar haqida batafsil ma'lumotlar oldingi mavzular (boblar)da bayon etilgan, bu o'rinda biz, uning faqat dunyoqarashlar o'zgarishiga aloqador mexanizm sifatidagi rolini ta'kidlamoqchimiz, xolos.

Ijtimoiy ustanovkalarga xos bo'lgan umumiy qonuniyatlardan biri, bu uning uzoq muddatli xotira bilan bog'liqligidir. Ayni vaziyatlarda shakllangan obrazlar uzoq muddatli xotirada saqlanib, u yoki bu vaziyatda dolzarblashadi, ya'ni "jonlanadi". Masalan, ba'zi bir etnik stereotiplar ana shunday xotiradagi mavjud obrazlar hisobiga shakllanadi. Demak, ijtimoiy ustanovka obyektga hamda konkret vaziyatga bog'liqdir.

Shakllangan ijtimoiy ustanovkaning shaxs hayoti mobaynida o'zgarishi esa, muhim ijtimoiy-psixologik ahamiyatga egadir. Amerikalik olim Xovland fikricha, ijtimoiy ustanovka o'rgatish yo'li bilan o'zgarishi mumkin. Ya'ni o'quvchilardagi turli ustanovkalarni o'zgartirish uchun rag'batlantirish yoki jazolash tizimini o'zgartirish lozimdir. Ikki shaxs yoki shaxs bilan guruhning ustanovkalari mos kelmay qolgan sharoitda esa tomonlardan biri ongli ravishda o'z ustanovkalarini o'zgartirishi shartdir. Aks holda nomutanosiblik tamoyiliga ko'ra, shaxslararo nizo yoki kelishmovchilik paydo bo'lishi muqarrardir.

Ijtimoiy ustanovkalarni o'zgartirishning eng sodda va qulay yo'li – bu ayni vaziyatlar va ulardagi ta'sirlarni *qaytarishdir*. Bu qaytarish qayd qilingan obraz sifatida inson ongida uzoq muddatli xotirada saqlanadi va vaziyat paydo bo'lganda, *obyektivlashadi*, ya'ni o'z kuchini va mavjudligini ko'rsatadi. Shuning uchun ham agar chet el tajribasiga murojaat qiladigan bo'lsak,

u yerda biror g'oyani ongga singdirish uchun bir odam yoki biror guruh o'z siyosiy, mafkuraviy yoki boshqa qarashlarini bir xil so'zlar va iboralar, harakatlar bilan qaytaraveradi va shu yo'l bilan ko'pchilikning ma'qullashiga erishadi. Ayniqsa, saylov oldi tadbirlarida ana shu usul keng qo'llaniladi. Shulardan kelib chiqib, ijtimoiy ustanovkalarni o'zgartirishning usullari va psixologik vositalari orqali ham dunyoqarashni o'zgartirishga erishish mumkin.

11.8. Ijtimoiy-psixologik metodlar: kontent-analiz, anketa

Kontent-analiz

Materiallarni ma'naviy jihatdan ham sifat, ham miqdoriy analiz qilinish usuli ijtimoiy psixologiyada **kontent-analiz** deb ataladi. Kontent-analizning ilmiy mohiyati shuki, uning yordamida biror matnda ma'lum fikr, g'oya yoki tushunchalarning necha marta qaytarilishi qayd etiladi, ya'ni ma'lum mazmun miqdor ko'rinishiga keltiriladi. Bu metodning asoschilari amerikalik sosiologlar X.Lassuell va B.Berelsonlar bo'lib, ular bu usulni birinchi marta ikkinchi jahon urushi yillarida bir siyosiy gazetaning mazmuni, uning g'oyaviy yo'nalishini aniqlash maqsadida qo'llagan edilar. Ular "Haqiqiy amerikalik" nomli gazetaning kundalik chiqishlarini kontent-analiz qilib, ularni fashistik yo'nalishidagi gazeta ekanligini isbot qilishgan va uning chiqishini ta'qiqlashga erishgan edilar.

Kontent-analizni qo'llashda tadqiqotchi oldida turgan asosiy muammo bu tekshiruv birliklari – kategoriyalarni aniqlashdir. Chunki bunday birliklar tadqiqotning maqsadi va tadqiqotchining e'tiqodi va dunyoqarashiga ko'ra har xil bo'lishi mumkin. Masalan, kontent-analizning asoschilari Lassuell va Berelsonlar bunday birlik – ramziy birlik yoki simvollar bo'lishi mumkin, deb hisoblashgan bo'lsalar, boshqa amerikalik tadqiqotchi L.Lovental bunday birlik yaxlit mavzu bo'lishi kerak deb hisoblaydi. Aslida, bunday birliklar kontent-analizda ilmiy taxmin va tadqiqotchining metodologik asoslari bilan belgilanishi kerak. Shuning uchun ham ko'pgina tadqiqot natijalarini umumlashtirib, analiz uchun birliklar quyidagilar bo'lishi mumkin deb hisoblaymiz:

✚ alohida iboralar yoki so'zlarda bildirilgan tushunchalar (masalan, demokratiya, faollik tashabbus, hamkorlik va hokazo);

✚ yaxlit abzaslar, matnlar, maqolalar va shunga o'xshashlarda ko'tarilgan mavzular (masalan, millatlararo munosabatlar mavzusi, insonlardagi milliy qadriyatlar mavzusi va hokazo);

✚ tarixiy allomalar, siyosatshunoslar, taniqli shaxslarning nomlari;

✚ ijtimoiy hodisa, rasmiy hujjat, biror aniq fakt, asar (masalan, oilaviy mojarolar, O'zbekiston Konstitusiyasi muhokamasi, yangi yozilgan asarga o'quvchilarning munosabati va shunga o'xshash).

Yaxshi o'tkazilgan kontent-analiz aslida ijtimoiy psixologik tadqiqotlarda juda katta ahamiyatga ega. Kontent-analiz tadqiqotchidan kattagina uquvni talab qiladi, chunki bir tomondan, u yoki bu matnni tushunish mahorati bo'lishi kerak, ikkinchi tomondan, tadqiqot so'ngida qo'lga kiritilgan miqdoriy birliklarni yana qayta sifat formasiga keltirish lozim, ya'ni tushuntirib berish kerak.

Anketa

Anketa metodi hammaga tanish bo'lgan usullardan biri. Lekin ko'pincha anketani o'tkazgan odam uning tuzilishi qanchalik qiyinligini yoki olingan ma'lumotlarni qayta ishlab, sharxlash qiyinligini tasavvur qilmaydi. Yuqorida qayd etilganidek, anketaga kiritilgan savollarga ko'ra anketa *ochiq* va *yopiq* turlarga bo'linadi. **Ochiq** anketa respondentdan o'z fikrini bilganicha bayon etishni talab qiladi, **yopiq** shakldagi anketa savollarining esa javoblari berilgan bo'lib, tekshiriluvchi o'ziga ma'qul bo'lgan, qarashlari, fikrlari bilan mos bo'lgan javobni beradi. Ochiq savollarning kamchiligi respondentlarning har doim ham qo'yilgan vazifaga yetarli darajada mas'uliyat bilan qaramaganligi hamda yozilgan javoblarni statistik ishlov berishdagi qiyinchiliklar bo'lsa, yopiq anketada respondentga tekshiriluvchi tomonidan o'z fikriga ergashtirishga o'xshash holat yoki har doim ham hamma savolning barcha javob variantlarini topib bo'lmaslikdir. Shunday holatlarda respondent yo umuman javob bermasligi yoki tavakkal bir variantni belgilab berishi mumkin.

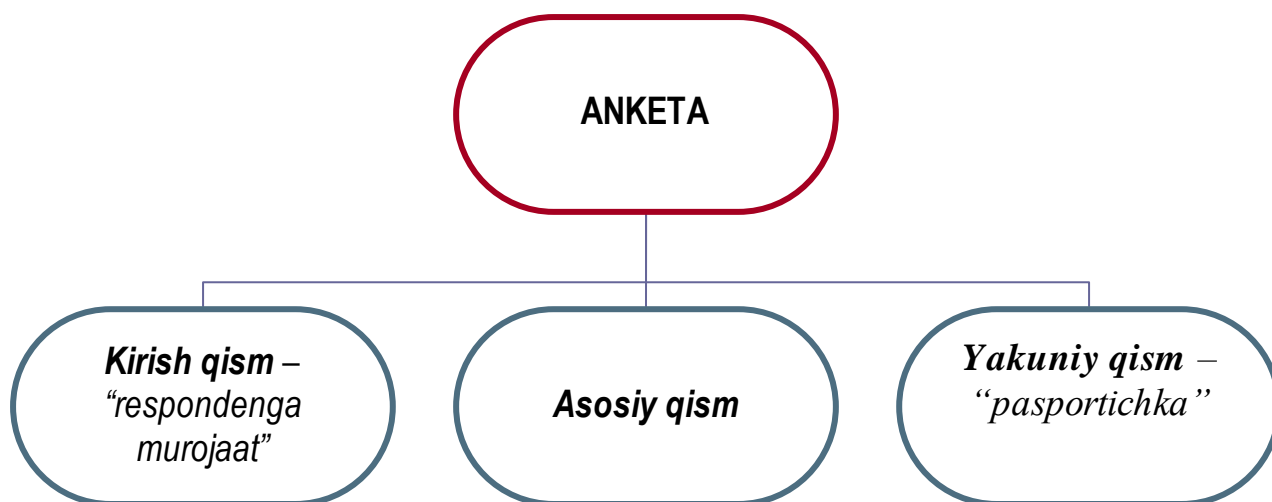
Shuning uchun ham oxirgi paytda yarim yopiq savollardan iborat anketalar tuzilmoqdaki, ularda javob variantlaridan tashqari, yana qo'shimcha fikr bildirish uchun qo'shimcha qatorlar qoldiriladi.

Odatdagi anketa tuzilishi jihatdan uch qismga bo'linadi (44-rasm):

Kirish qismi yoki “respondenga murojaat” deb ataladi. Bu qismda odatda tadqiqot o'tkazayotgan tashkilot nomi, oddiy tilda tadqiqot maqsadlari va ularning qanday foydasi borligi, tekshiriluvchining shaxsiy ishtiroki nima berishi, olingan ma'lumotlarning umumlashtirilgan holda ishlatilishi (anonimlilik), anketani to'ldirish yo'llari va boshqalar yoziladi. Yo'riqnoma – murojaatning qanchalik yaxshi yozilganligi bevosita tekshiriluvchining ishga bo'lgan munosabatiga bog'liqdir.

Asosiy qism. Bunga savollar kiritiladi, lekin savollar tartibiga ham e'tibor berish kerak, chunki boshidan boshlab qiyin savollar berilsa, bu narsa respondentni cho'chitib qo'yishi, hattoki, to'ldirmasdan, anketani qaytarib berishiga majbur qilishi ham mumkin. Shuning uchun boshida yengil, xolis savollar berib, tekshiriluvchini qiziqtirib olib, keyin qiyinroq, psixologik savollarga o'tish, oxirida yana “neytralroq” savollar berish maqsadga muvofiq.

Yakuniy qism yoki “passportichka” respondentning shaxsiy sifatidagi obyektiv ma'lumotlarni olishga qaratilgan bo'lib, unda shaxsning jinsi, yoshi, oilaviy ahvoli, kasb-kori va boshqalar so'raladi.



44-rasm. Anketaning tarkibiy tuzilishi

Anketalar tarqatilish uslubiga ko'ra, qo'l bilan tarqatiladigan, pochta orqali yuboriladigan, gazeta yoki jurnallar orqali to'ldiriladigan formalarga bo'linadi.

To'plangan ma'lumotlarga, odatda, statistik qayta ishlov beriladi yoki ular kompyuterlar yordamida analiz qilinadi.

11.9. Asosiy tushuncha va atamalar

Ijtimoiy representasiya; o'zligini anglash; ta'sirga beriluvchanlik; konformizm; nonkonformizm; reaktiv qarshilik; ta'sir ko'rsatish madaniyati; shaxs e'tiqodi; guruh; guruhlar psixologiyasi; ijtimoiy fasilitasiya; ignibisiya; tormozlovchi ta'sirlar; xulq normalari; ijtimoiy kutishlar; ijtimoiy norma; ijtimoiy sanksiyalar; ijtimoiy rollar; ijtimoiy ta'sir; "men" – obrazi; refleksiya jarayoni; ijtimoiy ma'lumotlar; muomala; psixologik ta'sir; verbal ta'sir; paralingvistik ta'sir; noverbal ta'sir; ta'sirning tashabbuskori; ta'sirning adresati; ko'ndirish texnikasi.

11.10. Rezyume

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy representasiya va o'zlikni anglash muammosi psixologiya fani oldida turgan muhim muammolardan biri ekan. Aynan shuning oqibatida, ta'sirga beriluvchanlik kishilar o'rtasida konformizm hamda nonkonformizm hodisalarini shakllantiradi. Bu esa o'z navbatida shaxsning e'tiqodiga ta'sirini ko'rsatmasdan qolmaydi. Shaxsga xos xulq normalari ijtimoiy kutishlar va sanksiyalar tufayli yuzaga kelib, bu uning ijtimoiy rollarni bajarish shart-sharoitlarida namoyon bo'ladi. "Men" – obrazi va o'z-o'ziga bahoning yuqoriligi, pastligi esa, shaxs autodiologining eng muhim belgilarini ajratishga yordam beradi. Shaxs dunyoqarashi va e'tiqodini o'zgartiruvchi kuchlar sifatida esa, bugungi kun psixologiya fani dunyoqarash, ma'naviyat va ma'rifat, yoshlarning ma'lumotlilik darajasi, oila, ota-onalar savodxonligi, bobolar va momolar, hamda ijtimoiy ustanovkalar kabi alohida ahamiyatga molik ijtimoiy omillar ketka-kettigini ajratib ko'rsatadi.

11.11. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Ijtimoiy representasiya jarayoni qanday masalalarni hal etishga yordam beradi?
2. O'zi to'g'risidagi tasavvurlar tizimi deganda nimani tushunasiz?
3. Konformizm hodisasi nima va namoyon bo'lish shakllarini sanang?
4. Konformizm hodisasining qanday turlari bor?
5. Fanda nonkonformizm hodisasi deganda nima tushuntiriladi?
6. Reaktiv qarshilik yoki ta'sir ko'rsatish madaniyati nimani anglatadi?
7. Ijtimoiy fasilitasiya hodisasi doirasida nima yoritiladi?
8. Guruh bo'lib ishlashning tafakkur uchun ahamiyati qay darajada?
9. Ijtimoiy norma, ijtimoiy sanksiya va rollar haqida nima bilasiz?
10. Ijtimoiy ta'sirlar shaxs tomonidan qanday anglaniladi?

11.12. Bibliografiya

- Karimov I.A.* Yangicha fikrlash va ishlash – davr talabi. T.5. – T.: O'zbekiston, 1997.
- Abilov O'* Milliy g'oya: ma'naviy omillar. – T.: Ma'naviyat, 1999.
- Gamezo M.V, Domashenko I.A.* "Atlas po psixologii". – M.: 1986.
- Godfrua J.* Chto takoye psixologiya. T. 1. Gl.5. – M.: 1992
- Yenikeyev M.I.* Obshaya i sotsialnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Norma, 2005. – 624 s.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.
- Karimova V.M.* Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot: Universitetlar va pedagogika institutlari uchun o'quv qo'llanma. – T.: "Universitet", 1999. – 96 b.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* "Psixologiya". 1-qism. Ma'ruzalar matni. – Toshkent TDIU, 2005. – 208 b.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* "Psixologiya". 2-qism. Ma'ruzalar matni. – Toshkent TDIU, 2005. – 125 b.
- Karimova V.M.* Ijtimoiy psixologiya asoslari. – T.: 1994
- Klimov Ye.A.* Osnovi psixologii: Uchebnik. – M.: 1997
- Mayers D.* Sotsialnaya psixologiya / Perv.s angl. – SPb.: Piter, 1999. – 688 s.
- Meliya M.* Biznes – eto psixologiya: Psixologicheskiye koordinati jizni sovremennogo delovogo cheloveka / Marina Meliya. – 3-ye izd. dop. – M.: Alpina Biznes Buks, 2005. – 352 s.
- Nemov R.S.* Psixologiya. Uchebnik dlya studentov vissh. ped. ucheb. zavedeniy: V 3-x t. – M.: Gumanit. izd. sentr VLADOS, 2003. – 576 [640; 608] s.
- Obuxova L.F.* Vozrastnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Vissheye obrazovaniye; MGPPU, 2006. – 460 s.
- SHyerbakova Yu.V.* Spetsialnaya psixologiya: Uchebnik. posobiye. – M.: Izdatelstvo RIOR, 2006. – 80 s.
- Hayitov O.E., Lutfullayeva N.X.* Psixodiagnostika va amaliy psixologiya. Ma'ruzalar matni. – T.: TDIU, 2005. – 338 b.

XII Bob

SHAXS INSONIY MUNOSABATLAR OBYEKTI VA SUBYEKTI SIFATIDA

Bobning qisqacha mazmuni

Insoniy munosabatlar psixologiyasi. O'zaro munosabatlarga kirishayotgan tomonlar munosabatdan ko'zlaydigan asosiy maqsadlar. O'zgalarga samarali ta'sir eta olishga bo'lgan intilishi va uning sabablari. V.Karimova bo'yicha muloqotning tuzilmaviy tomonlari. Muloqotning kommunikativ tomoni – ma'lumotlar almashinuv jarayoni sifatida. Muloqotning interaktiv tomoni. Muloqotning perseptiv tomoni. A.A.Bodalev bo'yicha muloqotda idrok qilishning persepsiya mexanizmlari. Shaxslararo muomalaning shaxs taraqqiyotidagi o'rni. Bir-birini tushunish. Ijtimoiy tajriba. Faoliyatga hozirlanish. Sosiometrik texnologiya. Ijtimoiy-psixologik tafakkurning mohiyati.

Muloqot va unga o'rgatish muammolari. "Professionalizm" tushunchasi. Kommunikativ uquvsizlik yoki diskommunikasiya holati. Ijtimoiylashuv jarayoni. Faol muloqotning paradoksal tomoni. Tinglash mahorati. Professional tinglash texnikasining nazariy chizmasi. Aktiv holat. Suhbatdoshga samimiy qiziqish bildirish. O'ychan jimlik.

12.1. Insoniy munosabatlar psixologiyasi

Shaxs – ijtimoiy munosabatlar mahsuli deyilishining, asosiy sababi, uning doimo insonlar davrasida hamda ular bilan o'zaro ta'sir doirasida bo'lishini anglatadi. Bu shaxsning eng yetakchi va nufuzli faoliyatlaridan biri muloqot ekanligiga ishora qiladi. Har bir normal inson o'z g'alar tinglashga, o'z fikrini birovlariga yetkazishga, ya'ni gapirishga, fikrlarini ba'zan yozma tarzda bayon etishga tug'ma qobiliyatiday o'zini tasavvur qiladi. Lekin ana shu birovlarni tushunish va o'z fikrlarimiz, o'ylarimizni birovlariga yetkaza olish qobiliyati aslida bizning insoniy munosabatlar tizimida ekanligimizni, har birimiz o'zimizga o'xshash inson jamiyatisiz mavjud bo'la olmasligimizni bildiradi.

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

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

O'zaro munosabatlarga kirishayotgan tomonlar munosabatdan ko'zlaydigan asosiy maqsadlari – *o'zaro til topishish*, bir-birini tushunishdir. Bu jarayonning murakkabligi, kerak bo'lsa, "jozibasii", betakrorligi shundaki, o'zaro bir xil til topishish yoki tomonlarning aynan bir xil o'ylashlari va gapirishlari mumkin emas. Agar ana shunday vaziyatni tasavvur qiladigan bo'lsak, bunday muloqot eng samarasiz, eng beta'sir bo'lgan bo'lar edi. Masalan, tasavvur qiling, uzoq vaqt ko'rishmay qolgan do'stingizni ko'rib qoldingiz . Siz undan hol-ahvol so'radingiz, lekin u tashabbusni sizga berib, nimaiki demang, sizni ma'qullab, gapingizni qaytarib turibdi. Bunday muloqot juda bemaza bo'lgan va siz ikkinchi marta o'sha odam bilan iloji boricha rasman salom-alikni bajo keltirib o'tib ketavergan bo'lardingiz. Ya'ni, muloqot faoliyati shunday shart-sharoitki, unda har bir shaxsning individualligi, betakrorligi, bilimlar va tasavvurlarning xilma-xilligi namoyon bo'ladi va shunisi bilan u insoniyatni asrlar davomida o'ziga jalb etadi. Amerikalik olim *Uolter Lippman* har bir inson qalbining o'ziga xosligi va buning muloqotda namoyon bo'lishiga ishora qilib shunday yozgan edi: "Hamma bir xil fikr yuritgan yerda, hyech kim ko'p o'ylamaydi", ya'ni, odamlarning muloqotga intilishlarining asosida yotgan birlamchi motiv ham aynan suhbatlar mobaynida turlicha qarashlarga ega bo'lish, o'z fikrlarini takomillashtirishdir.

Har qanday faoliyatdan zerikish, charchash mumkin, faqat odam muloqotdan, ayniqsa, uning norasmiy, samimiy, bevosita shaklidan charchamaydi, yaxshi suhbatdoshlar doimo

ma'naviy jihatdan rag'batlantiriladilar.

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

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

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

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

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

Shaxslararo munosabatlarni o'rganish psixologiya fanida eng dolzarb muammolardan hisoblanadi. Chunki inson shaxsining eng nufuzli va yetakchi faoliyatlaridan biri bo'lgan muloqot va u orqali o'zaro munosabatlar odamlar orasida umumiylik, o'xshashlik, uyg'unlik kabi sifatlarni paydo bo'lishiga olib keladi. Ayniqsa, oila muhitida shaxslararo munosabatlarning, chunonchi, ota-ona va farzand orasidagi munosabatlarning o'ziga xos tomonlari shaxsning hayoti, faoliyatining samarasi va mazmuniga bevosita ta'sir etadi. Shunday ekan, insonlar orasida amalga oshadigan shaxslararo munosabatlar, ularning turli psixologik xususiyatlarini o'rganish masalasi ijtimoiy psixologiya fanida muhim va dolzarb muammolardan hisoblanadi.

Muomala shaxslararo munosabatlarning shunday ko'rinishidirki, uning yordamida odamlar o'zaro psixik jihatdan aloqaga kirishadilar, o'zaro axborot almashinadilar, ta'sir o'tkazadilar, ta'sirlanadilar, idrok etadilar, tushunish va baholash jarayonlarini kechiradilar. Shuning uchun muomala ijtimoiy psixologik hodisa, ijtimoiy kategoriya sifatida ijtimoiy turmushning barcha sohalarida bevosita ishtirok etib, hamkorlik faoliyatining moddiy, ma'naviy, emosional, kognitiv, motivasion, regulativ qirralarini aks ettiruvchi obyektiv va subyektiv ehtiyoj sifatida vujudga keladi, ijtimoiylashuvning asosiy omili, negizi vazifasini bajaradi.

Shaxslararo munosabatlarda muomalaning inson psixik dunyosiga ta'siri masalalarini psixolog olimlardan *L.S.Vigotskiy*, *S.L.Rubinshteyn*, *A.N.Leontyev*, *B.G.Ananyev*, *A.V.Zaporojes*, *A.A.Bodalev*, *B.F.Lomov*, *A.A.Leontyev*, *M.I.Lisina* tadqiqot ishlarini olib

borganlar.

L.S.Vigotskiy bola shaxsi psixik dunyosi rivoji va taraqqiyotida muomalani tushuntirib deydi: “Bola shaxsiy faolligini namoyon bo’lishining asosiy yo’li kattalar bilan muomalasi hisoblanadi...Uning tashqi olamga munosabati hamisha boshqa odam orqali munosabat bildirishdir”.

L.S.Vigotskiy fikricha, ontogenezda genetik jihatdan birlamchi o’zaro ta’sir bahs, dialogdir; ikkilamchi esa individning ongi, psixik jarayonlarining individualligidir: “Biz madaniy rivojlanishning umumiy genetik qonunini mana shunday shaklda ifodalashimiz mumkin: bolaning madaniy o’sishida har qanday funktsiya baholanishi uchun ikki marta, ikki xil rejada paydo bo’ladi, avval ijtimoiy, keyin psixologik, shuningdek, shaxslararo interpsixologik kategoriya sifatida so’ng bola ichki dunyosida intropsixologik kategoriya tariqasida”.

L.S.Vigotskiy shuningdek shaxslararo munosabatlarda asosiy qurol va vosita muomala jarayoni ekanligini uqtiradi. Uning fikricha, shaxslararo munosabatlarda dastavval muomala asosiy vosita, so’ngra esa xulq atvor vositasi turadi. Chunki inson yakka qolgan paytda ham muomala funksiyasini o’zida saqlaydi.

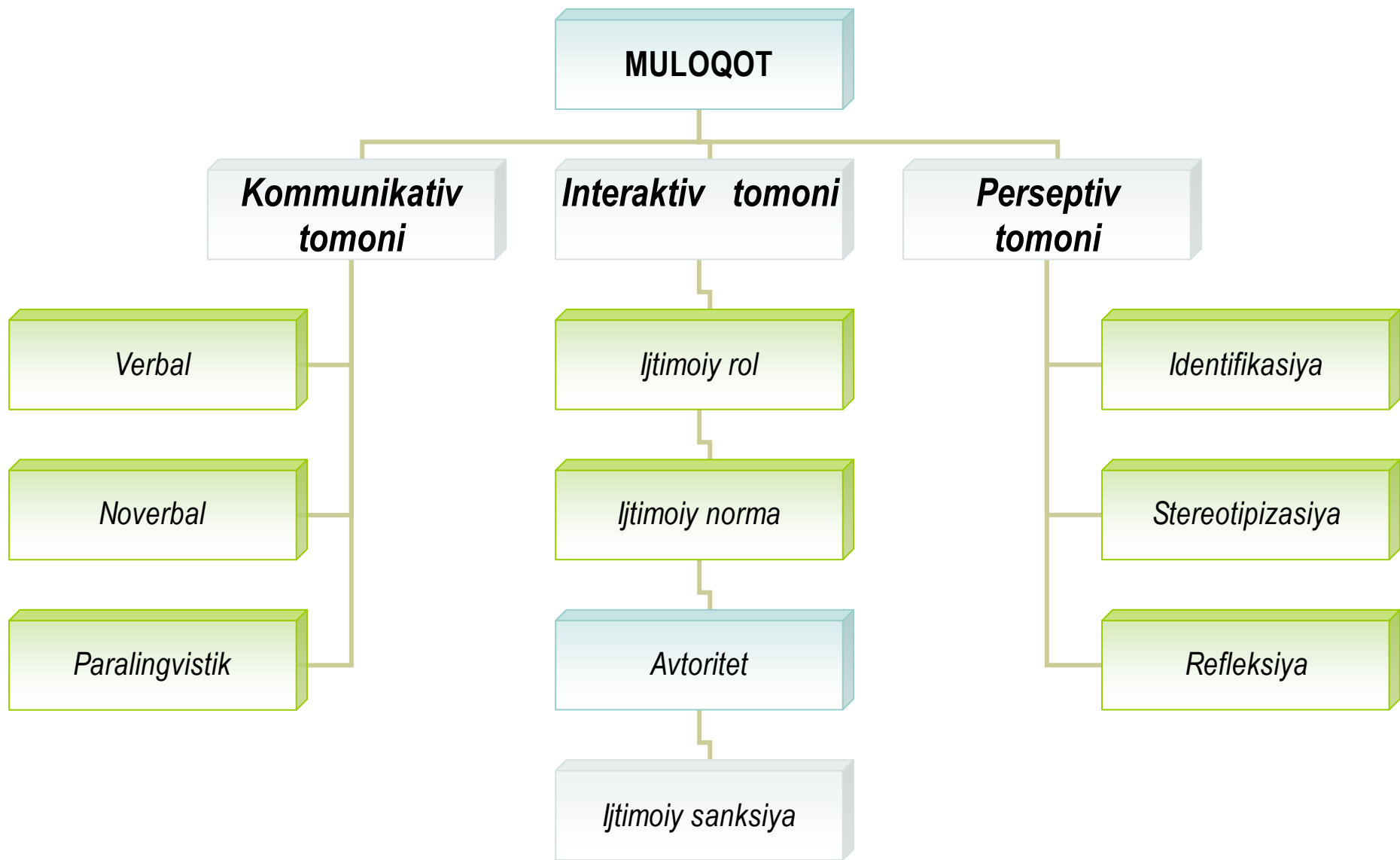
L.S.Vigotskiy qarashlaridan yana shu jihat ko’rinadiki, muomala intereorizasiya, ya’ni ichki nutq va ektereorizasiya, ya’ni tashqi nutq, muomala shakllarida namoyon bo’ladi. Bundan ko’rinadiki, muomala tufayli shaxs ijtimoiylashuvi yuzaga keladi.

Demak, *L.S.Vigotskiy*ning muomala, shaxslararo munosabatlar psixologiyasiga oid fikrlari g’oyat qimmatli, chunki unda biz shaxs ijtimoiylashuvi jarayoni uchun muhim asos sifatida muomalani ko’ramiz va shaxs shakllanishida bu jarayonning qimmatli cheksiz ekanligini yanada anglaymiz.

*V.M.Bexterev*ning boy merosida shaxslararo munosabatlar muammosi, xususan, muomala mavzusi ijtimoiy psixologik nazariya jihatidan o’rganilgandir. Uning qarashlarida insonlarning o’zaro ta’sir etishlari muammo sifatida talqin etiladi. *V.M.Bexterev* ijtimoiy xayotda muomalaning rolini tavsiflab, uning funksiyalarini hamkorlik faoliyatini amalga oshirish mexanizmi sifatida ajratib talqin qiladi. Uning fikricha, shaxsning atrofdagilari bilan muomalasi qanchalik xilma xil va boy bo’lsa, shunchalik uning taraqqiyoti muvaffaqiyatli amalga oshadi.

V.M.Bexterev muomalaning ijtimoiy roli va funksiyasini taxlil etishda uning ko’rinishlari bo’lmish taqlid va ta’sirlanish ahamiyatiga to’xtaladi. Uning fikricha, taqlid bo’lmasa, shaxs ham yuzaga kelmas edi. Chunki taqlid o’z materialini muomaladan olishini uqtiradi. Ta’sirlanish esa ijtimoiy jarayonlar namoyon bo’lishining omili tariqasida qaraladi.

V.M.Bexterev muomalani shartli ravishda bevosita va bilvosita turlarga ham ajratadi. Bilvosita muomala tarkibiy qismlari sifatida xat, telefon, telegramma, erkalash, urishish va boshqalarni olsa, bevosita muomala turiga nutqni kiritadi.



45-rasm. V.Karimova bo'yicha muloqotning tuzilmaviy tomonlari

Shuni ta'kidlash joizki, muomalani eksperimental o'rganish ishini *V.M.Bexterev* tomonidan amalga oshirilgandir.

*V.N.Myasishyev*ning "Shaxsning munosabatlar psixologiyasi" konsepsiyasiga ko'ra, shaxs "dialogik" xususiyati, muomalaning shaxsiy tajribasi va boshqa odamlar bilan o'zaro munosabat mahsuli sifatida namoyon bo'ladi. Shu tufayli shaxsda qiziqish darajasi, emosiya kuchi, xohish, extiyoj, ijtimoiy yo'nalganlik kabi shaxsni harakatlantiruvchi ichki kuchi tarkib topadi va bu uning kechinmalari, xulqida, harakatida ifodalanadi.

*V.N.Myasishyev*ning shaxslararo munosabatlar psixologiyasiga oid asarlarining taxlilidan ko'rinadiki, muomala jarayoni shaxsning xususiyatlari, xarakteri, mayli, qobiliyatiga ta'sir etishdagina rivojlanmasdan, balki muloqotda ishtirok etuvchilarning psixik jarayonlari bilan ham bog'liqligi namoyon bo'lar ekan. Shuning uchun *V.N.Myasishyev* ishlarining alohida tomoni muomala, uning psixologik tuzilmasi bilan muloqot ishtirokchilari psixik jarayonlari orasidagi munosabat xususiyatlarini ochib berilishida yaqqol ko'rinadi.

Shaxslararo munosabatlarda yuzaga keladigan uch xil vazifalar va murakkab jarayon tuzilmasini *G.M.Andreyeva* "Ijtimoiy psixologiya" kitobida ushbu tuzilishini taklif etadi:

Muloqotning *kommunikativ* tomoni, ya'ni o'zaro munosabat yoki muloqotga kirishuvchilarning o'rtasida ma'lumotlar almashinuvi jarayoni sifatida;

Muloqotning *interaktiv* tomoni, ya'ni muloqotga kirishuvchilarning xulq atvorlariga ta'sir jarayoni sifatida;

Muloqotning *perseptiv* tomoni, ya'ni muloqotga kirishuvchilarning bir birlarini idrok etishlari va tushunchalari bilan bog'liq jarayon sifatida.

O'zaro munosabatlarda muloqotning psixologik jihatdan murakkab ekanligini *B.F.Parigin* shunday yozadi: "Muloqot shunchalik darajadagi qirrali-ki, uning tarkibiga bir vaqtning o'zida quyidagi jarayonlar kiradi:

- ✚ *individlarning o'zaro ta'sir jarayoni;*
- ✚ *individlar o'rtasida axborot almashinuvi jarayoni;*
- ✚ *bir shaxsning boshqa shaxsga munosabati jarayoni;*
- ✚ *bir kishining boshqalarga ta'sir ko'rsatish jarayoni;*
- ✚ *bir biriga hamdardlik bildirish imkoniyati;*
- ✚ *shaxslarning bir birini tushunishi jarayoni".*

Demak, shaxslararo munosabatlar, ya'ni muloqot jarayoni odamlar amalga oshiradigan faoliyatlarda orasida eng murakkabligi va ko'p qirraliligi bilan xarakterlanar ekan, ijtimoiy psixologiya fanida olib borilgan jahon psixologlarining juda ko'p tadqiqotlari shu fenomenni shaxs uchun ham zarur, ham oddiy, ham ta'sirchan deb qaraydi.

Muloqotning kommunikativ tomoni

Muloqotning *kommunikativ* tomoni deyilganda, uning shaxslararo axborotlar, bilimlar, g'oyalar, fikrlar almashinuvi jarayoni sifatidagi vazifalari nazarda tutiladi. Bu jarayonning asosiy vositasi bo'lib **til** xizmat qiladi. Til shaxslar o'rtasida aloqa vositasi bo'lib, uning yordamida kishilar bilgan ma'lumotlari va hokazolarni bir-birlariga yetkazadilar. Ma'lumki, aloqa vositasi sifatida nutqning asosan 2 turi farqlanadi: yozma nutq hamda og'zaki nutq. Og'zaki nutqning o'zi **dialogik** va **monologik** turlarga bo'linadi.

Dialogik nutqning mazmuni, uning xarakteri, davomiyligi muloqotga kirishgan shaxslarning shaxsiy qarashlariga, qiziqishlariga, bir-birlariga bo'lgan munosabatlariga, maqsadlariga bevosita bog'liq bo'ladi. Shuning uchun ham o'qituvchi bilan o'quvchining, hissiy rahbarlarning, diplomatlarning, ko'chada uchrashib qolgan dugonalarning dialogik suhbatlari bir-biridan farq qiladi.

Monologik nutq esa bir kishining boshqa kishiga yoki kishilar guruhiga nisbatan murojaati bo'lib, uning psixologik tuzilishi, fikrlarning mantiqan tugal bo'lishi, gapirayotgan paytda grammatik qonun-qoidalarga rioya qilish kerakligi kabi shartlari mavjud. Masalan, ma'ruzaga tayyorlanayotgan talaba tayyorgarlik paytidan boshlab, ma'ruza qilib bo'lgunga qadar, qator ichki ruhiy kechinmalarni boshdan kechiradi, unga ko'p kuch va vaqt sarflaydi. Dialogik nutqqa nisbatan bu nutq turi murakkabroq hisoblanadi. Til vositasida olib boriladigan muloqot *verbal*, ya'ni so'zli deyiladi.

Odamlar muloqot jarayonida so'zlardan tashqari, ya'ni verbal vositalardan tashqari turli xil harakatlardan, qiliqlardan holatlardan, kulgu, ohanglar va boshqalardan ham foydalanadilar. Qiliqlar, mimika, ohanglar, to'xtashlar (pauza), hissiy holatlar, kulgu, yig'i, ko'z qarashlar, yuz ifodalari va boshqalar o'zaro muloqotning nutqsiz vositalari bo'lib, ular muloqot jarayonini yanada kuchaytirib, uni to'ldiradi, ba'zan esa nutqli muloqotning o'rnini bosadi, bunday vositalarni *noverbal* vositalar deyiladi.

Buyuk rus yozuvchisi *L. Tolstoy* odamlarda 97 xil kulgu turi hamda 85 xil ko'z qarashlari turi borligini kuzatgan. *G.M. Andreyevaning* yozishicha, odam yuz ifodalari, nigohlarning 2000 ga yaqin ko'rinishlari bor. Ayniqsa, birinchi bor uchrashganda ko'zlar to'qnashuvi, nigohlarning roli keyingi muloqotning taqdiriga kuchli ta'sir ko'rsatishi maxsus tadqiqotlar jarayonida o'rganilgan. Bularning barchasi muloqotning hissiy tomondan boy, mazmundor bo'lishini ta'minlab, odamlarning bir-birlarini tushunishlariga yordam beradi. Muloqotning noverbal vositalarining milliy hamda hududiy xususiyatlari borligini ham alohida ta'kidlab o'tmoq lozim. Masalan, o'zbek xalqining muloqot jarayoni boy, o'zaro munosabatlarining bevosita xarakteri unda shunday vositalarning ko'proq ishlatilishi bilan bog'liq. Bolalarning o'z yig'isi bilan onasiga his-kechinmalari hamda xohishlarini bildirishlari ham bevosita yosh xususiyatlariga bog'liq. Boshqa millatlar madaniyatiga nazar tashlanadigan bo'lsa, ularda ham ba'zi bir muloqot vositalarining turli millatlarda turli maqsadlarda ishlatilishining guvohi bo'lish mumkin. Bolgarlar agar biron narsa bo'yicha fikrni tasdiqlamoqchi bo'lishsa, boshlarini u yoq-bu yoqqa chayqashar, inkor qilishmoqchi bo'lsa, aksincha, bosh siltashar ekan. Ma'lumki, o'zbeklar, ruslar va bir qator boshqa millatlarda buning aksi.

Noverbal muloqotda suhbatdoshlarning fazoviy joylashuvlari ham katta ahamiyatga ega. Masalan, ayollar ko'proq hissiyotlarga boy bo'lganliklari sababli, suhbatlashayotganlarida bir-birlariga yaqin turib gaplashadilar, erkaklar o'rtasida esa doimo fazoviy masofa bo'ladi. Olimlarning aniqlashlaricha, bolalarni odatdagiday orqama-ke'tin o'tqazib o'qitgandan ko'ra, ularni yuzma-yuz o'tkazib davra qurib o'qitgan ma'qul emish, chunki bunday sharoitda o'quvchilarda ham javobgarlik hissi yuqoriroq bo'lar ekan hamda emosiyalar almashinishgani uchun ham guruhdagi psixologik vaziyat ijobiy bo'lib, bolalarning predmetga va bir-birlariga munosabatlari ancha yaxshi bo'lar ekan.

Paralingvistik ta'sir – bu nutqning atrofidagi nutqni bezovchi, uni kuchaytiruvchi yoki susaytiruvchi omillar. Bunga nutqning baland yoki past tovushda ifodalanayotganligi,

artikulyasiya, tovushlar, to'xtashlar, duduqlanish, yo'tal, til bilan amalga oshiriladigan harakatlar, nidolar kiradi. Shunga qarab, masalan, do'stimiz bizga biror narsani va'da berayotgan bo'lsa, biz uning qay darajada samimiyligini bilib olamiz. Kuyib-pishib, ochiq yuz va dadil ovoz bilan "Albatta bajaraman!", desa ishonamiz, albatta.

Demak, ta'lim-tarbiya jarayonini tashkil etishda muloqotning barcha vositalariga, ayniqsa, nutqqa e'tibor berish kerak. Bolalarni ilk yoshlik chog'laridanoq nutq madaniyatiga o'rgatish, nutqlarini o'stirish choralari ko'rish zarur. Pedagog esa shunday nutq madaniyatiga ega bo'lishi kerakki, u avvalo uning faoliyatini to'g'ri tashkil etishni ta'minlasin, qolaversa, bolalarda nutqning o'sishiga imkoniyat bersin.

Muloqotning interaktiv tomoni

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

Jamiyat miqyosida oladigan bo'lsak, odamlarning turli sharoitlarda o'zlarini tutishlari, xulq-atvorlarining boshqarilishi ma'lum psixologik qonuniyatlarga bog'liqligini ko'rish mumkin. Bunga sabab jamiyatda qabul qilingan turli normalar, qonun-qoidalardir. Chunki, o'zaro muloqot va o'zaro ta'sir jarayonlarida shunday xatti-harakatlar obrazlari kishilar ongiga singib boradiki, ularni har bir kishi norma sifatida qabul qiladi. Masalan, o'smir bola, umuman yoshlar jamoat joylarida kattalarga o'rin bo'shatib berishlari kerakligi ham xulq-atvorning bir normasi. Shu normaga amal qilish yoki qilmaslik ijtimoiy nazorat tizimi orqali boshqariladi. Ya'ni, yuqoridagi sharoitda agar o'smir bola avtobusda qariyaga joy bo'shatmasa, jamoatchilik o'sha zahoti uni ijtimoiy tartibga chaqiradi. Demak, har bir shaxs turli sharoitlarda turlicha rollarni bajaradi, bu rollarning qanday bajarilayotganligi, odamlarning kutishlariga mos kelishligi ijtimoiy nazorat tizimi orqali kuzatib turiladi. Shuning uchun ham muloqotga kirishgan kishilar doimo o'z xulq-atvorlarini, qolaversa, o'zgalarning xulq-atvorini nazorat qilib, harakatlarda bir-birlariga moslashadilar. Lekin gohida shaxsdagi rollarning ko'p bo'lishi rollarning ziddiyatiga olib kelishi mumkin. Masalan, maktab o'qituvchisining o'zi o'qitayotgan sinfda farzandi bo'lsa, dars paytida shunday ziddiyatni boshdan kechirishi mumkin, ya'ni bir vaqtning o'zida ham ota yoki ona, ham o'qituvchi rolini bajarishga majbur bo'ladi. Yoki xulqi yomon o'quvchining uyiga kelgan o'qituvchi bir vaqtning o'zida ham o'qituvchi, ham mehmon rollari o'rtasida qiyinaladi.

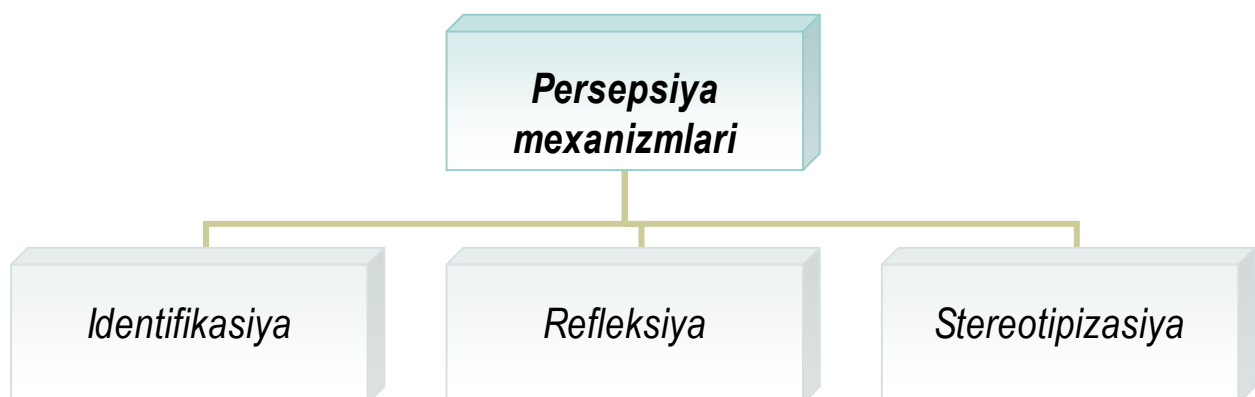
Turli rollarni bajarayotgan shaxslarning o'zaro muloqotlari kutishlar tizimi orqali boshqariladi. Masalan, xohlaydimi yoki xohlamaydimi, o'qituvchidan ma'lum harakatlarni kutishdiki, ular o'qituvchi roliga zid bo'lmasligi kerak. O'z rollariga mos harakat qilgan, doimo me'yor mezonida ish tutgan kishining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

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

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

Muloqotning perseptiv tomoni

Muloqot jarayonida odamlar bir-birlari bilan ma'lumotlar almashib, o'zaro ta'sir ko'rsatibgina qolmay, balki bir-birlarini to'g'riroq va aniqroq anglashga, tushunishga va idrok qilishga harakat qiladilar. Bu tomon shaxsiy idrok va tushunish muammosi bilan bog'liqdir. Birgalikdagi faoliyat jarayonida shaxslarni bir-birlarini to'g'ri tushunishlari na aniq idrok qilishlari muloqotning samarali bo'lishini ta'minlaydi. Rus psixologi A.A.Bodalev boshchiligidagi laboratoriya bir-birlarini idrok qilish mexanizmlarini aniqlash borasida qator psixologik qonuniyatlarni kuzatgan.



46-rasm. A.A.Bodalev bo'yicha muloqotda idrok qilishning persepsiya mexanizmlari

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

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

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

Tabiiyki, bunday fikrlar mutloq to'g'ri emas, lekin kishilar ongida avloddan-avlodga o'tib kelayotgan tasavvurlar shunday obrazlarni shakllantirgan. Notanish odam haqida tushunchaning shakllanishida u haqida berilgan birlamchi ma'lumot katta rol o'ynaydi. Masalan, talabalarning ikki guruhiga bir xil portret ko'rsatib, birinchi guruhda bu odam yirik olim, ikkinchisida esa, bu – davlat jinoyatchisi deb, unga ikkala holda ham ijtimoiy-psixologik xarakteristika berishlarini so'ragan. Ko'rsatmalar har xil bo'lganligi sababli berilgan ta'riflar ham har xil bo'lgan. Birinchi guruhdagi talabalar bu odam mehnatkash, mehribon, shafqatli, g'amxo'r, aqlli bo'lsa kerak, deyishgan bo'lsa, ikkinchi guruhdagilar uni – beshafqat, makkor, qat'yatli deb ta'riflashgan. Birinchi guruhdagilar portretidagi ko'zlarni dono, muloyim deyishgan bo'lsa, boshqalar ularni yovuz, beshafqat deb aytishgan.

Shunday qilib, ijtimoiy persepsiya yoki odamlarning bir-birlarini to'g'ri idrok etish va tushunish jarayoni muloqotning muhim muammolaridan biridir. Bu jarayon psixologik jihatdan murakkab bo'lib, unda muloqotga kirishayotgan tomonlarning har biri alohida ana shu idrokning ham obyekt, ham subyekt bo'lib faoliyat ko'rsatadilar. Idrokning obyekt sifatida shaxs qaralganda, unda hosil bo'ladigan "boshqa odam obrazi"ning barcha sifatlari va qirralari nazarda tutiladi. Bunday obraz paydo bo'lishiga xizmat qiladigan belgilarga: o'sha odamning tashqi qiyofasi, uning kiyinishi, o'zini tutishi, hissiy holati, ovozi, nutqi, qiliqlari, yurishi va

hokozolar kiradi. Lekin shularning ichida odamning **yuzi** muloqot mobaynida suhbatdoshga eng ko'p ma'lumot beradigan obyektidir. Shuning uchun ham telefonda suhbatlashgandan ko'ra yuzma-yuz suhbatlashish ancha oson va axborotlarga boydir.

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

Shaxslararo muomalaning shaxs taraqqiyotidagi o'rni

Aslida har bir insonning ijtimoiy tajribasi, uning insoniy qiyofasi, fazilatlari, hattoki, nuqsonlari ham muloqot jarayonlarining mahsulidir. Jamiyatdan ajralgan, muloqotda bo'lish imkoniyatidan mahrum bo'lgan odam o'zida individ sifatlarini saqlab qolishi mumkin, lekin u shaxs bo'lolmaydi. Shuning uchun muloqotning shaxs taraqqiyotidagi ahamiyatini tasavvur qilish uchun uning funksiyalarini, bizning hayotimizda bajaradigan vazifalarini tahlil qilamiz.

Har qanday muloqotning eng elementar funksiyasi – suhbatdoshlarning o'zaro *bir-birini tushunishlarini* ta'minlashdir. Bu o'zbeklarda samimiy salom-alik, suhbatdoshni ochiq yuz bilan kutib olishdan boshlanadi. O'zbek xalqining eng nodir va buyuk xislatlaridan biri ham shuki, uyiga birov kirib kelsa, albatta ochiq yuz bilan kutib oladi, ko'rishadi, so'rashadi, hol-ahvol so'raydi. Shunisi xarakterliki, ta'ziyaga borgan chog'da ham ana shunday samimiyatli qabulni his qilamiz. Bu kabi birlamchi kontakt usullari boshqa millat va xalqlarda ham bor, ya'ni bu jih at milliy o'ziga xoslikka ega.

Uning **ikkinchi** muhim funksiyasi *ijtimoiy tajribaga* asos solishdir. Odam bolasi faqat odamlar davrasida ijtimoiylashadi, o'ziga zarur insoniy xususiyatlarni shakllantiradi. Odam bolasining yirtqich hayvonlar tomonidan o'g'rilanib ketilishi, so'ng ma'lum muddatdan keyin yana odamlar orasida paydo bo'lishi faktari shuni ko'rsatganki, "mauglilar" biologik mavjudot sifatida rivojlanaveradi, lekin ijtimoiylashuvda ortda qolib ketadi. Bundan tashqari, bunday holat boladagi bilish qobiliyatlarini ham cheklashi ko'plab psixologik eksperimentlarda o'z isbotini topdi. Buni yorqin dalili sifatida ushbu bo'lib o'tgan voqeyani keltirishimiz mumkin: 1799 yil Fransiyaning janubidagi Averno o'rmonlarida ovchilar 12 yoshlar chamasidagi bolani topib olishadi. Bu bolaning jismoniy va psixik rivojlanishda inson zotiga o'xshash tomonlari nihoyatda kam edi. U hayvon kabi ovqatlanar, to'rt oyoqlab harakat qilar, yaqinlashganlarni tishlashga intilar edi. Uning eshitish va hid bilish sezgilari daraxt barglari qimirlashiga ham ta'sirchan bo'lsa-da, lekin uy eshigini ochib-yopish hyech qanday reaksiyaga olib kelmasdi. Qahraton sovuqda ham yalang'och yura olishi yoki qaynoq suvdan o'ziga kerakli oziqani ola olishi mumkin bo'lgan bu bola – Viktor (uni shunday deb atashgan) besh yil davomida tinmay uni insoniy munosabatlarga o'rgatishga harchand urinishmasin, natijalar besamara bo'ldi. U holda savol tug'ilishi mumkinki, yer yuzining boshqa yerlarida (Vest-Indiya, Salvador) topilgan bo'ri to'dasida yashagan Amola va Kamola ismli qizaloqlar, shohdan shohga uchib yuradigan besh yoshli kichik Tarzanlar-chi, ularni qayta tarbiyalay olishga va ijtimoiylashuvlariga erishildi-ku? Shaxs rivojlanishi va o'ziga muomala normalarini singdirishda optimal muddatlar mavjud

ekanki, bu muddatni o'tkazib yuborish keyinchalik o'z ta'sirini ko'rsatar ekan. Shuning uchun bolani muloqotga o'rgatishni ilk bolalik davridan olib borish zarur ekanligi isbotlandi.

Muloqotning yana bir muhim vazifasi – u odamni u yoki bu *faoliyatga hozirlaydi*, ruhlantiradi. Odamlar guruhidan uzoqlashgan, ular nazaridan qolgan odamning qo'li ishga ham bormaydi, borsa ham jamiyatga emas, balki faqat o'zigagina manfaat keltiradigan ishlarni qilishi mumkin. Masalan, ko'plab tadqiqotlarda izolyasiya, ya'ni odamni yolg'izlatib qo'yishning uning ruhiyatiga ta'siri o'rganilgan. Masalan, uzoq vaqt termokamerada bo'lgan odamda idrok, tafakkur, xotira, hissiy holatlarning buzilishi qayd etilgan. Lekin ataylab emas, taqdir taqozosi bilan yolg'izlikka mahkum etilgan odamlarning maqsadli faoliyatlar bilan o'zlarini band etishlari u qadar katta salbiy o'zgarishlarga olib kelmasligini ham olimlar o'rganishgan. Lekin baribir har qanday yolg'izlik va muloqotning yetishmasligi odamda muvozanatsizlik, hissiyotga beriluvchanlik, xadixsirash, havotirlanish, o'ziga ishonchsizlik, qayg'u, tashvish hislarini keltirib chiqaradi. Shunisi qiziqki, yolg'izlikka mahkum bo'lganlar ma'lum vaqt o'tgach ovoz chiqarib, gapira boshlasharkan. Bu avval biror ko'rgan yoki his qilayotgan narsasi xususidagi gaplar bo'lsa, keyinchalik nimagadir qarab gapiraverish ehtiyoji paydo bo'lar ekan. Masalan, bir *M.Sifr* degan olim ilmiy maqsadlarini amalga oshirish uchun 63 kun g'or ichida yashagan ekan. Uning keyinchalik yozishicha, bir necha kun o'tgach, u turgan yerda bir o'rgimchakni ushlab oladi va u bilan dialog boshlanadi. "Biz, deb yozadi u, shu hayotsiz g'or ichidagi tanho tirik mavjudotlar edik. Men o'rgimchak bilan gaplasha boshladim, uning taqdiri uchun qayg'ura boshladim..."

Shaxsning muloqotga bo'lgan ehtiyojining to'la qondirilishi uning ish faoliyatiga ham ta'sir ko'rsatadi. Odamlar, ularning borligi, shu muhitda o'zaro gaplashish imkoniyatining mavjudligi fakti ko'pincha odamni ishlash qobiliyatini ham oshirarkan, ayniqsa, gaplashib o'tirib qilinadigan ishlar, birgalikda yonma-yon turib bajariladigan operasiyalarda odamlar o'z oldida turgan hamkasbiga qarab ko'proq, tezroq ishlashga kuch va qo'shimcha iroda topadi. To'g'ri, bu hamkorlikda o'sha yonidagi odam unga yoqsa, ular o'rtasida o'zaro simpatiya hissi bo'lsa, unda odam ishga "bayramga kelganday" keladigan bo'lib qoladi. Shuning uchun ham amerikalik sosiolog hamda psixolog *Jon Moreno* asrimiz boshidayoq ana shu omilning unumdorlikka bevosita ta'sirini o'rganib, sosiometrik texnologiyani, ya'ni so'rovnoma asosida bir-birini yoqtirgan va bir-birini inkor qiluvchilarni aniqlagan hamda sosiometriya metodikasiga asos solgan edi.

Shunday qilib, muloqot odamlarning jamiyatda o'zaro hamkorlikdagi faoliyatlarining ichki psixologik mexanizmini tashkil etadi. qolaversa, hozirgi yangi demokratik munosabatlar sharoitida turli ishlab chiqarish qarorlarini yakka tartibda emas, balki kollegial – birgalikda chiqarish ehtiyoji paydo bo'lganligini hisobga olsak, odamlarning muomala madaniyati va muloqot texnikasi mehnat unumdorligi va samaradorlikning muhim omillaridandir.

12.2. Muloqot va unga o'rgatish muammolari

Oxirgi yillarda "professionalizm" tushunchasi tez-tez ishlatiladigan bo'lib qoldi. Chunki jamiyatda tub islohotlarni amalga oshirish, mehnat unumdorligini "inson omili"ni takomillashtirish hisobiga oshirish davr talabi bo'lib qoldi. Ayniqsa, odamlarni boshqarish sohasidagi professionalizmga katta e'tibor qaratilmoqda. Juda ko'pchilik mutaxassislar barcha

bajaradigan funksiyalari orasida odamlar bilan til topishish, ularga ta'sir ko'rsatish, ular faoliyatini to'g'ri tashkil qilish va boshqarish eng murakkablaridan ekanligini e'tirof etmoqdalar. Odamlar bilan normal munosabatlarni o'rnatish olmaslik, ayniqsa, biznes sohasida sheriklarning holatlari, kutishlarini aniqlay olmaslik, o'z nuqtai nazariga o'zgalarni professional tarzda ko'ndira olmaslik, "birov"ni, uning ichki kechinmalari va o'ziga bo'lgan munosabatini aniq tasavvur qila olmaslik amaliy psixologiyada *kommunikativ uquvsizlik* yoki *diskommunikasiya* holatini keltirib chiqaradi. Bunda odamlar oddiy til bilan aytganda, bir-birlarini tushunolmay qoladilar, shuning oqibatida pishib turgan loyiha yoki yaxshi reja amalga oshmasligi, bir necha oylarga cho'zilib ketishi mumkin.

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

Bu vazifa odamlarni muomala va muloqot etikasiga o'rgatishni har qachongidan ham dolzarb qilib qo'yimoqda. To'g'ri, muloqotga kirishish – *ijtimoiylashuv* jarayonida barcha sifatlardan oldinroq shakllanadigan qobiliyatlardan, u tabiiy va hayotiy narsa. Bola tili juda yaxshi chiqib ulgurmay, atrofida bilan aktiv muloqotga kirisha boshlaydi. Lekin masalaning *paradoksal* tomoni ham shundaki, yillar o'tgan sari ongli, aqlli odam har bir gapini o'ylab gapiradigan, har bir qadamini o'ylab bosadigan bo'lib qoladi, bu uning jamiyatdagi mavqyesini belgilovchi vositadir. Bu muloqotga kirishishga ruhan tayyorlanishning ahamiyatini ham odam anglashini taqozo etadi. Shunday qilib, ana shu eng tabiiy va bir qarashda oddiy inson faoliyati shu qadar murakkab va serqirradi, uning mexanizmlarini o'rganish, guruhlarda to'g'ri munosabatlarni tashkil etish va odamlarni samarali muloqotga o'rgatish muammosi bugungi ijtimoiy psixologiyaning muhim masalalaridandir.

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



Tinglash mahorati

Mutaxassislarning aniqlashlaricha, ishlayotgan odamlar vaqtning 45%i kimlarnidir tinglashga sarf qilgan ekan, odamlar bilan doimiy muloqotda bo'ladiganlar – savdo xodimlari,

aloqachilar, rahbarlar, muxbirlar va boshqalar 35-40% oylik maoshlarini odamlarni “tinglaganlari” uchun olarkanlar. Bundan shunday xulosa kelib chiqadiki, kommunikasiyaning eng qiyin sohalaridan hisoblangan tinglash qobiliyati odamga ko’proq foyda keltirarkan.

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

Nima uchun biz ko’pincha yaxshi gapiruvchi, so’zlovchi bo’la olamiz-u, yaxshi tinglovchi bo’la olmaymiz? Psixologlarning fikricha, asosiy xalaqit beruvchi narsa – bu bizning o’z fikr-o’ylarimiz va xohishlarimiz og’ushida bo’lib qolishimizdir. Shuning uchun ham ba’zan rasman sherigimizni tinglayotganday bo’lamiz, lekin aslida xayolimiz boshqa yerda bo’ladi. Tinglashning ham xuddi gapirishga o’xshash texnikasi, usullari mavjud. Ularning turi ham ko’p, lekin asosan biz kundalik hayotda uning ikki usulini qo’llaymiz:

-  *so’zma-so’z qaytarish;*
-  *boshqacha talqin etish.*

Birinchisi, suhbatdosh so’zlarining bir qismini yoki yaxliticha qaytarish orqali, sherikni qo’llab-quvvatlashni bildiradi. Ikkinchi usul esa – sherigimiz so’zlarini tinglab, undagi asosiy g’oyani muxtasar, o’zimizning talqinimizda ifoda etish. Ikkala usul ham sherik uchun muhim, chunki u sizning tinglayotganingizni, hattoki, undagi g’oyalarga qarshi emasligingizni bildiradi. Bunday tashqari, biz yaxshi tinglayotgan bo’lib, “Yo’g’-e?”, “Nahotki?”, “Qara-ya?”, “Yasha!” luqmalari bilan ham suhbatdoshimizni gapirishga, yanayam o’z fikrlarini oydinlashtirishga chaqirib turamiz.

Demak, aslida bizdagi gapirayotgan shaxs yetakchi, u suhbatning mutloq xokimi, degan tasavvur unchalik to’g’ri emas. Yaxshi tinglashda ham shunday kuch borki, u suhbatdoshni Sizga juda yaqinlashtiradi, ishonchni tug’diradi. Chunki muloqot jarayonidagi eng qimmatli narsa – bu axborotning o’zi. Tinglayotgan odam ma’nili, yaxshi dialogdan faqat yaxshi, foydali ma’lumot oladi. Gapirgan esa aksincha, o’zidagi borini berib, gapirmaydigan suhbatdoshdan “teskari aloqani” olib ulgurmay, hych narsasiz qolishi ham mumkin. Shuning uchun muloqotga o’rgatishning muhim yo’nalishlaridan biri – odamlarni faol tinglashga, bunda barcha paralingvistik va noverbal omillardan o’rinli foydalanishga o’rgatishdir.



47-rasm. Professional tinglash texnikasining nazariy chizmasi

✚ *Aktiv holat.* Bu – agar kreslo yoki divan kabi mebel bo'lsa, unga bemalol yastanib yoki yotib olmaslik, suhbatdoshning yuzidan tashqari joylariga qaramaslik, mimika, bosh chayqash kabi harakatlarni uning har bir so'ziga qiziqayotganligingizni bildirishni nazarda tutadi;

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

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

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

12.3 Asosiy tushuncha va atamalar

Insoniy munosabatlar psixologiyasi; o'zaro munosabatlar; samarali ta'sir; shaxslararo muomala; bir-birini tushunish; ijtimoiy tajriba; faoliyatga hozirlanish; sosiometrik texnologiya; ijtimoiy-psixologik tafakkur; muloqot; professionalizm tushunchasi; kommunikativ uquvsizlik; diskommunikasiya holati; ijtimoiylashuv jarayoni; faol muloqotning paradoksal tomoni; tinglash mahorati; professional tinglash texnikasi.

12.4. Rezyume

Xulosa qilib aytganda insoniy munosabatlar psixologiyasi deganda, bu avvalo, o'zaro munosabatlarga kirishayotgan tomonlarning bundan ko'zlaydigan asosiy maqsadlari majmasi tushuniladi. O'zgalarga samarali ta'sir eta olishga bo'lgan intilishi esa, muloqotning tuzilmaviy tomonlarini tadqiq etishni shakllantiradi. Shu bois, ushbu yo'nalishda olib borilgan ilmiy izlanishlarda muloqotning kommunikativ tomonini ma'lumotlar almashinuv jarayoni sifatida baholangan. Uning interaktiv hamda perseptiv tomonlari esa idrok qilishning persepsiya mexanizmlarini o'rganishni taqozo etadi. Natijada shaxslararo muomalaning shaxs taraqqiyotidagi o'rnini belgilanib, unda kishilarning bir-birini tushunishi, ijtimoiy tajribasi hamda faoliyatga hozirlanishi kabi masalalar ijtimoiy-psixologik jihatdan tahlil qilingan. Odatda, muloqot bilan bog'liq masalalar fanda tadqiq qilingan bir sharoitda kishilar o'rtasida "Professionalizm"ni shakllanishi, diskommunikasiya holatining yuzaga kelishi kabi ustivor muammolar shaxsning ijtimoiylashuv jarayoni qanday kechganligi yoki kechayotganligini

ko'rsatib beradi.

12.5. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Insoniy munosabatlar psixologiyasi deganda nimani tushunasiz?
2. Shaxslararo muomalaning shaxs taraqqiyotida tutgan o'rnini qanday baholaysiz?
3. Ijtimoiy tajriba nima va uni qisqacha izohlang?
4. Muloqotning eng muhim vazifasi nima?
5. Fanda kommunikativ uquvsizlik yoki diskommunikasiya holati deganda nimani tushunish mumkin?
6. Professional tinglash texnikasining nazariy chizmasini qanday izohlab berasiz?

12.6. Bibliografiya

- Karimov I.A.* Yangicha fikrlash va ishlash – davr talabi. T.5. – T.: O'zbekiston, 1997.
- Karimov I.A.* Ma'naviy yuksalish yo'lida. – T.: O'zbekiston, 1998.
- Godfrua J.* Chto takoye psixologiya. T. 1. Gl.5. – M.: 1992
- Yenikejev M.I.* Obshaya i sosialnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Norma, 2005. – 624 s.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.
- Karimova V.M.* Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot: Universitetlar va pedagogika institutlari uchun o'quv qo'llanma. – T.: "Universitet", 1999. – 96 b.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* "Psixologiya". 1-qism. Ma'ruzalar matni. – Toshkent TDIU, 2005. – 208 b.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* "Psixologiya". 2-qism. Ma'ruzalar matni. – Toshkent TDIU, 2005. – 125 b.
- Karimova V.M.* Ijtimoiy psixologiya asoslari. – T.: 1994
- Klimov Ye.A.* Osnovi psixologii: Uchebnik. – M.: 1997
- Mayers D.* Sosialnaya psixologiya / Perv.s angl. – SPb.: Piter, 1999. – 688 s.
- Meliya M.* Biznes – eto psixologiya: Psixologicheskiye koordinati jizni sovremennogo delovogo cheloveka / Marina Meliya. – 3-ye izd. dop. – M.: Alpina Biznes Buks, 2005. – 352 s.
- Nemov R.S.* Psixologiya. Uchebnik dlya studentov vissh. ped. ucheb. zavedeniy: V 3-x t. – M.: Gumanit. izd. sentr VLADOS, 2003. – 576 [640; 608] s.
- Prikladnaya sosialnaya psixologiya / Pod red. A.N.Suxova i A.A.Derkacha.* – M.: Izd-vo "Institut prakticheskoy psixologii"; Voronej: Izd-vo NPO "MODEK", 1998. – 688 s.
- Psixologiya. Uchebnik / Otv. red. prof. A.A.Krilov.* – 2-ye izd., pererab. i dop. – M.: Izd-vo: PROSPEKT (TK Velbi). 2004. – 752 s.
- SHyerbakova Yu.V.* Spetsialnaya psixologiya: Uchebnik. posobiye. – M.: Izdatelstvo RIOR, 2006. – 80 s.
- Hayitov O.E., Lutfullayeva N.X.* Psixodiagnostika va amaliy psixologiya. Ma'ruzalar matni. – T.: TDIU, 2005. – 338 b.

XIII Bob

SHAXS VA GURUH

Bobning qisqacha mazmuni

Shaxs uchun referent bo'lgan guruh. Guruhning o'zi nima? Referent guruh. Referent guruhlarning turlari. Normativ guruhlar. Qiyoslash guruhlari. Negativ guruhlar. Guruhlarning hamkorlik darajasiga ko'ra turlari.

Guruhlar o'lchami va ularning turlari tasnifi. Tarkibidagi odamlar soniga ko'ra guruh turlari. Katta ijtimoiy guruhlar psixologiyasi. Katta guruhlar psixologiyasiga xos xususiyatlar. Etnik guruhlar psixologiyasi. Kichik guruhlar psixologiyasi. Kichik guruhlarga xos qonuniyatlar. Kichik guruhlarning klassifikatsiyasi. Kichik guruhlardagi dinamik jarayonlar.

Guruh va shaxs: psixologik o'zaro moslik. N.Obozov tomonidan taklif etilgan shaxslararo moslik mezonlari klassifikatsiyasi. Guruhiy qarorlar qabul qilish: o'zaro moslik va o'zaro ta'sir masalasi. Guruhdagi psixologik muhit va uni o'rganish.

13.1. Shaxs uchun referent bo'lgan guruh

Olimlarning hisoblariga ko'ra, Yer yuzida nafaqat 5,5 milliardga yaqin alohida individlar, balki ulardan iborat bo'lgan 200 ga yaqin milliy-davlatchilik tuzilmalari, 4 millionga yaqin aholi punktlaridan iborat geografik xududlar, 20 milliondan ziyod iqtisodiy uyushmalar, yuzlab millionli turli rasmiy va norasmiy tashkilot va muassasalar (oila, machit, cherkov, turar-joy shirkatlari va hokazo) mavjud bo'lib, ularning alohida shaxslarga ta'sirini bilish muhim masaladir.

Odamlar o'rtasidagi yoki boshqacha qilib aytganda, shaxslararo munosabatlar asosan guruh sharoitida, shaxs ma'lum insonlar davrasida, guruhida, jamoada bo'lgan taqdirda ro'y beradi. Shuning uchun ham mutaxassislar jamoalarda ro'y beradigan shaxslararo ta'sirning qonuniyatlari va mexanizmlarini bilishlari va ularni guruhda odamlar mehnatini tashkil etishda albatta inobatga olishlari kerak.

Har bir shaxsning fe'l-atvorida, xatti-harakatlarida u mansub bo'lgan millat, xalq, xudud, professionallik toifa, mehnat qiladigan jamoasi, yaqin atrofdagi muqim guruhi, oilasining ta'siridan paydo bo'lgan sifatleri va xususiyatlari bo'ladi. Tarixiy shart-sharoit, davr, davlat tuzimi va o'sha jamiyatdagi siyosiy, iqtisodiy va mafkuraviy ta'sirlar haqida yuqorida gapirgan edik. Bu ta'sir *makro bosqichdagi ta'sirlar* deb atalib, yaqin muhitning ta'siri – *mikro bosqichdagi ta'sirlar* deb yuritilishini eslatib o'tamiz. Ikkala bosqichdagi ta'sirlar ham ijtimoiy psixologik nuqtai nazardan ahamiyatli va tarbiyaviy mohiyatga egadir. Chunki har bir sharoitda shaxs o'ziga xos ijtimoiy rollarni bajaradi va o'zining "qiyofasini" namoyon etadi. Mehnat jamoasida professionallik rollarni bajarish jarayonidagi xulq-atvori shaxsning ma'naviy va psixologik ko'rinishidagi asosiy omil bo'lib, katta yoshdagi odam psixologiyasini tubdan o'zgartirish uchun uning professional faoliyatini ham o'zgartirish kerak, deyiladi.

Shunday qilib, shaxsga bir vaqtning o'zida turli ijtimoiy guruhlarining ta'siri bo'lib turadi. To'g'ri, ma'lum davrda bir ijtimoiy guruhning shaxsga ta'siri sezilarliroq va ahamiyatliroq, ikkinchisidiki esa sal kamroq bo'ladi. Masalan, o'quvchilik yillarida maktabdagi o'quvchilar guruhining ta'siri mahalladagi o'rtoqlar davrasinikidan kuchliroq bo'lishi, yangi xonadonga kelin bo'lib tushgan qiz uchun yangi oila muhitining ta'siri talabalik guruhinikidan kuchliroq bo'lishi tabiiy. Lekin har bir alohida daqiqada biz doimo ma'lum guruhlar ta'sirida bo'lamiz.

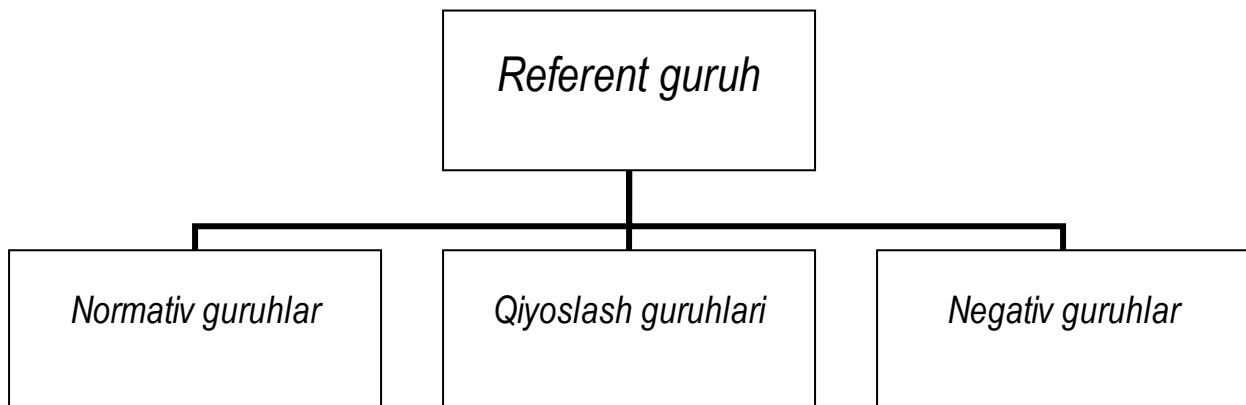
Xo'sh, guruhning o'zi nima? *Guruh – ma'lum ijtimoiy faoliyat maqsadlari asosida to'plangan, muloqot ehtiyojlari qondiriladigan insonlar uyushmasidir.* Sodda qilib aytadigan bo'lsak, guruh – ikki va undan ortiq odamlar o'zaro muomala qiladigan va bir-birlariga ta'sir qiladigan uyushmadir. Demak, guruh uchun ikkita asosiy mezon mavjud: biror faoliyatning bo'lishligi (mehnat, o'qish, o'yin, muloqot, maishiy manfaatlar) hamda u yerda odamlarning o'zaro muloqoti uchun imkoniyatning mavjudligi.

Referent guruh tushunchasini fanga birinchi marta amerikalik tadqiqotchi G.Xaymen tomonidan 1942 yilda kiritilgan. Har bir shaxs uchun taraqqiyotning har bir alohida bosqichida shunday odamlar guruhi bo'ladiki, u ularning niyatlari, qiziqishlari, harakat normalari, g'oya va fikrlariga ergashishga tayyor bo'ladi, harakatlaridan andoza oladi, ularga taqlid qiladi. Bunday guruh psixologiyada **referent guruh** deb ataladi. Talaba uchun bunday guruh rolini oliygohdagi bir necha professor-o'qituvchilar, ota-onasi, yaqin do'sti yoki qarindoshlaridan kimdir o'ynashi mumkin. Shunisi xarakterliki, shaxs doimo shu guruhga ergashadi, uni qadrlaydi, u bilan

muloqotda bo'lishga intiladi. Rus psixologlari bu guruhni odatda shaxs uchun mavjud haqiqiy guruh (a'zolik guruhi) tarkibida yoki unga qarshi bo'lgan guruh sifatida qaraydilar. Nima bo'lganda ham ana shunday guruhning mavjudligi shaxs uchun ahamiyati bo'lib, uning xulq-atvor uchun etalon hisoblanadi. Tadqiqotchi yoki tarbiyachining vazifasi, ana shu guruhni aniqlay olish va aniqlagandan so'ng nima uchun aynan shu guruh referent rolini o'ynaganini bilish muhimdir. Referent guruhga qarab shaxsga baho berish, uning xulq-atvorini bashorat qilish mumkin.

Amerikalik sosiologlar referent guruhlarning bir necha turlarini farqlaydilar.

Normativ guruhlar – bu shaxs uchun shunday insonlar guruhiki, ularning normalarini u ma'qullaydi, ularga amal qilishga hamisha tayyor bo'ladi. Bunday guruhlarga birinchi navbatda oilani, diniy yoki milliy uyushmalarni, professoinal guruhlarni kiritish mumkin. Masalan, o'zbek xalqi uchun dasturxon atrofiga o'tirgan zahoti yuzga fотиha tortish, mezbonlarning mehmonlarga "Xush kelibsizlar" deyishlari norma hisoblanadi va har bir oilada shunday harakatlarga nisbatan ijobiy ustanovka shakllanadi. Bunda bola uchun referent rolini ota-onasi, kattalar, mahalladagi hurmati insonlar o'ynaydi.



48-rasm. Referent guruhlarning turlari

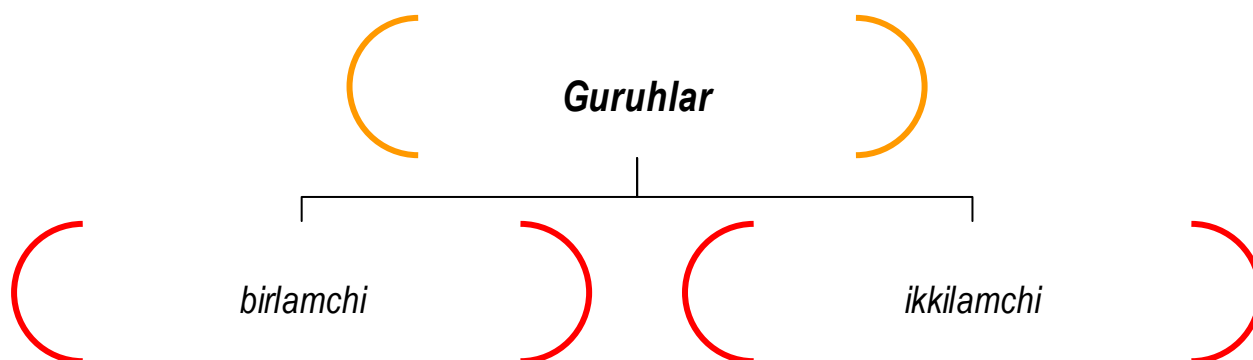
Qiyoslash guruhlari – bu shunday guruhiki, shaxs o'sha guruhga kirishni, uning ma'qullashiga muhtoj bo'lmaydi, lekin o'z harakatlarini yo'lga solishda unga asoslanadi va korreksiya qiladi. Masalan, talabalar guruhida shunday yoshlar bo'lishi mumkinki, shaxs ular bilan umuman muloqotda bo'lmaydi, ularning fikrlari yoki qarashlarini yoqlamaydi, lekin bu guruh aynan o'shalarga o'xshamaslik va o'z ustida ko'proq ishlashga o'zini safarbar qilish uchun kerak. Yoki talaba yoshlar sessiya yakunlariga ko'ra differensial stipendiya oladilar. O'rtacha o'zlashtiruvchi talaba uchun "hamma talabalar" oladigan stipendiya miqdorini nazarda tutib, o'zini tinchlantiradi, a'lochi esa, o'zinikini nafaqat oddiy, o'rtachalar bilan balki, davlat stipendiyalari oladiganlar bilan ham solishtiradi. Ko'rsatgichlar qanchalik yuqori bo'lsa, shunga mos da'vogarlik darajasi ham yuqori bo'ladi, shaxsning qiyoslash guruhlari ham ortiqroq bo'ladi.

Negativ guruhlar – shundayki, shaxs ularning xatti-harakatlaridan ataylab voz kechadi, chunki ular shaxsiy qarashlardan mutloq farq qiladi. Masalan, ikki qo'shni bir-biri bilan murosalar kelishmasa, hattoki, devorlarini oqlashda ham biri tanlagan rangni ikkinchisi tanlamaydi. Biri "oq" desa, ikkinchisi, aksincha, "qora" deb turaveradi.

Guruhlarning hamkorlik darajasiga ko'ra turlari

Kundalik hayotda shaxs muloqotda bo'ladigan, vaqtini birgalikda o'tkazadilar kishilar guruhi ham turli xil bo'ladi. Masalan, agar odamlar ko'chada tasodifiy hodisani tomoshabini bo'lib turishgan bo'lsa, ularni psixologiya tilida guruh emas, **agregasiya** (*olomon*) deb atashadi. haqiqiy guruh uchun o'sha odamlarning barchasiga aloqador umumiy faoliyat va hamkorlik qilish, bir-birlariga ta'sir ko'rsatish imkoniyati bo'lishi kerak. Amerikalik psixolog *Ch.Kuli* hamkorlikning darajasi mezoniga ko'ra guruhlarni birlamchi va ikkilamchi turlarga bo'lib o'rganishni taklif etgan edi. *Birlamchi guruhda* shaxslararo o'zaro ta'sir "yuzma-yuz, bevosita" ro'y beradi. Masalan, oila davrasidagi, sinfdagi, hisobchilar xonasida o'tirganlar birlamchi guruhga misoldir.

Ikkilamchi guruhlarda har doim ham odamlarning bevosita muloqotda bo'lish imkoniyatlari bo'lmaydi. Ular o'rtasidagi munosabat va o'zaro ta'sir bilvosita bo'ladi. Masalan, yirik bir tashkilotdagi tizimlar orqali muloqot, kasaba uyushmasiga birlashgan odamlar, "Fidokorlar Milliy demokratik partiyasi" a'zolarining bog'liqligi ikkilamchi guruhga misol. Ularda ham umumiylik bo'ladi, masalan, o'sha partiyani oladigan bo'lsak, ular qashqadaryoda bo'ladimi, Farg'onadami, baribir umumiy g'oya atrofida birlashishadi, a'zolik badallarini vaqtda to'lab turishadi, saylov oldi kompaniyalarida bir-birlarini qo'llab-quvvatlab turadilar.



49-rasm. Hamkorlik darajasi mezoniga guruh turlari

- Turli guruhlar inson hayotida bir necha funksiyalarni bajaradilar:
- ✚ ijtimoiylashtiruvchi funksiya;
 - ✚ instrumental, ya'ni aniq mehnat funksiyalarni amalga oshirishga imkon beruvchi muhit;
 - ✚ ekspressiv – odamlarning o'zgalarning tan olishlari, hurmatga sazovor bo'lish, ishonch qozonishini ta'minlash;
 - ✚ qo'llab-quvvatlash, ya'ni qiyin paytlarda, muammolar paydo bo'lganda odamlarni birlashtirish funksiyasi.

Guruhga birlashishdan har bir shaxs uchun manfaatdorlik bor albatta. Avvalo, odamlar qandaydir maqsadlarini amalga oshirish uchun va nimagadir ega bo'lish maqsadida guruhga birlashadilar. Guruh yoki jamoaning a'zosi ekanligini, o'sha umumiylikning bir bo'lgi ekanligini his qilish ham insonga ishonch hissini beradi. Ikkinchidan, odam o'ziga o'xshash kimsalardan ma'lum ma'lumotlarni olish, bilim, malaka va ko'nikmalarga ega bo'lish uchun birlashadi.

Masalan, bog'cha guruhidan tortib, ilmiy jamoadagi olimlar ana shu maqsadni ko'zlaydilar. Uchinchidan, odam jamiyatda o'zini yolg'iz his qilmaslik, o'z xatti-harakatlarining to'g'riligiga ishonch hosil qilish uchun ham u yoki bu guruhlariga a'zo bo'ladilar. Nihoyat, shaxsning istiqbolni ko'zlagan har qanday niyatlarining amalga oshishida ham u boshqalarning qo'vab-quvvatlashiga muhtoj bo'ladi. Demak, guruhning turidan qat'iy nazar, ayni bir maqsad va ijtimoiy tasavvurlar shaxsni guruhlar tarkibida bo'lish va uning ta'siridan bahramand bo'lishga majbur qiladi.

13.2. Guruhlar o'lchami va ularning turlari tasnifi

Har bir shaxs o'z faoliyatini turli guruhlar sharoitida yoki turli guruhlar ta'sirida amalga oshiradi. Chunki jamiyatdan chetda qolgan yoki insonlar guruhiga umuman qo'shilmaydigan individning o'zi yo'q. Kishi jamiyatda yashar ekan, u doimo turli insonlar bilan muloqotda, o'zaro ta'sirda bo'ladi, bu muloqot jarayonlari esa doimo kishilar guruhida ro'y beradi. Shuning uchun ham guruhlar muammosi, uni o'rganish va guruhlarining shakllanishiga oid ilmiy xulosalar chiqarish ijtimoiy psixologiyaning asosiy mavzularidan va muammolaridan biridir.

Psixologik ma'noda **guruh** – *bu umumiy belgilar, faoliyat, muloqot hamda maqsadlar asosida birlashgan kishilar uyushmasidir*. Umuman odamlar guruhi tashkil topishi uchun albatta, qandaydir umumiy maqsad yoki tilaklar, umumiy belgilar bo'lishi shart. Masalan, talabalar guruhi uchun umumiy narsalar ko'p (o'quv faoliyati, bilim olish, yoshlarga xos birliklar (o'spirin, yoshlar, ma'lum o'quv yurtida ta'lim olish istagi va hokazo). Ko'chada biror tasodif ro'y berganligi uchun to'plangan kishilar uchun ham umumiy bo'lgan narsa bor – bu qiziquvchanlik bo'lib o'tgan hodisaga guvohlik, unga umumiy munosabatdir.

Guruhni alohida shaxslar tashkil etadi, lekin har bir guruh psixologiyasi uni tashkil etuvchi alohida shaxslar psixologiyasidan farq qiladi va o'ziga xos qonuniyatlarga bo'ysunadi. Ayni shu qonuniyatlarni bilish esa turli tipli guruhlarini boshqarish va ana shu guruhlarini tashkil etuvchilarni tarbiyalashning asosiy mezonidir.

Guruhlar tarkibidagi odamlar soniga ko'ra *katta va kichik guruhlariga* bo'linadi. Psixologiyada ko'proq kichik guruhlar o'rganiladi. Uni necha nafar kishi tashkil etishi, necha nafar kishining hamkorlikdagi faoliyati ko'proq samara berishi masalasi amaliy ahamiyatga egadir. Ko'pchilik olimlar guruhning boshlang'ich nuqtasi sifatida miqdor jihatdan ikki kishini – *diadani* tan olishadi. Polyak olimi *Yan Shepanskiy* bunga qo'shilmasa-da (uning fikricha kamida uch kishi – triadadan boshlanadi), har qalay diada o'ziga xos uyushma sifatida tan olingan. Masalan, yangi oila qurib, birga yashayotgan kishilar, sevishganlar, ikki do'st – o'ziga xos kichik guruh. Har qanday kichik guruhga xos sifat shuki, uning a'zolari bir-birlari bilan bevosita muloqotga kirishish, "yuzma-yuz" bo'lish imkoniyatga ega bo'ladi. Har bir kishi uchun shu guruh juda ahamiyatli bo'lib, uning normalariga o'zi xohlab-xohlamay bo'ysuna boshlaydi. Kichik guruhning chegarasi masalasi ham ko'p muhokama qilinadi.

G.M. Andreyeva bu chegarani 12-15 kishi deb hisoblasa, amerikalik *J. Moreno* o'z vaqtida bu chegarani 30-40 gacha surgan edi. Lekin bizningcha, uning yuqori chegarasi necha kishi bo'lishidan qat'iy nazar, o'zaro bevosita muloqot imkoniyatini berishi va har bir a'zo bir-biriga ta'sir ko'rsata olishi kerak.

Katta ijtimoiy guruhlar psixologiyasi

Katta guruhlar miqdor jihatdan ko'pchilikni o'z ichiga olgan insonlar jamoasi bo'lib, ularning har bir a'zosi kichik guruhdagilardan farqli o'zaro bir-birlari bilan muloqatda bo'lish imkoniyatiga ega bo'lavermaydi. Masalan, O'zbekiston Milliy universiteti jamoasi katta guruh. Uni tashkil etuvchi talabalar, magistrantlar, aspirantu-doktorantlar, professor-o'qituvchilar, texnik xodimlar va xo'jalik xodimlari – bu minglab insonlar guruhidir. Ularning barchasini birlashtiruvchi maqsadlar mushtarak, umumiy ma'kon borligi uni yaxlit guruh deb atashga imkon beradi. Shunday bo'lsa-da, uning barcha a'zolari bir-birlarini tanimasliklari, hamkorlikda bir-birlariga ta'sir ko'rsata olmasliklari mumkin. Xuddi shunday – katta guruhlariga yana O'zbekiston aholisini, o'zbek yoshlarini, bayramda ko'chaga chiqqan xaloyiqni misol sifatida keltirsa bshladi. Demak, katta guruhlarning boshlang'ich chegarasi 30-40 kishidan ortiq bo'lsa, uning oxirgi ko'rsatgichi haqida gapirish ancha mushkul bo'ladi.

Katta guruhlar psixologiyasiga xos xususiyatlar

Katta guruhlar kishilarning shunday birlashmalariki, undagi odamlar soni ko'pchilikni tashkil etib, ma'lum sinfiy, ilmiy, irqiy, professional belgilar ularning shu guruhga mansubligini ta'minlaydi. Katta guruhlarini tashkil etuvchilar ko'p sonli bo'lganligi va ular xulq-atvorini belgilovchi mexanizmlarning o'ziga xosligi tufayli bo'lsa kerak, ijtimoiy psixologiyada olimlar ko'pincha kichik guruhlarda ish olib borishni afzal ko'radilar. Lekin katta kishilar uyushmasining psixologiyasini bilish juda katta tarbiyaviy va siyosiy-mafkuraviy ahamiyatga ega. Bu sohadagi tadqiqotlarning kamligi bir tomondan, aytib o'tilganidek ko'pchilikni qamrab olishda qiyinchiliklar bo'lsa, ikkinchi tomondan, katta guruhlar psixologiyasini o'rganishga qaratilgan metodik ishlar zahirasi kamligidir. Masalan, ishchilar yoki ziyolilar sinfi psixologiyasi o'rganilishi kerak deylik, avvalo o'sha ishchilarning soni ko'p, qolaversa, ishchilarning o'zi turli ishlab chiqarish sharoitlarida ishlayotgan, turli iqlim sharoitlarida yashayotgan turli millatga mansub kishilardir. Ularning barchasini qamrab oladigan yagona ishonchli usulni topish masalasi juda jiddiy muammo bo'lganligi uchun ham har bir katta guruhga taalluqli bo'lgan asosiy, yetakchi sifatni topish va shu asosda uning psixologiyasini o'rganish hozircha ijtimoiy-psixologiyadagi asosiy metodologik yo'llanma bo'lib kelmoqda. Qolaversa, katta guruhlar jamiyatning tarixiy taraqqiyoti mobaynida shakllangan guruhlar bo'lgani uchun ham har qanday guruhni o'rganishdan oldin, xoh bu sinflar bo'lsin, xoh millatlar yoki xalqlar psixologiyasi bo'lsin, uning hayot tarzi, unga xos bo'lgan odatlar, udumlar, an'analar o'rganiladi. Ijtimoiy-psixologik ma'noda, hayot tarzini o'rganish deganda, u yoki bu guruhga taalluqli bo'lgan kishilar o'rtasida amalga oshiriladigan muloqot tiplari, o'zaro munosabatlarda ustun bo'lgan psixologik omillar, qiziqishlar, qadriyatlar, ehtiyojlar va boshqalar nazarda tutiladi. Ana shularning umumiyligi tufayli har bir shaxsda, ya'ni u yoki bu katta guruhga mansub bo'lgan shaxsda tipik xislatlar shakllanadi. Masalan, 90-yillar yoshlariga xos bo'lgan tipik sifatlar ana shu yoshlar o'rtasida keng tarqalgan urf-odatlar, moda, so'zlashish xususiyatlari, qadriyatlar, qiziqishlar va hokazolar tufayli shakllanadi. Shuning uchun ham 20 yoshli kishining psixologiyasini to'liq ravishda o'rganish uchun undagi bilish jarayonlarining o'ziga xosligi, shaxsi, xarakteri va boshqa individual-psixologik xususiyatlaridan tashqari, yana unga o'xshash yoshlarda ustun bo'lgan

psixologik xislatlarning qanchalik namoyon bo'lishini, u mansub bo'lgan va asosan vaqtini o'tkazadigan guruhlar psixologiyasini, milliy sifatlarini ham nazarda tutish va ularni o'rganish zarur. Bu degani, har bir shaxs ongida uning yakka, alohida o'ttirgan shaxsiy tajribasiga alokador psixologik tizimlardan tashqari, uning qaysi millatga, elat, sinfga mansubligidan singdirilgan psixologik tizimlar ham mavjuddir va uni ilmiy tadqiqotchi inkor etmasligi kerak

Etnik guruhlar psixologiyasi

Ijtimoiy psixologiyada katta guruhlar ichida etnik guruhlar psixologiyasi, ya'ni etnopsixologiya bo'yicha ko'proq tadqiqotlar o'tkazildi. Ayniqsa, hozirgi davrda har bir jumhuriyatlarda alohida, mustaqil davlat mavqeyini olgan, lekin boshqa tomondan qaraganda, hamdo'stlik mamlakatlari ittifoqi sharoitida millatlar o'rtasida muttasil aloqalar mavjudligidan kelib chiqib, milliy psixologiya masalalari kun tartibida avvalgidan ham **dolzarb** masala sifatida qo'yilmoqda. Shuning uchun ham katta guruhlar ichida milliy guruhlariga ko'proq e'tibor berishni lozim topdik. Bunday e'tiborning yana bir boisi – O'zbekistonda bu sohada ayrim tadqiqotlarning o'tkazilganligi, lekin ular ko'p hollarda milliy psixologiya darajasiga olib chiqilmaganligidandir.

Etnopsixologiya – bu psixologiyaning shunday tarmog'iki, u ayrim olingan millatlar psixologiyasidan tashqari, turli xalqlar psixologiyasini, kichik milliy guruhlarini ham o'rganadi. Ma'lumki, bu boradagi birinchi ilmiy tadqiqotlar V. Vundt tomonidan olib borilgan edi. Uning tadqiqotlaridagi "xalq" tushunchasi aslida etnik uyushma ma'nosida tushuntirilgan edi. Uning fikricha, etnik guruhlar psixologiyasini o'rganish uchun ularning tilini, odatlarini va ana shu xalqlarda keng tarqalgan afsonalar va boshqa ong tizimlarini o'rganish kerak. A.R. Luriya esa O'zbekiston xududidagi yashaydigan xalqlarning psixologiyasini o'rgandi. Uning asosiy maqsadi milliy psixologik xususiyatlarni o'rganishda tarixiy prinsipga tayanish lozimligini isbotlash hamda milliy psixologiyaning hayot tarziga, shaxsning jamiyatda kishilar munosabatlari tizimida tutgan o'rniga bevosita bog'likligini isbot etish edi va bu tadqiqotda birinchi marta milliy psixologiyani o'rganishga yordam beruvchi metodlar va metodologik prinsiplar sinab ko'rildi.

Oxirgi yillarda chet el va sobiq ittifoq olimlarining tadqiqotlarini umumlashtirib, etnopsixologik ishlarga yagona ilmiy yondashuvni topish harakatlari sezilmokda. Bu sohada mashhur rus etnografi va psixologi Yu.Bromley olib borgan ishlar, uning laboratoriyasida to'plangan ma'lumotlar misol bo'lishi mumkin. Yu.Bromley etnik guruhlar psixologiyasida ikki tomonni ajratib beradi:

Psixik asos – etnik xarakter, temperament, milliy an'analar va odatlardan iborat barqaror qism;

Hissiy soha – etnik yoki milliy his-kechinmalarini o'z ichiga olgan dinamik qism. Lekin tadqiqotchilar nima uchundir, milliy psixologiya masalalari bilan shug'ullanishganda, milliy qirralar yoki sifatarni aniqlash bilan shug'ullanadilar-da, u yoki bu millatlarga xos bo'lgan qirralarni topishga urinadilar, lekin fan-texnika rivojlangan, millatlar uyg'unligi, millatlarning doimiy o'zaro hamkorligi va muloqoti sharoitida, aralash nikohlar keng tarqalgan sharoitda faqat u yoki bu millatga xos bo'lgan qirralar haqida gapirish juda qiyin. Masalan, o'zbeklar o'rtasida o'tkazilgan kichik tadqiqot natijasida shu narsa ma'lum bo'ldiki, go'yoki

mehmondo'stlik kamtarlik, samimiylilik kabi ijobiy sifatlar o'zbek xalqigagina xos emish. To'g'ri, bu sifatlar albatta, o'zbeklarda bor. Lekin, aynan shu sifatlar boshqa millatlar vakillarida yo'q deyishga haqqimiz yo'q. Xuddi har bir shaxs ongida turlicha stereotiplar, ya'ni o'rnatilib qolgan obrazlar bo'lganidek har bir oila, yaqin oshna-og'aynilar va o'ziga o'xshash shaxslar bilan muloqot jarayonida u yoki bu millat vakilida ham o'z millatiga xos bo'lgan sifatlar haqida stereotiplar paydo bo'lib, ular ongida o'rnatilib boradi. Bunday stereotiplar o'z millatiga va boshqa xalqlarga nisbatan bo'lib, boshqalar haqidagi tasavvurlar ancha sodda, yuzaki, mazmunan tor bo'ladi. Shunday tasavvurlar asosida boshqa millatlarga nisbatan yoqtirish (simpatiya) yoki yoqtirmaslik (antipatiya) va befarqlik munosabatlari shakllanadi. O'z millati haqidagi tasavvur va stereotiplar esa milliy "etnosentrizm" hissini shakllantiradiki, shu his tufayli shu milliy guruh vakillarida boshqa millatlarga nisbatan irrasional munosabatlar paydo bo'lishi, bu esa milliy antogonizm va milliy adovatlarni keltirib chiqarishi mumkin. Bu borada, ijtimoiy psixologlar va mafkurachilar oldida turgan muammolardan biri millat vakillarida milliy g'urning qay darajada bo'lishini aniqlash muammosi turadi. Chunki ko'pincha milliy g'urur tufayli ayrim shaxslarda boshqa millatlarni mensimaslik, ulardagi g'urur yoki milliy hislarni tan olmaslik hollari kuzatilmoqda. Umuman, bizning fikrimizcha, milliy adovatlar asosida yotgan etnosentrizm va milliy g'urning salbiy ko'rinishlari boshqa millatlarning tarixini, ularning an'analarini, tili va hokozolarini bilmaslikdan kelib chiqadi. Milliy psixologiya bo'yicha o'tkazilishi lozim bo'lgan tadqiqotlarning maqsadlaridan biri ham boshqa millatlar psixologiyasini bilib, uni boshqa millatlarga yetkazish tufayli, har bir millat vakiliga hurmat-izzat hissini kuchaytirishdir. Chunki o'zini hurmat qilmagan odam boshqani hurmat qilmaydi, buning uchun esa o'z psixologiyasini ham, o'z g'alar psixologiyasini ham bilishi kerak. Shundagina shaxslararo ziddiyatlarga barham berilishi mumkin. Bu narsa millatlar psixologiyasiga ham xosdir. Ya'ni fan jamiyatga shunday etnografik va etnopsixologik ma'lumotlar majmuini yaratib berishi lozimki, undagi ma'lumotlar asosida katta guruh hisoblangan millatlar psixologiyasini ham boshqarish mumkin bo'lsin.

Kichik guruhlar psixologiyasi

Kichik guruhlar muammosi ijtimoiy psixologiyada eng yaxshi ishlangan va ko'plab ilmiy tadqiqotlar o'tkazilgan obyektlardandir. Bu muammoni tadqiq etishda olimlar o'z oldiga shunday masalani qo'yganlar, ya'ni, individ yakka holda yaxshi ishlaydimn yoki guruhda yaxshiroq samara beradimi, boshqa odamlarning yonida bo'lishi uning faoliyatiga qanday ta'sir ko'rsatadi. Shuni ta'kidlash lozimki, bunday sharoitlarda indvidlarning o'zaro hamkorligi emas, balki ularning bir vaqtda bir yerda birga bo'lganligi faktining ta'siri o'rganildi. Olingan ma'lumotlar shuni ko'rsatdiki, boshqalar bilan hamkorlikda bo'lgan individ faoliyatining tezligi oshadi. lekin harakatlar sifati ancha pasayishi aniqlandi. Bunday ma'lumotlar amerikalik N.Triplett, nemis olimlari A.Mayer, V.Myode, rus olimi V.Bexterev va boshqalarning tadqiqotlarida ham qayd etildi. Bu psixologik hodisa ijtimoiy psixologiyada ijtimoiy *fasilitasiya* nomini oldi, uning mohiyati shundan iborat ediki, individning faoliyat mahsullariga uning yonida bo'lgan boshqa indvidlarning bevosita ta'siri bo'lib bu ta'sir avvalo sensor kuchayishlar hamda ish-harakatlarning, fikrlashlarning tezligida namoyon bo'ladi Lekin ayrim eksperimentlarda teskari effekt ham kuzatildi, ya'ni boshqalar ta'sirida individ reaksiyalaridagi tormozlanish

faoliyatining susayishi holatlari; bu narsa fanda *ingibisiya* deb ataladi.

Kichik guruhlarga xos qonuniyatlar

Birinchidan, kichik guruhlarining hajmi, uni tashkil etuvchi shaxslar soni xususida shunday fikrga kelindiki, kichik guruh “diada” ikki kishidan tortib, to maktab sharoitida 30-40 kishigacha deb qabul qilindi. Ikki kishilik guruh deyilganda, avvalo oila – yangi shakllangan oila ko’proq nazarda tutiladi. Lekin samarali o’zaro ta’sir nazarda tutilganda 7-2 kishi ko’zlanadi. Bunday guruh turli ijtimoiy psixologik tadqiqotlar uchun ham, ijtimoiy-psixologik treninglar o’tkazish uchun ham qulay hisoblanadi.

Ikkinchidan, guruhning o’lchami qanchalik katta bo’lsa, uning alohida olingan shaxslar uchun qadrsizlanib borish xavfi kuchayadi. Ya’ni, shaxsning ko’pchilikdan iborat guruhdan o’zini tortish va uning normalarini buzishga moyilliga ortib boradi.

Uchinchidan, guruhning hajmi kichiklashib borgan sari shaxslararo o’zaro munosabatlar taranglashib boradi. Chunki, shaxslarning bir-birlari oldida mas’uliyatlarining oshishi va yaqindan bilishlari, ularning o’rtasidagi aloqalarda doimo aniqlik bo’lishini talab qiladi. Munosabatlardagi har qanday disbalanslar, ya’ni nomutanosibliklar ochiq holdagi ziddiyatlarni keltirib chiqaradi.

To’rtinchidan, agar guruh a’zolarining soni toq bo’lsa, ular o’rtasidagi o’zaro munosabatlar juft bo’lgan holdagidan ancha yaxshi bo’ladi. Shundan bo’lsa kerak, boshqaruv psixologiyasida odamlarni biror nimaga saylashda va umuman rasmiy tanlovlarda guruhdagi odamlar soni toq qilib olinadi.

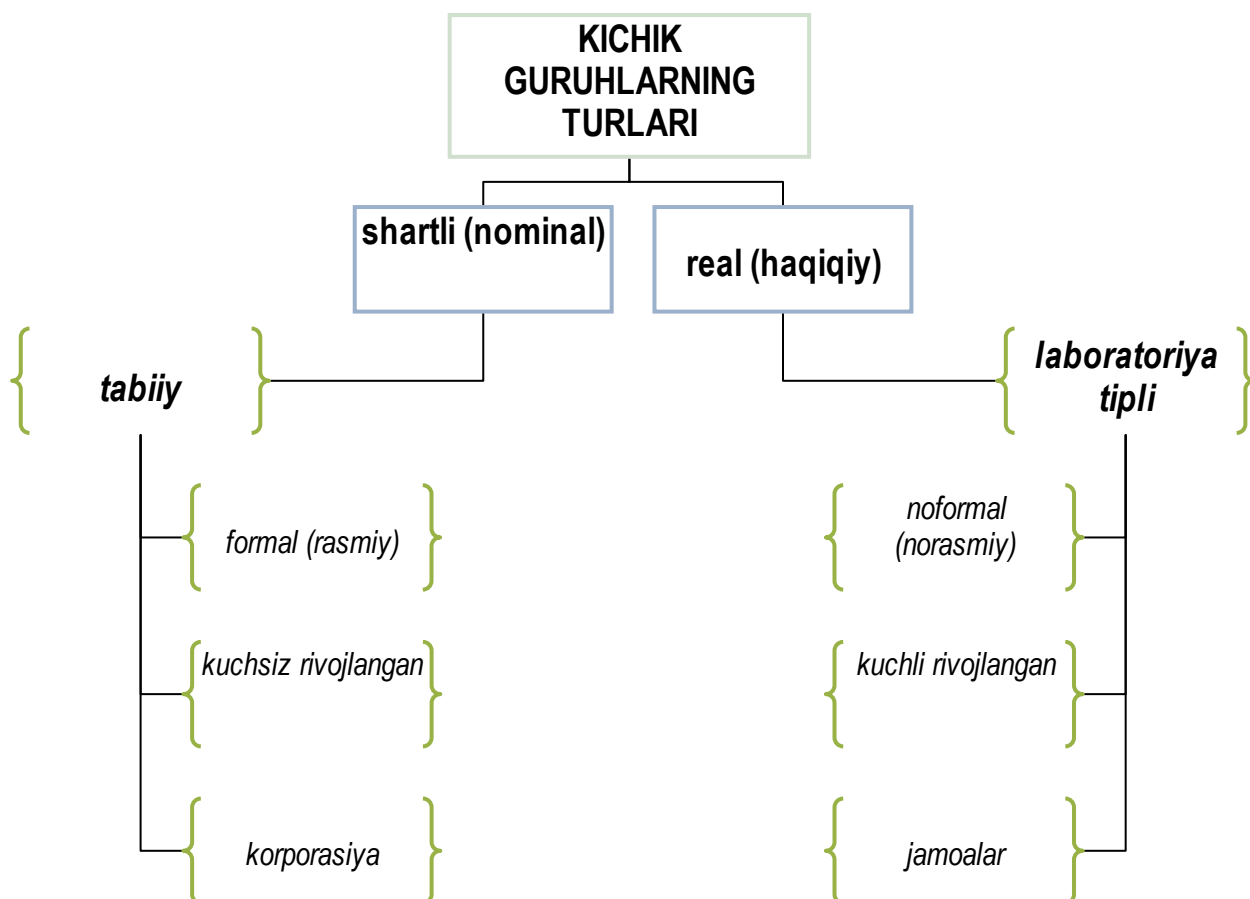
Beshinchidan, shaxsning guruh taz’iyiqiga berilishi va bo’ysunishi ham guruh a’zolarining soniga bog’liq. Guruh soni 4-5 kishi bo’lgunga qadar, uning ta’siri kuchayib boradi, lekin undan ortib ketgach, ta’sirchanlik kamayib boradi. Masalan, ko’chada sodir bo’lgan baxtsiz hodisaning guvohlari soni ortib borgan sari, jabrlanganga yordam berishga intilish, masuliyat hissi pasayib boradi.

Bu qonuniyatlarni bilish esa, o’z navbatida tabiiy guruhlarini boshqarish ishini ancha yengillashtiradi.

Kichik guruhlarning klassifikatsiyasi

R.S.Nemov kichik ijtimoiy guruhlarining quyidagi klassifikatsiyasini taklif etgan (50-rasm).

Tarixan kichik guruhlarini rasmiy va norasmiy turlarga bo’lish qabul qilingan. Bunday bo’linishni amerikalik olim E. Meyo taklif etgan edi. Uning fikricha, rasmiy guruhlar bir a’zolarining rasmiy rollarga ega ekanligi, ular mavqeyining va guruhda tutgan o’rnining aniqligi bilan xarakterlanadi. Bunday guruhlarda munosabatlar asosan “vertikal” tarzda ro’y berib, guruhning bir yoki bir necha a’zosida “hokimiyat” bo’lganligi uchun ham, ular boshqalarni boshqarish, ularga buyruq, rasmiy ko’rsatmalar berish huquqiga ega bo’ladilar. Rasmiy guruhga misol qilib har qanday birgalikdagi faoliyat maqsadlari asosida shakllangan jamoalarni – ishlab chiqarish brigadasi, talabalar guruhi, sinf o’quvchilari, pedagogik jamoa va boshqalarni olish mumkin.



50-rasm. R.S.Nemov bo'yicha kichik ijtimoiy guruhlarining klassifikatsiyasi

Rasmiy guruhlardan farqli o'laroq norasmiy guruhlar ham mavjud bo'ladiki, ular asosan stixiyali tarzda, aniq maqsadsiz tarkib topadi va ularda a'zolarining aniq mavqelari, rollari oldindan belgilangan bo'lmaydi. Ko'pincha norasmiy guruh rasmiy guruh tarkibida tashkil topadi va ularni boshqarish ham oldindan belgilangan bo'lmay, odamlar ichidan u yoki bu shaxsiy sifatleri tufayli ajralib chiqqan a'zolar norasmiy rahbarlik rolini bajarishlari mumkin.

Kichik guruhlardagi dinamik jarayonlar

Ma'lumki, guruhda to'plangan kishilar o'rtasida doimiy muloqot va munosabatlar mavjud bo'ladiki, ularning mazmuni va yo'nalishiga ko'ra, o'ziga xos ijtimoiy-psixologik muhit shakllanadi. Bu muhit guruhning taraqqiyotini ham, undagi turli jarayonlarni ham belgilaydi. Guruhning dinamik jarayonlari deganda avvalo uning shakllanish jarayoni, liderlik va guruhda turli qarorlarni qabul qilish jarayoni, guruhning har bir shaxsga ta'siri kabilar tushuniladi.

Guruhning shakllanishi, uning paydo bo'lishi haqida gapiriladigan bo'lsa, avvalo shuni ta'kidlash lozimki, guruh jamiyat ehtiyojlari va ijtimoiy talablar asosida paydo bo'ladi. Masalan, sinf jamoasi doimo bolalarning rivojlanishi va ularning maktablarda ta'lim olishlari kerakligi uchun, talabalar guruhi ham shunga o'xshash oliy ma'lumotli shaxslar kerak bo'lganligi uchun paydo bo'ladi va hokazo. Lekin bu masalaning ijtimoiy tomoni. Uning sof psixologik tomoni ham borki, u odamlarning nima uchun jamoalarda ishlashi, odamlar ichida bo'lishi bilan bog'liq.

Chunki har bir normal insonda muloqotga bo'lgan ehtiyoj hamda turli hayotiy vaziyatlarda o'zini ijtimoiy himoyada sezish ehtiyoji bor, bu narsa turli kichik jamoalarda ularning bo'lishini taqozo qiladi. Lekin guruhga a'zo bo'lish bilan birgalikda har bir individ qator guruhij jarayonlarning guvohi bo'ladi.

Har bir guruh o'ziga xos psixologik tizimga ham ega. Uni tashkil etuvchi elementlar nisbatan barqaror bo'lib, ular guruh a'zolari xulq-atvorini muvofiqlashtirib turadi. Avvalo guruhning *missiyasini* ajratish kerak. Missiya – odamlarni jamoa mehnati atrofida uyushtirib, birlashtiruvchi psixologik elementdir. Masalan, barcha talabalarning maqsadi – o'qish, professional malaka oshirib, mutaxassis bo'lib yetishish.

Guruhning *avtonomligi darajasi* ham ma'lum ahamiyatga ega omil, chunki har bir a'zo umumiy maqsad asosida birlashgan bo'lsa ham, ularning har birining o'z burch va vazifalari bor va shu nuqtai nazardan har odam o'z imkoniyatlarini o'zicha ishga solib, o'zaro munosabatlarga sabab bo'ladi.

Guruhning psixologik tizimga ta'sir etuvchi omillarga yana ularning jinsiy, yosh jihatdan, ma'lumoti va malakasi nuqtai nazardan farq qiluvchi, uyg'unlikni tashkil etuvchi omillar ham kiradi.

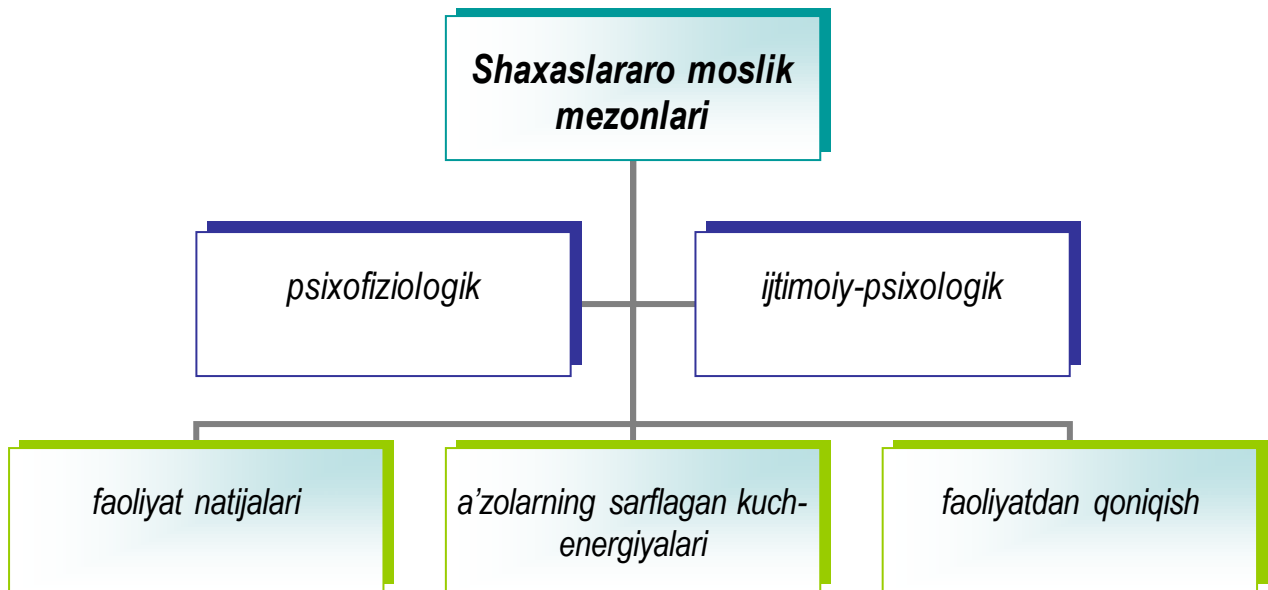
Guruhning *uyushganligi* ham dinamik ko'rsatgichlardan bo'lib, shu nuqtai nazardan har bir guruh bir-biridan farq qiladi. Masalan, odamlar hamkorlikda bajarayotgan ishning qiziqarli va hamma uchun manfaatli ekanligi, guruh normalarining a'zolar tomonidan umuman olganda qabul qilinishi, qadriyatlar tizimini tasavvur qilishdagi fikrlar mosligi uyushqoqlikning mezonlaridir.

Guruhning tizimi yana uning katta-kichikligiga ham bog'liq. Masalan, 5-10 kishidan iborat guruhdagi munosabatlar yaxshiroq, uyg'unroq va faoliyat samaraliroq hisoblanadi. Chunki bunday guruhlarda norasmiy muloqot uchun ma'qul sharoit mavjud bo'ladi. Bunday guruhlarda «guruhbozlik» degan illat ham bo'lmaydi. Guruhning hajmi ortib borgan sari ularda rasmiyatchilik, rasmiy yuzaki munosabatlar ko'payadi va bu odamlar o'rtasidagi insoniy munosabatlarda o'z aksini topadi.

Guruhlardagi liderlik va umumiy qarorlarga kelish ham dinamik jarayonlarga kiradi.

13.3. Guruh va shaxs: psixologik o'zaro moslik

Guruh hayoti va undagi a'zolarning o'zlarini yaxshi his qilishlari ko'p jihatdan ularning hamkorlikda ishlay olishlari va bir-birlariga ijobiy munosabatda bo'la olishlariga bog'liq. Bu hodisani tushuntirish uchun fanda psixologik moslik tushunchasi mavjud. **Psixologik moslik deganda**, guruh a'zolari sifatlari va qarashlarining aynanligi emas, balki ular ayrim sifatlarning mos kelishi, qolganlarining kerak bo'lsa, tafovut qilishi nazarda tutiladi. Moslikning mezoni sifatida rus olimi N.Obozov quyidagilarni ajratadi:



51-rasm. N.Obozov tomonidan taklif etilgan shaxslararo moslik mezonlari klassifikatsiyasi

Bundan tashqari, fanda asosan ikki xil o'zaro moslik farqlanadi: *psixofiziologik* va *ijtimoiy psixologik*. Birinchi holatda faoliyat jarayonida odamlarning bir xil va mos tarzda harakat qila olishlari, reaksiyalar mosligi, ish ritmi va tezligidagi uyg'unliklar nazarda tutilsa, ikkinchisida ijtimoiy xulqdagil moslik - ustanovkalar birligi, ehtiyoj va qiziqishlar, qarashlardagi monandlik, yo'nalishlar birligi nazarda tutiladi. Birinchi xil moslik ko'proq konveyer usulida ishlanadigan sanoat korxonalaril xodimlarida samarali bo'lsa, bu oliygoth o'qituvchilari, ijodiy kasb egalarida iloji yo'q va bo'lishi mumkin emas, *ularda* ko'proq ijtimoiy psixologik moslikning ahamiyati kattadir.

O'tkazilgan tadqiqotlar psixologik moslikning ko'plab qirralari bo'lishi mumkinligini isbot qildi. Asosan shuni unutmaslik kerakki, qaysi faoliyat va uning maqsadi odamlarni birlashtirgan bo'lsa, o'sha maqsadni idrok qilish va birgalikda anglash istagida uyg'unlikning bo'lishi katta tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'ladi.

Guruhiy qarorlar qabul qilish: o'zaro moslik va o'zaro ta'sir masalasi

Guruhda odamlarning bir-birlarini yoqtirishlari yoki aksincha, inkor qilishlari ko'pincha turli xil qarorlar qabul qilish jarayonida ro'y beradi. Guruhiy qarorlar qabul qilish individual qarorlar qabul qilish jarayonidan tubdan farq qilmaydi. Ikkalasida ham avval muammo aniqlanadi, ma'lumotlar to'planadi, bir nechta takliflar ilgari suriladi va nihoyat, eng ma'quli qabul qilinadi. Lekin guruhda bu jarayon psixologik nuqtai nazardan biroz boshqacharoq kechadi va nizolar ko'pincha aynan shu jarayon bilan bog'liq bo'ladi.

Amerikalik psixolog T. Mitchellning fikricha, o'zaro ta'sir guruh sharoitida quyidagi omillar vositasida ro'y beradi:

- ✚ ayrim a'zolar boshqalariga nisbatan ko'proq gapirishga moyil bo'ladilar;
- ✚ yuqoriroq mavqyega ega bo'lgan shaxslar qarorlar chiqarish jarayonida ham boshqalarga tayziq o'tkazishadi;

✚ guruhda asosiy vaqt o'zaro fikrlardagi kelishmovchiliklarning oldini olishga ketib qoladi;

✚ guruhda ayrim odamlar ta'sirida asosiy maqsaddan chetlash va maqsadga nomuvofiq qarorlar qabul qilish xollari kuzatiladi;

✚ barcha a'zolar o'zlari sezmagan holda ko'pchilik fikriga (konformlilik) berilishlari va guruh ta'siriga tushib qoladilar. Shuning uchun ham ba'zan majlisni olib boruvchi rais kun tartibini e'lon qilgan bo'lsa-da, undan chalg'ib ketishi va o'rinsiz qarorlar qabul qilishi mumkin.

Lekin guruhviy qarorlar qabul qilish jarayonining eng katta ijobiy tomoni shundaki, unda ko'plab fikrlar tug'iladi va o'rtaga tashlanadi. Bu fikrlar shunday sharoit yaratadiki, oxir-oqibat alohida individual fikrlardan biroz bo'lsa-da, farq qiladigan original yangi fikr paydo bo'ladi. Shuning uchun ham rahbarlik san'ati ko'pchilik fikriga tayangan holda oxirida eng ma'qul qarorga kela olishdir. Lekin salbiy tomoni shundaki, guruhviy muzokara va qarorlar qabul qilish jarayoni ba'zi a'zolarida loqaydlik ("Menga nima, ular gapirishyapti-ku" kabi), tashabbusizlik ("Baribir meniki qabul qilinmaydi, gapirim nima qildim?" kabi) illatlarini ham paydo qilishi mumkin. Bu o'sha muhitda ayrim odamlar fikri doimo qo'llab-quvvatlangan, ayrim odamlarga e'tibor, imtiyoz berilgan sharoitlarda rahbarning aybi bilan ro'y beradi.

Xoffman o'z eksperimentlarida guruhviy qarorlar qabul qilishga guruhning tarkibi ta'sir qilish mumkinligini isbot qilgan. Uning fikricha, yaxshi, sifati, ijobiy fikrlar va qarorlar guruh tarkibi har xil (heterogen tarkib) bo'lgan sharoitlarda uning tarkibi bir xil (homogen) bo'lgandan ancha ko'p va sifati bo'ladi. Homogen guruhlarda (masalan, taxminan bir xil o'zlashtiradigan talabalar guruhi) qarorlar qabul qilish mobaynida konfliktlarning kam bo'lishi va qarorlar tezda qabul qilinishi aniqlangan.

Har qanday qarorlar qabul qilish jarayoni psixologik jihatdan *tavakkalchilikka* asoslanishi ham isbotlangan. Lekin tavakkalchilik darajasi guruh sharoitida individual holatdagidan ancha past bo'lar ekan. O'rtacha guruh a'zosining bu o'rindagi fikri: "Tavakkal shu gapni aytaychi, noma'qul bo'lsa, guruh borku, ular ma'qullashgan-ku?". Demak, guruh sharoitida qabul qilingan har qanday qaror mohiyatan ijtimoiy xarakterli bo'lib, uning to'g'ri va foydali, natijali bo'lishida rahbarning – boshlovchining roli katta bo'ladi.

Guruhdagi psixologik muhit va uni o'rganish

Guruh va jamoalar to'g'risida gap ketganda, ko'pincha uning "ma'naviy muhiti", "psixologik muhit" degan iboralar ishlatiladi. Chunki bu narsa o'sha yerdagi ishning yaxshiligi, faoliyatning samarasi bilan bog'lanadi. *Ijtimoiy psixologik muhit deganda, biz o'sha guruhning a'zolari fikrlari, hissiyotlari, dunyoqarashi, ustanovkalar va o'zaro munosabatlaridan iborat bo'lgan emosional-intellectual holatni tushunamiz.* Bu o'rindagi asosiy omil – bu a'zolarining o'zaro munosabatlaridir. Ma'lumki, o'zaro munosabatlar ish yuzasidan, faoliyat maqsadlari va mazmuni bilan hamda bevosita bir-birlarini yoqtirish-yoqtirmaslikka asoslangan insoniy emosional hissiyotlar ko'rinishida bo'lishi mumkin. Professional faoliyatni bajarish jarayonida tabiiy birinchi tipli munosabatlar ustivor bo'lib, ikkinchilarining xarakteri birinchisidan kelib chiqadi. Do'stlar to'plangan davradagi muhit esa aksincha, bevosita simpatiyalarga tayanadi.

Ijtimoiy psixologiyada ana shunday psixologik muhitni eksperimental tarzda o'rganishga katta e'tibor beriladi. Eng keng tarqalgan usullardan biri sosiometriya bo'lib, uning asoschisi

amerikalik olim Jon Moreno hisoblanadi. Sosiometriya lotincha “*so cietas*” – jamiyat, va “*metreo*” – o’lchayman so’zlaridan olingan bo’lib, guruhdagi shaxslararo munosabatlarni o’lchashga qaratilgan texnikadir. Nazariy sosiometriya, uning muallifi fikricha, jamiyatdagi barcha nizolar, muammolarni yechishning usullaridan biri – insonlar o’rtasidagi munosabatlarni o’rganish va shunga ko’ra, jamiyatda o’zgarishlarni amalga oshirish kerak, degan g’oyaga asoslanadi. Amalda esa har bir jamoalarda maxsus sosiometrik so’rovlar o’tkaziladi va uning natijalari tashkiliy jarayonlarda inobatga olinadi.

Lekin oxirgi paytlarda sosiometriyaga qarashlar biroz o’zgargan, uning yuzlab modifikatsiyalari, turlari ishlab chiqildi. Ahamiyatlisi shuki, uni haqiqatdan ham guruhdagi ma’naviy-psixologik muhitga ta’sir etuvchi emosional munosabatlarni aniqlashda mutaxassis tomonidan ishlatish mumkin. Bunda har bir guruh a’zosi tanlov sharoitiga solinadi, ya’ni u yoki bu sharoitda, vaziyatda yoki faoliyatni bajarishda o’ziga yoqqan (yoqmagan ham) sherigini guruhdoshlari orasidan tanlashi kerak. Masalan, oliygoh talabalariga “Kim bilan birga dars tayyorlashni xohlarding?”, “Kim bilan kelajakda mashhur firmada yonma-yon turib ishlashni istarding?”, “Xorijga o’qishga yuborishsa, guruhdoshlaringdan kimlar sizga sherik bo’lishini istaysan?”; mehnat jamoalarida esa, “Boshliq tomonidan berilgan muhim topshiriqni ikki kishi bajarishi kerak bo’lsa, sheriklikka kimni olgan bo’lardingiz?” kabi mazmundagi savollar bilan murojaat qilinadi. So’rov anonim bo’lib, har bir ishtirokchi 3-5 tagacha tanlash huquqiga ega bo’ladi. Natijalar jadvalga solinib, qayta ishlanadi va hattoki, grafik tarzida chiziladi.

13.4 Asosiy tushuncha va atamalar

Shaxs; guruh; referent guruh; normativ guruhlar; qiyoslash guruhlari; negativ guruhlar; guruhlar o’lchami; katta guruhlar; etnik guruhlar; kichik guruhlar; kichik guruhlar klassifikatsiyasi; dinamik jarayonlar; psixologik o’zaro moslik; shaxslararo moslik mezonlari; guruhiy qarorlar qabul qilish; o’zaro ta’sir masalasi; psixologik muhit.

13.5. Rezyume

Shunday qilib, guruhni alohida shaxslar tashkil etadi va tashkil topgan har bir guruh psixologiyasi uni tashkil etuvchi alohida shaxslar psixologiyasidan tubdan farq qilib, o’ziga xos qonuniyatlarga bo’ysunadi. Shu bois, ayni shu qonuniyatlarni bilish turli tipli guruhlarni boshqarish va guruhni tashkil etuvchilarni tarbiyalashning asosiy mezonlari sifatida qaydalanadi. Shuning uchun ham, guruhlar muammosi, ya’ni katta yoki kichik guruhlarni o’rganish va guruhlarning shakllanishiga oid ilmiy xulosalar chiqarish psixologiya fanining ijtimoiy psixologiya sohasini dolzarb muammolardan biri sifatida qolaveradi.

13.6. O’z-o’zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Shaxs uchun referent bo’lgan guruh haqida nimalarni bilasiz?
2. Referent guruhlarining qanday turlari mavjud?
3. Fanda nima uchun guruhlar hamkorlik darajasiga ko’ra turlarga tafovutlanadi?
4. Guruhlar tarkibidagi odamlar soniga ko’ra qanday guruhlar bo’linadi?

5. Katta ijtimoiy guruhlar psixologiyasi qanday muammolar doirasida o'rganiladi?
6. Etnopsixologiya nima?
7. Kichik guruhlar nima va ularga xos qanday qonuniyatlar bor?
8. R.S.Nemov kichik ijtimoiy guruhlarni qanday klassifikasiyalagan?
9. Kichik guruhlar xos dinamik jarayonlar xususida nimalarni ayta olasiz?
10. Fanda asosan necha xil o'zaro moslik farqlanadi?

13.7. Bibliografiya

- Karimov I.A.* Yangicha fikrlash va ishlash – davr talabi. T.5. – T.: O'zbekiston, 1997.
- Karimov I.A.* Ma'naviy yuksalish yo'lida. – T.: O'zbekiston, 1998.
- Godfrua J.* Chto takoye psixologiya. T. 1. Gl.5. – M.: 1992
- Yenikeyev M.I.* Obshaya i sosialnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Norma, 2005. – 624 s.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.
- Karimova V.M.* Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot: Universitetlar va pedagogika institutlari uchun o'quv qo'llanma. – T.: "Universitet", 1999. – 96 b.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* "Psixologiya". 1-qism. Ma'ruzalar matni. – Toshkent TDIU, 2005. – 208 b.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* "Psixologiya". 2-qism. Ma'ruzalar matni. – Toshkent TDIU, 2005. – 125 b.
- Karimova V.M.* Ijtimoiy psixologiya asoslari. – T.: 1994
- Kvinn V.* Prikladnaya psixologiya. – SPb: Izdatelstvo "Piter", 2000. – 560 s.
- Klimov Ye.A.* Osnovi psixologii: Uchebnik. – M.: 1997
- Mayers D.* Sosialnaya psixologiya / Perv.s angl. – SPb.: Piter, 1999. – 688 s.
- Meliya M.* Biznes – eto psixologiya: Psixologicheskiye koordinati jizni sovremennogo delovogo cheloveka / Marina Meliya. – 3-ye izd. dop. – M.: Alpina Biznes Buks, 2005. – 352 s.
- Nemov R.S.* Psixologiya. Uchebnik dlya studentov vissh. ped. ucheb. zavedeniy: V 3-x t. – M.: Gumanit. izd. sentr VLADOS, 2003. – 576 [640; 608] s.
- Prikladnaya sosialnaya psixologiya / Pod red. A.N.Suxova i A.A.Derkacha.* – M.: Izd-vo "Institut prakticheskoy psixologii"; Voronej; Izd-vo NPO "MODEK", 1998. – 688 s.
- Psixologiya. Uchebnik / Otv. red. prof. A.A.Krilov.* – 2-ye izd., pererab. i dop. – M.: Izd-vo: PROSPEKT (TK Velbi). 2004. – 752 s.
- SHyerbakova Yu.V.* Spetsialnaya psixologiya: Uchebnik. posobiye. – M.: Izdatelstvo RIOR, 2006. – 80 s.
- Hayitov O.E., Lutfullayeva N.X.* Psixodiagnostika va amaliy psixologiya. Ma'ruzalar matni. – T.: TDIU, 2005. – 338 b.

XIV Bob

SHAXS GENDER TADQIQOTLAR OBYEKTI...

Bobning qisqacha mazmuni

Ijtimoiy psixologiyada gender muammolari. Gender tushunchasi. Paternalizm tamoyillari. Liderlikning erkaklar va ayol o'rtasida bo'linishi. Jon Uilyams va Debra Bestlarning 14 xil millat vakillari o'rtasida o'tkazgan so'rovlari. Ayollarning emansipasiyasi darajasi. Ayol xulq-atvorining jamiyat miqyosida o'zgarishi. Gender munosabatlari va rollar taqsimoti. Respublika "Oila" ilmiy-amaliy Markazida o'tkazilgan tadqiqotlar natijalari.

Rahbarlik va gender tafovut. Tobelik va emosional bog'liqlik sifatari. Rahbarlik va gender tafovutlar xususidagi V.Karimova, G'.Shoumarov, O.Shamiyevalarning qarashlari.

Liderlik va superliderlik. Linda Juellning liderlik masalasiga yondoshuvi. "Superlider" tushunchasi. Oddiy rahbar yoki liderning superlidernga aylanish bosqichlari.

Salomatlik – ijtimoiy-psixologik muammo sifatida. Salomatlik psixologiyasi. Depressiya. Depressiv tafakkur. Ijtimoiy-psixologik trening tamoyillari. Ijtimoiy-psixologik trening. Amaliy muloqot treningi. Guruh munozaralar va rolli o'yinlar.

14.1. Ijtimoiy psixologiyada gender muammolari

Ijtimoiy psixologiya hayot sirlarini o'zining ilmiy uslublari vositasida ochishda jinslararo munosabatlarga alohida e'tiborni qaratadi. Oxirgi yillarda ushbu hodisalarni tushuntirish uchun gender va gender munosabatlari terminlari ishlatilishi urf bo'ldi.

Gender – psixologik nuqtai nazardan shunday tushunchaki, uning yordamida odamlar “erkak va ayol” tushunchalarining mohiyatini yoritadi. Ma'lumki, “jins” tushunchasining o'zi biologik kategoriya bo'lgani uchun ham ijtimoiy psixologiya erkak va ayollar xislatlaridagi tafovutlarning biologik jihatdan bog'liqligini asoslashda bu termini ishlatadi. Oxirgi yillarda o'tkazilgan qator tadqiqotlar shuni ta'kidlaydiki, ayollar jamiyatdami, oiladami qayerda bo'lmasin, u yoki bu faoliyat turi bilan mashg'ul bo'lganda, shu ijtimoiy muhitga, ya'ni **shaxslararo hamda o'ziga nisbatan bo'layotgan insoniy munosabatlarga** alohida e'tibor beradi va aynan ularning muvofiqlashtiruvchisi rolini bajaradi. Shu boisdan bo'lsa kerak, oilaviy hayotning ilk bosqichlarida qaysi millatda bo'lmasin, shaxslararo munosabatlarning tig'izligi darajasi kam bo'lgani uchun erkaklar asosan liderlik pozitsiyasida bo'lishadi. Bu holatni ayniqsa, bizning o'zbek oilalariga, Sharq mentalitetiga xos deyish mumkin. Lekin oilada bolalar soni va ayniqsa, oila kelinlar yoki kuyovlar hamda nevaralar hisobiga ortgan sari ona-ayol o'z pozitsiyasini mustahkamlab boraveradi. Ya'ni, keksalik davriga kelib, gender munosabatlardagi tarozi pallasini tenglashadi, hattoki, ko'p hollarda ayollar foydasiga hal bo'ladi. Demak, ayollarning shaxslararo o'zaro munosabatlarni boshqarish, bu tizimda o'z o'rnini topa olish mahoratidan, qobiliyatidan jamiyat o'rinli foydalanishi kerak.

Ayolning oila va jamiyatdagi liderligi masalasi an'anaviy tasavvurlardagi *paternalizm* tamoyillariga zid bo'lsa-da, kuzatishlar, yoshlar va ayollar o'rtasida o'tkazilgan so'rovlarda bu hodisaga nisbatan yangicha yondashuv shakllanayotganligidan darak bermoqda. Shunisi qiziqki, ayollarning o'zlari oilada liderlikka so'zda da'vo qilmagan holda, amalda aslida aynan shu mavqeyga intilmoqdalarki, bu oilaviy munosabatlar tizimida bolalarning bu jarayonni idrok qilishiga ba'zan salbiy, ba'zan ijobiy ta'sirini ko'rsatmoqda. Liderlikning erkaklar va ayol o'rtasida bu tarzda bo'linishi va undan kelib chiqayotgan salbiy ijtimoiy-psixologik oqibatlarining obyektiv hamda subyektiv sabablari bor, albatta.

Gender muammolariga bag'ishlab o'tkazilgan ko'plab tadqiqotlardan shu narsa ma'lum bo'ldiki, oila va jamiyatdagi gender rollarining taqsimoti xalqning madaniyati, ma'naviyati va turmush tarzidan kelib chiqarkan. Masalan, amerikalik olimlar *Jon Uilyams* va *Debra Best*ning 14 xil millat vakillari o'rtasida o'tkazgan so'rovlari ma'lumotlariga ko'ra, Sharqiy Osiyo va Markaziy Osiyo (Nigeriya, Pokiston va b.q.) millatlari vakillaridan farqli konservativ Yevropa vakillari o'z madaniy xududlarida inson bajaradigan rollarning ko'pligidan kelib chiqib, ayollarning ham bemalol ijtimoiy foydali mehnatda band bo'lishlari va bunga oilaviy mas'uliyatlar xalaqit bermasligi kerakligini e'tirof etadilar. O'troq xalqlar va aksariyat yerda mehnat qilib, tirikchilik qiladigan millatlarning vakillari (masalan, o'zbeklar va boshqa Markaziy Osiyo xalqlari) erkak ham, ayol ham hamma ishni bilishi, oilada hamda jamiyatda o'rinlari teng bo'lishini yoqlaydilar. Chunki bu xalqlarda er va xotinning bilimlari darajasi, saviyasi deyarli bir xildir. Umuman olganda ma'lumotlilik darajasi erkaklar va ayollarning jamiyatdagi maqomini belgilovchi asosiy omildir. Masalan, Rossiyadagi ayollarning *emansipatsiyasi* darajasi o'rganilganda, u yerda o'qituvchi-ziyolilar va vrachlarning aksariyati ayollar ekanligi aniqlangan.

Amerika yoki Janubiy Koreya bu borada ulardan ancha orqadaligi ham fakt hisoblanadi. Agar bizning yurtimizda ham ayollarning deyarli 100% savodliligi, oliy ma'lumotlarning deyarli teng yarmi xotin-qizlar ekanligi, boshqaruv tizimi, sog'liqni saqlash va madaniyat sohalarida ayollarning ulushi yil sari oshib borayotganligini inobatga olsak, an'anviylikdan chekinib borayotganligimizning sabablarini bilishimiz mumkin.

Ijtimoiy taraqqiyot manfaatlari nuqtai nazaridan olinganda, erkaklar va ayollarning jamiyatdagi gender o'rnini masalasi barcha ijtimoiy-siyosiy tuzimlarda ham o'ziga xos ahamiyatga ega muammo sifatida qaralib kelingan. Lekin bevosita xotin-qizlarning jamiyatda tutgan o'rniga u yoki bu jins vakillari tomonidan berilgan baho turli sharoitlarda o'z ko'rinishini o'zgartirib borayotgan hodisadir. Masalan, 1938 yilda Amerika Qo'shma Shtatlarida Gellap tashkiloti tomonidan o'tkazilgan so'rovlarda har besh kishidan bittasi turmush qurgan, lekin biznes yoki boshqaruv sohasida ishlaydigan ayollarni ma'qullab ovoz bergan bo'lsalar, 1993 yilga kelib bu ko'rsatkich 86%ga yetdi. Shunday bo'lsa-da, hatto, yoshlarning ikkidan uch qismi ideal oila deganda "erkak kishi ishlab pul topib keladigan, ayol esa uyda bola tarbiyalab o'tiradigan" holatni qayd etganlar. Fikrning bunday tarzda o'zgarishining obyektiv sabablari bor. Bu holat birinchidan, ayol *xulq-atvorining* jamiyat miqyosida o'zgarishi va ikkinchi tomondan, jamiyatning ayol mehnatiga bo'lgan talabi va *ehtiyojiga* bog'liq. Shu bois ham Amerikaning o'zida 1960 yillardan 1995 yilga bo'lgan davr oralig'ida ijtimoiy mehnatda band ayollar ulushi uchdan bir qismdan uchdan besh qismgacha o'zgardi (30% dan 60%gacha). 1970 yil tahliliga ko'ra, u yerlarda huquqshunoslik, vrachlik va dantistik kasbini egallayotgan qizlar salmog'i ham yil sayin oshib bormoqda.

Demokratik o'zgarishlar O'zbekistonda istiqomat qilayotgan barcha millat va elatlarga mansub bo'lgan fuqarolar, jumladan, xotin-qizlar ongi hamda tafakkurida ham ayrim o'zgarishlarni keltirib chiqarmoqda. Bu o'zgarishlar o'z navbatida ularning oila, mahalla va jamiyatdagi mavqeyi hamda ijtimoiy-psixologik maqomida, gender munosabatlarida o'z aksini topmoqda.

Gender munosabatlari va rollar taqsimoti tizimida bugungi O'zbekiston yig'itlari va qizlarining o'rnini tahlil qilindigan bo'lsa, shuni alohida ta'kidlash lozimki, gender rollari to'lig'icha madaniy muhitga bog'liqligi va bu rol ular ma'lumotliligi darajasiga mos ravishda o'zgarayotganligini kuzatish mumkin. Lekin ijtimoiy fikr so'rovlarida o'zbek ayollarining gender munosabatlarida to'lag'icha erkaklar bilan tengliklari e'tirof etilsa-da, asli ko'pchilik ongida ayol baribir o'sha o'zining an'anaviy rollari doirasida tasavvur qilinadi. Bu holatning ham ijobiy, ham salbiy jihatlari mavjud. Masalan, psixolog olimlarning olib borgan eksperimental kuzatishlarda shu narsa aniqlanganki, gender munosabatlarining xarakteri, erkaklik yoki ayollik vazifalarining qanchalik adekvat tasavvur qilinishi, eng avvalo, oila muhitiga, undagi erkak va xotin, ota va onaning o'z rollarini qanday bajarishlari hamda farzand tarbiyasidagi ulushlari salmog'iga bog'liqdir.

Shuni alohida ta'kidlash kerakki, gender munosabatlarining to'g'ri bo'lishi ilk yoshlikdan, ya'ni amalda ota-onaning qiz yoki o'g'il bolaga nisbatan tutgan mavqeylariga bevosita bog'liqdir. Kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, oilada, ayniqsa, o'zbek oilasida o'g'il bolaga e'tibor va unga g'amxo'rlik kuchliroq ekan. O'rtacha xarid qilib olib beriladigan o'yinchoqlarning soni o'rganilganda, o'g'il bolaga o'nta o'yinchoq olinsa, qiz bolaga taxminan olitta olinarkan, qolaversa, o'yinchoqlarning saqlanish muddatlari ham har xil ekan, qiz bolaga olingan

o'yinchoqlar ko'proq muddatga xizmat qilsa, o'g'il bolaniki 1-2 haftadan oshmas ekan. Bu holat



birinchidan, turli jins vakillari psixologiyasidagi tafovutlarni keltirib chiqarsa;



ikkinchidan, ularning maishiy muammolarga qarashlaridagi farqlarni ham taqozo etadi;



uchinchidan, ular aqliy salohiyati oshishidagi ma'lum o'zgarishlarni keltirib chiqaradi. Aynan shu sabab, o'g'il boladagi konstruktorlik va kashfiyotchilik sifatlarini rivojlantirsa, qizlardagi buyumlarga munosabat unda kelajakda tadbirkorlik, saronjom-sarishtalik, tejamkorlik kabi qator yaxshi sifatlarini tarbiyalay ekan.

Respublika "Oila" ilmiy-amaliy Markazida o'tkazilgan tadqiqotlardan shu narsa ma'lum bo'ldiki, gender sifatlariga oilaning to'liq yoki noto'liqligi, muammoli yoki totuvligi ham bevosita ta'sirini ko'rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, muammoli, ajralishgan, noto'liq oilalardagi ayol-onaning farzandlari nigohidagi obrazi ijobiy va ko'p holatlarda obro'li bo'lib, yolg'iz ona tarbiyalaydigan o'g'il bolada ko'p hollarda androgin yoki aralash sifatlar, yoki feminin sifatlar namoyon bo'lishi ehtimoli ortiq ekan. O'g'il bolalar orasida o'sgan, otaning absolyut avtoriteti bo'lgan oilada qizlarda esa maskulin sifatlar androgin sifatlar bilan uyg'unlashib, ularda ham ayollik fazilatlarini bo'lmaganligidan, oila qurganda, yangi xonadonga kelin bo'lib tushganda, qator muammolarga duch kelarkan. Demak, boladagi maskulin yoki feminin sifatning to'g'ri tarbiyalanishida oiladagi kattalarning roli, ularning avtoriteti yetakchi rol o'ynaydi. Bu holat yosh oilada liderlik maqomining taqsimotida ham o'z ta'sirini ko'rsatib, ayrim holatlarda oilaviy nizolarga sabab bo'lmoqda.

Nihoyat, yoshlar ongida gender tasavvurlarning aniq bo'lishi jamiyatning ijtimoiy *kutishlari* va o'zgalarning alohida jins vakili – ayol yoki erkak shaxsi va salohiyatidan kutayotgan jihatlari, u yoki bu hayotiy vaziyatlarda namoyon qila oladigan shaxsiy fazilatlarini bilan bog'lab izohlash mumkin. Zero, mamlakatimizda buyuk o'zgarishlar ro'y berayotgan bir vaqtda, oila, onalik va bolalik masalalari davlatning doimiy e'tiborida bo'lib turgan sharoitda biz onadan-ayoldan ko'p narsalar kutaymiz. Chunki aynan ona-ayol qizmi, o'g'ilmi unda eng avvalo boshdan insoniylik urug'larini qalbiga sochuvchi, haqiqiy iffat, madaniyat, or-nomus, insof va diyonatni tarbiyalovchi shaxsdir. Bu jarayonda uning o'zining shaxsiy fazilatlarini yetakchi rol o'ynaydi. Lekin aslida hayotda real imkoniyatlar – obyektiv hamda subyektiv imkoniyatlarga ko'pincha zid bo'lmoqda. Ikkinchidan, ayolning ayollik va onalik fazilatlarini masalasida kamchiliklar va yo'l qo'yilgan xatolar bor. Bugun feminizatsiya va maskulinizatsiya jarayonlarini to'la ilmiy jihatdan o'rganish o'ta dolzarb masala ekanligidan darak bermoqda.

14.2. Rahbarlik va gender tafovut

An'anaviy yondoshuvga ko'ra, rahbarlik yoki liderlik masalasi erkaklar amalga oshiradigan mas'uliyat sifatida qaraladi. Lekin eramizdan avvalgi IV asrda yashagan faylasufning shunday bir gapi bor: "Biz ayollarga pullarimizni, uy-ro'zg'orimizni, farzandlarimizni ishonib topshiramiz. Nima uchun ularga davlat boshqaruvini ishonmasligimiz kerak?" Bu gapning tagida bir ma'no borki, ayollar oiladan tashqari yumushlarni bajarishda ham o'zlaridagi qator ijobiy sifatlarini namoyon etadilarki, bu narsa ayniqsa, XX asrga kelib ko'plab ilmiy izlanishlarning predmetiga aylandi.

O'tkazilgan qator tadqiqotlarda gender tafovutlarining liderlikni samarali tashkil etishdagi o'ziga xosligi nima ekanligiga e'tibor qaratildi va bunda asosan ayollar va ularning shaxsiy sifatlari diqqat markazi bo'ldi.

Ayollarning rahbarlik mavqeyelari nuqtai nazardan tahlil qilinganda, ba'zi murakkabliklar kelib chiqadiki, buni o'sha ayolning rahbarlik faoliyatini uddalashi uchun o'zini qay darajada erkin tutishiga juda bog'liq. Ya'ni, rahbarlik kursidagi ko'pgina ayollar o'zlarini tutishlari, ish yuritishlari, hattoki, odamlarga munosabatlarda erkaklarga o'xshab ketadilar. Umuman, olganda, erkaklar va ayollar o'rtasida o'xshashliklar ham, tafovutlar ham mavjud, lekin tafovutlar hammaning diqqatini ko'proq tortadi. Har bir alohida olingan erkak yoki ayolning shaxs sifatidagi individual farqlaridagi tafovut gender rollaridagi tafovutlardan ortiqroq bo'lsa-da, eng muhim sifatlarda nuqtai nazaridan – ya'ni **tobelik va emosional bog'liqlik** sifatlari tub farqlar bo'lgani uchun ham ijtimoiy-psixologik farqlar kattaday tuyuladi.

Xususan, O'zbekistonda o'tkazilgan ko'plab tadqiqotlar (V.Karimova, G.Shoumarov, O.Shamiyeva va b.q.) o'rta bo'g'in rahbar ayolari faoliyatining o'ziga xos jihatlari borligini isbotladi. Masalan, bu o'ziga xosliklar quyidagilar:

+ ayol rahbar o'z ish-faoliyatida bevosita rahbarlardan tashqari, o'z xodimlarining fikrlarini ham inobatga olib ishlaydi;

+ bunday rahbar eng avvalo o'zi boshqarayotgan jamoadagi insonlar o'rtasidagi shaxslar or munosabatlarga ko'proq e'tibor beradi;

+ ayol rahbar qarorlar qabul qilishda ham kamida 2-3 kishining ma'qullashiga erishib, so'ngra oxirgi qarorga keladi;

+ ayol-rahbar ish manfaatlari bilan oila manfaatlarini deyarli bir darajada ahamiyatli deb qaraydi;

+ uning xodimlarga beradigan ko'rsatmalari ko'proq konstruktiv bo'lib, tashabbus ko'rsatuvchi xodimlar bilan kompromisslarga borib ishlaydi;

+ ayol-rahbar o'z xodimlarining shaxsiy hayotlari hamda oilaviy sharoitlari bilan vaqti-vaqti bilan qiziqib turadi va hokazo.

Maxsus tadqiqotlar orqali ayrim katta yuqori lavozimlarda ishlaydigan ayollar sifatlari ham o'rganilgan. To'g'ri, aynan katta siyosat bilan shug'ulanuvchi ayollar soni erkaklarga nisbatan ancha kam bo'lsa-da, davlat rahbarligi, oliy majlis, senatlar, kongresslarda faoliyat ko'rsatayotganlar ayollar shaxsiy sifatlari shkalasida sof ayollik sifatlardan tashqari, erkaklarga xos bo'lgan tavakkalchilik, shijoat, matonat, sabr-bardosh, faollik, intiluvchanlik, yuqori madaniyat, fikrlashning analitik qobiliyati kabi qator erkaklik sifatlari o'zida mujassam etgan ayollarning siyosiy-ijtimoiy va tarixiy rollari muhim ekanligi isbotlandi. Ya'ni, ayol kishi rahbarlik lavozimida yuqoriga ko'tarilgan sari, o'zida erkaklarga o'xshash sifatlarni ko'proq namoyon etishga moyil, oila manfaatlarini ham sekin-asta jamiyatnikidan keyingi o'rinlarga qo'yadigan bo'lib boradi.

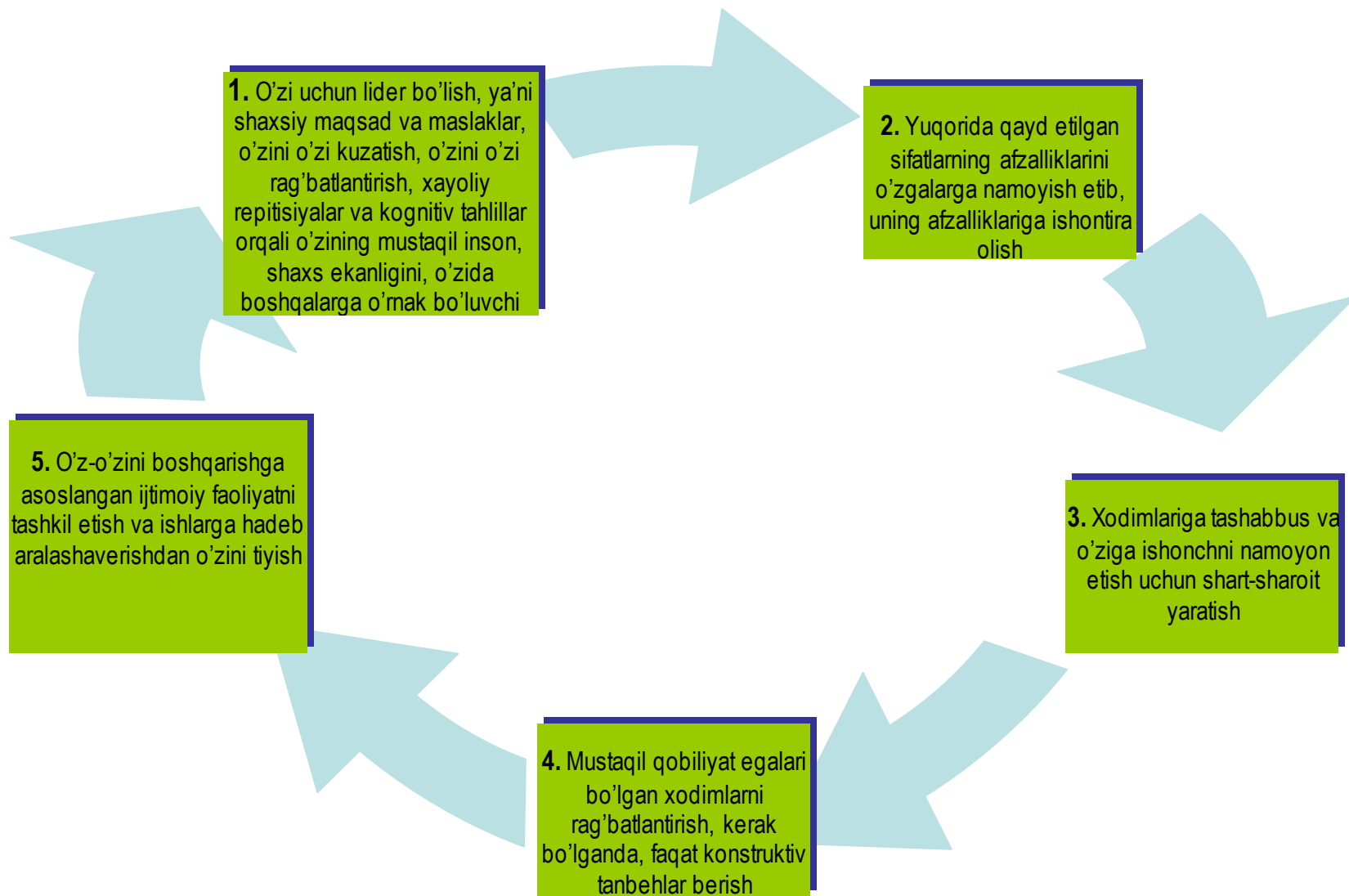
Masalaning muhim jihati shundaki, aynan katta lavozimlardagi ayollarning noan'anaviy sifatlari xarizmtikmi yoki rahbarlik pillapoyalaridan ko'tarilgan sari orttiriladigan sifatlarning ekanligini empirik materialda o'rganish lozim. Vaholangki, jamiyatning teng yarmini tashkil etadigan xotin-qizlarning davlat va jamiyat qurilishidagi o'rni va salohiyatidan oqilona va o'rinli, oila manfaatiga ziyon yetkazmagan holda foydalanish psixologik jihatdan oqlangandir.

14.3. Liderlik va superliderlik

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

Bu kitobda ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan ahamiyatli bo'lgan tushunchadan biri bu – "**superlider**" tushunchasidir. Superlider kim va qachon oddiy lider superga aylanadi? Amerikalik tadqiqotchilar Mans va Simslarning fikricha, eng yaxshi lider – bu "superlider"dir. Bu shunday shaxski, u o'z xodimlarining aksariyatini liderlarga, birinchi navbatda o'zlari uchun liderlarga aylantira oladi. Bunday asosiy g'oya shundan iboratki, agar odam eng **avvalo o'zi uchun lider bo'la** olsa, o'zidagi bu malaka yoki mahoratni boshqalarga yetkaza olsagina, bu odam uchun shunday vaqt-soat yetib keladiki, jamoa o'zi mustaqil ishlaydigan, bevosita tepasida turib boshqarib turadigan insonga muhtoj bo'lmagan mexanizmga aylanadi. Bu – superliderlikdir 48-rasm.

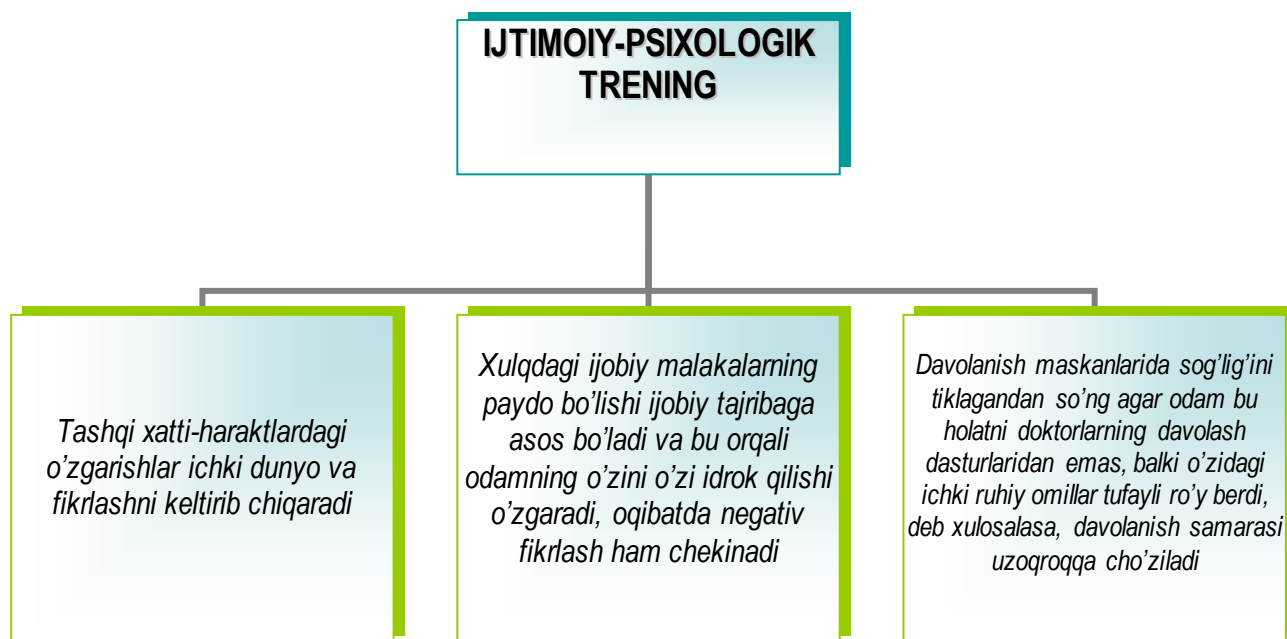
Demak, samarali boshqaruv – aslida ijtimoiy ta'sirni amalga oshirishning eng namoyishkorona ko'rinishidir. Shu ma'noda, **liderlik** – *avval shaxsning o'ziga, so'ngra o'zgalarga bera oladigan ta'sirida ko'rinadigan fazilatlar majmuidir*, deb ta'riflanadi.



52-rasm. Oddiy rahbar yoki liderning superlidernga aylanish bosqichlari

14.4. Salomatlik – ijtimoiy-psixologik muammo sifatida

Oxirgi yillarda ijtimoiy psixologlar bilan odamlarning salomatliklarini muhofaza qiluvchilar va tibbiyot xodimlari o'rtasidagi o'zaro aloqalar rivoj topib bormoqda. **“Salomatlik psixologiyasi”** deb nomlanuvchi bo'lim paydo bo'ldiki, u o'z boshidan turli tangliklarni kechirgan, yolg'iz va serxavotir odamlarning ruhiy holatlari, kutishlari va munosabatlarini o'rganmoqda. Masalan, olimlarning tekshirishlariga ko'ra, o'zida *depressiya* – tanglik holatini boshidan kechirayotgan odamning o'zi haqidagi fikrlari salbiy bo'larkan. Normal odamlarga qaraganda, ular o'zlarini yomon baholashib, bo'lib o'tgan voqeya va hodisalar orasida ham faqat yomonlarini eslab, kelajakka ishonchsizlik bilan qarashadi. Bu toifa kishilalar fikrlashlari odatda **depressiv tafakkur** deb ataladi. Shunga o'xshash holatlar yolg'iz qolgan odamlar va turli vaziyatlar oqibatida stress holatiga tushib qolganlarga ham xos sanaladi. Psixologiya bu borada ularga ijtimoiy muhitga aralashish, kutishlar tizimini o'zgartirish va o'ziga munosabatni ijobilashtirish uchun treninglardan o'tishni tavsiya etadi. Bunda asosan **uch tamoyilga** bo'ysunish kerak bo'ladi (53-rasm).



53-rasm. Ijtimoiy-psixologik trening tamoyillari

Yuqoridagi fikrlardan kelib chiqib shuni qat'iy ta'kidlash mumkinki, tibbiyot xodimi yoki shifokor albatta psixologiyani yaxshi bilishi, ayniqsa, uning tarmog'i bo'lgan ijtimoiy psixologiya asoslarini bilishi zarur. Bu narsa nafaqat kasalliklarning kelib chiqishi, negizi psixogen omillar ta'sirida bo'lishidan, balki shifokor va kasal odamlarning ham biri o'ziga xos shaxslar bo'lib, ular o'rtasidagi bir-birini idrok qilish, tushunish va ta'sir ko'rsatishlari turli sharoitlarda turlicha kechishi bilan izohlanadi. Hayotiy kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, malakali shifokorning bir bemor bilan amalga oshirgan muvaffaqiyatli muolajasi, muloqoti tajribasi, boshqa sharoitda boshqa bemorlar bilan samara bermasligi va bu narsa insonning yosh, jins, professional xususiyatlaridan ham kelib chiqadi. Shuning uchun ham oxirgi yillarda masalaning aynan shu

psixologik jihatlarga – muomaladagi etika, estetika va xalq mentaliteti xususiyatlari, qadriyatlarga ko'proq e'tibor berilmoqda. Zero, ayniqsa, asab buzilishlaridan kelib chiqadigan har qanday kasallik, masalan, nevrozlar inson qalbi va uning ruhiy dunyosidagi qarama-qarshiliklar va muammolardan kelib chiqadi.

Shuning uchun ham salomatlik psixologiyasi bevosita hayotga bog'liq bo'lgan konkret yo'nalish sifatida O'zbekistonda ham o'z rivojini topadi, deb o'ylaymiz.

Ijtimoiy-psixologik trening

Agar muloqotda ishtirok etuvchi ikki jarayon – gapirish va tinglashning faol o'zaro ta'sir uchun teng ahamiyatini nazarda tutsak, bu jarayon qatnashchilarining psixologik savodxonligi va muloqot texnikasini egallashining ahamiyatini anglash qiyin bo'lmaydi. Shuning uchun ham ijtimoiy psixologiyada odamlarni samarali muloqotga ataylab o'rgatishga juda katta e'tibor beriladi. Bu boradagi fanning o'z uslubi bo'lib, uning nomi ***ijtimoiy-psixologik trening*** (IPT) deb ataladi. IPT – muloqot jarayoniga odamlarni psixologik jihatdan hozirlash, ularda zarur kommunikativ malakalarni maxsus dasturlar doirasida qisqa fursatda shakllantirishdir. Eng muhimi IPT mobaynida odamlarning muloqot borasidagi bilimdonligi ortadi.

Amaliy muloqot treningi – IPTning bir ko'rinishi bo'lib, u yoki bu professional faoliyatni amalga oshirish jarayonida zarur bo'ladigan kommunikativ malaka, ko'nikma va bilimlarni hosil qilishga qaratilgan tadbirdir. Guruh va jamoalarda muloqot treningi vositasida muzokaralar olib borish, ish yuzasidan hamkorlik qilish yo'l-yo'riqlarini birgalikda topish, katta auditoriya oldida so'zlashga o'rgatish, majlislar o'tkazish, janjalli, konfliktli holatlarda o'zini to'g'ri tutish malakalari hosil qilinadi. Bunday asosiy narsa – trening qatnashchilari ongiga birovlarini tushunish, o'zini o'ziga o'rni qo'ya olish, boshqalar manfaatlarini bilan o'zini uyg'unlashtira olish g'oyasini singdirishdir. Treninglar mobaynida *guruh munozaralar, rolli o'yinlarning* eng optimal variantlari sinab, mashq qilinadi.

Odatda ijtimoiy trening shaxsdagi u yoki bu ijtimoiy muammolarni xal qilishda jiddiy qiyinchilikka uchragan sharoitlarda o'tkaziladi. Ya'ni, treningning tashabbuskori ko'p hollarda yolg'izlik, uyatchanlik, tortinchoqlik yoki turli deperessiyalar tufayli qiynalib qolgan shaxs bo'ladi. Maxsus tashkil etilgan kommunikativ mashqlar mobaynida u bu holatlardan chiqib ketish yo'llariga o'rgatiladi.

Masalan, psixologlar tomonidan tashkil etilgan psixologik yordam shahobchalari, "Krizis Markazlari", "Ishonch tayanch maskanlarida" bunday shaxslardan iborat guruh bilan maxsus dasturlar yordamida psixolog yoki ijtimoiy xodim ishlaydi. Guruhda tashkil etilgan muloqot muhitida odam o'zidagi ishonchsizlik, tortinchoqlik kabi salbiy sifatlardan xalos bo'lish imkoniyati bo'ladi va u o'zini avvalgiga nisbatan ijobiyroq idrok qila boshlaydi.

Yoshlarning trening mashg'ulotlariga kelishiga sabab bo'ladigan omillardan eng ko'p tarqalgani – bu ulardagi qarama-qarshi jins vakillari bilan gaplashishda tortinchoqliklari, professor o'kituvchiga o'z fikrini bayon etishga qiynalishlari yoki omma (ko'pchilik) oldida gapirishda o'zini yo'qotib qo'yish kabi holatlardan chiqishdir. Bunday sharoitlarda o'sha o'quv maskani yoki tashkilot qoshida agar psixologik xizmat tashkil etilgan bo'lsa, psixologlar ular uchun maxsus mashg'ulotlar uyushtirib, har birining individual muammolari xarakteridan kelib chiqqan holda zarur ijtimoiy ko'nikmalar hosil qilishga muyassar bo'ladilar. Ijtimoiy-psixologik trening g'arbda juda keng tarqalgan amaliy ishlardan hisoblanadi. O'zbekistonda tayyorlanayotgan amaliyotchi psixologlar ham xalqimizga ushbu yo'nalishda ham madadkor

bo'ladilar va tashkilot hamda muassasalar bunday xizmatlarga ishonch bildirib, ularning faoliyat ko'rsatishlari uchun kerakli shart-sharoitlarni yaratadilar degan umiddamiz.

14.5 Asosiy tushuncha va atamalar

Gender muammolari; gender tushunchasi; paternalizm tamoyillari; ayollarning emansipasiyasi darajasi; ayol xulq-atvori; gender munosabatlar; rollar taqsimoti; rahbarlik va gender tafovut; tobelik va emosional bog'liqlik; liderlik; superliderlik; salomatlik psixologiyasi; depressiya; depressiv tafakkur; ijtimoiy-psixologik trening; amaliy muloqot treningi; guruhiy munozaralar; rolli o'yinlar.

14.6. Rezyume

Ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarning ko'pchiligi yoki korrelyasion, ya'ni qiyosiy, yoki eksperimental tadqiqotlar jumlasiga kiradi. Korrelyasion izlanishlar odatda sistematik so'rovlar asosida o'tkazilib, bunda o'zgaruvchan parametrlar o'rtasidagi bog'liqliklar o'rganiladi, masalan, ma'lumotlilik bilan daromad o'rtasida, erkaklar fikri bilan ayollarniki (gender tadqiqotlarda) va hokazo

Ijtimoiy-psixologik eksperimentlarda esa *sabab va oqibat* o'rganiladi, masalan, borliq qanday bo'lsa, shundayligicha o'rganiladi, eksperiment davomida o'sha elementlardan bittasi o'zgartiriladi, va bu o'zgarish nima oqibatga olib kelishi qayd etiladi. Ijtimoiy-psixologik eksperimentlar odamlar guruhida o'tkazilgani va bevosita ularning his-kechinmalariga ta'sir ko'rsatgani uchun ham "Qosh qo'yaman deb, ko'zga zarar yetkazib qo'ymaslik" tamoyiliga rioya qilinadi.

14.7. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Gender tushunchasi deganda nimani tushunasiz?
2. Liderlikning erkaklar va ayol o'rtasida bo'linishini qanday baholaysiz?
3. Ayol xulq-atvorining jamiyat miqyosida o'zgarishi qanday omillar bilan o'lchanadi?
4. Fanda gender munosabatlari va rollar taqsimoti masalasi qanday yoritilgan?
5. Respublika "Oila" ilmiy-amaliy Markazi xodimlari tomonidan qanday gender tadqiqotlar o'tkazilgan?
6. Rahbarlik va gender va ular o'rtasidagi tafovutni qanday izohlaysiz?
7. Liderlik va superliderlik tushunchalari bir-biridan nimasi bilan farqlanadi?
8. Oddiy rahbar yoki liderning superliderga aylanishining qanday bosqichlari mavjud?
9. Depressiv tafakkur nima?
10. Ijtimoiy-psixologik trening qanday qilib o'tkaziladi va undan ko'zlangan maqsad?

14.8. Bibliografiya

Avtonomova S.A. Sovremennoye predprinimatelstvo v Rossii: genderniy aspekt. Avtoref. dis. ... kand. sociol. nauk / Yujno-Ros. gos. texn. un-t. – Novocherkassk: 1999. – 23 s.
Alan V. Biznes-plan: Uchebnik. – prakt. posobiye / per. s angl. Almazovoy N.I., Bulinoy I.Yu. –

- 3-ye izd. – M.: Izd-vo Prospekt, 2005. – 232 s.
- Babayeva L.V.* Jenschini Rossii v usloviyax sosialnogo pereloma: rabota, politika, povsednevnyaya jizn. – M.: 1996. – 204 s.
- Baskakova M.Ye.* Ravnije vozmojnosti i genderniye stereotipi na rinke truda. – M.: 1998.
- Gallaxer M., Oyler M. fon.* Neokonchennaya povest: Jenschini v sredstvax massovoy informasii. Genderniy analiz trudovix resursov: Per. – M.: YuNESKO, 1997. – 121 s.
- Kalabixina I.* Sosialniy pol: ekonomicheskoye i demograficheskoye povedeniye. – M.: 1998.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.
- Kvinn V.* Prikladnaya psixologiya. – SPb: Izdatelstvo "Piter", 2000. – 560 s.
- Kondakova N.* Jenschini v sfere upravleniya // Jenschina i svoboda: puti vibora v mire traditsiy i peremen. – M.: 1994.
- Korel L.V.* Biznes-ledi: Noviye vozmojnosti ili noviye ogranicheniya // EKO. 1998. N 7. – S.124-135.
- LIDERSTOVO.* Psixologicheskiye problemi v biznese. – Dubna: Izdatelskiy sentr "Feniks", 1997 – 176 s.
- Lokshina E.X., Chasova T.D.* Sosialno-ekonomicheskkiye problemi predprinimatelstva: adaptasiya jenshin, organizatsionnoye obespecheniye / SPb. un-t ekonomiki i finansov. Lab. sosial.-ekon. probl. predprinimatelstva. – SPb.: SPbUEF, 1994. – 81 s.
- Mayers D.* Sosialnaya psixologiya / Perv.s angl. – SPb.: Piter, 1999. – 688 s.
- Markxam U.* Kogda jenschina na predele: o polze i vrede stressa. – M.: 1998. – S. 75.
- Meliya M.* Biznes – eto psixologiya: Psixologicheskiye koordinati jizni sovremennogo delovogo cheloveka / Marina Meliya. – 3-ye izd. dop. – M.: Alpina Biznes Buks, 2005. – 352 s.
- Moor S.M.* Jenschina na poroge XXI veka: genderniye issledovaniya sosialno-ekonomicheskix problem. – Tyumen: 1999. – 243 s.
- Ramendik D.M.* Upravlencheskaya psixologiya: Uchebnik. – M.: FORUM: INFRA-M, 2006. – 256 s.
- Semenov A.K., Maslova Ye.L.* Psixologiya i etika menedjmenta i biznesa: Uchebnoye posobiye. – 4-ye izd., ispr. i dop. – M.: Izdatel'sko-torgovaya korporatsiya "Dashkov i K°", 2006.
- Strekalova N.D.* Delovaya jenschina v sovremennom biznese. – SPb.: SPbGUEiF, 1999. – 199 s.
- Xodireva N.V.* Genderniye aspekti menedjmenta // Psixologiya menedjmenta. Uchebnik. Pod red. G.S. Nikiforova, S.I. Maklashova. – SPb.: Izd-vo S.Peterburgskogo un-ta, 2000. – S. 351-388.
- Chirikova A.Ye., Krichevskaya O.N.* Sosialno-psixologicheskiye problemi stanovleniya jenskogo predprinimatelstva / In-t psixologii RAN. – M.: 1996. – 94 s.
- Hayitov O.E.* Psixologik iqtisod: O'quv qo'llanma / Professor V.M.Karimova tahriri ostida. – T.: TDIU, 2006. – 130 b.

V qism

Shaxs va salomatlik

XV Bob

SALOMATLIK: PSIXOLOGIK YONDOSHUV VA MEZONLAR

Bobning qisqacha mazmuni

Salomatlik psixologiyasi: fan hamda amaliyot sifatida. Salomatlik psixologiyasi bo'limi. Yangicha yondoshuv. Oila va salomatlik g'oyasi. "Sihat-salomatlik yili" davlat dasturida belgilangan vazifalar.

Sog'lom bo'lishning psixologik asoslari. Ota-onaning savodxonligi va ziyrakligi. To'g'ri fikrlash tarzi.

Salomatlikni ta'minlovchi zarur biologik hamda psixologik bosqichlar. Biologik bosqich. Sog'lom shaxsning ruhiy kechinmalari. S.Korsakov bo'yicha psixologik salomatlikka tahdid soluvchi omillar. Ijtimoiy omillar.

Psixologik moslashuvchanlik va muvozanatni baholash mezonlari. Baholash mezonlari. Psixologik muvozanat va o'zaro muvofiqlik mezonlari.

Ma'naviyatlilik psixologik salomatlikning mezonlari sifatida. Ma'naviyatlilik. Pul psixoterapiyasi. Jamiyatga bog'liq boshqa mezonlar. Axloqiy salomatlik. Shaxs axloqiy va ma'naviy salomatligini ta'minlovchi omillar. O'zni tuta bilish (boshqarish) mezonlari.

Ortobiotika yoki ortobioz: fan va amaliyot talqini. Ortobioz so'zining asl mohiyati. Boshqaruv ortobiotikasi.

O'zni qadrlash va salomatlikni asrash mezonlari. Psixologik tiplar – "A" va "B".

Salomatlik gigiyenasi va profilaktikasi. Taassurotlarning xilma-xilligi. Musiqani sevish. Tabiatni sevish. Bolalar bilan muloqot. Gigiyenik "uchlik" + plyus. Fikrlash gigiyenasi. Bugun uchun dastur...

15.1. Salomatlik psixologiyasi: fan hamda amaliyot sifatida

Salomatlik haqida so'z borar ekan, uning eng avvalo inson tani va vujudining betob bo'lmagan paytdagi holati hamda xastaliklar ro'y berganda kuzatiladigan ayrim og'riqlar, dard bilan bog'liq tarzda tasavvur qilishga o'rganib qolganmiz. Bu atama, eng avvalo, sog'liqni saqlash xodimlari faoliyati bilan bog'liq tarzda tushuntiriladi. Lekin tan va vujud, aql hamda idrok bevosita odamniki, unga bog'liq bo'lgani uchun ham inson ruhiyati qonuniyatlari va sirlarini o'rganuvchi fan bo'lmish psixologiyaning unga aloqasi bor. Psixologiya fanida **salomatlik psixologiyasi** bo'limi mavjudki, u salomatlikka eng avvalo, inson ongi va tafakkurining in'ikosi sifatida qaraydi. Demak, har birimiz uchun suv va havodek zarur bo'lgan sog'lig'imiz nafaqat tibbiyot fanining, balki psixologiyaning ham izlanish predmetini tashkil etadi.

Xo'sh, psixologiya salomatlikni inson fe'li, xulq-atvori va turli psixologik holatlari nuqtai nazaridan o'rganganda asosan nimalarga e'tiborni qaratadi? Har birimiz uchun sirday tuyulgan ruhiyatimizning o'zimizni sog'-salomat, beshikast va tetik his qilishimizga aloqador qanday jihatlari bor? Uni boshqarish orqali o'z boyligimiz – salomatligimizni saqlash borasida qo'limizda qanday imkoniyatlar mavjud? Salomatlik psixologiyasi har birimizga o'z ruhiy holatimizni boshqarish, ongu-shuurimizda ro'y berayotgan o'zgarishlarni vaqtda ilg'ash orqali uni mo'tadil tutish, o'zgaruvchan shart-sharoitlarga moslashish yo'llarini, bu boradagi profilaktika hamda gigiyenani o'rganadigan fan hamda foydali amaliyot sifatida tobora hayotimizga dadil kirib kelmoqda. U salomatligimizga aloqador jamiki sir-asrorlarni tushuntirishda eng avvalo falsafiy yondoshuvni afzal ko'radi, zero, bizning tushunchamizda, bu – tabiatga, jamiyatga, ruhitimizda ro'y berayotgan o'zgarishlarga holis yondashishning bir usulidir.

Yangicha yondoshuv

Shuni alohida ta'kidlash joizki, XXI asrga kelib salomatlik psixologiyasi shaxs salomatligini barqarorligini ta'minlashda ijtimoiy psixologik omillarga, shaxsning o'ziga, uni o'rab turgan o'ziga o'xshash insonlar, ular o'rtasidagi o'zaro muloqotga ko'proq e'tiborni qaratmoqda. Masalan, ana shunday ijtimoiy psixologik omillardan biri bo'lmish oila va undagi muhit, oilani tashkil etuvchilarning o'zaro muomala maromlari va shunga aloqador ko'nikmalari, bizning sharoitimizda oiladan tashqari, yaqin qarindosh-urug'larimiz, qo'ni-qo'shnilar bilan munosabatlarimiz ham bunda katta rol o'ynaganligi sababli, bu omilning ta'sirini biror on ham esdan chiqarmaslik kerak. Demak, salomatlikning ijtimoiy-psixologik mezonlari deganimizda avvalo o'zimiz, o'zimizning o'zimizga, boshqalarga, atrofdagi yaqinlarimiz, biz uchun ahamiyatli bo'lgan insonlar, yor-do'stlarimizga munosabatlarimiz, hamkasblarimiz, mehnat va o'qish faoliyatidagi hamkorlarimizning bizga, bizning salomatligimizga ko'rsatishi mumkin bo'lgan ham ijobiy hamda ba'zan salbiy ta'sirlari nazarda tutiladi.

Insoniy munosabatlar birinchi navbatda oiladan, oila muhitidan boshlanganligi sabab aynan shu omilning ta'sir kuchini tahlil qilishdan boshlaymiz.

Oila va salomatlik g'oyasi

Oila – bugungi kunda tafakkuri, ma'naviyati, jamiyatda tutgan o'rni, baxti va omadi kabi hayotining mazmuni va ma'nosini tashkil etuvchi qadriyatlarning inson manfaatiga xizmat qilishini ta'minlashda balogardon bo'lgan muhim ijtimoiy muhitga aylanib qoldi. Aynan u o'z a'zolari salomatligini ham kafolatlovchi mustahkam qo'rg'ondir.

Mamlakatimizda amalga oshirilayotgan ijtimoiy-iqtisodiy, ijtimoiy-siyosiy o'zgarishlarning tub maqsadi – inson manfaatlari, uning oilasi manfaatlariga qaratilgandir. Inson va uning qadr-qimmatini joyiga qo'yish, uning istiqboli uchun barcha shart-sharoitlarni yaratish davlat siyosatining eng ustuvor yo'nalishi hisoblanadi. “Sihat-salomatlik yili” deb nomlangan tarixiy yilda ham jamiyatimizda amalga oshirilayotgan barcha islohotlarni yanada chuqurlashtirish, erkin demokratik fuqarolik jamiyati qurish yo'lida o'ziga xos samarali ishlar amalga oshirilmoqda. Mamlakatimiz rahbarining 2004 yilda Oliy Majlisning Qonunchilik palatasi va Senatining qo'shma majlisidagi “Bizning bosh maqsadimiz – jamiyatni demokratishtirish va yangilash, mamlakatni modernizatsiya va isloh etishdir”, 2005 yilda O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi yangi tarkibi bilan o'tkazilgan yig'ilishdagi “Yangi hayotni eskicha qarash va yondoshuvlar bilan qurib bo'lmaydi” deb nomlangan ma'ruzalarida olg'a surilgan g'oyalar va amaliy xulosalar “Kuchli davlatdan – kuchli fuqarolik jamiyati sari” o'tish shiorining naqadar hayotiy ekanligini isbotlaydi. Shu bilan birga yurtimizdagi har bir fuqaroning insoniy burchi shu Vatan ravnaqi va xalq farovonligi uchun birlashib, eng avvalo, yoshlarimiz ongida yuksak insoniy fazilatlarni kamol toptirish, ular ma'naviyatini yuksaltirish va eng muhimi – aholining ijtimoiy muhofazasini kuchaytirish, sog'lom turmush tarzini barqarorlashtirish, oilalarni mustahkamlash kabi ishlarimizning bardavomligiga xizmat qilishi bilan tavsiflanadi.

“Sihat-salomatlik yili” davlat dasturida belgilangan vazifalar eng avvalo yurtimizda yashayotgan har bir fuqaro o'zining salomatligini, oilasi va yaqinlari manfaatini davlat tomonidan yanada ishonchli himoya qilishga qaratilganligi bilan diqqatga sazovordir. Jumladan, “Odamlarda o'z sog'lig'ini saqlashga to'g'ri va mas'uliyatli munosabatda bo'lishga va sog'lom turmush madaniyatiga yo'naltirilgan hayotiy falsafani shakllantirish” deb nomlangan bo'limining tom ma'nosi va mohiyati O'zbekistondagi barcha davlat, nodavlat va jamoatchilik tashkilotlari, ilmiy muassasalarning faollarini birinchi navbatda yosh avlod, qolaversa, barcha fuqarolar ongiga o'z salomatligi uchun qayg'urish har bir insonning va barchaning muqaddas burchi ekanligi g'oyasini yetkazishga qaratilganligi bilan ahamiyatidir. Bu o'z navbatida sog'lom turmush tarzi falsafasini omma orasida keng targ'ib etishni taqozo etadi. Lekin psixologiyada tushuntirishning vosita va uslublari mavjudki, ular orasida o'z-o'zini anglash va xulqini nazorat qilish samarali hisoblanadi. Buning uchun dastlab ruhiy salomatlik mezonlarini bilish kerak.

15.2. Sog'lom bo'lishning psixologik asoslari

Sog'lom turmush tarziga rioya qilish ham aslida psixologik amallar, ko'nikmalar, kerak bo'lsa, malakani talab qiladigan tushunchadir. Ya'ni, sog'lom turmush tarziga oiladan boshlaboq bolalarni **o'rgatish** lozim.

Shu o'rinda, xo'sh, odamlarni o'z boyligi bo'lgan salomatligiga mana shunday oqilona yondashishga o'rgatish shartmi, axir bu har bir insonning o'z shaxsiy ishi emasmi, degan haqli savol paydo bo'lishi mumkin. Albatta, e'tirozda jon bor, zero, ongli inson, u ayolmide, erkakmide, yoshmi, qarimi, o'z sog'lig'iga qayg'ursa, undan birinchi navbatda o'zi manfaatdor ekanligini

biladi. Zero, salomatlik – bu inson tani-vujudi va ruhiyatidagi shunday holatki, u hozir, ayni paytda betob emas va shuning uchun u turmushdagi, hayotdagi ko'plab burchlari, vazifalarini bajarish imkoniyatiga ega va ayni holat yaxshi va xayrli, ezgu ishlarni amalga oshirish uchun real imkoniyatdir. Bolani sog'lom turmush tarzi madaniyatiga o'rgatuvchilar esa ayrim malakalarga o'zlari ega bo'lishlari shart.

Ota-onaning savodxonligi va ziyakligi

Oilada ota-onaga ko'p narsa bog'liq. Ular shu go'shadagi barcha hodisalarning balogardonlari sifatida eng avvalo o'z sog'liqlariga o'zlari mas'ul ekanligini unutmasalar, uni saqlashda barcha ehtiyot choralarni o'z vaqtida ko'rgani holda oilaviy hayotga to'g'ri munosabatni shakllantira olsalar, murodu maqsadlariga albatta erishadilar. Sog'lom odam, u otami yoki onami, turmush va ro'zg'ordagi barcha past-balandliklar, turli vaziyatlar, kerak bo'lsa, qiyinchiliklarga tez moslashib, ulardan chiqishning oqilona yo'llarini bilishi kerak. Shu o'rinda bir voqeya yodimga tushdi. Bir mushtipar ona o'spirin o'g'lidan judo bo'lganini aytib, zorlangan edi. Sababini so'rasam, o'sha mash'um yili ularning xonadonida issiqlik bo'lmabdi. Chunki qo'shimcha qurilish boshlab, gaz o'tgan quvurlar kesilgan, bu ish qishgacha davom etib, ta'mirlash tugamabdi. Balog'at yoshidagi o'g'il bosh yalang sovuq xonada uxlayvergan. Buning oqibatini na shu bolaning o'zi, na uning ota-onlari o'ylashmagan. Qish chiqib, bahorga yetishgach bolaning miyasida juda qattiq og'riqlar paydo bo'lgan. Avvaliga bu holat o'tib ketar deb, astoydil davolanish choralari ham ko'rishmagan, miya yallig'lanishi kuchayib ketganligidan so'ng do'xtirlar ham nochor qolishgan. Shu vaziyatda ota-ona va o'sha o'spirinning mas'uliyatsizligi, turli vaziyatga moslashib, kerak bo'lsa, salomatlik yo'lida turmush tarzini, kiyinishni o'zgartirish xayollariga ham kelmagan-da? Albatta, bola bola-da, bu o'rinda ota-onaning jonsaraklikni yo'qotishi oqibatida ana shunday ayanchli voqeya ro'y berdi.

To'g'ri fikrlash tarzi

Fikrimizcha, sog'lom turmush tarzi madaniyati avvalo shaxsning fikrlash tarzidan kelib chiqadi, ya'ni, tafakkurga bog'liq. Psixologiya fani har bir insonda tafakkur borligini e'tirof etadi. Shu bois bo'lsa kerak, barchamiz baholi qudrat o'zimizni, o'z salomatligimizni ma'lum me'yorlarda, darajada ushlab turamiz, saqlaymiz. Masalan, qishning qirovli kunida ko'chada o'tirmaymiz, o'zimizni himoya qilishning barcha vositalarini aql - idrok bilan ishga solamiz. Lekin shunday bo'lsa-da, nega odam o'z salomatligiga ba'zan yengil-yelpilik bilan qaraydi? Sport bilan shug'ullanish maqsadga muvofiqligini, kundalik badan tarbiya kerakligini, jismoniy ish bilan aqliy ish mutanosibligiga rioya qilishni, vaqtida ovqat tanavvul etib, vaqtida uxlash lozimligini, ko'zni, quloqni, kerak bo'lsa, tanni favqulodda xatarlardan, yomon so'z, yomon ko'z va jismoniy ta'sirlardan asrashni, chekish, ichish ziyonligini, hamma-hammasini bilamiz, lekin bila turib, sog'lom turmush tarzi qoidalarini har qadamda buzaveramiz. Nima, aqlimiz, tafakkurimiz tanimizga zidmi?

Birinchiidan, har bir shaxsning nazarida bu qoidalarni hamma buzayotganday tuyuladi: "men ham hamma qatori". Masalan, Amerikada chekuvchilar va chekmaydiganlar o'rtasida so'rov o'tkazilgan. Chekishning inson organizmiga zarari bor ekanligini har ikkala toifa ham 100 foiz biladi, lekin hattoki chekmaydiganlar orasida ham uning zararli tomoni xatarli emasligini yoqlaydiganlar, chekadilar orasida esa teng yarmi aslida chekish unchalik xavfli

emas, chunki “hamma chekadi-ku” degan fikrda bo’lganlar. Ya’ni, tafakkur o’zi tan olib turgan narsalarga o’z egasini ishonira olmaydi, qolaversa, chekish tufayli xastalangan bemorlarni hozir, ayni damlarda chekayotgan ko’zi bilan ko’rmaydi, ulardan uzoqda yashaydi, bu o’rinda “ko’zdan nari – aqldan nari” degan tamoyil ishlaydi.

Ikkinchidan, odamlarning sog’lom turmush tarziga rioya etishlariga to’siq bo’luvchi omillardan biri – odamlarda sog’lom yashashga nisbatan sabab (motiv), omillarning kuchsiz ekanligi. Ya’ni, ko’pchilikda sahar turib badan tarbiya bilan shug’ullanish istagi tonggi shirin uyqudan ko’ra kuchsiz keladi. Yoki bo’lmasa, hozirgi kunda yoshlar uchun alohida, xotin-qizlar uchun alohida maxsus sog’lomlashtirish maskanlari, sheyping guruhlari mavjud, lekin ularning ko’pchiligi pulli, pulni yaxshisi boshqa narsaga, masalan, mayda-chuyda ruzg’or buyumlariga, bezaklarga sarflash undan ko’ra osonroq, yoqimliroq va kerakroqday tuyuladi odamga. Shuning uchun sog’lig’ingizni yo’qotsangiz, dori-darmon, oziq-ovqat va boshqalarga faloncha ketadi, deb tushuntirishlar odamlarga tezroq ta’sir qiladi.

Uchinchidan, tafakkurdagi analogiya, o’xshatish kabi xususiyatlar sog’lom turmush tarzi mezonlarini qabul qilishga yordam beradi. Masalan, televideniye yoki radio orqali sog’lom turmush tarzini hayotiy tamoyiliga aylantirgan va bu ishda katta muvaffaqiyatlarga erishayotgan odamlar ibrati ancha ta’sirchandır. Chunki odam o’zini o’sha ibratli odam o’rniga qo’yishga moyillik sezadi va “men ham shunday sog’lom bo’laman”, degan fikr uyg’onadi.

To’rtinchidan, ta’lim maskanlari, OAVlarining asosiy vazifasi targ’ibotdir. Bunday targ’ibotning ta’sirchanligini ta’minlash lozim. Kerak bo’lsa, odamning erta keksayishi, yuzlardagi ajinlar, xastalik va boshqalar oxir oqibat barvaqt hayotdan ko’z yumishga olib kelishini aytaverish va uning oldini olishning yagona chorasi sog’lom turmush tarzi ekanligini yoshlikdan bola ongiga yetkazish kerak. Ba’zan televizor orqali u yoki bu xil reklama berilsa, ensamiz qotadi, chunki yaxshi ko’rib tomosha qilayotgan ko’rsatuvni bo’lgani uchun shunday salbiy hissiyot tug’iladi, aslida o’sha reklama parchalarida sog’lom turmush tarziga oid lavhalar ko’rsatilsa, masalan, zararli odatlardan voz kechishning foydasi, to’g’ri va vaqtda ovqatlanish, jismoniy mashqlarni bajarayotgan tanish, obro’li shaxslarni ko’rsataverish ham bunday lavhalarga ko’nikishga olib keladi. Demak, OAV va ko’rgazmali reklamanning ham roli bu o’rinda katta bo’lishi mumkin.

Yana bir sabab – odamlarda o’zlarining salomatligiga nisbatan haddan tashqari optimistik qarashlar bor. Ya’ni, to’rt muchchasi sog’ tug’ilgan farzandini ona kasal bo’lmaydi, deb o’ylaydi va ba’zan ehtiyotsizlik qilib qo’yadi. Sog’lom odamga “Sog’lig’ingizni saqlang” desangiz, u bunga o’ziga xos kinoya bilan ham qaraydi. Boshqa tomondan, hatto u yoki bu xastaligi bor yoki surunkali kasallikka chalingan odamga tibbiyot xodimining bergan tavsiyalari ham malol keladi. Buning ikkita sababi bor:

✚ bemor vrachga ishonmaydi, uning so’zlarini qo’rqitish uchun aytilayotgan eslatmalarday qabul qiladi. Masalan, ko’p chekish o’pka rakini keltirib chiqarishi to’g’risidagi vrachning axborotini eshitsa ham, “bu narsa menga taalluqli bo’lmasa kerak, vrach meni qo’rqityapti” deb o’ylaydi;

✚ bemorning o’ziga xos “ziyrakligi” ham xalaqit beradi. Masalan, bunday ziyraklik vrach tavsiyalariga nisbatan tanqidiy qarashga yoki u yozib bergan dori-darmonning kuchiga ishonmaslikda ham namoyon bo’lishi mumkin.

Oiladagi nosog’lom muhit juda ko’p illatlar qatori odamning o’z salomatligi holatiga bo’lgan munosabatini salbiy tomonga o’zgartirib yuborishi mumkin. Bunday o’zgarishlarning ham turlicha sabablari bor. Masalan, agar oila a’zolari ma’lum sog’lom turmush tarziga

o'rgangan bo'lsalar ham, biror sabab bilan shu oilada nizo, janjal kelib chiqsa, bu holat barcha oila a'zolari tafakkurining salbiy tomonga o'zgarishiga olib keladi. Bu o'z navbatida umuman faollikning pasayishini keltirib chiqaradi: kundalik badan tarbiya uchun ham kuch qolmaganday, behollik his qilinadi, "hych bir narsa yoqmayapti", deya noliydi odam. Demak, o'zaro muomaladagi sog'lom ruhiyat, samimiyat mavjud ijobiy odatlarning barqarorligini kafolatlaydi.

O'zbek oilasi azaldan sog'lom turmush tarzi, muomala madaniyatini saqlab kelgan. Bu o'z navbatida ota-ona va farzandlar munosabatlarida hamda uy tutish, o'ziga o'zi xizmat ko'rsatish, ro'zg'orni bikir va saranjom tutish, ozodalik tamoyillarida o'z aksini topgan. Albatta, zamon bu an'analarga biroz o'zgarishlar kiritdi. Masalan, ko'pgina shahar oilalarida bitta yagona farzand tug'ilgan, bu bolaga (qizmi, o'g'limi farqi yo'q) onasi bir umr xizmatchi bo'lib qoladi, yoki bolaning o'qish yumushlari ko'p, uning o'z ko'rpasini, yegan ovqatini yig'ishtirish, yuvish, ko'ylagini dazmollash kabi odatlarga o'rgatish malol keladi, yaxshisi uni onasi qilgani ma'qul, deb hisoblanadi. Bu holatlar vaqti kelib bolaning zerikishiga, turli ko'cha guruhlari ta'sirida zararli odatlarga o'rganishiga olib keladi. Yoki balog'at yoshiga yetib, musofirlik yuki bo'yniga tushganida yoki armiyaga harbiy xizmatni o'tashga borganda tengqurlari orasida xijolat kechishiga olib keladi. Shuning uchun ham tibbiy madaniyat oilada gigiyenik, ma'naviy, axloqiy tarbiya va o'z o'ziga xizmat ko'rsatish malakalarini hosil qilish bilan barobarlikda olib borilishi lozim.

Biz yuqorida salomatlik psixologiyasini ham fan, ham amaliyot deb ta'kidladik. Agar unga fan sifatida nazariy nuqtai nazardan yondashsak, inson organizmini muayyan mo'tadillikda ushlab tashlashning sirlarini har tomonlama tasavvur etishga to'g'ri keladi. Ya'ni, nazariy psixologiya salomatlikning turli bosqichlarda, turli ko'rinishlarda ro'y beradigan somatik, organik, psixologik omillarning muvofiqligi sifatida qaraydi. Ana shu omillarning o'zaro muvofiqligi qay tarzda kechishini quyida bayon etamiz.

15.3. Salomatlikni ta'minlovchi zarur biologik hamda psixologik bosqichlar

Biologik bosqich

Insonning salomatligiga aloqador hayot faoliyati o'ziga xos jonli tizim bo'lib, u umri mobaynida turli o'zaro bog'liq davrlarni va bosqichlarni o'z ichiga oladi. Ular orasida biologik, psixologik, ijtimoiy bosqich va omillar tizimi alohida o'rin tutadi. Odamning sog'-salomatligi ana shu har bir bosqichda o'ziga xos tarzda namoyon bo'ladi.

Masalan, biologik bosqichdagi salomatlik asosan ichki organlar funksiyalarining o'zaro dinamik mutanosibligi va ularning tashqi atrof-muhit ta'sirlariga nisbatan to'g'ri, adekvat javobi tarzida namoyon bo'ladi. Shuni e'tirof etish lozimki, bizning o'z salomatligimizni muhofaza qilishimiz, organizmimizning himoya imkoniyatlarini oshirib, betob bo'lib qolganimizda qanday yo'llar bilan xastalikdan qutulish bo'yicha fikrlar va tajriba umr davomida takomillashib boradi. Bu jarayonlarga aloqador psixologik – ruhiy omillar to'g'risidagi tasavvurlarimiz, afsuski, u qadar aniq va mukammal emas. Chunki odam tanida, ichki organlarida nimalar ro'y berayotganligini bevosita his qilishga qodir emas.

Sog'lom shaxsning ruhiy kechinmalari

Salomatlikning ruhiy-psixologik omillari haqida gap ketganda, eng avvalo uning inson shaxsi va uning yaxlit birlik tarzidagi xususiyatlari nazarda tutiladi. Bu o'rinda qo'lga kiritilajak har qanday yutuq yoki muammolarning yechimi eng avvalo, "sog'lom shaxs" o'zi nima degan savolga javob topishga imkon beradi. Taniqli rus psixiatri S.S.Korsakov yozganidek, sog'lom shaxsga aloqador barcha xossa va xususiyatlar qanchalik bir-biri bilan o'zaro mutanosib, bir-biriga bog'liq, muvozanatli va tashqi muhitdan unga tahdid soluvchi omillariga nisbatan chidamli bo'lsa, u shunchalik baquvvat va salomat bo'ladi.



54-rasm. S.S.Korsakov bo'yicha psixologik salomatlikka tahdid soluvchi omillar

Rasmda ko'rsatilganlarning barchasi aslida kelib chiqish nuqtai nazaridan organizmimizdagi fiziologik hamda biologik jarayonlarga nisbatan olganda, bevosita shaxsimizga bog'liq bo'lgan ijtimoiy omillarning xususiyatlaridan kelib chiqadi.

Ijtimoiy omillar

Sof psixologik omillardan ijtimoiy omillarga o'tish, ularni bir-biridan keskin ajratish, ular o'rtasiga qandaydir chegaralar qo'yish biroz mushkul. Chunki shaxsning psixologik xususiyatlari uni o'rab turgan ijtimoiy munosabatlar tizimiga juda bog'liq. Bu bosqichda inson ijtimoiy munosabatlarning mahsuli, ijtimoiy mavjudot sifatida idrok etiladi. Shu bois ham ushbu bosqichda shaxsning salomatligi mezonini uni o'rab turgan ijtimoiy muhit tashkil etadi.

Yuqorida ta'kidlaganimizdek, shaxsning salomatligiga ta'sir etuvchi ijtimoiy omillarga eng avvalo oilani kiritish mumkin, undagi sog'lom muhit, oila a'zolarining bir-birlarini tushunishlari, har bir ishda bir-birlarini qo'llab-quvvatlashlari, ota-ona – farzandlar munosabatlaridagi iliqlik, samimiyat, bundan tashqari, do'stlar va yaqin qarindoshlar bilan o'rnatilgan muomala maromlari, ishda, dam olish paytida bo'ladigan muloqotlar, odamning u yoki bu ijtimoiy tashkilotlar – partiya, diniy tashkilot, uyushmalarga aloqadorligi kabilar nazarda tutiladi.

Shuni aytish lozimki, ijtimoiy omillarning ayrimlari shaxs salomatligiga ijobiy ta'sir ko'rsatsa, boshqalari – aksincha, salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ijtimoiy va psixologik nuqtai nazardan o'zlarini sog' va salomat his etgan odamlargina jamiyatning faol a'zolari bo'lib,

ularning kundalik ishlari, yumushlarni bajarishlari samarali bo'lishi mumkin. Shu bois ham tarbiyadagi nuqsonlar va noma'qul ijtimoiy muhit ta'sirlari odamning jamiyatda noto'g'ri xulq andozalarini namoyon etishiga sabab bo'lishi, hattoki, jinoiy harakatlar, noto'g'ri, noo'rin, bema'ni ishlarni amalga oshirishiga olib kelishi mumkin. Biror kimsaning odamlarga, mehnatga yoki jamoaga munosabati buzilsa, uning shaxs sifatida ham tobora noto'g'ri va noo'rin harakatlarini odamlar seza boshlaydilar, "g'alati bo'lib qolibdimi?", "yurish-turishi bejomi?" kabi savollar paydo bo'lishi mumkin. Ya'ni, insonning doimiy, muqim faolligi, faol hayotiy mavqeining mavjudligi hayotga ishonchini oshirish bilan birgalikda uning turli ta'sirotlariga chidamligini oshiradi, o'z oldiga yaxshi, istiqbolli mo'ljallar, rejalar, maqsadlar qo'yishi va unga erishish yo'lida sobit bo'lishini ta'minlaydiki, bu oxir oqibat salomatligining ham mustahkam, turli ta'sirotlarga chidamli bo'lishini ta'minlaydi.

Demak, atrof muhit bilan, insonlar bilan bo'ladigan ijobiy, samimiy munosabatlar shaxsning salomatligi borasidagi immunitetini kuchaytirishi mumkin. Shuning uchun ham odam ruhiy salomatligining ijtimoiy bosqichini ta'minlash jamiyatdan, odamlarning o'zidan ular ruhiyatiga salbiy ta'sir etuvchi bid'atlar, an'analardan o'z vaqtida voz kechish, yaxshilarini saqlab qolish, ta'lim va tarbiya jarayonlaridagi murosasizliklarni bartaraf etish, professional malakalarni muttasil oshirib borish, to'g'ri ovqatlanish, oqilona dam olishni tashkil etishni taqozo etadi.

Sog'lom turmush tarzi, uning qanchalik odam kundalik hayotining tarkibiy qismiga aylanganligini baholashning mezonlari masalasi amaliy ahamiyatga molik masaladir. Chunki sportchi har kuni yugurishi, jismoniy mashqlarning u yoki bu turlarini muntazam amalga oshirib borishi va shu tufayli o'zi tanlagan yo'nalishda muayyan yutuqlarga erishgan bo'lishi mumkin, lekin shunga qaramay, ayrim sportchilar shifoxonada u yoki bu surunkali kasallik bo'yicha doimiy ro'yxatda turishi ham mumkin. Yoki kundalik mashqlarni odatga aylantira olmaganlarni nosog'lom deyishga ham yetarli asos yo'q. Demak, salomatlikni baholashning qanday asoslari, mezonlari borligi to'g'risida fikrlash o'rinlidir.

15.4. Psixologik moslashuvchanlik va muvozanatni baholash mezonlari

Psixik salomatlik masalasi ko'rilayotganda uni **baholash mezonlari** o'ta muhimdir, ya'ni, bu – ruhiy salomatlik qachon ko'ngildagiday bo'ladi, degan masala. Albatta, bu eng murakkab savollardan biri. Shunga qaramay, ilmiy manbalarda ruhiy salomatlikni baholash uchun uning ayrim namoyon bo'lish shartlari keltiriladi. Ular orasida *psixologik muvozanat*, *o'zaro muvofiqlik* mezonlari alohida ahamiyat kasb etadi. Bu mezon yordamida inson psixologik kechinmalaridagi, ya'ni, bilish, hissiy-emosional, irodaviy sohalardagi o'zgarishlarning xususiyatlari borasida fikr yuritish mumkin.

Shaxs taraqqiyotidagi aksariyat nuqson, qusurlar, kamchilik va muammolar uning ijtimoiy muhit bilan bo'ladigan munosabatlardagi buzilishlar, og'ishlarga bog'liq bo'ladiki, u odamning tashqi muhitga moslashuvi qiyin kechishi yoki ziddiyatlarning ortib borayotganligida ko'rinadi. Ya'ni, odam hamma bilan ham til topisha olmasa, o'zini ayniqsa, yangi sharoitlarga ko'niktirilmasa, ruhiyati tushkun holatga kelib qolishi mumkin. Masalan, yangi kelinchakning yangi oila muhitiga moslashishi ayrimlarga juda oson va tez kechsa, ayrimlari yillar mobaynida ham o'zlarini diskomfort his qiladilar. Bu uning ruhiyatidagi muvozanatlanganlikning sifatiga bog'liq bo'ladi. Demak, amaliyotchi inson salomatligini muhofaza qilish borasida qayg'urganda, shaxsni o'rab turgan ijtimoiy muhitning xususiyatlariga e'tiborni qaratishi lozim.

Ikkinchidan, psixik muvozanat masalasi odamning tashqi muhit o'zgarishlariga uning tez va to'g'ri moslashuvda o'z aksini topadi. Mutanosiblik va moslashuv aslida inson organizmidagi biologik o'zgarishlardan tortib, turli psixik jarayonlarning o'zgarishlariga odamning subyektiv munosabati tarzida ham kechadi. Taniqli psixolog olim *V.N.Myasishevning* fikricha, muvozanat va moslashuvchanlik xususiyatlari odam xulq-atvoridagi norma va patologiya o'rtasidagi aniq chegaralarning mavjudligini ta'minlaydi. Moslashuvchanlik past, muvozanati kuchsiz shaxslarda eng avvalo uning shaxsiy mavqyeda buzilishlar, beqarorlik, xatoliklar kuzatiladi, odam serzarda, asabiy va urushqoq bo'lib qoladi. Aksincha, tashqi muhitga moslashuvchan, psixik xususiyatlarida muvozanati mavjud shaxslar o'zgaruvchan muhitning ta'sirlariga o'zidagi barqarorlik, sabr-qanoat bilan javob berib, har qanday sharoitda ham o'zligini yo'qotmaydi, yangi tanishlar, kasbdoshlar, kursdoshlar, qo'ni-qo'shnilar bilan tez til topishib ketadi. O'zini har qanday sharoitda erkin his qilish, o'zini o'sha muhitning teng huquqli a'zosi sifatida idrok qilish, salomatligining ham mo'tadil bo'lishini ta'minlaydi.

Olimlarning ta'kidlashlaricha, inson ruhiy salomatligiga kompleks yondoshuv istiqbolli hisoblanadi. Ilmiy manbalarda bu boradagi ayrim fikrlar umumlashirilmoqda. Ular asosida ikkita muhim xulosa chiqarish mumkin.

*Birinchi*dan, psixik yoki ruhiy salomatlikning mezonlari borasida fikrlar rang-barangligi bo'lishiga qaramay, ko'plab olimlar qarashlarida umumiylik, umumiy qonuniyatlarni e'tirof etish mavjud. Bunday holat ruhiy salomatlikning xususiyatlarini baholash imkonini beradi.

*Ikkinchi*dan, o'sha qaytarilayotgan xususiyatlarni ma'lum mezonlarda toifalarga, tavsiflarga ajratish mumkin. Masalaning ana shunday oydinlashuvi ruhiy salomatlikning mezonlariga aloqador, tez-tez takrorlanib turgan belgilar, shaxs sifatleri, jarayonlar va omillar haqida muayyan to'xtamlarga kelishga imkon beradi. Masalan, **shaxs sifatleri** haqida gap ketganda, uning ruhiy salomatligi barqaror bo'lishini ta'minlovchi muhim sifatlardan biri *kelajakka ishonch – optimizm* ekanligi to'g'risidagi fikr qaytarilmoqda. Demak, kelajakka, o'ziga ishongan odam baxtiyorroq, salomatroq va hayotga moslashuvchanroqdir. Unga bevosita bog'liq bo'lgan yana boshqa sifatlardan mavjudki, ularga *bosiqlik, xotirjamlik, axloqan poklik – halollik, vijdonlilik, iymon va boshqalar, o'ziga, o'zgalarga, ish qobiliyatiga nisbatan talablarning meyorilyligi, mas'uliyat hissi; o'ziga ishonch, bo'lar-bo'lmasga tushkunlikka tushmaslik, harakatchanlik (dangasa emas), mustaqillik, samimiyat, tabiiylik, yumor hissining mavjudligi, bag'rikenglik, mehr-oqibatlilik, chidam, sabr-qanoat, o'ziga nisbatan hurmat, nazoratning borligi va hokazo*. Ana shunday sifatlardan sohiblari odatda kam dardga chalinadi.

Masalaning mohiyati shaxsdagi turli **ruhiy holatlar** nuqtai nazaridan tahlil etilsa, eng avvalo quyidagilar nazarda tutiladi: *bosiqlik, ya'ni, hissiyotlarning turg'unligi, o'zini tutish; yoshiga, jinsiga mos tarzda hissiyotlarning namoyon bo'lishi; o'zidagi salbiy hisslarni (qo'rquv, jahl, rashk, baxillik kabi) jilovlay olish; hissiyotlar va emosiyalarning tabiiy tarzda samimiy namoyon bo'lishi, baxtiyorlik hissi, muayyan hissiy holatlarning odatiy tusga kirganligi*. Bu sifatlardan odamning turli voqeya-hodisalarning guvohi bo'lganda, ichidan, ruhan kechiriladigan holatlariga aloqadordir.

Inson salomatligiga aloqador **psixik jarayonlar** to'g'risida gap ketganda, odatda quyidagilar e'tirof etiladi:

- ✚ *ko'rgan-kechirgan subyektiv obrazlarning obyektiv olamning ko'rinishlariga mos kelishi (psixik aks ettirishning to'g'ri, adekvat ekanligi);*
- ✚ *o'z-o'zini adekvat idrok etishi;*
- ✚ *predmetlarga diqqatning aniq yo'nalganligi;*

- ✚ axborotlarning xotirada yaxshi saqlanishi;
- ✚ ma'lumotlarni mantiqan qayta ishlash qobiliyati;
- ✚ kreaktivlilik (ijodkorlik, tafakkurning tanqidiyligi, intellektdan unumli oqilona foydalana olish);
- ✚ o'zligini anglash;
- ✚ aqlning tartibliligi (fikrlarni boshqarish qobiliyati).

Bu sifatlar ko'rib, eshitib, sezib, diqqat qilib tashqi olamni qabul qilishda namoyon bo'ladi. Shuning uchun ham xalq orasida shunday gap bor: odam o'zini yaxshi his qilishi, tani sog' bo'lishi uchun nafaqat o'zini, balki ko'zini yomonliklar va xunuk manzaradan, qulog'ini yomon so'z, janjallardan, og'zini harom luqmadan asray bilishi lozim. Zero, hadisiiy manbalarda ham ta'kidlanganidek, quloq va ko'zlar eng unumli, eng kerakli a'zolardandir. Fikh kitoblarida aytilishicha, ko'z zinosi ham bor va shunday kitoblarda ta'kidlanishicha, yomon so'zni eshitish ham gunohga sanaladi. Bu ikki muhim sezgi a'zolari faqat ezgu ishlarga ishlatish esa eng katta savoblardandir.

15.5. Ma'naviyatlilik psixologik salomatlikning mezonlari sifatida

Psixik salomatlikning mezonlari orasida **ma'naviyatlilik** alohida o'rin tutadi, ya'ni, *inson ko'rgan-kechirgan, bilganlarining haqiqatga yaqinligi, haqqoniylik, insoniylik tamoyillarining ustivorligi (mehr-muruvvat, adolatlilik va boshqalar), o'z ustiga ishlashga layoqatlilik, doimiy barkamollikka intilish* kabilar inson salomatligining dastlabki ma'naviy po'ydevoridir. Bu sifatlar ayniqsa, O'zbekiston sharoitida o'ta muhimdir. Chunki aynan ma'naviyatli insonlar nafaqat o'zlarining, balki yaqin atrofdagilarning ham sog'lig'iga ijobiy ta'sir ko'rsatuvchilar ekanligi azaliy qadriyatimiz sirasiga kiradi. Masalan, bozorda harid qilayotgan odamga nisbatan ko'rsatilgan samimiy hurmat, e'tibor, adolatlilik xaridor kayfiyatini shu qadar ko'taradiki, olgan xarid moli timsolida "pulini uyiga qaytarib ketayotganday" mamnun bo'ladi. Shuning uchun ham qiziqarli psixologiyada "**pul psixoterapiyasi**" atamasi borki, bu eng avvalo xotin-qizlarda sinab ko'rilgan. Agar ayol ishda asablari charchab uyga kelayotib, o'zi istagan har qanday narsani harid qilsa, ayniqsa uni xushmuomala sotuvchidan sotib olsa, uning ruhiyatiga orom beradi, uyga xush kayfiyat bilan kirib keladi, bu o'z navbatida uning oila a'zolari kayfiyatini ham ko'taradi. Shuning uchun oilada, kasalxonada, mehnat jamoasi, transport yoki bozor-o'charda odamlarning o'zaro samimiy muomalalari salomatlikning samarali kafolatlaridan bo'lib, bu sifatlar faqat o'zimizga bog'liqdir.

Bevosita shaxsning o'ziga aloqador bo'lgan jihatlardan yana biri bu uning *maqsadga intiluvchanligi* hisoblanadiki, ayni sifat uning ongida hayotning mazmun-mohiyati borligi, *irodasining quvvati, faolligi, shijoati, g'ayrati, o'z xulqini nazorat qila olishi, o'ziga nisbatan bahosining me'yoriyligini taqozo etadi*. Bu ko'proq axloq masalasi bo'lib, uning ilk maktabi – oiladir.

Jamiyatga bog'liq boshqa mezonlar

Shaxsning ijtimoiy salomatligi undagi quyidagi tavsiflar orqali tushuntiriladi: *ijtimoiy borliqdagi voqyea-hodisalarni to'g'ri, xolis idrok etish; tashqi muhit hodisotlariga nisbatan qiziqishning mavjudligi, tabiiy atrof muhit hamda odamlar muhitiga tez moslashish – kirishimlilik, ijtimoiy foydali ishlarga ixlosmandlik, iste'mol madaniyati, altruizm, empatiya,*

o'zgalarda mas'uliyatni his etish, ochiq ko'ngillilik, xulq-atvor va tafakkurdagi demokratizm hissi. Demak, bunday inson befarq, loqayd emas, unga yana dangasalik, xudbinlik, johillik, jangarilik kabi salbiy sifatlar xos emas, u o'zini o'rab turgan jamiyatning ta'sirlari og'ushida.

Inson salomatligini ta'minlovchi, jamiyat ta'siriga bog'liq psixologik omillarning mazmun-mohiyatini ruhiy nosog'lomlikning nimalarda namoyon bo'lishini ham tavsiflash orqali tushunish mumkin. Masalan, agar odam zararli odatlar og'ushida bo'lsa, o'zining xatti-harakatlari uchun mas'uliyatni his etmasa, o'ziga ishonmasa, ma'nan qashshoq, passiv bo'lsa, uni *ruhan nosog'lom* deyish mumkin. Ko'p narsalarga loqaydlik, befarqlik, sal narsaga asabiylashish – zaharxandalik, g'ayirlik, har narsadan shubhalanish kabilar odamlarni omadsizlikka, tushkunlikka olib keladiki, ular kundan kunga salomatliklari yomonlashib borayotganligidan noliyveradigan bo'lib qoladilar. Bunday odamlarning fikrlash tarzi ham buziladi, ba'zan bo'lar-bo'lmas gaplarni gapiraveradigan, yoki bir narsani xadeb qaytaraveradigan, xudvaysaqi bo'lib qoladi.

Ruhan nosog'lom shaxsda shunday salbiy o'zgarishlar tufayli uning atrof-muhitga umuman qiziqishi so'nib boraveradi, yaqinlari bilan munosabatlarida ham hadeb jizzakilik qilaveradi, hayotiy pozitsiyasi tobora yo'qolib borayotganday bo'ladi. Ba'zan bu holat o'ziga nisbatan haddan ziyod talabchanlik bilan qarash yoki irodaning umuman susayganligi bilan ham bog'lanishi mumkin. Ruhiyatdagi bunday og'ishlar xulq-atvordagi salbiy og'ishlarni keltirib chiqaradiki, oqibatda odam atrofdagilar – yaqinlari, do'stlari, hamkasblari, kursdosh yoki sinfdoshlar bilan ziddiyatga boraverish, boshqalar qayg'u-g'amlarini ham mensimaslik, ba'zan o'zgalarda ustidan hokimlik qilish, mansabparastlik, manmanlik, moddiy boyliklarga ruju qo'yishda o'z ifodasini topishi mumkin.

Axloqiy salomatlik

Axloqiylik – inson tabiatidagi shunday ijobiy sifatlar majmuiki, uning ham jismonan, ham ruhan tetiklik va to'kislikni ta'minlovchi omildir. Hayotda atrofga nazar tashlasak, odamlar orasida o'zlarining ahloqan pokliklari, hamisha imon-e'tiqoddagi sobitliklari bilan ajralib turadiganlar borki, ba'zan ular haqida "yuzidan nur yog'ilgan, juda yoqimtoy inson ekan-a", degan ta'riflarni eshitamiz. Aslida o'sha xulqi-axloqi bilan o'zgalarning havasini keltiradigan odamda qalb va tan salomatligidagi uyg'unlik mavjud bo'ladiki, bu fazilat uning individual xatti-harakatining ijtimoiy faoliyatidagi uyg'unlikni ta'minlaydi. Lo'nda qilib aytadigan bo'lsak, bu insonning harakatida o'zgalarga zarar yetkazuvchi sifatlar yo'q, ayni shunga qodir inson ko'zini ham hamisha yomon, yoqimsiz narsalardan, qulog'ini noxush gaplar-u, g'iybatlardan, tanini va ichki a'zolarini zarar yetkazuvchi vositalar, yemish, ichishlardan himoya qilishga qodir bo'ladi. Ushbu qayd etilgan holatlar birinchi navbatda farzandlar, yaqinlar salomatligiga zarar keltirmasa, ikkinchi tomondan, ularga ibrat namunasi sifatida ijobiy ta'sir ko'rsatadi, aynan shunday odamni axloqan sog'lom deyish mumkin bo'ladi.

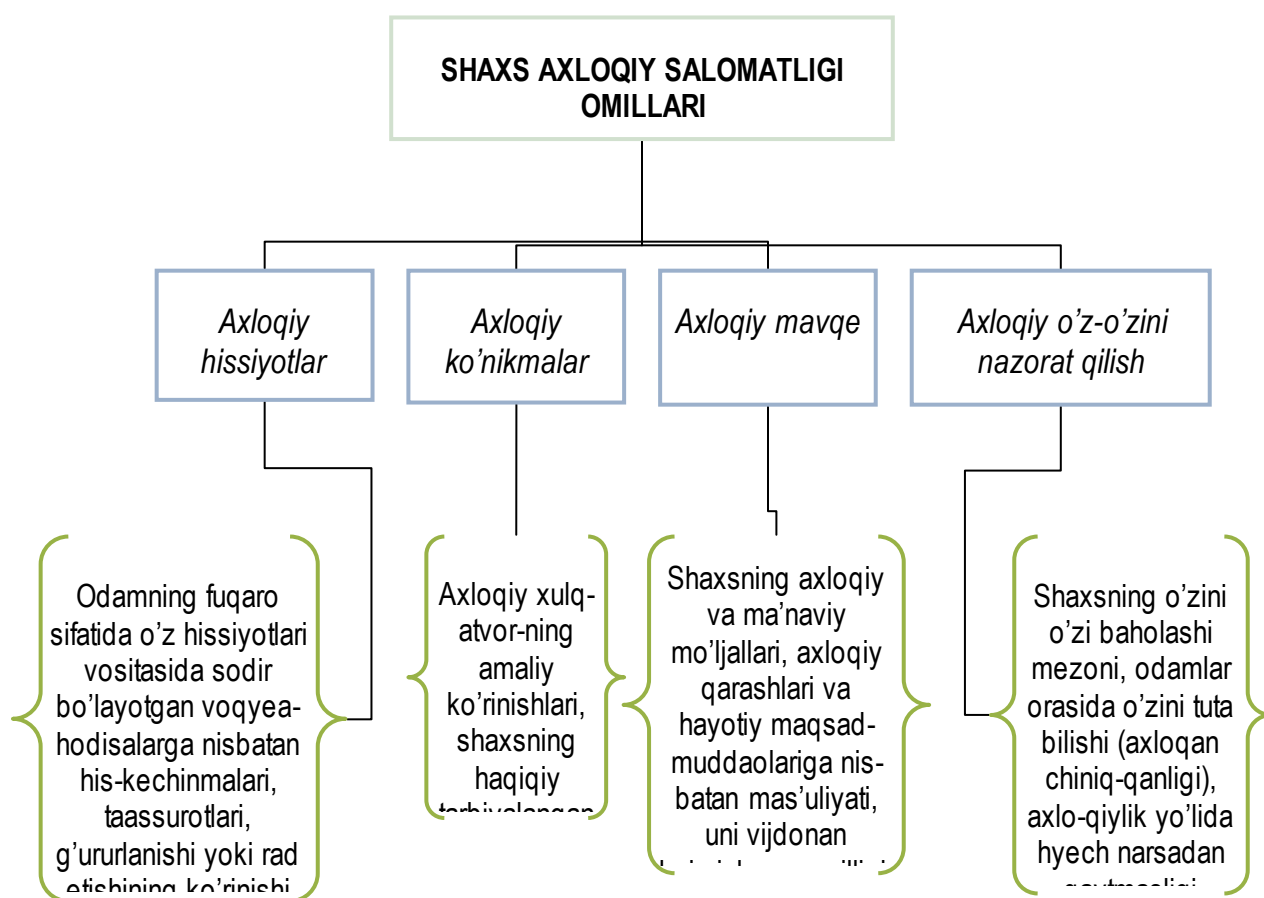
Demak, ayrim olingan shaxsning axloqan pokligi va salomatligi yaxlit jamiyat va jamoa, oilaning holatini belgilovchi birlikdir. Ya'ni, axloqiylik inson ijobiy xulqining in'ikosi sifatida, tashqi muhit, odamlar e'tirofiga sazovor bo'lganligida ko'rinadi. O'zgalarda ma'qul ko'rgan ishlar shaxs ijtimoiy qiyofasining sayqallanib borishi, yanada ko'proq yaxshiliklar qilishga undovchi mexanizm rolini o'ynaydi.

Shaxsning ma'naviy hamda axloqiy salomatligini tashkil etuvchilar bir-biri bilan uzviy bog'liq jabhalarni o'z ichiga oladi va uni psixologik mexanizm sifatida shaxsni oila va jamiyatda

tarbiyalashning omili sifatida tahlil etish mumkin.

Quyida ifodalangan axloqiylikni belgilovchi sohalar ma'naviyatli inson fe'li-atvoridagi turg'un sifatlar bo'lib, uning hayotda, odamlar bilan muomalasida uning axloq normalari va tamoyillarini belgilaydi. Oilada ota-ona o'z farzandlarining har birining xulq-atvorining turlicha bo'lishidan kelib chiqib, aynan axloqiy sifatlariga qarab muomala qiladi va u yoki bu yumushlarni taqsimlashda ham aynan shu tamoyillarga e'tibor beradi.

Shaxs axloqiy pokligi va salomatligi uning hayotdagi turli vaziyatlardan oson chiqib ketishi va zimmasiga yuklatilgan har qanday mas'uliyatni vijdonan bajarish orqali o'zi uchun ham ma'naviy ozuqa olishini ta'minlaydi. Lekin turmush va uning ziddiyatlari mavjud bo'lgani uchun biz har doimo ham bir xil bo'lolmaymiz, axloqan salomat insonning boshqalardan farqi ham shundaki, u nima bo'lganda ham o'zidagi axloq normalaridan chekinmaydi, turli g'alamis fikrlarga chalg' olmaydi, zararli g'oyalarga, chaqiriqlarga yon bermaydi, turli oqimlarga kirib ketmaydi, o'z e'tiqodiga sodiq bo'ladi.



55-rasm. Shaxs axloqiy va ma'naviy salomatligini ta'minlovchi omillar

Axloqsizlik bilan kelisholmaslik ma'naviyati sog'lom insonning asosiy fazilatidir. Shu tufayli ham odamlar, jamoa a'zolari, maktabdagi sinfdoshlar va pedagoglar axloqan sog' bolani, shaxsni doimo e'tirof etib, uning shu qobiliyati uchun hurmat qiladilar. Axloqan sog' bolaning jismoniy salomatligi uchun qayg'urish, yoki ta'limni yuksaltirish boshqalarning emas, balki o'sha odamning o'z shaxsiy ishiga aylanadi. Pedagoglar ta'kidlaganlaridek, "tarbiyali bola o'zi ta'lim oladi, yaxshi o'qiydi". Bundan tashqari, aqllilik, axloqiylik va ruhiy salomatlik xususida

“Otlar so’zi” ham bor: “Kishida odob bo’lsa, ilm ham bo’lishi lozim. Odob aqlga bog’liq narsa. Aql ustiga odob ham qo’shilsa, nur ustiga nur bo’ladi. Ulug’lik aqlu odob bilan vujudga keladi. Aqlning qadri odob bilan, boylik qadri saxovat bilan, quvvat qadri bahodirlik bilan oshadi”.

Hozirgi bozor iqtisodiyotidagi insoniy munosabatlarda rahbarlar ham menejerlar ham xodimlarning, mutaxassislarining eng birinchi navbatda ma’naviy qiyofasi va axloqiy normalarga vijdonan bo’ysunishiga qarab baholamoqdalar. Zero, bunday odam bironing haqqiga ko’z olaytirmaydi, jamoadagi ma’naviy muhitni buzmaydi, o’ziga yuklatilgan mas’uliyatni o’z iqtidori doirasida teran baholab, ishni qiyomiga yetkazib bajaradi.

Klassik iqtisodiyotning namoyondasi bo’lgan *Adam Smit* ham o’zining “Axloqiy hissiyotlar nazariyasi” kitobida odamning axloqiy mohiyatiga ko’ra ikki xil bo’lishi to’g’risida shunday yozgan edi: “..o’zgalar dardiga befarq bo’lmagan” – yoqimtoy va “faqat o’z manfaatini o’ylaydigan” - egoist, xudbin odam. Uning fikricha, odamlar nazarida yoqimtoy va kerakli inson eng avvalo ahloqiy hislar sohibiki, u ishlab chiqarish manfaatlari bilan o’z manfaatlarini, kasbdoshlari manfaatlari bilan uyg’un tasavvur eta oladi va hech kimga ziyon yetkazmaydi, xudbinlik chegarasiga yaqinlashmaydi”. Bu fikrlar bizning globallashuv va bozor qonunlari to’la qaror topgan davrimizda ham o’z dolzarbligini kamaytirgani yo’q.

O’zni tuta bilish (boshqarish) mezon

Inson o’z ruhiy holatlari, kechinmalarini muayyan tarzda boshqarish qobiliyatiga egadir. Shu tufayli biz shaxsning faolligi, ongliligi va maqsadga intiluvchanligi to’g’risida gapirishimiz mumkin. Bunday layoqat uning o’z salomatligini boshqarish qobiliyatiga ham taalluqlidir. Ya’ni, biz o’z salomatligimizni himoya qila olishimiz, o’z irodamiz, xohish va sabr-qanoat bilan boshqarishimiz mumkin.

Ruhiy salomatlik orqali jismoniy salomatlikni ham saqlash va boshqarish mumkinligi g’oyasi yangi bo’lmay, u XX asr boshlaridayoq psixolog va psixiatr mutaxassislar diqqatini o’ziga tortgan. Olimlar shuni ta’kidlashganki, sog’lom inson bemordan farqli ravishda o’zidagi jami psixik jarayonlar, holatlar va qobiliyatlarni boshqarishi mumkin. Bu borada rus olimi *S.S.Korsakov*ning qarashlari diqqatga loyiqdir. U shaxsning yaxlitligi g’oyasi doirasida shuni ta’kidlaydiki, uning fikricha, ruhiy bemorlarda eng avvalo shaxsiga, shaxs yaxlitligiga bevosita aloqador buzilishlar kuzatiladi. Bu kabi bemorlarda nafaqat onglilik borasida buzilishlar kuzatiladi, balki eng avvalo, uning hayotiy qadriyatlarga, ahloq normalariga munosabati o’zgaradi, fikrlash tarzi sog’lom odamnikidan farq qiladi. Ya’ni, ma’naviy va ruhiy salomatlik eng avvalo insonning tashqi muhit va u bilan o’zaro munosabatlari tizimi bilan bog’liqdir. Bunda shaxsning o’z mavqeyini idrok qilishi, hayotiy faolligi katta ahamiyat kasb etadi.

Shaxs tomonidan salomatlikni psixologik nuqtai nazaridan boshqarish o’z ichiga quyidagi bosqichlarni oladi: *maqsad-muddaoni qo’yish, o’zidagi mavjud ma’lumot va axborotlarni tahlil etish, mustaqil qarorlar qabul qilish, ijrosini ta’minlash va nazorat qilish*. Har bir alohida bosqichda shunday o’ziga xos jarayonlar ro’y beradiki, ular oxir-oqibat salomatlikni ta’minlaydi. Masalan, odamning o’z oldiga aniq hayotiy mo’ljallarni qo’ya olishi, kelgusida qanday kasb-korga ega bo’lishiga oid aniq tasavvurlarning mavjudligi, hayotda tasodifan qandaydir mavqeyega ega bo’lish emas, balki o’z say-harakatlari, hayotiy intilishlari tufayli o’rnini topishini anglashi kabilar o’ta muhim bo’lib, insonning salomatligi, o’zini yaxshilar orasida yaxshi his qilishni ta’minlaydi. Chunki agar odamning dangasaligi, aniq hayotiy tamoyillarga ega bo’lmasligi, o’z mehnati bilan nimadir qilishni bilmasligi nafaqat jamiyatga, balki o’sha

odamning o'ziga ham faqat salbiy emosiyalarni keltirib chiqaradi, qayg'uradigan, asabiy bo'lib boradi, oqibatda bora-bora salomatligi ham yemirilib boraveradi. Ayniqsa, odamning o'zi suymagan ish bilan mashg'ul bo'lishga majbur etilishi, tanlagan kasbining o'ziga umuman yoqmasligi kabi holatlar bora-bora ruhiy tangliklarni, hattoki, shaxsning psixologik yaxlitlik sifatidagi holatiga ham putur yetkazadi. Shuning uchun ham ilk yoshlikdan ota-onalar bolasining nimaga ko'proq qiziqishi, nimalarga layoqati borligini doimo kuzatib borishlari, keyinchalik psixodiagnostik usullar bilan uning professional qobiliyatlari haqidagi ma'lumotlarni ham aniq bilishlari zarur bo'ladi.

15.6. Ortobiotika yoki ortobioz: fan va amaliyot talqini

Ilmiy manbalarda tez-tez uchrab turadigan "ortobioz" so'zining asl mohiyati oqilona, ya'ni aql bilan tashkil etilgan turmush tarzini bildiradi.

Demak, aslida odam o'z ruhiy holatining "kalitini" bilishi, kerak bo'lsa, u yoki bu xastalikning, ruhiy iztiroblarning oqibati bo'lmish holat nima tufayli kelib chiqayotganligini bilgan holda o'ziga, o'sha ruhiy holatning kechishiga ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ya'ni, u o'z ruhiy imkoniyatlarini boshqara bilishi, o'zidagi aql va farosatning intizomi tizginini qo'lga ola bilishi lozim. Buning uchun biz ilk yoshlikdan farzandlarimizni ongli va faol tarzda hayot kechirish, o'z maqsad-muddalarini teran tasavvur etishga va shu orqali madaniy turmush kechirishga o'rgatishimiz kerak bo'ladi. Aks holda odamda atrof-muhit ta'sirlariga tobe bo'lish psixologiyasini keltirib chiqaradiki, buning oqibatida u ruhiy iztiroblardan qutulish uchun turli ekstrosenslar, folbinlar, gipnoz qiluvchilarga yuguradigan, faqat najotni o'shalardan kutadigan bo'lib qoladi. Bunday munosabatning surunkali odatga aylanishi esa uning o'ziga bo'lgan ishonchini butunlay so'ndiradi, oxir-oqibat u o'z taqdirining egasi bo'lmay qoladi.

Afsuski, insoniyat tarixi shuni ko'rsatadiki, turli ijtimoiy va ma'naviy bo'hronlar, o'tish davrlarida odamlar orasida ana shunday passiv, tobe odamlar ko'payadi va yuqorida ta'kidlangan folbin, ekstrosenslarning "oshig'i olchi" bo'lib qoladi. Buni biz dastlab o'tgan asrning 60-yillarida, so'ngra 80-yillarining oxiri, 90-yillar boshida ham bir guvohi bo'ldik. Hattoki, odamlarning ko'ziga "uchar likopchalar", o'zga planetalardan kelganlar ko'rina boshladi. Bundan foydalangan turli tovlamachilar o'z foydalariga ishlab qoldilar.

Ortobiotika ilk yoshlikdan boshlab, taraqqiyotning har bir alohida olingan bosqichida inson salomatligini asrash va mustahkamlashning texnologiyasini ishlab chiqadi. Bunda tana va ruhning har tomonlama muvofiqligi ta'minlashga yo'naltirilgan turli yondoshuvlarga asos solindi. Barcha qarashlarni birlashtirgan g'oya shu bo'ldiki, odam o'z ichki imkoniyatlari, zahiralari hamda tashqi muhitning barcha qulayliklaridan oqilona foydalanishni o'rganishi shart.

Zamonaning zayli hozir shundayki, odamlar ko'proq aqliy, intellektual faoliyat bilan shug'ullanadilar. Bu o'z navbatida kamroq harakat qilish, vaqtning taqchilligini hamisha his qilish, ekstremal vaziyatlarning ta'sirida bo'lishni taqozo etadi. Bundan tashqari, bozor munosabatlari ko'pincha normadan ortiq faoliyat yuritishni, ko'p ishlarga shaxsan mas'ul bo'lish, odamlar faoliyatini boshqarish kabilarni talab qiladi. Oxirgilar, tabiiy, muayyan ma'noda "ma'lumotlar" tufayli ro'y beradigan taranglikni, tajanglikni keltirib chiqaradi. Aqldan kelib chiqadigan muammoni esa aqlning o'zigina bartaraf etish mumkin, lekin o'sha "aql" jismoniy uyg'unlikni ta'minlashga, tanni muhofaza qilishga yo'naltirilgan bo'lishi lozim. Ayniqsa, odam ruhan toliqsa, ayrim faoliyat turlari bilan shug'ullanishni xohlamasa-yu, lekin bunga majbur bo'lsa, deyarli bir xil muammolarni yechishga majbur bo'lsa, muloqotlarni yoqimsizligi kabilar

bilan odam tushkunlikka tushaveradi, borgan sari toliqib, charchab, betob bo'layotganligini sezaveradi. Masalan, oilaga yangi mehmon bo'lib tushgan kelinchakning yangicha muloqot muhitiga kirishib ketishdagi qiyinchiliklari, qaynona yoki boshqa oila a'zosi tomonidan kelinchak gap-so'zlari, yurish-turishining nazoratga olinaverishi, ba'zan kamsitilish yoki ta'qib qilinishi, kelinchakning ruhiy azoblariga sabab bo'lishi, oqibatda homilador bo'lgan taqdirda ham yangi somatik holatga ko'nikishini qiyinlashtiradi, homiladorlik qiyin kechadi. Demak, turli xil muomala va muloqot maromlariga yosh kelinchakning tayyor bo'lishi, o'zini ruhan muhofaza qilish layoqati bunday vaziyatlardan uning osonlikcha chiqishi, yangi oila sharoitiga tez moslashuviga sabab bo'lgan bo'lar edi. Afsuski, yosh oilalardagi aksariyat mojarolar, nizolar aynan odamlarning bir-birlarini yaxshi tushunmasliklari, er-xotin, qaynona-kelin munosabatlaridagi anglashilmovchiliklarga borib taqaladi.

Boshqaruv ortobiotikasi

Ma'lumki, ko'pchiligimiz xohlaymizmi yo'qmi turli vaziyatlarda turlicha boshqaruv tizimida bo'lib qolamiz. Ya'ni, yo o'zimiz rahbarmiz, kimlarningdir faoliyatini boshqarish bizga topshirilgan. Yoki kimlarningdir bevosita rahbarligida faoliyat yuritamiz, emin-erkin harakat qilish imkoniyatimiz cheklangan bo'ladi. Bu oila muhitiga ham, jamiyatdagi kasb-hunarga aloqador faoliyatimizda ham bor narsa. Shu bois oxirgi yillarda boshqaruv ortobiotikasi atamasiga tez-tez murojaat qilinadigan bo'lib qoldik.






Masalan, oilani olsak, albatta, uy-ro'zg'or tashvishlari, oila davrasidagi muomala maromlarini muvofiqlashtirib turuvchi oilaning konkret a'zosini biz psixologiya tilida lider deb ataymiz. Bu – an'anaviy o'zbek oilasida ko'proq otadir. Erkaklar oilaning ustunlari bo'lish bilan birgalikda, bu yerda sodir bo'ladigan barcha hodisalar, muammolar, hattoki, nizolarga ham o'zlarini mas'ul deb hisoblaydilar. Bu holat va mas'uliyat ulardan ruhiy taranglikni talab qiladi. Ayrim oilalarda er-ota ro'zg'orning ikir-chikiridan tortib (sovun, gugurtdan tortib, voyaga yetib borayotgan qizining sarpo-surug'larigacha), barcha tashvishlarni o'z yelkasiga oladi. Masalan, shunday oila sohibalari borki, ular eshigining tagida non do'koni bo'lishiga qaramay, davlat xizmatida band bo'lgan turmush o'rtog'iga qo'ng'iroq qilib, ishdan qaytishda non ola kelishni aytadi. Mehmon kelsa, dasturxonga nimalarni qo'yishni so'rab, keyin taraddudga kirishadi. Bu bir tomondan, er bilan bamaslahat, uning "chizgan chizig'idan chiqmaslik"ni nazarda tutayotganday tuyulsa-da, bunday holatda ham onaning, ham otaning psixologik holatiga, salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi jihatlari ko'p. Masalan, bir tomondan, barcha huquq va erkinliklari cheklanganligiga o'rganib ketgan ayol oila davrasida, farzandlari oldida huquqsizligi, erksizligidan ruhan iztirob chekaveradi. Tashqaridan qaraganda, bunday ayolga yashash qulay, osonday bo'lsa-da, ortobioz nuqtai nazaridan, ayniqsa, yoshi o'tib borgan sari aynan shu huquqsizlik, ona "meni"ning surunkali kamsitilishi uni oqilona ish yuritish ko'nikmalaridan uzoqlashtiradi. U shu holatga ko'nikadi, onada mustaqil fikrning yo'qligi bola tarbiyasida qanchalik noqulay va noo'rin bo'lsa, ro'zg'or yuritish, oila byudjetini boshqarishda ham shunchalik noqulayliklarni keltirib chiqaradi.

Endi erkakni tasavvur qiling. Ham ko'cha, ham oshna-og'aynichilik, ham ro'zg'orning barcha ikir-chikirlari, bolalar tarbiyasi, ularning kelajagi uchun mas'ullik kabilar uni kun sayin toliqtiradi. Shunday hayotiy misollar borki, bu erkak hattoki, katta-katta mo'may mablag'lar topadigan epchil kishi bo'lsa ham, bir kun kelib "portlaydi", charchaydi. Oqibati turlicha bo'lishi mumkin. Eng yomoni u salomatligiga putur yetkazadi, betob bo'lib, boshi yostiqa tekanda

esa, ayolning naqadar nochorligini, na ishda, na aniq to'g'ri qarorlar qabul qilishda, na muomalada uquvsizligini anglaydi, bunday anglash esa erning xotinidan batamom sovib ketishiga ham olib keladi. "Umrinni shu notavon bilan o'tkazibman-a", deya o'ylaydi u. Vaholanki, aslida ayolni shu holatga keltirgan o'zi. Faqat buni tan olishi qiyin. Hayotda shunday voqyealar ham bo'lganki, har narsaga balogardon er olamdan o'tgach, onaning nochorligidan farzandlar uyni tashlab ketgan holatlar ham bo'lgan. Nega, chunki faqat aniq ko'rsatmalar bilan ishlashga, passiv hayot kechirishga ko'nikib qolish, oxir oqibat insonni vaziyatlarning quliga aylantiradi. Shuning uchun ham o'zbeklarda "er va xotin – qo'sh ho'kiz" degan biroz qo'pol naql borki, bu uy-ro'zg'or yuritishda er-xotinning teng huquqliligini, har bir ishda aql-idrok va fahm-farosat bilan harakatni tashkillashtirishni taqozo etadi.

Insonlar faoliyatini boshqarishda ham ayni shunday qonuniyat mavjud. Masalan, tashkilot, idora, muassasa, firmalarning rahbarlari ham boshqaruv ortobiotikasiga rioya qilmasalar, o'z salomatliklariga putur yetkazishlari mumkin. Boshqaruvda hamjihatlik, hamfikrlik, demokratik uslubning ustuvorligi bu boradagi eng ijobiy vositadir. Boshqaruv tizimdagi ortobiotika eng avvalo rahbar tomonidan xodimlar, ish yurituvchilar faoliyatini shunday tashkil etishni nazarda tutadiki, bunda har bir xodim kelajakka va o'ziga ishonch bilan qarab, xormay ishlaydi, o'z salomatligini asrashga faol kirishadi. Majlis va ishlab chiqarish yig'ilishlarining ortiqcha jizzakiliksiz o'tkazish, arzimagan narsaga stolni mushtamaslik, xodimlarning faqat kamchiliklarini qidirmay, aksincha, har biridagi ijobiy sifatlarni, o'ziga xos iqtidorni aniqlagan holda vazifalarni taqsimlash, kimnidir ishdan bo'shatish yoki qisqartirishda adolat va demokratik tarzda yo'l tutish, qisqartirishning nodirektiv vositalaridan omilkorona foydalanish nafaqat rahbarning, balki barcha xodimlarning ortiqcha asabiylashmay, yaxshi, yangi qarorlarni qabul qilish va vijdonan uni bajarishga olib keladi.

Demak, oqilona turmush tarzini har bir konkret vaziyatda tashkil etish quyidagilarni nazarda tutadi:

-  o'zgaruvchan sharoitlarga moslashuvning yuqori darajasi;
-  vazmin, ruhan bosiqlik bilan ishlash mahorati;
-  ijtimoiy optimizm – kelajakka, yaxshilikka, o'ziga ishonch;
-  odamlar mehnatining saamaradorligiga ishonch;
-  sog'lom ma'naviy-psixologik muhitni shakllantirish va uni omilkorona boshqarish.

15.7. O'zni qadrlash va salomatlikni asrash mezonlari

Faqat sog'lom odamgina yaxshi, ko'taringki ruhda, samarali ishlay, o'qiy oladi. Sog'lom odamgina ishga ijodiy yondashadi, odamlar davrasida xushchaqchaq, samimiy, muloqatmand bo'ladi. Ish yuzasidan beriladigan topshiriqlar, ko'rsatmalarni teran qabul qiladi, tanqidlarga bosiqlik bilan, to'g'ri tushunib munosabatda bo'la oladi. Ruhi tetik va aqlli odam, kerak bo'lganda, har bir vaziyatda, ayniqsa, ekstremal holatlarda ichki ruhiy zahira – imkoniyatlarini ishga solib, hayotdan mamnun yashaydi.

Shunisi xarakterliki, o'z salomatligining qadriga yetmaydigan, unga yengil-yelpi qaraydigan odam o'zgalarni ham qadrlamaydi. Qaysi tashkilot yoki idorada xodimlar salomatligini mo'tadil tutishda xatoliklar bo'lib, rahbar bu masalaga bee'tibor qilsa, xodimlar salomatligini muhofaza qilishga sharoit yaratish to'g'risida o'ylamasa, bu tashkilotda mehnat unumdorligi ham o'ziga yarasha bo'ladi. Ya'ni, qaysi ishlab chiqarish korxonasida ishlab chiqarish gimnastikasi xonalari, suzish havzalari, trenajerlar tashkil etilib, unga odamlar

muntazam qatnasalar, o'sha jamoada ishlab chiqarishning samaradorligi ham yuqori bo'ladi.

Agar ota yoki ona o'z oilasida ham muntazam ravishda o'zining salomatligi hamda yaqinlari, farzandlari salomatligiga befarq qarab, bunga ketadigan arzimagan mablag'ga ziqnalik qilsa, aynan shu ota yoki ona keyinchalik katta mablag'ni yo'qotib qo'yilgan sog'liqni tiklashga, davolanishga sarflashga majbur bo'ladi. Homilador ayolning g'amini o'z vaqtda yemagan erkak yoki qaynonalar, tug'ish paytida yoki tuqqandan keyin onaning va bolaning salomatligini saqlab qolishga katta mablag' sarflashga majbur bo'ladilar.

Shunday qilib, salomatlik uchun qayg'urish, "O'z sog'lig'ingni o'zing asra" shiori hayotga joriy etilgan yerda odamlarning mehnat unumdorligi sezilarli darajada yuqori bo'ladi, "qo'li ishga keladi, omadi yurishadi, kayfiyati turg'un bo'ladi" kabi iboralar aynan shunday muhitga xosdir. Demak, ongli, aqlli insonning salomatligi, omadi, rizq-nasibasi o'z qo'lida ekanligini sira unutmazlik kerak.

Psixologik tiplar – "A" va "B"

Psixologik izlanishlarning ko'rsatishicha, odamlarning 20-25 foizigina hamisha har turli balo-qazolarga, quvonchu-omadlarga tayyor bo'lishadi, ya'ni, har qanday vaziyatlarga tez moslashib, turli vaziyatlarda, har qanday odamlar guruhi bilan to'g'ri muomalaga kirishib ketaveradi. Katta sport marfoni, musobaqa oldidan sportchining hayajonlanishi, katta amaldorning qabuliga kirish oldidan xodimning siqilishi, yangi loyihaga kirishish oldidan menejer his qiladigan tashvishlar tabiiy, lekin ularga kirishib ketish, o'zini qo'lga olib, salomatligiga putur yetkazmaslik har kimning ham qo'ldan kelavermaydi. Ayrimlar ayni shunday tanglik vaziyatlarida shu qadar asabiylashadiki, bilganini ham yodidan chiqarib, boshqa "ko'chalarda" sarson bo'ladi. Tez moslashuvchanlar esa aksincha, murakkab vazifalarni hal qilish, tez fursatda muammoli holatdan chiqish, to'g'ri qarorlar qabul qilish sharoitida o'zgacha ilxomlanadi, yangi "tashvishlarni" kutib turgandek, qandaydir ko'tarinkilik, kuch-g'ayrat bilan ishga kirishadi. Tabiiy, qon bosimining, yurak urishining o'zgarishi yuqorida qayd etganimiz – ikkala holatda ham deyarli bir xil darajada o'zgarishi, ya'ni ortishi mumkin, lekin birinchilarda bu ko'rsatgichlarning ortishi egasi foydasiga bo'lmasa, ikkinchisida konstruktiv o'zgarishlar bo'ladi.

Shu kabi tanglik holatlarida o'zini yo'qotib qo'yadiganlar, "tez sinadilar, o'zlarini nihoyatda lohas" sezadiganlarning toblari ham tez qochadi, o'zini qayerga qo'yishni bilmay, uyga qaytgach, o'chini yaqinlaridan olib, jizzakilashadi. Bel og'rig'i bilan xastalanganlarning aksariyat qismi aynan shunday toliqishlar qurbonidir. Ba'zilar esa yurak xurujlari, ko'rish qobiliyatining keskin pastlashi holatlariga ham kuzatiladi.

Shu nuqtai nazardan psixologiya fanida odamlarni asosan ikki toifaga bo'lishadi – "A" va "B" toifalar.

Birinchi toifalilarda mas'uliyat hissi shu qadar kuchliki, ulardagi maqsad va omadga, muvaffaqiyatga intilish hayotining mazmuniga aylangan, ular o'zlarini hurmat qiluvchi kishilar. "A" toifadagilar o'ta ishchan, hamisha o'zlarini nima bilandir band qila oladiganlar bo'lib, ular odatda dam olishni bilmaydilar, ya'ni bo'sh vaqtda salomatligi tiklash, asablarga tin berish odatini tez-tez buzadilar. Bunday odam hamisha boshqalarning u qilayotgan ishlarni bilishini, tan olinishni, maqtovlarga sazovor bo'lishni xohlaydi, shuning uchun ham o'z oldiga biror maqsad qo'ysa, uni bajarish davomida ham natijalarni, ya'ni qo'lga kiritgan yutuqlarini, keyingi niyatlarini birovlariga bildirib amalga oshiradi.

“A” toifali shaxs – odatda nizoli shaxsdir, shu bois bo’lsa kerak, bundaylar xizmat pog’onasida ko’pam yuqorilab ketolmaydi. Aynan shundaylar haqida Nobel mukofoti laureati, ingliz biolog M. Medavar yozib, ularni boshlang’ich sinf partasidayoq aniqlash mumkin, deb ta’kidlagan edi. Shu toifaga kiradigan bola masalan, maktabda o’qiyotganda, darsni qanchalik puxta tayyorlaganidan qat’iy nazar, hamisha qo’lini ko’taraveradi, o’qituvchi bergan barcha savollarga javobi tayyorday his qiladi o’zini, tez-tez ovozi ham chiqib ketadi, bu bilan boshqalarning yaxshi baho olishlariga xalaqit beradi. Doimo o’qituvchi unga e’tibor berib, undan savollarga javob olaverishini, o’zini ko’rsatishni juda yaxshi ko’radi. Bir qarashda faol va tirishqoq ko’ringan bu bolada ba’zan ayni shu sifati tufayli sinfdoshlari bilan kelishmay qolishi mumkin.

Ikkinchi – “B” toifalilar esa boshqacha: ular bosiq, vazmin, hych shoshganini ko’rmaysiz, o’zlariga unchalik katta mas’uliyat ham olmaydi, qo’shimcha vazifalarni ham olmaydi. Lekin dam olishga kelganda, ular juda usta, tiniqib uxlashni yaxshi ko’radi.

“B” tiplar ataylab ta’tillar olib, unda puxta ishlab chiqilgan jadval asosida dam olishni yaxshi ko’rishadi, bu ishga oila a’zolarini ham jalb etadi, shu xislati bilan ularni ham avaylaydi. Biror ishni qilish kerak bo’lsa, shoshmay, sekin, vazminlik bilan boshlaydi, sarosimaga tushmay bajaradi, qiyinchilik va tashvishlarga chidamli, hayotdagi turli mashmashalarni ham bosiqlik bilan qabul qiladi. Rahbarning har qanday topshiriqlarini qonunday, falsafiy qarash bilan qabul qiladi, boshliq topshiriq bersa, mamnuniyat bilan bajarishga kirishadi, “nega menga buyuraveradi” degan fikr hych qachon bo’lmaydi, faqat ba’zan muddatidan kechikib ishni bajarishi mumkin.

Demak, xulosa qanday? “A” toifadagi odamlar kuchli bo’lib, turmushda kirishuvchan, moslashuvchan, maqsadli, lekin o’z salomatligini asrash borasida “B” dan orqada qoladi. Chunki ulardagi o’ta jonsaraklik, tirishqoqlik, ba’zan agressivlik sifatlari borki, bu uning xalovatini buzadi, demakki, asabini ham bora-bora charchatadi. Lekin ikkinchi toifa vakillarida ham muammo yo’q emas. Ulardagi o’ziga ishonchning sustligi va o’zi to’g’risidagi bahoning pastligi ana shunday salbiy omildir. Shunday bo’lsa-da, ikkalasidagi ijobiy tomonlarni ajratib olish mumkin va oqil va fozil inson yaxshisidan ibrat olib, o’zi uchun to’g’ri xulosalarni qilishi lozim.

Ikkala toifa vakillarida ham salomatligini o’zi asrashi uchun imkoniyat, zahira mavjud, umumiyliigi shundaki, ikkalasi ham hayotdagi yo’lini aniq tasavvur qiladi, umumiy talab shuki, ularning ma’anaviyati boy bo’lishi kerak. Chunki ruhan sog’lom odam hamisha aniq-ravshan qarorlar qabul qiladi, bu qarorlar odatda jamiyat normalariga, ko’pchilik e’tirof etgan axloq qoidalariga zid bo’lmaydi. Umuman, bu o’rinda yana bir bor shaxs ma’anaviyati va axloqiy qiyofasining uning salomatligiga bevosita bog’liqligini ta’kidlash joiz. Zero, ma’nan pok insonning har bir xatti-harakati, mehnati, tutumlari hych kimning manfaatiga zid bo’lmaydi, aksincha, u halol mehnati, sof vijdoni, adolatligi, sabr-toqati, yangiliklari yaqinlariga, qarindosh-urug’lari, mahalla-kuyga, yaxlit jamiyatga foyda keltirishidan mamnun yashaydiki, bu uning kayfiyatini ko’taradi, ruhini tetiklashtiradi. Atrofimizda ertadan kechgacha tinimsiz izlanib, ishlab kun ko’rayotgan, lekin charchoq hissini bilmaydigan, tinimsiz harakatidan nolimaydigan yuksak fazilatli, bama’ni odamlar ko’p. Ular kasal ham bo’lmaydilar, zero, “harakatdagi barokat” nafaqat qornini to’ydiradi, balki uning salomatligini ham kafolatlaydi, muhimi o’zgaralar bilan ziddiyatlardan o’zini asray bilsa bas.

15.8. Salomatlik gigiyenasi va profilaktikasi

Murakkab o'zgarishlar, evrilishlar, psixogen ta'sirlar inson ongini jumbushga keltirgan sharoitda qanday qilib sog'liqda risoladay tutish mumkin, deb berilgan savolga psixologlar ham, tibbiyot xodimlari ham bir ovozdan xursand bo'lishni bilish kerak, kayfiyatning yaxshi tizginini qo'ldan chiqarmaslik kerak, deb javob berishlari tayin. Ayniqsa, tongning yorishishi va bahorning go'zalligiga quvonish eng mos keluvchi omillardir, deyishadi olimlar. Zero, xush kayfiyat – inson dili va tani uchun eng samarali, yaxshi malhamdir. Yana u har bir insonga xos va o'ta tushunarli holat.

Agar atrofdagilarga e'tibor bergan xushchaqchaq odamlar hayotdagi turli mashaqqatlar, qiyinchilik, muammolarga nisbatan dadil turib bera olishlari bilan boshqalardan farq qiladilar. Ularda tibbiyot xodimlari tili bilan aytilganda "qo'rquv garmoni", "o'zini yo'qotib qo'yish garmoni" bo'lmaydi. Amerikalik olimlar 20 yil mobaynida 5 mingdan ortiq talabalarning xulq-atvorni kuzatib shu narsani aniqlaganlarki, odatda jizzaki, urushqoq, agressiv talabalarda oliygohni bitirib chiqib ketgandan keyin ham ularning qoni tarkibida xolesterin miqdori ham. qon bosimi ham yuqori bo'larkan, aynan o'shalar turli xil zararli odatlarga beriluvchan bo'lar ekanlar. Ana shu garmonlarning bo'lmasligini psixologlar quyidagi omillar tushuntirishadi:

Taassurotlarning xilma-xilligi

Ko'rgan barcha narsalardan o'ziga yarasha taassurot ola biladigan, yaxshi va go'zal narsalardan zavqlanishni biladiganlarda barcha ruhiy va fiziologik jarayonlar yaxshi kechadi. Psixolog olim, akademik *P.K.Anoxinning* yozishicha, turmush tarzimiz qanchalik shiddatli va tug'yonlarga to'la bo'lmasin, agar biz muayyan siqilishlar, asab tarangliklari davri bilan xotirjamlik, dam olishni oqilona uyg'unlashtira olsak, bir davrni boshqachasi bilan almashtira olsak, gipertonik kasalliklarga chalinmaslik mumkin. Chunki har qanday ish, u qanchalik mas'uliyatli va og'ir bo'lmasin, uning ma'lum yakuni bo'ladi, undan keyin dam olish me'yorini aniq bilishimiz kerak.

Asablarga, tan-vujudga tin berishning muhim omillaridan biri uxlashdir. Agar odam bir sutkada o'rtacha 7-8 soat uxlasa, salomatligiga foyda bo'lishini unutmazligi kerak. 5 soatdan kam uxlash ham, 10 soatdan ortiq uxlash ham organizmga foydali emas. Bundan tashqari, har bir odamning bo'sh vaqtini o'tkazadigan ermagi bo'lishi kerak. Masalan, mashhur vrach *S.P.Botkin* bo'sh vaqtlarida matematika bilan, oftalmolog-xirurg *V.P.Filatov* rasm chizish bilan shug'ullangan.

Musiqani sevish

Har qanday yaxshi ohang va kuy charchoqni oladi, uyquni keltiradi, yurak faoliyatini muvofiqlashtiradi. U odamdagi taranglikni susaytirib, kayfiyatni yaxshilaydi, odamni tetik qiladi. Faqat shuni unutmazlik lozimki, o'ta shovqinga boy, baland qilib eshitiladigan musiqa, odamning qulog'ini qomatga keltirib, aksincha, uni charchatishi, asabiy qilib qo'yishini unutmazlik kerak. Yoshlar ana shunday musiqaga o'ch bo'lishadi, lekin uni yoshlikning zavqi bilan bog'laydigan bo'lsak, u ham muayyan me'yorda bo'lgani yaxshi.

Tabiatni sevish

Tabiatni sevish, daraxt barglarining shivirlashlari-yu, atrof muhitning go'zal ko'rinishlari, yilning har bir faslida undan eng chiroyli manzaralarni ajrata bilish inson ruhiyatini tinchlantiradi, rohat baxsh etadi. Imkon qadar odam yon atrofidagi istirohat bog'imi, dala-qirmi, ko'm-ko'k yashil daraxtlar og'ushidami, hattoki, kompyuter oldida turgan yam-yashil gulgami qarab, ulardan bahra olishni bilishi kerak. Ayniqsa, ochiq, oftobli kun inson organizmiga kuch beradi, ne baxtki, serquyosh yurtimizda bunday imkoniyat juda ko'p.

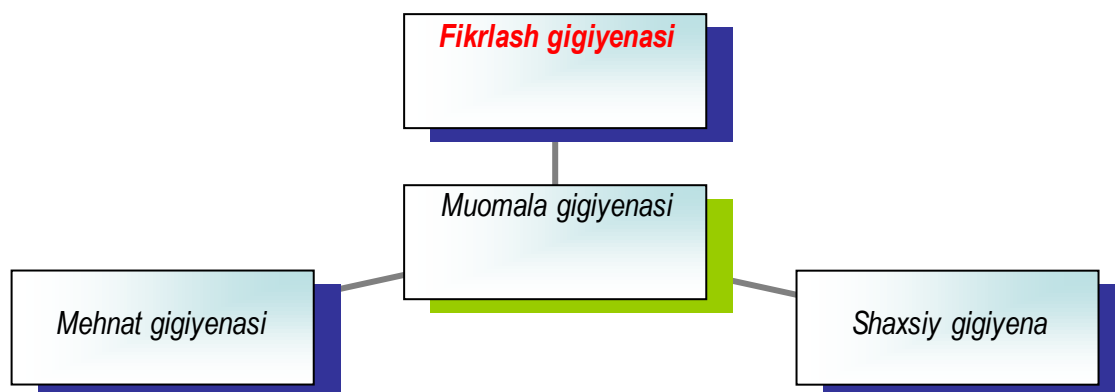
Bolalar bilan muloqot

Kichik yoshli bolalar o'zlarining tabiiy ehtiyojlari, kattalarga bog'liqligi bilan odamga o'ziga xos xursandchilik baxsh etadi. Ayniqsa, o'zbekistonliklar bolajon bo'lib, 5 yoshgacha bo'lgan bolalarni biz boshqacha sevamiz. Til tushunmas, chaqaloq bilan bo'ladigan mehrlu suhbat ham insonga orom beradi, dunyo tashvishlaridan yiroq qilib, salomatligini asrashga imkon beradi. Bola bilan bo'ladigan har qanday muloqot, o'yin, ularni nimagadir o'rgatish salomatlik uchun o'ta foydalidir. Shuning uchun o'zbeklarda "bolali uy bozor, bolasiz uy mozor" degan naql borki, uning ma'nosi yosh bola bilan muloqot qilishdan mahrum bo'lgan odamlarning asablari juda tarang, ancha agressiv, hayotdan norozi bo'ladi.

Gigiyenik "uchlik" + plyus

Tibbiyotning juda ko'p allomalari bu fanning kelajagi salomatlikni oldindan muhofaza qiluvchi tadbirlarga bog'liq ekanligini ta'kidlab, bunda gigiyenaga alohida e'tibor berganlar. Gigiyena so'zining kelib chiqishi *lotincha* bo'lib, salomatlikka "shifobaxsh etuvchi" ma'nosini bildiradi. Inson salomatligini kafolatlovchi salomatlikning uch o'zagi, tarkibiy qismi borligi uqtiladi. Biz unga yana bir "plyus" qo'shib, "fikrlash gigiyenasi" atamasini kiritdik.

Inson **mehnat** qilmay yashay olmaydi, lekin mehnatda ham me'yorni bilish lozimki, haddan tashqari, charchash, o'zini oldirib qo'yish to'g'ri emas. Shuning uchun har qanday ish-amalni aynan tetik paytda, kunduz kuni amalga oshirish, ish orasida vaqtda ovqatlanish, ruhiyatiga yengillik beradigan omillar, masalan, ish stolida suygan biror o'yinchoq yoki yoqtirgan narsaning bo'lishi, ko'zlarga tin beruvchi gul yoki uning o'rmini bosuvchilar, toza havoning bo'lishi, changdan imkon darajasida o'zni himoya qilish kabilarni unutmaslik lozim.



56-rasm. Salomatlikni kafolatlovchi gigiyenik o'zakning tarkibiy qismlari

Hozirgi vaqtda ko'pchilik kuniga tishni kamida ikki marta tozalash lozimligini yoki imkon qadar dush ostida cho'milib turish salomatlikka zarurligini biladi, lekin yon-atrofidagilar bilan yaxshi, samimiy **muomalaning** undan foydali ekanligini bilmaydi. Ish-faoliyat yoki o'qish chog'ida yonidagilarga hurmat-ehtromda bo'lish, ularning o'zinikidan farqli fikrlarga nisbatan sabrli bo'lish, bag'rikenglik, o'zgaralar fe'l-atvoridagi nuqsonlarni kechira olish kabilar borki, ular ruhiy xotirjamlikning asosiy omillaridandir. Albatta, o'zining asab tizimidan kelib chiqib, ayrimlar juda tajang, jizzaki bo'ladi, o'zini tuta bilmaydi, o'zinikini to'g'ri deb turib oladigan qaysarlar ham bor. Lekin ularning shu fe'lini, Alloh bergan sifat deb unga nisbatan sabr-toqatli bo'lish, aqlli odamning, ayniqsa, rahbarning muhim fazilatidir. Ish jarayonida ayniqsa, rahbar odam shunday holatlarning guvohi bo'ladiki, ayrim odamlar ataylab urishgisi, yo'q yerdan nizo chiqargisi keladi. Bunday odamning nochorligini to'g'ri tushunish, kerak bo'lsa, uning ayrim fikrlarini, norizochiligini eshitib, eshitmaganga olish, yoki uning jahliga faqat tashqi ifodada jahldor bo'lganday o'zini tutish kabilar vaziyatdan osonroq chiqishga, asabni taranglashtirmaslikka olib keladi. Ayniqsa, jahldor rahbar bilan muloqotda og'ir va bosiq bo'lish, uning jizzakiligi, turli xil odam bilan muomalaga kirishishga majburligi, charchaganligining oqibati deb qarash foydaliroqdir.

O'rta asrlarda yashagan ma'rifa'parvar alloma Muhammad Husayn yaxshi va yomon suhbatdoshlar haqida shunday yozgan edi: "O'zingni yomon kishilar suhbatidan uzoq tut, chunki yomon kishilar suhbatini jahannam o'tidan ham yomonroqdir. Har suhbatning bir ta'siri bo'ladi. Chunonchi, yaxshi kishilar suhbatini fazilatni oshirsa, yomon kishilar suhbatini zahmatni oshiradi". Bu o'rinda zahmatni u eng avvalo salomatlikni yo'qotishda deb tasavvur etgan.

Fikrlash gigiyenasi

Sog'lom turmush tarzining inson salomatligini mustahkamlashdagi roli beqiyos. Lekin bu ham yetarli emas. Doktor *Neverestning* yozishicha, "Fikrlash gigiyenasi – inson o'z ongini hayotida amal qilishi lozim bo'lgan o'ta muhim qoidadir. Fikrlash tarzi to'g'ri bo'lgan odamda muammolar ham kam bo'ladi, salomatlik ham mustahkam bo'ladi". Zero, har birimiz hayotimiz mobaynida necha marta "yomon xayollar, fikrlar kallaga kelganligi tufayli" aziyat chekkanmiz. Vaholangki, "Qo'rqqanga qo'sh ko'rinar" deganlaridek, nimadan qochsak, ko'pincha aynan o'shanga borib urilamiz. Yaxshi narsalarni, yaxshilikni o'ylasak-chi? Yomonlik ham silliqroq o'tadi, chunki yaxshi fikr ishonchni tug'diradi, ishonch esa kerak bo'lsa, "o'lganni ham tiriltiradi". Demak, yaxshi fikrlarimiz bizning eng yaxshi qurolimiz, faqat uni o'rinli ishlata bilishimiz lozim.

Olimlar ba'zan ayollardagi fikrlash tarzi sog'lomroqmi yoki erkaklardami, degan savolga javob qidiradilar. To'g'ri, ayolning oiladagi o'rni beqiyos, uning kayfiyati, muomalasi, muammolarga qarashiga ko'p narsa bog'liq. Tarix ayolning oiladagi muammolarni yechish orqali o'z atrofida ijobiy muhitni hosil qilish orqali juda katta, global muammolarni hal qilishga ham qodirligini biladi. Xalq tabobatida yaxshi gap, ishonch hosil qilish orqali odamlarni davolaydigan tabiblar orasida ham ayolar ko'p. Demak, ma'lum ma'noda ayollarning mental maydoni erkaklarnikidan kengroq va samaraliroq ekanligi to'g'risidagi xulosaga kelishimiz mumkin.

Umuman, oila a'zolarining oddiy o'zaro suhbatlashish mahorati, ularning o'zaro muloqotda bo'lish vaqtlarining ko'lemi oiladagi ijobiy psixologik muhitga bevosita ta'sir qilishini bilamiz. Bunda o'sha oila a'zolarining fikrlash tarzi, intellektual salohiyati, muomalaga ustaligi

ustivor rol o'ynaydi. Masalan, ko'plab adiblar, san'atkorlar, olimlar oilasidagi o'ziga xos ma'naviy muhit haqida ko'p yozilgan. Masalan, yozuvchi adibimiz Abdulla Qahhor va uning rafiqasi Kibriyo Qahhorovanning o'zaro munosabatlari, bir-birlariga mehri, do'stona muomalalari haqida juda ko'p yozilgan. Bunday oqil munosabatlar o'z navbatida adiblarning ijodlariga ijobiy ta'sir ko'rsatib, umrlari davomida sog'lom turmush tarzini boshdan kechirganlar.

Bunday oilalar O'zbekistonda juda ko'p, ular boshqalarga o'rnak bo'lib, uni mustahkamlab turgan narsa avvalo shirin so'z, samimiy muloqotdir va bu oilada a'zolarning salomatligida ham muammolar kam bo'lishidir. Demak, har birimizda aqlimiz, fikrlash tarzimiz va intellektual salohiyatimizga bog'liq ravishda o'zimizga xos mental energiyamiz bor ekanki, aynan shu maydon tufayli biz o'z salomatligimizni ongli tarzda boshqarishimiz mumkin. Rus olimasi *L.G. Puchko*¹¹ aynan shu energiya vositasida ko'plab kasalliklarni diagnostika qilish va davolash yo'llarini ko'rsatgan.

Shaxsiy gigiyena insonning o'z tani va ruhiyatiga nisabatan befarq emasligida ifodalanadi. Taniqli rus yozuvchisi L.N. Tolstoy haqida *Stefan Sveyg* shunday yozgan: "Tolstoy umrining oxirigacha ham astoydil xastalanmagan; uning sezgi a'zolari hamisha safarbar holatda bo'lgan, ularni ataylab nimagadir undash shart emas edi. Masalan, ataylab tetiklantiruvchi omillar, may yoki qahva ichish shart emas; suzish orqali, hirslarini qondirish orqali o'zini tinchlantirish unga yot, aksincha, uning sezgi organlari shunchalik intizom bilan unga bo'ysunar ediki, har qanday istak, faollik uchun ular hozir edi. 67 yoshida u velosipedda yurishga, 70 yoshida – konkida uchishga o'rgandi., 80 yoshida – har kuni mushaklarini gimnastik mashqlar bilan chiniqtirardi". Bularning barchasi buyuk so'z ustasining shaxsiy gigiyenaga rioya qilish uchun ruhiy quvvatga ega bo'lganligidandir.

Yuqoridagi kabi oddiy, odatiy xatti-harakatlarni muntazam bajara borib, inson o'zining ruhiyatini barqarorlashtiradi, xotirjam bo'ladi, kasal bo'lmaydi.

Bugun uchun dastur...

Rus olimi R.Kashapov inson o'z taqdiri va salomatligiga o'zi xo'jayin bo'lishi uchun "Faqat bugun" deb nomlangan dasturni tavsiya etadi. Quyida ana shu dasturni qisqacha mazmunini o'quvchi hukmiga havola etamiz:

1. Men bugun baxtliman. Men Avraam Linkoln so'zlarini o'zimga dasturamal qilib olaman: "Aksariyat odamlar baxtli bo'lishni astoydil niyat qilganliklari uchun baxtidirlar".

2. Bugun men o'zimni o'rab turgan hayotga moslashib olishga harakat qilaman. Men o'z oilamni, ish-yumushlarimni qanday bo'lsa, shundayligicha qabul qilib, ularning har biridan o'zim uchun qandaydir foydali jihatlarni ajratib olaman.

3. Men bugun o'z tanim-vujudimga g'amxo'rlik qilaman. O'rnimdan turib, jismoniy mashqlar qilaman, badanimni parvarish qilaman, imkon darajasida yaxshi ovqatlanaman. Men organizmimga zarar yetkazmaslikka, imkon boricha uni himoya qilishga urinaman. Men hayotdan zavqlanishim uchun tanim-vujudim sog'lom va tetik bo'lishi kerak.

4. Bugun men o'z aqlim va farosatimni o'stirishga harakat qilaman. Buning uchun biror foydali narsani o'qiyman, mushohada qilaman. Aqlim zaiflashib ketishiga yo'l qo'ymayman. Men biror qiziqarli va foydali narsani o'qib chiqib, o'z o'y va fikrlarimni bir yerga to'playman.

5. Bugun men qalbinning toza, ma'naviy jihatdan boy bo'lishiga ko'mak beruvchi ish

¹¹*Puchko L.G. Biologiya dlya vsekh. – M.: Knizniy dom ANS, 2000.*

bilan band bo'laman. Buning uchun men bildirmagan holda kimgadir yaxshilik qilaman. Shundan so'ng qilgim kelmay yurgan ikkita ishni bajaraman. Men ularni "ko'nglim uchun, bajonidil" bajaraman.

6. Men bugun odamga nisbatan mehribonroq bo'laman, ularning ko'ngliga qarayman, imkon qadar ularga avvalo kiyim-boshim bilan yaxshi ko'rinishga, yaxshi taassurot qoldirishga harakat qilib, yumshoq tonda, samimiy gapiraman, xushmuomala bo'laman, xushomad qilishga astoydil kirishaman. Shu sabab bugun birovni tanqid qilishdan, kimnidir dilini ranjitishdan, kamchiliklarini yuziga solishdan va aql o'rgatib, tartibga chaqirishdan o'zimni tiyaman.

7. Men bugun bir kunda bajarilishi mumkin bo'lgan ishlargagina kuchimni sarflayman, chunki birdan hamma narsani hal qilish, bajarish mumkin emas-ku.

8. Bugun uchun amalga oshiriladigan barcha ishlarimni hoziroq soatma-soat yozib chiqaman. Hozirning o'zida birdan uni bajarishga kirishmasamda, baribir ish jadvalimni tuzib chiqaman. Bu ishim meni ikkita xatodan asraydi – shoshilib xato qilishdan va ikkilanishdan.

9. Aynan bugun yarim soat men yolg'iz qolib, xotirjam bo'lishga harakat qilaman. Bu vaqtda men Alloh haqida o'ylayman, uning marhamati va kuchim bilan kelajagimni rejalashtirishga intilaman.

10. Aynan shu kundan boshlab men hech narsadan qo'rqmayman. Chunki men o'zimni baxtli hisoblayman, go'zallikdan bahra olib, kimgadir kerakligimga, kimdir meni ham sevishiga ishonaman.¹²

Bu dastur aynan bugun Sizga kerak emasday tuyulsa-da, payti kelganda undan foydalana olish yoki yaqinlaringizga tavsiya etishingiz mumkin bo'ladi.

15.9. Asosiy tushuncha va atamalar

Salomatlik psixologiyasi; salomatlik g'oyasi; ota-onaning savodxonligi; to'g'ri fikrlash tarzi; biologik bosqich; ijtimoiy omillar; psixologik moslashuvchanlik; baholash mezonlari; psixologik muvozanat; muvofiqlik mezonlari; ma'naviyatlilik; pul psixoterapiyasi; axloqiy salomatlik; ortobiotika; ortobioz; boshqaruv ortobiotikasi; psixologik tiplar; salomatlik gigiyenasi; profilaktika; fikrlash gigiyenasi.

15.10. Rezyume

Shunday qilib, olib borilgan nazariy va amaliy natijalar tahlili "Salomatlik psixologiyasi"ni fan hamda amaliyot sifatida gavdalantradi. Bu psixologiya fanida tamomila yangicha yondoshuv hisoblanib, oila va salomatlik g'oyasi bugungi kunning dolzarb muammolaridan sanaladi. Sog'lom bo'lishning psixologik asoslari har jihatdan ota-onaning savodxonligi, ziyrakligi va to'g'ri fikrlash tarziga bog'liq. Salomatlikni ta'minlovchi zarur biologik hamda psixologik bosqichlar esa, shaxsning ruhiy kechinmalari va psixologik salomatligiga tahdid soluvchi omillar sifatida, aynan, ijtimoiy omillar ekanligini yana bir karra tasdiqlaydi. Shu bois, mutaxassislar hamda zamonaviy fan ma'naviyatlilik psixologik salomatlikning bosh mezonini ekanligini e'tirof etadi.

¹²Kurs prakticheskoy psixologii, ili kak nauchitsya rabotat i dobivatsya uspexa: Uchebnoye posobiye dlya visshogo upravlencheskogo personala / Avtor-sost. **R.R. Kashapov.**-Ijevsk, 1996. - S. 428.

15.11. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Oila va salomatlik g'oyasi deganda nimani tushunasiz?
2. Sog'lom bo'lishning qanday psixologik asoslari bor?
3. Psixologiya fanining predmeti nima va uni qisqacha tushuntirib bering?
4. Salomatlikni ta'minlovchi zarur biologik hamda psixologik bosqichlarning qanday o'zaro bog'liqligi mavjud?
5. Psixologik moslashuvchanlik va muvozanatni baholashning qanday mezonlari farqlanadi?
6. Nima uchun ma'naviyatilik psixologik salomatlikning mezoni sifatida baholanadi?
7. Boshqaruv ortobiotikasi deganda nimalarni bilasiz?
8. Ortobioz nima?
9. Salomatlikni asrash mezonlari va "A" va "B" – psixologik tiplarni mohiyatini nimalar tashkil etadi?
10. Salomatlik gigiyenasi va profilaktikasining psixologik tasnifi qanday?

15.12. Bibliografiya

- Karimov I.A.* Biz kelajagimizni o'z qo'limiz bilan quramiz. – 7-jild. – T.: O'zbekiston, 1999.
- Milliy istiqloq g'oyasi: asosiy tushuncha va tamoyillar. – T.: O'zbekiston, 2001
- BMTning Inson huquqlari deklarasiyasi // "Inson huquqlari: o'quv qo'llanmasi". – T.: Adolat, 1998.
- XXI asr oilasi konsepsiyasi. – T.: 2002.
- Adler A.* Ponyat prirodu cheloveka. – SPb.: Akademicheskij projekt, 1997.
- Aleshina Yu.Ye.* Individualnoye i semeynoye psixologicheskoye konsultirovaniye. – M.: NF "Klass", 1999.
- Alperovich V.D.* Gerontologiya. Starost: Sosiokulturniy portret. – M.: Prior, 1998.
- Andreyeva T.V.* Sosialnaya psixologiya semeynix otnosheniy. – SPb.: 1998.
- Vasila Karimova.* Salomatlik psixologiyasi: yoxud sog'lom bo'lish uchun ruhiyatni boshqarish sirlari. – T.: Yangi asr avlodi, 2005. – 71 b.
- Vafoqulova U.* Sog'lom oila – sog'lom avlod poydevori. – T.: Ibn Sino nashriyoti, 2001.
- Yesim G.* Proshloye v nastoyashyem (Opit filosofskoy prozi). – Almati, 2003.
- Zdorovoye pokoleniye – budushyeye Uzbekistana. – T.: O'zbekiston, 2001.
- Yermolayeva M.V.* Prakticheskaya psixologiya starosti. – M.: Eksmo, 2002.
- Inomova S.T.* E'zozli ayol iqboli. – T.: O'qituvchi, 2005.
- Kvinn V.* Prikladnaya psixologiya. – SPb.: Izdatelstvo "Piter", 2000. – 560 s.

XVI Bob

SHAXS VA KONFLIKTLAR

Bobning qisqacha mazmuni

Konfliktlarning turlari va sabablari. Psixologiya fanida konfliktlarning katta guruhlarga ajratilish ketma-ketligi. **Ijtimoiy-psixologik konfliktlar.** Konfliktni keltirib chiqaruvchi ijtimoiy-psixologik sabablar va ularning tasnifi.

Pedagogik konflikt. Tengdoshlar va o'qituvchilar bilan sodir bo'ladigan kelishmovchiliklarning kelib chiqish sabablari. Pedagogik jarayonda shakllanadigan konfliktlar. Talabalar yoki talaba-o'qituvchi orasidagi konfliktning tevarak-atrof ko'rsatadigan ta'siri. Kichik guruhlarda yuzaga keladigan konfliktlar.

Shaxsning ichki (o'zi bilan o'zi) ruhiy konflikti. Amerikalik psixolog Jeffri Yangning bu boradagi qarashlari. Ijtimoiy-psixologik tahlillar. Yosh davrlari va konflikt. Talabalar psixologiyasi. Professor E.G'oziyevning shu yo'nalishdagi tadqiqotlari mazmuni.

Oiladagi konfliktlar. Oilaviy konfliktlar va ularning qisqacha psixologik tahlil. Psixokorreksiya. Psixolog yordamiga muhtoj insonlarga berilgan ayrim tavsiyalar mazmuni.

16.1. Konfliktlarning turlari va sabablari

Juda ko'p shaxslararo, jamoalararo (guruhlararo) va boshqa konfliktlarning uzoq davom etishi va ko'pgina salbiy oqibatlarga olib kelishiga sabab konflikt qatnashchilari va atrofdagilarning konfliktning oqibatlari nimaga olib kelishini oldindan idrok eta olmasliklaridir. Shaxsning, jamoaning, davlatning tinchligini, barqarorligini buzuvchi konfliktni, kelishmovchiliklarni oldindan ko'rish mumkinmi?

Bu savolga Prezidentimiz I.A.Karimovning "O'zbekiston XXI asr bo'sag'asida: xavfsizlikka tahdid, barqarorlik shartlari va taraqqiyot kafolatlari" asaridagi fikrlar javob bo'la oladi. Davlat boshliqlarining, mohir lashkarboshilarning, ilmu fan arboblarning o'ziga xos qobiliyati shundaki, ularga Oллоh Taolo oldindan bilish, kelajakni ilmiy bashorat qilishdek his-tuyg'usini, bilimlarni beradi. Asar 1997 yilda yozilgan bo'lib, muallif besh yil oldindan insoniyatni AQShning Nyu-York va boshqa shaharlarida 2001 yilda bo'lgan terrorchilik harakatlarini, qo'shni Afg'onistondagi toliblar va boshqa shunday tuzumlarning qanchalik xavfli ekanligini go'yoki oldindan ogohlantiradi.

Diqqat qiling: "...mintaqaviy mojarolar jamiyatimiz farovonligi va respublikamiz taraqqiyoti uchun qanday xavf tug'dirmoqda? Bir qarashda, O'zbekiston chegaralariga yaqin joylarda yuz berayotgan barcha konfliktlar davlatimizdagi siyosiy, iqtisodiy va ijtimoiy barqarorlikni saqlab turishga bevosita aloqasi yo'qdek tuyuladi. Bundan buyon ham tashvishli hodisalar bizni chetlab o'z yo'lida rivojlanaveradi, barqarorlik o'z-o'zicha saqlanaveradi, mamlakatning kelajagi esa o'z-o'zidan ta'minlangan, deya fikr yuritishni ham siyosiy, ham fuqaroviy kaltabinlikdan boshqa narsa emas, deb hisoblaymiz.

Insoniyat sivilizasiyasining rivojlanish tarixi, ayniqsa har jihatdan bir-biriga bog'liq bo'lib qolgan hozirgi dunyo sharoitida, shundan aniq dalolat berib turibdiki, alohida olingan bir davlatdagi har qanday mojaro uzoq vaqt davomida milliy chegaralar doirasida qolib keta olmaydi"¹³, degan fikrlar o'zining o'ta dolzarbligi bilan har jihatdan psixologik xarakter kasb etadi.

Prezident I.A.Karimov ta'kidlaganidek, uzoq va yaqin tarixiy (jumladan, ijtimoiy ham) tajribalar shuni ko'rsatdiki, har qanday konfliktga befarq bo'lmaslik kerak. Doimo ogoh bo'lish, kelishmovchiliklarning oldini olish hayotda va jamiyatda muvozanat va rivojlanishni ta'minlaydi.

Konfliktlarning eng dahshatlisi bu urush bo'lib, xalqlar boshiga mislsiz baxtsizliklarni keltiradi. Masalan, Napoleonning urushlarida 3,7 million, Birinchi jahon urushida 10 million, Ikkinchi jahon urushida 55 million kishi halok bo'lgan.

Tabiatga, moddiy boyliklarga va boshqa unsurlarga urushning keltirgan zararini qoplash uchun uzoq yillar mehnat qilishga to'g'ri keldi. Masalan: Ikkinchi jahon urushi 3,3 million kvadrat metr maydonida kechgan va bu yerlardagi o'simlik va hayvonot dunyosiga katta zarar keltirgan. Rossiyaning Kursk viloyatidagi Markaziy frontning 1943 yilda qazilgan transheyalar (zovurlar)ning uzunligi 5 ming kilometrga yaqin edi.

AQShning harbiy aviasiyasi 1966 yilda Vyetnamga 638 ming tonna aviabomba tashlagan. Bunday raqam va faktlarni cheksiz davom ettirish mumkin.

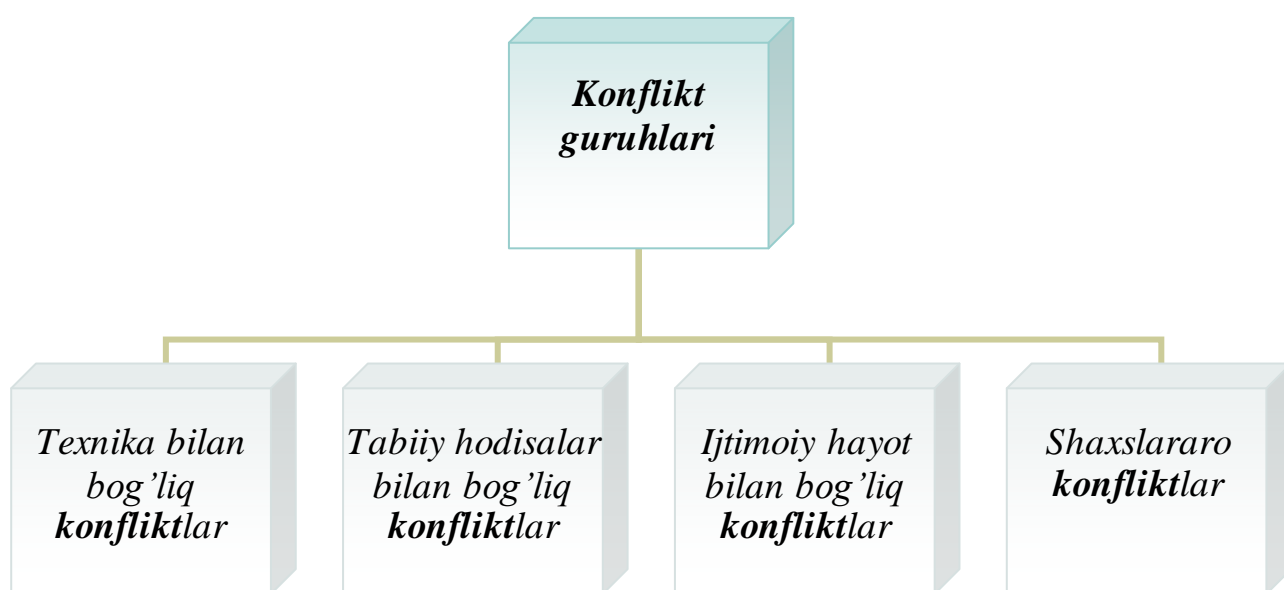
Shuning uchun ham butun dunyo xalqlari, Xalqaro hamjamiyat, O'zbekiston Respublikasi Prezidenti I.A.Karimov davlatimizda, mintaqamiz va jahonda tinchlik, millatlararo

¹³Karimov I.A. O'zbekiston XXI asr bo'sag'asida: xavfsizlikka tahdid, barqarorlik shartlari va taraqqiyot kafolatlari. – T.: O'zbekiston, 1997. – B.23-24.

totuvlik, jamiyatda ma'naviy barqarorlik, oilalar tinch-xotirjamligi uchun tinimsiz kurash olib bormoqdalar.

Psixologiya fanida mavjud barcha turdagi konfliktlar to'rtta katta guruhga farqlanadi:

✚ Texnika bilan bog'liq konfliktlarga mashinalar, zavod-fabrikalardan chiqayotgan tutun va shovqin natijasida yuzaga kelayotgan "Texnika-inson" kelishmovchiligini misol tariqasida keltirsa bo'ladi. Okean va dengizlar suvining ifloslanishi, atmosferada zaharli gazlar miqdorining oshib borishi, yerning va unda o'sgan meva va sabzavotlarda har xil kimyoviy moddalar, pestisidlar miqdorining normadan bir necha baravar yuqoriligi, kundan-kun o'rmonlar va ko'kalamzorlar maydonining kamayib borayotganligini o'zaro kelishmovchilik yuqori pog'onaga ko'tarilganligi deb tushunsa bo'ladi. Inson hatto o'ziga eng yaqin yordamchi hisoblangan kompyuterlarning ongini – intellekt manbai dasturlariga virus yuqtirib ularni majruh qila boshlaganini ham texnikaviy konfliktga misol sifatida keltirish mumkin. Bunday "Texnika – inson" konfliktlarini juda ko'p sohalarda ko'rsa bo'ladi.



57-rasm. Psixologiya fanida konfliktlarning katta guruhlarga ajratilish ketma-ketligi

✚ Tabiiy hodisalar bilan bog'liq konfliktlar Yer, yerning magnit maydoni, suv, atmosfera va boshqa unsurlar bilan bog'liq konfliktlar bo'lib, bu hodisalar ko'pincha insonning faoliyati, xatti-harakati, ongi bilan bog'liq emas. Ammo, keyingi yillarda insonning ekologik muvozanatning buzilishiga sababchi bo'lishi bilan yuzaga kelayotgan tabiat hodisalari haqida taxminlar bildirilmoqda.

"Inson – texnika", "Inson – tabiat" konfliktlarida qaysi tomon g'olib chiqadi? o'oliblar bo'lmaydi, lekin yaqin tirikchilik qiluvchi hamkorlar bo'ladi. Ammo, buning uchun u – inson, doimo bitta asosiy shartga amal qilib yashamasa, ya'ni o'zining biosferadagi o'rnini to'g'ri aniqlay olsa, o'zini tabiat deb nomlangan zanjirning bir halqasi ekanligini tan olgan holda, zanjirning uzilishiga sababchi bo'lsa o'ziga ziyon-zahmat kelishini (yetishini) tushunib, o'z faoliyatida axloqiy imperativlarni qoida qilib olib yashaydi.

16.2. Ijtimoiy-psixologik konfliktlar

“Bir kuni guliston, o‘rmon, dengiz va biyobon qushlari har biri o‘z guruhi bilan bir yerga jam bo‘lib, majlis tuzdilar. Ular muhabbat bilan navo tuzib, bazm tugagach, osmonga parvoz qilmoqchi edilar. Ammo bu yig‘inda ulardan hyech qaysisining tayin bir o‘rni yo‘q edi. O‘tirishda tartib bo‘lmagani uchun Qalog‘ (olaqarg‘a) to‘ridan, zog‘ (go‘ngqarg‘a) esa Bulbuldan va Qumrillardan yuqoriroqda o‘tirdi. Xod (kalxat) Shunqordan to‘rga chiqdi. Yurtachi (o‘laksaxo‘r qush) esa Tovusni ham nazar-pisand qilmay yuqoriga o‘tib ketdi. Hunarliklar o‘rnini behunarlar egalladi. Tojsiz qushlar to‘rga chiqib olishdi, tojdor qushlar esa poygohda qolishdi. Nihoyat – poygakdagilar konflikt chiqardilar, to‘rdagilar esa ularning so‘ziga quloq solmadilar. Natijada qushlar orasida g‘avg‘o, to‘polon ko‘tarildi. Ular sodir bo‘lgan ahvolni mojarolasha-mojarolasha qizg‘in muhokama qila boshladilar. Vaqt o‘tgan sari bu mojaro tobora oshib bordi¹⁴.

G‘azal, so‘z va til mulkingning sultoni, davlat arbobi A.Navoiy tomonidan tasvirlangan konflikt jarayoni ba‘zi bir jamoa va guruhlarda uchrab turadigan kelishmovchiliklarni eslatadi, albatta.

Toshkent shahridagi maktablardan birida direktorni boshqa ishga o‘tgan uchun uning o‘rniga yosh, ammo qaysidir maktabda o‘quv bo‘limining mudiri bo‘lib ishlagan ayolni tayinlashdi. Jamoa yangi rahbari iliq kutib oldi, ayniqsa, uning yoshligi va “men bu maktabda tartib o‘rnatishga keldim, o‘zim ham kuchimni ayamayman va Sizlardan ham shuni talab qilaman”, – deb ishonitirishi ko‘pchilikka yoqib qoldi.

Chunki eski direktorning ba‘zan o‘z bilganicha, adolatsiz qarorlar qabul qilishi o‘qituvchilar jamoasi qarshilik qilmasa ham hazm qila olmasdi.

Rostdan ham maktabda tartib, intizom ancha yaxshilanib qoldi. Oldingi direktorning “erkalari”ni yangi rahbar “joyiga o‘tkazib qo‘ydi”.Maktabning o‘quv jarayonida, tashqi va ichki ko‘rinishida sezilarli o‘zgarish yuz berdi. Lekin, yangi direktor yoshligi uchunmi yoki o‘zining qattiqqo‘lligini ko‘rsatish uchunmi, o‘qituvchilar bilan gaplashganda, yig‘ilishlarda qo‘pol, ortiqcha gapirganidan ayrimlar qattiq ranjy boshlashdi. Shundaylar orasida maktabning o‘quv bo‘limi mudiri ham bo‘lib, u ancha tajribali, jamoada o‘rni va obro‘sigaga ega edi. Yangi direktorning o‘zidan ancha yosh bo‘lishiga qaramasdan ayrim vaqtda qo‘pol munosabatda bo‘lishi mudirning nafsoniyatiga tegdi. U bir-ikki marta rahbarga odamlarga nisbatan munosabatini o‘zgartirishni maslahat berdi. Asta-sekinlik bilan maktab jamoasi ikkiga bo‘linib, bir qismi rahbar atrofida, ikkinchi qismi mudir atrofida kichik guruhchani tashkil etdilar. Tashqaridan qaraganda bu holat sezilmas, odamlar bir-biri bilan oldindagiday quyuq salomlashar, birgalikda tadbir o‘tkazishar, lekin o‘rtada o‘zaro ishonch yo‘qolib, “o‘zimizniki” va “dushman tomon”ga jadal ravishda taqsimlanishdi. Har bir guruhcha o‘zining keyingi harakat taktikasini va strategiyasini burchak-burchakda yashirincha muhokama qilardi.

O‘zaro tortishuvlar, bir-birining ustidan shikoyat xati yozishlar, kichik-katta yig‘ilishlarda dahanaki janglar avj oldi. Ba‘zi birovlarining asabi chidamasdan ishdan bo‘shash haqida ariza yozdi. U konflikt agarda shunday davom etsa, nima bilan tamom bo‘lishini hyech kim bashorat qila olmasdi.

Yaxshiyamki, tuman Xalq ta‘limi bo‘limi bu konfliktga aralashib, direktor va mudirni ishdan olib, o‘rniga boshqa kishilarni tayinlash bilan barham berdi.

Konfliktning inson faoliyatiga (o‘qish va mehnat) va jismoniy-ruhiy sog‘ligiga qanday zarari mavjud?

XX asrning ikkinchi yarmida ilmiy-texnika inqilobi va har xil sohalarda konfliktlarning avj

¹⁴Navoiy A. Lison-uttayr. – T.: 1991. – B. 282.

olishi natijasida ruhiy va asab kasalliklarining soni ortib bormoqda.

Irsiy sabablardan tashqari, ruhiy va asab kasalliklarini keltirib chiqaradigan katta ikkita omil bor:

✚ *Shaxsning ichki (o'z-o'zi bilan) ruhiy konflikti;*

✚ *Shaxsning tashqi ijtimoiy muhit bilan konflikti.*

Konfliktning ruhiy turg'unlikka, ruhiy taraqqiyotga, rivojlanishga salbiy ta'sirini hech narsa bilan tenglashtirib bo'lmaydi. Konfliktni boshdan kechirgan yoki atrofdagilar bilan kelisha olmagan shaxslarda; tez xafa bo'lish, injiqlik, arzimagan narsa uchun janjal ko'tarish, atrofdagilarga ishonmaslik hissi kuchayadi. Ba'zan buning teskarisi - o'ta passivlik, yig'loqlik, birovga suyanib qolish, hamma yerdan va hammadan himoya izlash kabi belgilar namoyon bo'ladi. Kuchli stress vaqtida va undan keyin shaxsning ongida konflikt va uning kechishi, sabablari tinmasdan aylanadi, ba'zan o'zini ayblasa, ba'zan "qarshi" tomonni ayblaydi. Jiddiy narsalar haqida fikrlash, diqqatni bir yerga to'plash qiyinlashadi.

Kechasi uyquga ketish qiyin, uyqu yuzaki, tez-tez uyg'onib ketadi, ba'zan tushida ham kunduzgi kelishmovchilik davom etadi. Ko'pchilik mualliflarning, (jumladan o'zimizning ham) fikrimizcha, uyqu konfliktning faol qatnashchilariga ijobiy ta'sir etadi. Shuning uchun bo'lsa kerak konfliktli vaziyatlarning muhokamasini ertaga qoldiradilar. Sog'lom bosh miya mahsuli bo'lgan ong va ong osti ko'pincha har qanday muammoning ham yechimini uyqu davomida tayyorlab qo'yadi.

Konfliktning inson ruhiyati va asab tizimiga juda katta salbiy ta'siri bilan birga kuchli, surunkali stress va kelishmovchiliklarning xavfli tomoni shundaki, uyda yoki ishda tez-tez bo'lib turadigan konflikt shaxsning immun tizimini susaytiradi va endokrin tizimining ishini buzadi. Fiziologiya fanidan ma'lumki, surunkali stress va konfliktlar vaqtida organizmda adrenalini garmoni ko'proq ajraladi. Aslida bu gormonning vazifasi stress holatidagi organizmning hayot faoliyatini yuqori darajada saqlash, ya'ni yetarli energiya va kuch bilan ta'minlash. Birov bilan janjallashib qoldingiz, yuragingizning tez urayotganini sezasiz, qon tez aylanganidan va tomirlarning torayganidan yuzingiz qizaradi, tomirlar bo'rtib chiqadi, mushkingiz o'z-o'zidan qisiladi. Siz hujum qilishga va o'zingizni himoya qilishga tayyorsiz. Bu bosh miyadan kelgan impuls (buyruqlar) natijasida qonda ko'plab adrenalini gormonining paydo bo'lishi bilan bog'liq bo'lib, u ko'pgina ichki a'zolari (yurak, qon tomirlar va boshqalarni, hatto ba'zi birovlarining jahli chiqsa ishtahasi karnay bo'lib qancha ovqat yeganini bilmasdan qoladi, birovlarining qorni og'riydi) tez va faolroq ishlashga majbur qiladi. Endi ko'z oldingizga keltiring, shaxs tez-tez stress holatiga tushib tursa va organizmga adrenalini quyilib tursa, boshqacha aytganda, qon bosimi tez-tez oshib tursa, bu odat tusiga kirib sal hayajonlansa ham qon bosimi oshib ketadi. "Gipertoniya kasalligi" yoki tez-tez qulog'imizga chalinadigan «qon bosimi»ning oshishi shundan boshlanadi. Immun tizimning susayishi esa markaziy asab tizimining faoliyati bilan bog'liq bo'lib, asabiy bolalar va kattalarning har xil kasalliklarga tez berilishi kuzatilgan. Hatto ota-onaning o'zaro janjali 3-16 yoshdagi bola va o'smirlarga o'ta salbiy ta'sir etishi va ularning tez-tez somatik (ichki) kasalliklar bilan kasallanishlari aniqlangan. Surunkali stress va konfliktlarning shaxsning fikrlash va hissiy jarayonlariga salbiy ta'siri haqida avstraliyalik doktor Deymondning ta'kidlashicha, kuchli stress vaqtida o'ng va chap miya yarim sharlari orasida balans (muvozanat) buziladi. Har bir yarim sharning o'z vazifasi bo'lib, ming yillar davomidagi taraqqiyot davomida organizm va psixik faoliyat shunga moslashgan. Masalan: miyaning chap yarim shari – tafakkurni, og'zaki nutqni, mantiqiy fikrlashni, axborot to'plashni boshqaradi. Miyaning o'ng yarim shari – intuisiya, estetik va badiiy faoliyat, fazoviy yo'nalishlar, assosiativ-

tafakkur, shoshilish axborotlarni tayyorlash jarayonlariga javobgardir. Kuchli stresslar, konfliktlar yarim sharlar o'rtasidagi muvozanat buzilib, bir yarim sharning ish faoliyati o'ta kuchayib ketishi natijasida, u ikkinchi yarim sharni bosib qo'yadi. Yetakchilik qilgan yarim sharning ish faoliyati kuchayib, natijada shaxs bir tomonlama idrok etadigan, bir tomonlama tafakkur jarayoni amalga oshadigan bo'lib qoladi. Bunday kishi ijodiy, har tomonlama va erkin fikrlashdan mahrum bo'ladi.

16.3. Pedagogik konflikt

Pedagogik yoki auditoriyadagi konfliktning kelib chiqish sabablari quyidagilar:

I. Tengdoshlari va o'qituvchilari bilan kelishmovchilik kelib chiqishiga quyidagi toifadagi talabalar sabab bo'ladi:

1. Oilasi notinch, ota-onasi janjalkash bolalar ko'pincha auditoriyada jizzakilik qilib, arzimagan sabablar tufayli ham tengdoshlari bilan konfliktlashadi, ularni odatda guruhdoshlari va o'qituvchilari "tarbiyasi og'ir" deb ta'riflaydilar.

2. Kamol topishida nuqsoni bo'lgan – infanil bolalarda, o'ta erka tarbiyalangan yoshlarda bilimlar bilan tizimli shug'ullanish uchun iroda yetishmaydi. Hissiy qo'zg'alish va tormozlanish jarayoni kamchiliklar ham bilimlarni egallash va auditoriya jamoasiga kirishib ketishga to'sqinlik qiladi.

3. Ruhiy rivojlanishi sustlashgan va aqli zaif yoshlar ham darslar va berilayotgan bilimlarni o'zlashtirishi qiyinlashgani va murakkablashib borishi natijasida bilimlarning mazmuni va ma'nosini egallashga qiynaladilar, bu holat ularda janjalkashlikka moyillikni kuchaytiradi. Chunki dars ular uchun mashaqqatli – ish, ular ilojini topsa darsga kelmaydi, kirmaydi. Janjal qiladi.

4. Iqtidorli talabalar. Ular darsda berilayotgan bilimlar darajasidan qoniqmaydi. Zerikadi. Ko'pincha auditoriyadan ajralib qoladi. O'qituvchi bilan kelisha olmaydi, shu sababli o'zlashtirishdan orqada qolayotgan tengdoshlari ham, uning talabi va istagi darajasida dars berolmayotgan pedagog bilan ham konfliktga kirishga moyil bo'lib qoladi.

5. Doimo hammadan norozi, atrofdagilarga muxolifatda bo'lganlar. Bu talabalar ota-onasiga, o'qituvchilarga va boshqa kattalarga salbiy munosabatda bo'ladilar. Ularning gapiga ishonmaydilar. Mavjud tartib-intizomga bo'ysunishni istashmaydi. Qasddan darsdan qochib ketadi, ota-onasiga azob berish uchun o'g'irlik qiladi, arzimagan narsalarga janjal ko'taradi.

6. Birovlarga taqlid natijasida yuzaga keladigan konfliktlar. Talabalar yoki yoshlar o'zidan katta kishilarga, ba'zan kino aktyorlarga va boshqa sevimli qahramonlarga taqlid qilib auditoriyadagi tartib-intizomga, axloq normalariga rioya qilishni istamaydilar.

II. Pedagogik jarayonda shunday holatlar ham bo'ladiki, ularning asosiy sababchisi o'qituvchi bo'lib qoladi. 3-4 bosqich talabalari orasida o'tkazilgan so'rov natijalariga ko'ra, talabalarning yoshi va taraqqiyot darajasiga muvofiq ravishda o'qituvchilarning o'z talabalaridan noroziligi oshib, konfliktlar kelib chiqar ekan, ya'ni, o'qituvchi-talaba munosabatlarida kelib chiqadigan konfliktlar kelib chiqish sababiga ko'ra farqlanadi. Quyidagi hollarda konfliktga o'qituvchi sabab bo'ladi:

1. O'qituvchi doimo baqiradi, gapni oxirigacha eshitmaydi.

2. Alohida talabalarga ajratib, ularga ayri-ayri yaxshi munosabatda bo'ladi.

O'qituvchining "sevimli" talabalari bor.

3. Mayda gap. Talabalarni arzimagan narsa uchun ham jazolaydi.

4. Dars va darsdan tashqari jarayonlarda ham talabalarga mustaqillik bermaydi. Hamma narsa o'z aytganidek bo'lishini talab qiladi.

5. "Gunohkor"larning aybini hammaning oldida aytib, tengdoshlar oldida uning obro'yini tushiradi.

6. Kichkina bolalar bilan muomala qilgandek, muomala qiladi.

7. Talabalarning shaxsini hurmat qilmaydi, qo'pol ohangda gapiradi.

8. Agar talabalarning sirini bilib qolsa, uni hammaga aytadi.

9. Qiyinchiliklarda, qiynalganda tushunmaydi – yordam bermaydi.

10. Jahli tez.

III. Talabalar orasida yoki talaba-o'qituvchi orasidagi konflikt ikki kishi bilan chegaralanib qolmasdan, atrofidagilarning kayfiyatiga ham salbiy ta'sir etadi. Bu jarayon quyidagicha kechishi mumkin:

1) Auditoriya jamoasida 2 yoki bir necha talaba orasidagi konflikt darsning samaradorligiga salbiy ta'sir etadi. O'qituvchi va talabalarning ancha vaqti konfliktning muhokamasi bilan o'tadi.

2) Konflikt natijasida auditoriyani boshqarish kundan-kunga qiyinlashib boradi. Agar auditoriyada konflikt chuqurlashsa, o'qituvchining auditoriyani nazorat qilishi va boshqarish izdan chiqadi.

3) Konflikt natijasida auditoriyada hamjihatlik, hamkorlik, do'stlik munosabatlari sustlashib boradi.

Sharq mutafakkiri, mashhur tibbiy olim Abu Ali ibn Sino o'zining "Urjuza" ("Tibbiy doston") asarida inson hayotidagi hayvoniy hislar bilan aqlli his-tuyg'ular o'rtasida muvozanat buzilganda paydo bo'ladigan konflikt holatini quyidagicha tasvirlaydi:

G'azablanish qo'zg'atadi haroratni

Zarar etib, olur tandan halovatni

Qo'rqish sovuqlikni qo'zg'ar, o'ynar yurak

Haddan oshsa ba'zan odam bo'lgay halak.

Shodu hurrat kechsa hayot yayrar badan

Et semirib, ondan yetgay zarar ba'zan.

Ozg'inlarni o'ldiradi qayg'u beshak,

Kim ozmoqchi bo'lsa unga qayg'u kerak.

Insonning ruhiy va jismoniy sohasiga konflikt va uning asoratining qanchalik zararli ekanligi alloma bu misralarda naqadar mohirlik bilan tasvirlagan.

Jamoada (auditoriya jamoasi, mehnat jamoasi va boshqalar) har xil mavqyedagi shaxslar o'rtasidagi kelishmovchiliklar ancha murakkab kechadi. Jamoaning rasmiy¹⁵ va norasmiy¹⁶ yetakchilari va ayrim tengdoshlar orasida kelib chiqadigan kelishmovchiliklarda, agar jismonan kuchli bo'lsa, salbiy xulq-atvori va xatti-harakati bilan o'z atrofiga o'ziga o'xshagan "mushtumzo'rlar"ni to'plagan bo'lsa, auditoriyadagi jismonan kuchsiz, *xavotirlanish* darajasi yuqori, qo'rqoq, o'ziga ishonchsiz talabalarni ta'qib qilishi, zo'rlik bilan o'ziga bo'ysundirishi, ularni yomon yo'llarga boshlashi mumkin.

Kichik guruhlarda yuzaga keladigan konfliktlar

¹⁵Rasmiyyetakchi – guruhning saylangan yoki tayinlangan sardori.

¹⁶Norasmiyyetakchi – guruhdagi tengdoshlar orasida aqli, haozirjavoblighi, jismoniy kuchi va boshqa sifatleri bilan hurmatga sazovar talabalar.

Jamoada 2-4 kishilik kichik guruhchalarda yuzaga keladigan kelishmovchiliklarni o'qituvchilar sezmasdan qolishi mumkin. Bordi-yu, bunday kelishmovchiliklarning oldi olinmasa, o'z vaqtida janjalni keltirib chiqargan omillar bartaraf etilmasa, 2 yoki 3 talaba orasidagi kelishmovchiliklarga boshqa talabalar ham aralashib, bu konflikt butun auditoriyaga tarqalishi mumkin. Misol: yuqori bosqich talabasi psixolog qabuliga kirib keldi. "Iltimos, menga yordam bersangiz. Guruhimiz men sababli ikkiga ajralib qolgan, bu janjal aslida Gulnora bilan mening oramizda boshlandi. Men Gulnoraga qo'pollik qilganim uchun ikkimiz arazlashib qoldik, lekin Gulnoraning o'rtoqlari men bilan gaplashmasdan, meni ajrata boshladilar. Bu mening o'rtoqlarimga qattiq tegdi va ular meni himoya qildilar. Hozir auditoriyadagi qizlar ikkiga bo'lingan va janjal davom etmoqda", dedi qiz.

Qiz o'zining xatti-harakatidan iztirob chekmoqda edi. Ehtimol, auditoriyadagi raqobat, asabiy holat hammaning joniga tekkan bo'lsa kerak, Qizlar bilan alohida o'tkazilgan yagona suhbat bu konfliktga chek qo'ydi va konflikt takrorlanmadi. Bunday konfliktlarning yuzaga kelishiga sabab, ba'zi auditoriya rahbarlari va o'qituvchilar auditoriyadagi ichki o'zaro munosabatlarga unchalik e'tibor bermaydilar, natijada auditoriyada o'ta asabiy psixologik muhit yuzaga keladi. Bunday vaziyatning oldini olish yoki bartaraf etish juda oson, chunki bolalar, o'smirlar odatda juda kechiruvchan bo'ladilar. Ayniqsa, tengdoshlari bilan bo'lgan kelishmovchiliklardan o'zlari ruhan aziyat chekadilar, afsuslanadilar.

16.4. Shaxsning ichki (o'zi bilan o'zi) ruhiy konflikti

Amerikalik psixolog Jeffri Yang odamovi, kamgap va yakkalikni yoqtiradigan shaxslarning hissiyoti, hulq-atvori va kognitiv (bilimga intilish)⁴ holatlarining 12 ta belgilar majmuasini (sindromlarini) farqlaydi.

1. *Yakkalikdan qo'rquvchilar*. Bundaylar yakka qolib, o'zini yo'qotib qo'yadi, nima qilishni bilmaydi, zerikadi.

2. *O'ziga o'ta past baho berish natijasida kelib chiqadigan ichki ruhiy konflikt*. Bundan yosh yoki katta kishining nazarida "uni hyech kim hurmat qilmaydi", "u o'ta qobiliyatsiz (omadsiz, zerikarli va hokozolar) shaxs". Shuning uchun ham u odamlar bilan muloqotdan qochadi. Bunday holat ba'zan qobiliyatli kishilarda ham bo'lishi mumkin, bunday shaxslar atrofdagi kishilar uning fikrini, holatini tushunmasliklarini his etgan holda kulgi bo'lishdan yoki "zerikarli odam" deb nom chiqarishdan qo'rqib, odamlarga ham aralashadilar.

3. *Hadiksirash, o'ziga ishonchsizlik, uyatchanlik, atrofdagilardan yomonlik kutish yoki ularning o'zini mazax qiladilar*, deb o'ylaydi. Uning fikricha, atrofdagilarga kulgi bo'lgandan, yaxshisi yakka yurgani yaxshiroq.

4. *Muloqot malaka va ko'nikmasining sustligi (yoki yo'qligi)*. Murakkab shaxslararo munosabatlarda o'zini to'g'ri tutish tajribasining kamligi (konfliktli vaziyatlarda, tanishuv va boshqa hollarda).

5. *Atrofdagi odamlar uning tasavvurida hammasi ablah, egoist, yaxshilik qilishga arzimaydigan odamlar*. Atrofdagilar haqida bunday fikrdagi shaxs odamlardan faqat qochibgina qolmasdan, balki ulardan nafatlanadi (ba'zan qo'rqadi).

6. *Ichki yopiqlik, ruhiy karlik*, bunday shaxslarning his-tuyg'usi, fikri shunchalik

⁴Kon I.S. Psixologiya ranney yunosti. – M.: 1989. – B. 180-181.

ichkariga “yashiringanki”, ularning o’zi ham ba’zan o’zining asl qiyofasini tanimasdan qoladi. Ular doimo boshqa birovlarining roli bajarib, boshqalarga o’xshashga harakat qilib yurishadi.

7. *O’ziga sherik topishga qiyinaluvchilar*, bundaylar “haqiqiy do’st, haqiqiy sevgili, haqiqiy sherik” topa olmaydilar. Ular “u yaxshi kishi-yu, ammo menga yoqmaydi”, u ajoyib inson, ammo qiliqlari yoqimsiz va hakovolar bilan o’zlarini oqlaydilar.

Bunday holatning yuzaga kelishiga asosiy sabab, shaxsning atrofdagilar bilan yaqin, intim munosabat o’rnatishni istamasligi yoki shunday tajribaning yo’qligi. Ammo, shundaylar ham borki, tinmasdan sherik axtarardilar, ammo u topilmaydi. Natijada shaxs o’zini baxtsiz va qobiliyatsiz, deb hisoblaydi.

8. *O’quv faoliyatida, shaxsiy hayotdagi muvaffaqiyatsizlik* natijasida paydo bo’lgan salbiy tajribaning o’smir va yoshlarning keyingi faoliyatiga ta’siri. Ko’p yillik kuzatishlarimiz natijasida fikrimizcha, bunday o’z kuchiga ishonchsizlikni keltirib chiqaradigan bir nechta omillar bor:

a) Talabada o’zining bilim va tajribasiga ichki tuyg’u (intilish, qiziqish va irodaning sustligi) natijasida kelib chiqadigan o’ziga past baho berish va ishonchsizlik.

b) Ko’pchilik talabalarga xos (ayniqsa, o’g’il bolalarga) erinchoqlik, ishyoqmaslik natijasida shakllangan iroda sustligidan kelib chiqadigan o’ziga past baho berish va ishonchsizlik.

v) Oilada ota-ona va boshqa kattalarning “sening qo’lingdan hyech narsa kelmaydi”, “sen hyech narsaga yaramaysan” va shunga o’xshash shaxsda o’ziga ishonchsizlik tug’diradigan gaplarning doimo takrorlanib turishi natijasida shakllanadigan o’ziga past baho berish va ishonchsizlik.

g) Maktabda o’qituvchilar va tengdoshlari tomonidan doimo salbiy fikr bildirilib turishi natijasida (masalan, “ikkidan” boshing chiqmaydi, “sen o’qib kim bo’larding?” va hokozolar) bolada paydo bo’ladigan o’zining kuchi, imkoniyatlari haqidagi turg’un salbiy fikr.

Yuqorida keltirilgan omillarning o’smir va yoshlar uchun yana bir xavfli tomoni mavjudki, u ham bo’lsa bolalikda va yoshlikda o’zi haqida doimo salbiy fikr eshitish bilan uning ong ostida bu olingan axborot doimiy ravishda shaxsning faoliyatiga, hulqiga, xatti-harakatlariga doimo ta’sir etuvchi mustahkam markaz paydo bo’lishiga sabab bo’lishi mumkin. Bu esa o’smir va yoshlar faoliyatining hamma sohasiga, hatto kelajakdagi hayotiga ham o’zining salbiy ta’sirini ko’rsatishi mumkin.

9. *O’zining tashqi ko’rinishi haqida noto’g’ri fikr shakllanishi*. “Men beo’xshovman”, “Men chiroyli emasman”, “Menga qizlar (yigitlar) qaramaydi” va boshqa fikrlar asta-sekin shaxsga ta’sir etib, ichki konfliktni keltirib chiqaradi. Seksopotologlarning fikricha, shunday shaxslar katta kishi bo’lib yetishganda ham yoshligidagi o’z ko’rinishi haqidagi salbiy fikr ta’sir etib, o’z seksual kuchiga ishonchsizlikni, o’zining yaxshi xotin (er) bo’lishga qobiliyatsizlikni keltirib chiqarishi mumkin.

10. *Hissiy yaqinlikdan qo’rqish*. Shaxs boshqa tengdoshlari bilan juda yaqinlashib ketishdan qo’rqishiga sabab, go’yoki uning fikricha, do’stlarida uning haqida salbiy fikr shakllanishi mumkin. Yoki yosh qiz (yigit) o’zining ichki dunyosini boshqalarga ochishga qo’rqadi. Natijada shaxsda doimo o’zining sirlarini “ochib” qo’yishdan qo’rqish ichki konfliktni keltirib chiqarishi mumkin.

11. *Doimiy ikkilanish*. “Men o’zim ham nima qilishni bilmayman” deb javob beradi. Tashabbussizlik, qat’iyatsizlik psixiatrlarning fikricha, ikkilanish har xil asab va ruhiy nuqsonlar, kasalliklarga olib kelishi mumkin.

12. *Tengdoshlarga, sheriklarga (katta kishilarda turmush o'rtog'iga haddan tashqari katta talab qo'yish)* albatta, bunday xatti-harakat oxiri shaxslararo konfliktga sabab bo'lishi mumkin. Shunga o'xshash yana bir xususiyat, atrofdagi tengdoshlar, yaqinlarini o'ziga o'xshash o'zgartirishga urinish, atrofdagilarning shaxsiy "men"ligini e'tiborga olmaslik natijasida kelib chiqadigan konfliktlar.

Yuqorida keltirilgan sindromlar ko'pchilik yoshlarda ozmi-ko'pmi bo'lishi mumkin, ammo bu belgilar yosh o'sishi bilan yo'qolib yoki kamayib boradi. Bordi-yu, bu psixologik belgi yo'qolmas, balki kuchayib borsa, oxir-oqibat inson hayotda "yakkalanib" qolishi hych narsa emas. Yakkalik – bu ijtimoiy muhit bilan kelisha olmaslikdan kelib chiqqan psixologik holat. Shaxsning o'z-o'zidan noroziligini, ichki konfliktni keltirib chiqaradigan sabablardan yana biri "Menlik" tushunchasining shakllanishidagi muvozanatning buzilishidan yuzaga keladigan xarakter xususiyatlari.

Birinchi kurs talabasi hych kimga qo'shilmay, ammo hych kim bilan yomon munosabatda ham emas edi. Guruhda o'tkazilgan tadqiqotlarda (sosiometriya metodikasi yordamida) bu qizni sherik sifatida hych kim tanlamadi. Vaholanki, guruhning 93 %ini qizlar tashkil etar edi. Talaba bilan yaqindan tanishish, uning onasi shahar maktablaridan birining rahbari bo'lib, bu qiz bolalar bog'chasiga borgandan, toki maktabni bitirguncha onasining "homiyligida" bo'lgan. Qiz oilaning hamma (akalar, opalar va boshqa qarindoshlar) "sajda qiladigan sanami", ota-onasining erkasi edi. Qiz odob-ahloqli, uyatchan, sharm-hayoli bo'lishiga qaramasdan, o'zi haqida yuqori fikr shakllanib ulgurgan edi.

Ona va otasining fikricha, qiz juda iqtidorli, kelajagi porloq bo'lib, bu orzu-havaslarining amalga oshishi uchun yagona narsa yetishmas edi. Bu, ya'ni institutni bitirganligi haqidagi diplom. Albatta, onasining va otasining hurmati uchun maktabni a'lo baholar bilan bitirgan qiz, institutga kelib, katta qiyinchiliklarga uchragan. Birinchidan, maktabda u o'qituvchilarning "sevimli" talabasi, tengdoshlar orasida o'ziga xos "o'rni" – bor edi, insitutda u hamma qatori oddiy talabaga aylanib qoldi. Ikkinchidan, maktabda ozgina gapirib bersa, "a'lo" baho olardi, bu yerda "yaxshi" baho olish uchun peshona teri to'kib xizmat qilish kerak. Uchinchidan, uzoq vaqt davomida, qizda o'zining qobiliyatligi, kelajagi porloq ekanligi haqida noto'g'ri fikr shakllanib ulgurgan edi. Aslida bunday emas-ku.

Natijada real (haqiqiy) "menlik" bilan, ideal "menlik" o'rtasida nomunosiblik yuzaga kelgan. Psixologiya fanida bu tushuncha "Men" konsepsiya deyiladi yoki boshqacha aytganda: shaxsning hayoti jarayonida o'zi haqida shakllangan turg'un fikr va tushunchalar majmuasi.

Maktab rahbarining qizida shu vaqtgacha o'zi haqida shakllangan fikrlar, tasavvurlari, ideal "menni" tashkil etadi. Talabaning asl imkoniyatlari, intellektual, shaxsiy xususiyatlari esa real "menni" tashkil etadi. Ideal "men" bilan real "men"ning o'rtasidagi nomunosiblik talabaga ichki konfliktni va tashqi ijtimoiy muhit bilan ziddiyatni keltirib chiqargan. Natijada: talaba qizda muloqotdan qochish, kamgaplik, guruhda o'zini begona his qilish, o'zidan norozilik kelib chiqqan, oilada (opasining ta'kidlashicha) o'ta injiqlik, yig'loqlik, opalar va ukalar bilan kelishmovchilik kuzatilgan.

Guruhdagi psixologik muhit ancha yaxshi bo'lgani uchun, qizlar bu "kamgap" qizning odamoviligi, o'zlariga qo'shilmazligiga unchalik e'tibor bermaganlar, aynan shu omil qizni guruhga qo'shish yuzasidan o'tkazilgan psixologik tadbirlarni osonlashtirdi. Agar, bordi-yu guruhda psixologik muhit yomon bo'lganda, bu qizning ahvoli nima kechishini tasavvur etish ancha qiyin.

Demak, bola va o'smirlarning psixologik rivojlanishida "Men" konsepsiyasining ahamiyati

juda katta bo'lib, bu faqat bola va yoshlarning hulq-atvoriga, balki insonning keyingi hayot tarziga doimo ta'sir etib turadi. Shaxsning maktabgacha davridagi taraqqiyotida "Men" konsepsiya: "men – inson", "men – o'g'il (qiz) bola" tasavvur va obrazlar shakllanib borsa, keyinroq "men - talaba", "men – o'rtoq", "men – sherik", "men – yigit (qiz)", "men – talaba", "men – kasb egasi" kabi o'zi haqidagi obrazlar mustahkamlanib boradi.

Yuqorida keltirilgan har bir tushuncha ("men – yigit (qiz)" yoki "men – talaba" va boshqalar), tasavvur shaxsda yetarli shakllanmasa yoki nuqsonli shakllansa, bu kamchilik shaxsning hulq-atvorida, xatti-harakatida, o'quv va ish faoliyatida o'z aksini topadi. Bu shu shaxsda ichki va tashqi ijtimoiy muhit bilan konfliktga sabab bo'ladi.

Masalan, N. ismli talaba – 17 yoshda. N.ning auditoriyadagi tengdoshlari va auditoriya rahbari bilan kelishmovchiligiga sabab, uning o'z xatti-harakati haqida, auditoriyadoshlari bilan o'zaro munosabati haqida mustaqil fikri yo'q. U jamoaga qo'shilmaydi, auditoriyaning ommaviy tadbirlariga kam qatnashadi. Yoshi 17 da bo'lishiga qaradanda, juda nochor, mustaqil fikri yo'q. Hamma narsani onasi bilan maslahatlashadi, oilada otaning roli juda past bo'lib (bundan tashqari, u o'g'ilning tarbiyasini xotiniga topshirib qo'ygan), N. kim bilan yurishi, kim bilan do'stlashishi kerakligini ona belgilaydi. Vaholanki, biz N.ni infantil shaxs, deb ayta olmaymiz. U auditoriyada "yaxshi" va "a'lo" baholar bilan o'qiydi, bilimlar va qiziqishlar doirasi ancha keng va bu sohada o'z fikri mavjud. Yagona kamchilik bu – N.da yigitlik, erkaklik tasavvuri va obrazlari yetarli emas, ya'ni ko'z oldida unga namuna bo'ladigan erkakning yo'qligi. Erkak bor, ammo, erkak kishiga, yigitlarga xos xususiyatlarni o'g'liga bera olmaydi.

Natijada, N. tengdoshlari va o'qituvchilar bilan doimo konfliktda bo'lib, uni onasi maktabma-maktab ko'chirib yurishdan boshqa chora topa olmagan. Bundaylarni hatto, 18-20 yoshdagi talabalar orasida ham anchagina uchratish mumkin.

Diqqat bilan kuzatsangiz, ular oliy maktabda o'qisalar ham, nochorligi, muteligi, mustaqil fikrlashning kamligi bilan 3-4-auditoriya talabalarini eslatadilar. Yigitlarga xos ozgina vazminlik, ozgina sho'xlik, kuchli iroda, mag'rurlik, mustaqil fikrlash, qat'iy maqsad, qizlarga nisbatan hurmat va boshqa ko'pgina sifatlari va hislatlari yetishmaydi.

Yosh davrlari va konflikt

XX asrning ikkinchi yarmiga kelib, ruhiy va asab kasalliklari miqdori keskin oshdi. Jahon Sog'liqni saqlash Tashkilotining ma'lumotlariga qaraganda, 1970 yilda 1000 kishiga 127,8 ta ruhiy va asab bilan bog'liq bemorlar to'g'ri keladi.

Ayniqsa, bolalar va o'smirlar orasida 30 yillarda 1000 bolaga 22-30 ta nevroz kasalligi to'g'ri kelsa, 1979 yilda nevroz va nefozga o'xshash kasalliklar soni 63 taga oshgan¹⁷. Keyingi yillarda sog'lom bolalarda yuzaga keladigan o'tish yoshlari bilan bog'liq krizis davrlari yoki tanazzul davrlari haqida ko'p ilmiy tadqiqotlar va kuzatishlar o'tkazilganligi haqida ma'lumotlar mavjud¹⁸.

Krizis davrlari yoki yoshlari asosan 3, 7, va 12-15 deb farqlanadi. Shu yoshlarda bolalar va o'smirlar o'z-o'zidan injiq, qaysar, janjalkash bo'lib qoladi. Ota-onasi va yaqinlari bilan tez-tez kelishmovchiliklar kelib chiqadi. Arzimagan narsaga xarxasha qiladi. Ba'zan kattalarning ota-ona, tarbiyachi va o'qituvchilarning aytganini qilmasdan o'jarlik qiladi.

¹⁷ Psixogigiyena detey i podrostkov. – M.: 1985. – B. 17-34.

¹⁸ Psixogigiyena detey i podrostkov. – M.: 1985. – B. 20.

1) 3 yoshdagi krizis. Asosan shu yoshda bola organizmida yuz beradigan jismoniy va garmonal o'zgarishlardan tashqari bolaning ruhiy tizimida "men"lik paydo bo'lib, o'z mustaqilligini kattalarga ko'rsatishga harakat qiladi. Shu vaqtgacha uning oyoq kiyimini kiydirib qo'ysangiz yoki ovqat yodirib qo'ysangiz "rahmat" aytar edi, endi sizni nariga itarib "men o'zim" deb o'jarlik qilmoqda, chunki kichik insonda "o'zlik" paydo bo'lib, shakllanmoqda.

2) 7 yoshdagi krizis. Asosan bolaning hayot tarzida yuz bergan yangilik, maktab sharoitiga moslashish bilan bog'liq bo'lib bola auditoriyadagi tartib-intizomga, o'qituvchining talablariga o'rganishi zarur bo'ladi. Bundan tashqari, bolaga uyda ham "dars tayyorlash", "o'z vaqtida uxlash va ma'lum vaqtda ertalab turish" deya talablarni qo'yishadi. Bu o'zgarishlarga agar oila bolani tayyorlab borgan bo'lsa yoki bolaning o'zi jismonan va ruhan tayyor bo'lsa, bu jarayon yengil kechadi. Bordi-yu, bolaning asab va ruhiy tizimida qandaydir nuqsonlar bo'lsa, bola maktabda ta'lim olishga tayyor bo'lmasa, uyda uni maktabda zarur bo'ladigan qoida-qonunlar, tartib-intizomga o'rgatmagan bo'lsalar (40 minut davomida tinch o'tirish, boshqalarga halaqit bermaslik, o'qituvchining topshiriq va vazifalarini bajarish va boshqalar) o'qituvchi yoki tengdoshlari bilan konflikt kelib chiqishi muqarrar.

3) O'smirlik yoshidagi (12-15 yosh) krizis. Talabalarda intellektual imkoniyatlarining va shaxsiy-ijtimoiy tajribaning oshishi, dunyoqarash va bilimlar doirasining kengayishi kuzatiladi. O'smirda "men"lik his-tuyg'usi kuchayib, o'zini o'ta kuchli, bilimli, mustaqil his eta boshlaydi.

Lekin bu yoshdagi krizisning asosiy aybdori – bu shu yoshda jinsiy his-tuyg'ular, qarama-qarshi jinsga qiziqish kuchayadi. Tengdoshlar bilan muloqot va o'zaro muloqot ehtiyoji ortib borib, ba'zan tengdoshlarning fikri va maslahatlarini ota-ona va o'qituvchilarning fikridan yuqori qo'yadi. Bu ham bir mustaqillik (emansipasiya) belgisi bo'lib, agar o'smir o'z istak va orzularini amalga oshirishning yo'lini topa olmasa, kundan-kun oshib borayotgan jismoniy va psixologik energiyani kuchni sarf qilishga joy topa olmasa, unda u noto'g'ri yo'llarga kirib ketishi mumkin. 15-17 yoshlarda yanada orzu-havas va muammolar ko'payib boradi. Kelajakda qanday kasb-hunar tanlash, jamiyatda o'z o'rnini topish, o'zining hayot yo'lini belgilashdek murakkab vazifalar paydo bo'ladi. Shu yoshlarda o'smirlar va yoshlarni har xil ijtimoiy xavfli to'da va oqimlardan saqlash, uning kasb tanlashida, kelajagini, hayot yo'nalishini to'g'ri belgilashda ota-ona va o'qituvchilarni xizmati katta bo'ladi.

4) Talabalar psixologiyasi. Professor E.G'oziyevning ta'kidlashicha, "...o'quv yili boshida talabadagi ko'tarinki kayfiyat, oliy o'quv yurtiga kirganidan zavq-shavq tuyg'usi kuzatilsa, ta'limning shart-sharoiti, mazmuni, mohiyati, kun tartibi, muayyan qonun va qoidalari bilan yaqindan tanishish natijasida uning ruhiyatida keskin tushkunlik ro'y beradi, ...uning ruhiy dunyosida umidsizlik, ruhiy parokandalik kayfiyati, ya'ni istiqbolga ishonchsizlik, ikkilanish, hadiksirash kabi salbiy his-tuyg'ular namoyon bo'ladi"¹⁹. Natijada talabalarda ichki, shaxslararo va "talaba – o'qituvchi" konfliktlari kelib chiqadi.

E.G'oziyev va o'z kuzatishlarimizda shu narsa aniqlandiki, yuqorida bayon etilgan holat uzoq davom etmaydi, 3-6 oy davomida talabalarning ko'pchilik qismi oliy maktab sharoitiga moslashadilar.

Bundan keyingi bosqichlarda asosan konfliktli vaziyat ball to'plash va yuqori baho olish bilan bog'liq bo'lib, ular talabalarning juda ozchilik qismini tashkil etadi. Bular asosan, 18-19 yoshli infantil (o'z yoshiga nisbatan hissiy va intellektual darajasi past) yoshlar orasida professor-o'qituvchilarning talabalar va oliy maktabdagi tartib-intizomga moslasha olmagan

¹⁹G'oziyev E.G'. Oliy maktab psixologiyasi. – T.: 1997. – B. 33.

talabalarni ba'zi bir tengdoshlari juda ham o'rinli ravishda "dumbulboy", ya'ni "pishib yetilmagan" deyishadi.

Rostdan ham ular doimo darsga kechikib, keladi, kerak-keraksiz har xil bahonalar bilan o'qishga kelmaydi, kayfiyati ko'pincha ko'tarinki, "yomon" baho olgani uchun unchalik qayg'urmaydi. Beparvo, ular odatda otasi yoki onasining maslahati yoki majbur qilgani uchun zo'rg'a o'qishga qatnab yurganlar.

Shunday talabalar borki, o'ziga bino qo'ygan, o'zi haqida yuqori fikrda. Bundan xarakter asosan maktabda o'qituvchilarning aybi bilan shakllangan, ya'ni shu talabaning ota-onasining tayziqiga chiday olmasdan ular bu talabaga yuqori baho qo'yganlar. Oliy maktabdagi talabning yuqoriligi, "talaba – o'qituvchi" munosabatlarining o'ziga xosligi uni stress holatiga tushiradi va natijada konflikt kelib chiqadi.

Yana bir konflikt manbai, bu ham bo'lsa yuqori kurslarda (3-4 kurslarda) talabalarning (ayniqsa, ba'zi bir yigitlarning) "endi yuqori kursda o'qiyapman, o'qimasam ham bo'ladi" deb bo'shashib qolishlari bilan bog'liq. Bundaylarning ba'zilari universitetdan haydalayotganda vaziyatning nihoyatda jiddiyligini tushunib qoladilar.

Ko'pchilik qismini o'g'il bolalar tashkil etadigan guruhlarda ba'zan norasmiy liderlar – yetakchilar orasida kelishmovchilik yuzaga kelishi mumkin, ammo oliy maktab hayotidagi psixologik va ma'naviy muhit hammasini o'z joyiga qo'yadi.

16.5. Oiladagi konfliktlar

"Qush uyasida ko'rganini qiladi". Bu maqol hamma davrlarda ham o'z dolzarbligini yo'qotgan emas. Farzandlar ota-onaga o'xshashga harakat qiladilar, ota-onalar esa o'zlari bilib yoki bilmasdan o'z xarakter xususiyatlarini, orzu-havaslarini farzandlariga singdirib boradilar.

Bolalar-chi, ular ota-onalaridan nimalarni oladilar va uni qanday oladilar?

Amerikalik psixolog, psixoterapevt Erix Bernning fikricha, individ olamga kelib o'sib, rivojlanar ekan, u atrofdagi, ayniqsa, oiladagi ijtimoiy munosabatlarni diqqat bilan kuzatadi (har kuni ko'z oldida yurgan kishilarni kuzatmasdan iloji ham yo'q), bola atrofdagilardan, ayniqsa, qiz bola onasidan, o'g'il bola otasidan hayot tarzini, o'zaro munosabat va muloqot tajribasini to'plab boradi. Yaqin odamlari: otasi va onasining xatti-harakati, gap-so'zi, hulq-atvori, oiladagi va atrofdagi kishilar bilan munosabatlari o'sib rivojlanayotgan bolaning, o'smirning, yigitning (qizning) ongida, ong ostida mustahkamlanib boradi.

Erix Bernning ta'kidlashicha, bolalik va o'smirlik davrida ota-ona ta'sirida shakllangan "hayot ssenariyi"si shaxsning keyingi hayot munosabatlarini, odamlar bilan, oilasida turmush o'rtog'i bilan munosabatlarning qanday kechishini belgilaydi. Oilada shakllangan odatlar, hayotiy tasavvurlar – "hayot ssenariysi" shaxsning ong ostida mustahkamlanib, uning keyingi hayotidagi xatti-harakatida, xulq-atvorida namoyon bo'ladi. Bizning fikrimizcha, bunchalik fatalistik xulosa yasash to'g'ri emas. Oilada to'plangan ijtimoiy tajriba va bilimlarning shaxsning keyingi hayotidagi o'rni juda katta, ammo ba'zi bir ilmiy-tadqiqotlar va shaxsiy kuzatuvlarimizga asoslanib shuni aytilish mumkin, axloqiy va psixologik muhit salbiy oilalardan ham odobli, mehnatsevar, do'stlariga sodiq va bolajon insonlar yetishib chiqqani haqida ma'lumotlar ko'p.

Mo'min-qobil, oilasiga va bolalariga vaqtini, kuchini ayamaydigan, erini yurakdan sevib turmushga chiqqan qizning eri ko'p bolali oilada o'sgan bo'lib, ular oq ko'ngil, mehnatsevar, sodda bo'lsalar ham oilada kattalar bilan kichiklar orasida hurmat yo'q, tez-tez arzimagan narsaning ustida ham janjal ko'tarishar, erkaklar ayollarni odam qatorida ko'rishmas, qayinona

kelinlarni ezib turmasa zerikar edi. Yangi kelin erining oilasidagi o'zaro munosabatlarni ko'rib hayron qoldi, chunki qizlik oilasida shovqin, o'zaro baqirib-chaqirish hych qachon bo'lgan emas. Lekin kelin eri bilan shaharda yashagani uchun erining ota-onasining munosabatlariga unchalik e'tibor bermasdi, chunki hayolida eri ularga o'xshamas, uni juda ham sevadiganga o'xshadi. Ammo, asta-sekin adashganligini sezdi. Eriga ba'zan (asabiylashgan vaqtlarida) yaxshi gap ham yoqmasdi. Sababsiz janjal ko'tarar, asabiylashar va bir necha kun xotini bilan gaplashmasdan yurishi mumkin edi. Psixologik maslahatga er-xotin kelishganda yigitda asabiylashishning og'ir shakli – nervosteniya kasalligi majudligi va bu kasallik unda bolalik davrida boshlanganligi tushuntirildi.

Yigitning hikoyasidan quyidagilar aniqlandi: u bolalik davrlarida ota-onasi vaqti-vaqti bilan qattiq janjallashar, keyin esa ozroq vaqtdan so'ng apoq-chapoq bo'lib qolishar edi. Oiladagi urush-janjallar bolani qo'rqtar va bu qo'rquv uning immun tizimini kuchsizlantirgani uchun u tez-tez kasal bo'lar edi.

Natijada bolada oiladagi o'zaro munosabatlarning konfliktli ssenariysi shakllangan. Shuningdek, bolaning bosh miya po'stloqlarida "janjal markazlari" paydo bo'lib, yo'qolib turgan.

Bola katta bylgan sari oilada davom etgan janjallar bolaning asab tizimlarini zaiflashtirgan va "janjal markazlari"ning paydo bo'lishining doimiy bo'lishiga sabab bo'lgan.

Shuning uchun ham yigit vaqti-vaqti bilan oilada sababsiz janjal chiqaradi va ma'lum vaqtdan so'ng tinchlanib qoladi, chunki "markazda" to'plangan salbiy kuch vaqtinchalik tarqalib ketadi.

Bu holatni biz kichik bolalarda "dahshatli" filmlarni ko'rib rohatlanishida yoki ba'zi bolalarning kechasi uxlashdan oldin "qo'rqinchli" ertak eshitib uxlaydigan bolalarda ko'rishimiz mumkin.

Bu yerda bola, inson bosh miyasining, ruhiyatning "dahshatdan", qo'rquvdan, janjaldan "rohatlanish"dek bema'ni xususiyatini ko'ramiz.

Bunday janjalli, konfliktli oilalarda tarbiyalangan shaxslarni davolash va psixologik korreksiyasi uzoq vaqt davom etadigan sabr-toqatli bo'lishni va eng asosiysi o'z kamchiliklaridan qutulish istagi bo'lishini talab etadi. Quvonarlisi shuki, bu yosh oila a'zolari, er-xotinda o'zlarini va turmush tarzini o'zgartirish istagi juda katta edi.

Yuqorida bayon etilgan oila tarixi, mutaxassislar tajribasida ko'p yillar mobaynida ro'y bergan "mijozlar" hayotidan olingan. Lekin, ming afsuski, bunday oilalar ko'p bo'lib, ular kimdan maslahat so'rashni bilmasdan o'z yog'lariga o'zlari qovrilib yurishgan. O'zbek etnosiga xos narsa "oiladagi gap ko'chaga chiqsa uyat bo'lishi" haqidagi fikr bu kun ham o'z salbiy ta'sirini ko'rsatib kelmoqda. Konfliktli oilalar mavjud ekan, ularga yordam berish avvalambor psixologlarning vazifasidir.

Psixokorreksiya

Shaxslararo, oilaviy kelishmovchiliklar, konfliktlarni kuzatish shuni ko'rsatdiki, aholida psixologik yordamga nisbatan o'ziga xos yondashish – to'siq bor ekanki, buni yengish uchun psixologik yordamga muhtoj kishilar, eng avvalo psixologlarning psixolog tashviqot sohasida ter to'kib xizmat qilishlariga to'g'ri keladi.

Juda ko'p odamlar o'z sog'lig'iga ozgina beparvo bo'lib, agar kasal bo'lsa zo'rg'a shifokorning oldiga boradi. Lekin, shifokorning aytganini qilishga unda toqat yo'q. Qani endi bitta ukol qilinsa-yu yoki tabletkaga yesayu, hamma kasalliklardan forig' bo'lsa. Yoki mahalladagi

o'sha yarashtrish komissiyasi oiladagi konfliktni bilgani zahoti muammo xal bo'lishi mushkul ish. Demak, aniq ishlar, muntazam e'tibor, sabr-toqat va adolat hissi bo'lishi kerak.

Joylarda sekin-asta paydo bo'layotgan psixologik xizmatga ham ko'pchilik odamlar shunday ko'z bilan qarashadi. Go'yo psixolog unga bir mo'jizaviy so'z aytadiki, u hamma dardlaridan qutiladi. Bunday fikrlagan kishilar qattiq adashadilar. Psixolog yordamiga muhtoj insonlarga ayrim tavsiyalarimiz bor:

1. Psixologik yordamda avvalambor psixologning oldiga kelgan kishining o'zida kuchli istak bo'lishi kerak (davolash).
2. Psixologga ishonish kerak.
3. Sabr-toqatli bo'lishi kerak. Nima uchun? Chunki jismoniy kasallikni davolash oson, u yuza qismda joylashgan.

Psixologik kasalliklar esa juda chuqur va uzoq vaqt davomida to'plangan, ya'ni insonning ongi, ongosti va eng nozik joy – qalbida o'rnamshgandir.

Endi shu narsani (agar bu narsa uzoq vaqtdan buyon davom etayotgan bo'lsa, yanada uni uzoq davolash zarur bo'ladi) tozalash qancha qiyin bo'ladi. Bu yerda bir o'xshatish keltirganimiz ma'qul. Agar kiyim uzoq vaqt davomida juda yomon iflos narsalar bilan bulg'angan bo'lsa, uni yuvish, tozalash ham shuncha qiyin bo'ladi, hatto tozalash uchun qo'shimcha vositalardan ham foydalanishga to'g'ri keladi. Insonning onggi, ong osti (qalbi) ham shunday, biz uni uzoq vaqt (yillar davomida) zaharladik, qoraytirdik, endi biz uni ikki kunda davolamoqchimiz, yo'q u tozalanish – forig' bo'ish jarayoni bunchalik tez amalga oshmaydi.

4. Eng asosiy qiyinchilik, jarrohning oldida yotgan bemor biladi, uning og'riyotgan a'zosini olib tashlashadi va buning uchun u hatto barmoqlarini ham qimirlatishi shart emas. Qanday ajoyib, u kasalxonadan sog'lom bo'lib chiqib ketadi, undan talab qilingan narsa, tinch yotish va aytilgan parhyezga qat'iy amal qilish edi. Psixologik yordamda bunday bo'lmaydi. Bu yerda eng asosiy zahmatkash uning o'zi, psixolog esa unga tozalanish, davolanish yo'lini ko'rsatadi yoki shu yo'lni shaxsning o'zi topishiga imkon beradi, yordam beradi. Dunyoda eng og'ir va qiyin ish bu insonning xulq-atvorini, yomon odatlarini, xarakterini o'zgartirishdir. Chunki, buni tabletka, ukol yoki jarrohlik yo'li bilan davolab bo'lmaydi. Shaxsning bu kamchiliklarini o'zi sezmasligi mumkin, u ko'zga ham ko'rinmaydi. Agar insonning o'zi istamasa, o'zi iroda, hissiyotini, ruhiy va jismoniy kuchini to'plab psixologga va o'ziga yordam bermasa psixolog yordami amalga oshmasdan qoladi.

Nima uchun ko'pchilikka oddiygina tuyulgan "chekishni tashlash"dek yomon odatdan qutilish hammaning ham qo'lidan kelmaydi, nima uchun spirtli ichimliklar minglab kishilarning ming-minglab insonlarning baxtiga va hayotiga zomin bo'lmoqda? Nega? Chunki, yillar davomida shakllangan odat, xulq-atvor, xarakter insonning haqiqiy "menligi"ga, ya'ni ichki dunyosining ajralmas qismiga aylanadi, bosh miyadagi ba'zi bir markazlarda bu shaxsiy xususiyatlar o'zining chuqur "izini" qoldiradi.

Lekin, bosh miyasining – markaziy asab tizimining imkoniyatlari cheksiz bo'lib, bizni yaratgan Olloh taolo insonga hayot yo'lini tanlashda juda katta erkinliklar berib, qanday yashash, qanday hayot tarzini ushlab, qaysi yo'ldan borish bizning o'zimizga bog'liq. Diqqat hamma narsa o'zimizga bog'liq!!!

16.6. Asosiy tushuncha va atamalar

Konfliktlarning turlari; ijtimoiy-psixologik konfliktlar; pedagogik konflikt; kichik guruhlarda

yuzaga keladigan konfliktlar; shaxsning ichki (o'zi bilan o'zi) ruhiy konflikti; yosh davrlari va konflikt; talabalar psixologiyasi; oilaviy konfliktlar; psixokorreksiya; psixolog.

16.7. Rezyume

Shunday qilib, kichik bir bob doirasida biz kundalik turmushimizda uchrab turadigan turli nizoli holatlarni konfliktlar nazariyasi asosida tahlil qilishga urindik. Maqsadimiz ayon. Murosa qilib, bir-birimizni hurmat qilib yashashga o'rganish, fikrlarimizni oxirigacha tinglab, xattoki, o'zimiznikidan ayri kelib qolgan taqdirda ham sabr-toqati bo'lish madaniyatini hayotimizning ajralmas bo'lagiga aylantirish. Zero, sabr qilgan, o'zidagi jami yaxshi fazilatlarni ko'rsata oladigan, qiyin murakkab vaziyatlardan ham aql nuri, qalb sahovati bilan chiqib ketadigan odam hayotda yutqazmaydi. Imonimiz komilki, biz keltirgan misollar, ta'riflar, qonuniyatlardan talabalar xotirasiga o'nashib, murosa qilib yashash ilmi ularning kundalik turmush tarziga aylanadi.

Agar oilamizda o'zaro hamfikrlik barqaror bo'lsa, demakki, ishda va o'qishda ham bizning kayfiyatimiz chog', ishlarimiz baroridan kelaveradi. O'qishda va ishda hamkasabalarimiz, kursdoshlarmiiz bilan til topisha bilsak, demakki, oilada ham ota-onamiz, yaqinlarimiz, farzandlarmiiz inijliklariga bardoshli bo'lamiz, hayotimizning baxtli onlarini ko'paytira olamiz. Chunki inson o'z taqdirining egasi, uning aqli va farosati shu taqdirni mazmunli va barcha sa'yi harakatlarni samarali qilish uchun berilgandir.

16.8. O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Psixologiya fanida konfliktlarning katta guruhlariga ajratilish ketma-ketligi qanday yoritilgan?
2. Konfliktni keltirib chiqaruvchi qanday ijtimoiy-psixologik sabablarni bilasiz?
3. Pedagogik konflikt nima?
4. Talabalar yoki talaba-o'qituvchi orasidagi konfliktning tevarak-atrof ko'rsatadigan ta'siri qanday?
5. Shaxsning ichki (o'zi bilan o'zi) ruhiy konflikti deganda nimani tushunasiz?
6. Talabalar psixologiyasini o'rganish uchun qaysi o'zbek olimi ilmiy izlanishlarni olib borgan?
7. Oiladagi konfliktlar qanday yuzaga keladi va uning farzandlarga ta'siri nimalarda ko'rinadi?
8. Psixokorreksiya nima?

16.9. Bibliografiya

- Karimov I.A.* O'zbekiston XXI asr bo'sag'asida: xavfsizlikka tahdid, barqarorlik shartlari va taraqqiyot kafolatlari. – T.: O'zbekiston, 1997. – B.23-24.
- Adler A.* Ponyat prirodu cheloveka. – SPb.: Akademicheskij proyekt, 1997.
- Aleshina Yu.Ye.* Individualnoye i semeynoye psixologicheskoye konsultirovaniye. – M.: NF "Klass", 1999.
- Andreyeva T.V.* Sosialnaya psixologiya semeynix otnosheniy. – SPb.: 1998.

- Grishina N.V.* Psixologiya konflikta. – SPb.: Izdatelstvo “Piter”, 2000. – 464 s.
- Yermolayeva M.V.* Prakticheskaya psixologiya starosti. – M.: Eksmo, 2002.
- Karimova V., Berdiyev G.* Murosa qilish odobi yoki konfliktlarni bartaraf etish mumkinmi? – T.: O’zPFITI, 2003. – 44 b.
- Kvinn V.* Prikladnaya psixologiya. – SPb: Izdatelstvo “Piter”, 2000. – 560 s.
- Kon I.S.* Psixologiya ranney yunosti. – M.: 1989. – B. 180-181.
- Navoiy A.* Lison-ut tayr. – T.: 1991. – B. 282.
- Psixogigiyena detey i podrostkov. – M.: 1985. – B. 17-34.
- G’oziyev E.G’.* Oliy maktab psixologiyasi. – T.: 1997. – B. 33.

VI qism

Shaxs va mehnat

XVII Bob

MEHNAT FAOLIYATI PSIXOLOGIYASI

Bobning qisqacha mazmuni

Psixologiya va mehnat. Mehnat faoliyati psixologiyasining asosiy vazifalari. Mehnat, kasb, mutaxassislik. Mehnatning psixologik mazmuni.

Mehnat faoliyatini o'rganish metodlari. Mehnat faoliyatini o'rganish metodlarining klassifikatsiyasi. Professiografiya. Professiogrammani tuzishni tamoyillari.

Mehnat faoliyatining klassifikatsiyasi. Mehnat turlarining klassifikatsiyasi. Kasblar klassifikatsiyasi.

Professional shaxsning shakllanishi. Mehnat subyektining professionallashuvi. Shaxs va faoliyat. Yosh va biografik inqirozlar.

17.1. Psixologiya va mehnat

Mehnat psixologiyasi – kishi mehnat faoliyati psixologik xususiyatlarini, mehnatni ilmiy asosda tashkil etishning psixologik jihatlarini o'rganadigan fan sifatida, bugun tom ma'noda, mehnat faoliyatining psixologik qonuniyatlarini bilish, mehnat vazifalarini ro'yobga chiqarishda inson shaxsi imkoniyatlarini va chegarasini aniqlash, inson va mehnat shart-sharoitlarining o'zaro ta'siri hamda moslashuvining qonunlarini o'rganish eng muhim hisoblanadi.

Mehnat faoliyati psixologiyasi – bu psixologiyaning bir sohasi bo'lib, inson shaxsini mehnat subyekti sifatidagi shakllanishi xususiyatlarini, mehnatning shart-sharoitlari, yo'llari va usullarini ilmiy jihatdan o'rganadi.

Mehnat faoliyati psixologiyasining asosiy vazifalariga quyidagi muammolar bo'yicha amaliy tavsialarni o'rganish va ishlab chiqish kiradi:

- + Kasbiy faoliyat muayyan turlarining psixologik xususiyatlari (uning vositalari, mazmuni, tashkil etish va shart-sharoitlar, xatolar tahlili, kasblar klasifikasiyasi va boshqalar);
- + Shaxs individual-psixologik xususiyatlarini mehnat samarasi, muvaffaqiyati va xavfsizligiga ta'siri;
- + Shaxs kasbiy layoqati shakllanishining psixologik qonuniyatlari (kasbga yo'naltirish, kasbiy tanlov, kasbiy tayyorgarlik, mehnatga moslashuv);
- + Mehnat kishisining funksional holati (toliqish, emosional zo'riqish, stress, monotoniya va boshqalar) va ularni diagnostika, profilaktika va korreksiya qilish usullari;
- + Inson va texnika munosabatlarining psixologik qonuniyatlari;
- + Yangi texnikani yaratish va qo'llash jarayonining injener-psixologik ta'minoti (loyihalash, baholash).

Mehnat faoliyati psixologiyasi faoliyatni takomilashtirish yo'llari, usullari va vositalarini o'rganishdan tashqari, inson psixikasining fundamental xodisalarini tadqiq etish (mehnat subyekting shakllanishi, xolat regulyasiyasi mexanizmlari, mehnat sharoitida shaxs xususiyatlarining roli, kasbiy qobiliyatlarni shakllanishi va boshqalar)ni ham o'rganadi.

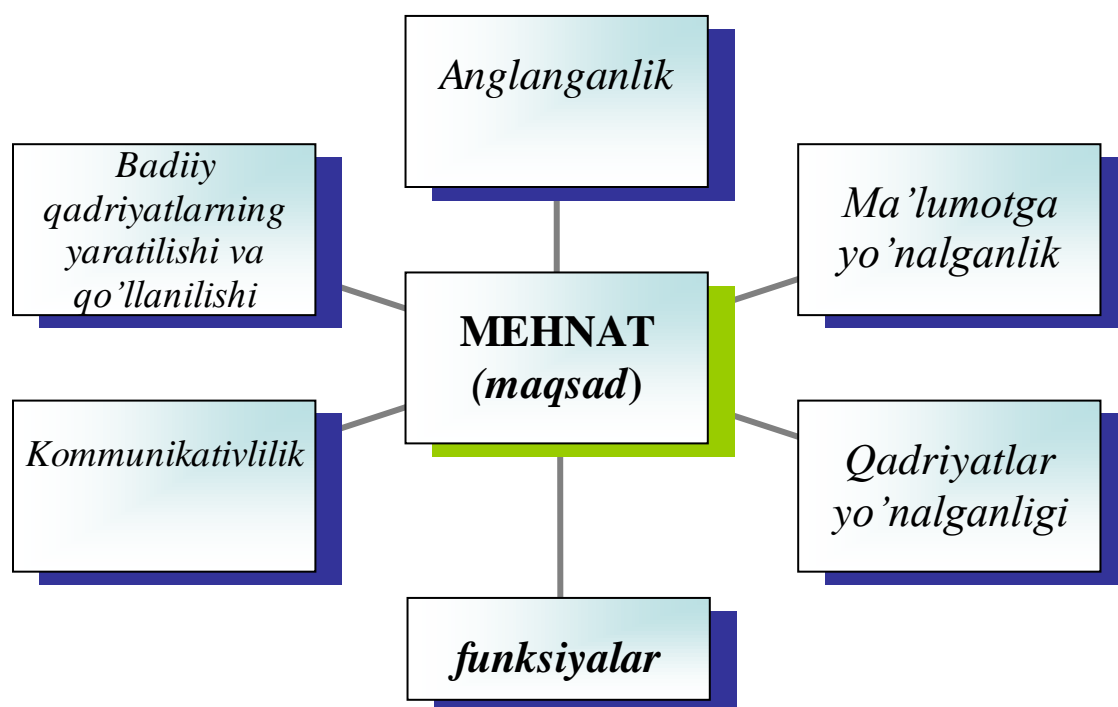
Atrof muhitni o'zgartiruvchi ijtimoiy-iqtisodiy jarayon sifatida mehnat va psixologiyaning o'zaro munosabatlari mehnat faoliyati psixologiyasi mohiyatining bir qator jiddiy holatlariga tayanadi:

- + U nafaqat inson mehnatini yengillashtirishga, balki mehnatni yanada mahsuldor, jozibali, xavfsiz etib, zavq va iqtisodiy jihatdan naf berishiga qaratilgan;
- + U mehnatni insonga va insonni mehnatga moslashtirishga qaratilgan (insonning tabiat, texnika, boshqa odamlar ustidan hukmronlik qilishi g'oyasini munozarali, gohida mavhum etadi);
- + U mehnat faoliyatida psixikaning shaxsga bog'liq va o'zgaruvchan xususiyatlarini turli toifadagi odamlarga xos ekanligini aks ettiruvchidir.

Mehnat, kasb, mutaxassislik

Mehnat – inson ehtiyojini qondirish asosida tashqi olamni o'zgartirishga qaratilgan maqsadli faoliyat bo'lib, u inson faolligining anglangan bir turiga kiradi. Mehnat inson uchun shaxsiy va ijtimoiy hayotida o'zini ro'yobga chiqarish va ko'rsata olish vosita hamda usulidir. Bu o'z navbatida uning muomalasi, o'zini va tashqi olamni anglashi, o'zini shaxs sifatida rivojlantirishi, moddiy va ma'naviy qadriyatlarni yaratishida aks etdi. Bu vazifalarni bajarilishi

mehnatning maqsadini tashkil etadi. 58-rasmda mehnat va uning asosiy vazifalari keltirilgan.



58-rasm. Mehnatning funksiyalari

Mehnat funksiyalarining samarali amalga oshishi quyidagi omillarga bog'liqdir:

- 1) muayyan faoliyat uchun layoqatli kishilarni tanlash;
- 2) kasbiy tayyorgarlik;
- 3) mehnat jarayonini tashkil etish va rasional sharoitlar;
- 4) mehnat qurollarining qulayligi va samarali ekanligi;
- 5) ish ko'lamiga inson imkoniyatlarining mos kelishi;
- 6) mehnat xavfsizligi tizimi, kasbiy salomatlik va umrni saqlash, ishga layoqatlikni psixologik quvvatlash.

Mehnat (mazmuni, sharoitlari, maqsadlari) shaxs rivojlanishiga xizmat qilishi, unga quvonch, baxtni keltirishi va erishgan natijalaridan qoniqish hissini tuyishiga olib kelishi kerak.

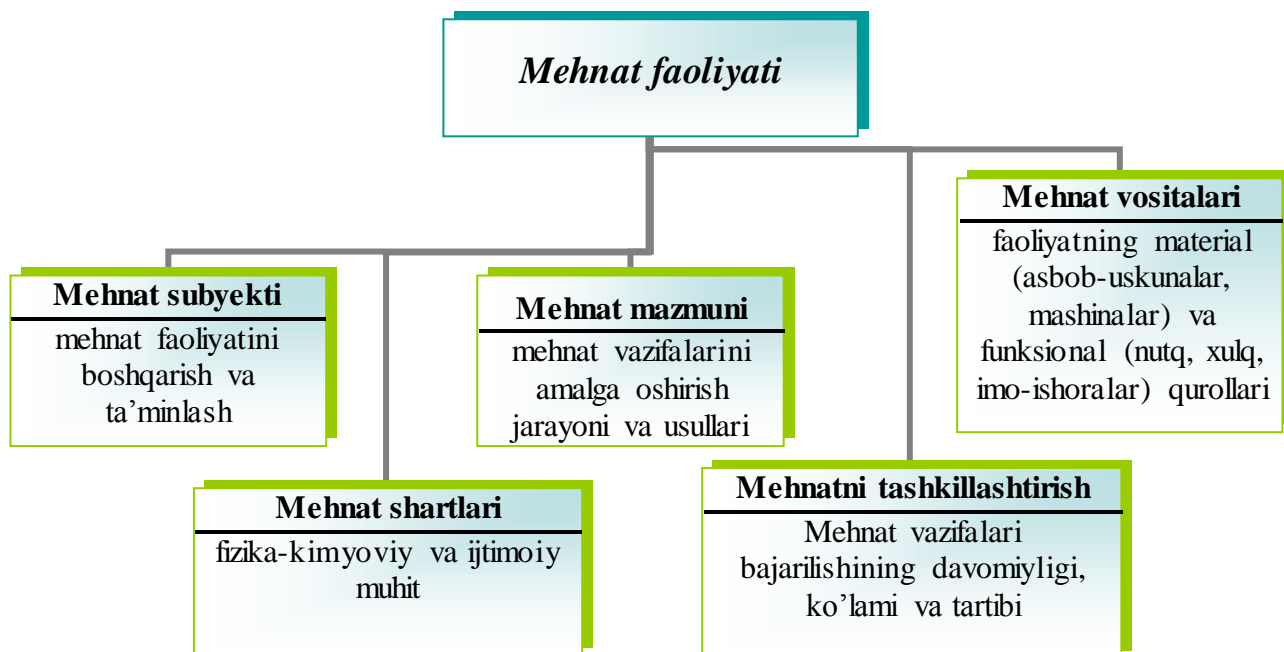
Mehnat – inson imkoniyatlarining psixologik, fiziologik, kasbiy va boshqa jihatdan namoyon eta olish xususiyati bo'lib, u turli toifa odamlarda turlicha bo'ladi. Asosan, yoshga ko'rsatkichiga, kasbiy tayyorlik darajasiga, salomatlik holatiga bog'liq ravishda kechadi.

Mehnat faoliyatini takomillashtirish bo'yicha ko'pgina amaliy vazifalarni bajarish, shuningdek shaxs psixik faolligining asoslarini mehnat faoliyatiga bog'liqlik tomonlarini o'rganish masalasi muhimdir. Unga ko'ra, mehnat faoliyati tashkil etuvchilarining tizimini ko'rib chiqish mumkin. Mehnat faoliyati tashkil etuvchilarining tuzilmasi 59-rasmda aks ettirilgan.

Mazkur rasmda keltirilgan chizma, ya'ni mehnat faoliyati subyekting chizmasi ergotik tizim deb ataladi (grekcha **yesgpn** – ish).

Mutaxassislik – faoliyat shakllari birlashmasi bo'lib, mazmun, vositalar, tashkilotlar, mehnat natijalari hamda mehnat subyektni tayyorlashga qo'yiladigan talablar majmuini tashkil etadi. Bu tushunchada mehnat faoliyatining turli tomonlari va turli darajasi aks ettiriladi:

- 1) mehnat obyekt va predmeti, uning mazmuni, shartlari hamda tashkiliy jihatlari;



59-rasm. Mehnat faoliyatini tashkil etuvchi komponentlar tuzilmasi

- 2) maqsadli vazifa va mehnatning natijaviy xarakteri;
- 3) mehnat egasining xususiyatlari – uning bilimlari, malaka, ko'nikma, qobiliyatlari;
- 4) iqtisodiy va ijtimoiy tomonlari – ishga joylashish, moddiy ehtiyojlarni qondirilishi, ijtimoiy mavqeyening tasdiqlanishi;
- 5) faoliyat turi.

Mutaxassislik – faoliyatning aniq shakli bo'lib, mehnat egasining kasbiy tayyorligi, mehnat vositalari, mehnat jarayoni va maqsadining maxsus xususiyatlari bilan belgilandi. Mutaxassislik tushunchasi odatda konkret faoliyat turi (kasb o'zida) va xususiy xarakteristikasini ifodalaydi. Mehnatning qay darajada bo'linish imkoniyatini aks ettiradi (masalan, vrach – kasbi, mutaxassislik – terapevt, jarroh, ko'z vrachi, kardiolog va boshqalar).

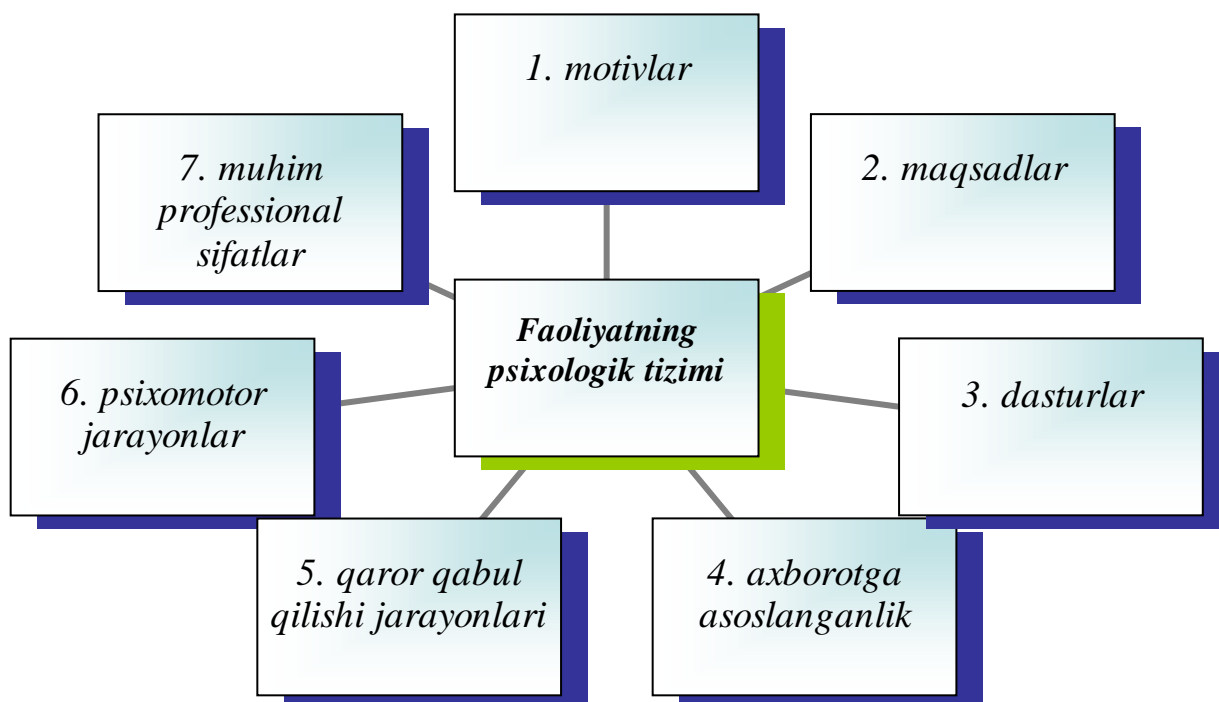
Mehnatning psixologik mazmuni

Mehnat faoliyatining har bir aniq turi ma'lum darajada normativ tasdiqlangan bo'ladi. Bunda albatta samaraliroq va ixchamroq variant muhim mezon etib olinadi. Inson kasbni o'zlashtirish jarayonida bu yozilgan normalarni individuallashtiradi, ya'ni o'ziga, uning xos bo'lgan shaxsiy fazilatlar va psixologik xususiyatlarni namoyon etadi. 60-rasmda faoliyatning psixologik tizimi, undagi funksional tarkib berilgan.

Bu rasmdagi har bir tarkib o'z mazmun va mohiyatiga ega.

- 1) faoliyat motivlari, uni harakatlantiruvchi kuchlari (moddiy, bilish, estetik va boshqalar);
- 2) faoliyat maqsadlari, uning mazmunini shakllantiradi va aniq kutiladigan natijalarda ifodalanadi;
- 3) faoliyat dasturi, mazmunning aniq tasavvurini va jarayonni aks ettiradi;
- 4) faoliyatning axborotga asoslanganligi, ma'lumotlar bazasi, kasbiy bilimlarga oid predmetli va subyektiv sharoitlar, ularni amalga oshirishga oid ma'lumotlar;
- 5) qarorlarni qabul qilish jarayoni, muammoli vaziyatni ko'rish, farazni, ilgari surish

(muammoni yechimi usullarini), bajarish tamoyilini aniqlash, hal etish variantlarini, baholashni amalga oshirish;



60-rasm. Psixologik faoliyat tizimining tuzilmaviy chizmasi

6) psixomotor jarayonlar;

7) muhim professional sifatlar, mehnat egasining psixologik xususiyatlari, aniq mehnat jarayonida namoyon bo'ladigan individual-psixologik sifatlar, fazilatlar.

17.2. Mehnat faoliyatini o'rganish metodlari

Shaxsni mehnat faoliyatida psixik xolati, jarayonlari, mehnatdagi yutuqlarini aniqlash maqsadida turli metodlar qo'llaniladi. Bunda qaysi mezonlarga ko'ra shaxs muvaffaqiyatlarga erishishi amalga oshganligi masalasi muhim bo'ladi. Shuning uchun ushbu toifadagi metodikalar qo'llanishi kuzatiladi:

- 1) aniq faoliyatning o'ziga xos tomonlari bilan tanishish uchun *ish hujjatlarini tahlil etish*;
- 2) faoliyat mazmuniga oid ma'lumotni vizual to'plash uchun *ish jarayonini kuzatish*;
- 3) *xronometraj*, mehnat jarayonining ayrim ko'rsatkichlarini baholash;
- 4) mehnat kishisidan yozma yoki og'zaki ravishda ma'lumot olish uchun *so'rov* (anketa, suhbat, ekspert baholash) metodi;
- 5) mehnat vazifalarini bajarishga oid shaxsiy tasavvur, fikr, kechinmalarni *o'zida kuzatish va o'zida hisoboti*;
- 6) mehnat faoliyatiga qo'yilgan eksperimentatordan faoliyatga oid ma'lumotlarni olish uchun *mehnat metodi*;
- 7) shaxsning hayotiy va faoliyatga oid ma'lumotlarini tahlili uchun *biografik metod*;
- 8) faoliyat sharoitlarini o'rganish uchun *fiziologo-gigiyenik metodlar*;

- 9) mehnat subyekting psixologik xususiyatlarini o'rganish uchun *tajriba (tabiiy va laboratoriya) metodi*.

Professiografiya metodi

Mehnat faoliyati psixologik xususiyatlarini tahlili olingan sifat va miqdor ko'rsatkichlarining har tomonlama o'rganish hamda sistemalashtirishga asoslanadi. *Professiografiya* deb, mehnat subyekting faoliyat tarkiblari (uning mazmuni, vositalari, sharoitlari, tashkilot) bilan o'zaro munosabati va bog'liqligini o'rganish va aniqlashga qaratilgan kompleks metodga aytiladi. Faoliyatni o'rganish natijasida *professiogramma*, ya'ni kasbning turli obyektiv xarakteristikalarining tasnifi va *psixogramma*, ya'ni faoliyatning psixologik xarakteristikalarining tasnifi tuziladi.

Professiogramma ushbu tamoyillarga ko'ra tuziladi:

- 1) ma'lum faoliyatning aniq, o'ziga xos tasnifi;
- 2) kompleks o'rganilganlik;
- 3) o'rganish dinamikasi (rivojlanish sharti bilan, faoliyat o'zgarishi);
- 4) sistemalilik (faoliyatning alohida xarakteristikalarini o'zaro bog'liqligi va o'zaro ta'siri);
- 5) qabulning o'xshashligi (kasblarni aniq taqqoslash uchun);
- 6) miqdoriy va sifatiy metodlarni qo'llash.

Professiogramma ushbu xarakteristikalardan tashkil topadi:

- 1) kasbga oid umumiy ma'lumotlar (tarkib, tayinlash, xodimlarning majburiyatlari, mehnat samaradorligi ko'rsatkichlari);
- 2) faoliyat mazmuni (asosiy vazifalar tahlili, ma'lumotlar oqiminin o'ziga xosligi, xatolar tahlili);
- 3) faoliyat vositalari (ma'lumotlarni ko'rsatish. Ularni joylashtirish, obzor);
- 4) mehnat sharoitlari (sanitar-gigiyenik, ijtimoiy-psixologik, estetik);
- 5) faoliyatni tashkillashtirish (ish yuklamasining ko'rinishi va xajmi, ish va dam olish rejimi);
- 6) faoliyat subyekti (funktional xolatlar, kommunikativ sifatlar, vazifalarga taalluqlilik).

Faoliyat psixogrammasi mehnat egasining kognitiv, emosional-irodaviy, motivasion, individual-psixologik va boshqa kasbiy muhim bo'lgan sifatlarga qo'yiladigan talablar hamda xarakteristikalaridan iborat bo'lishi kerak.

17.3. Mehnat faoliyatining turlari

Mehnat turlarining klassifikatsiyasi. Jamiyatning har bir rivojlanish bosqichida, uning ijtimoiy-iqtisodiy darajasiga ko'ra, fan-texnika taraqqiyoti bilan bog'liq xolda yangi mehnat faoliyati turlarining paydo bo'lishi, eskilarining yo'qolishi kuzatiladi. Bu jarayon mehnat subyekting xarakteristikasi va faoliyat komponentlarida namoyon bo'ladi. Masalan, inson resurslarining soni, ularning dunyoqarashi, ma'lumot saviyasi, darajasi, mehnat vazifalarining mazmuni, ish yuklamasining turi, mehnat vositalarining o'zgarishi, ishni tashkil etish va sharoitlarning xususiyatlari.

Mehnat faoliyatining turli xarakteristikalari uning turli klassifikasion ko'rsatkichlarga ko'ra tizimlashtirishga olib keladi. Bunga misol sifatida bunday tasnifning bir ko'rinishini keltirish mumkin.

1) Mehnat egasining ish yuklamasi xususiyati va mehnat vazifalarini bajarishiga ko'ra: *jismoniy va aqliy mehnat*.

2) Mehnat vazifalarining xarakteristikasi, ish ko'lami, mehnat jarayonining tashkil etilishiga ko'ra aqliy mehnat ushbu turlarga bo'linadi:

+ *Operativ (boshqaruvchi);*

+ *Operatorli (texnika bilan informasion bog'lanishli);*

+ *Ijodiy (an'anaviy – dars berish, davolash; noan'anaviy – ilmiy ish, adabiy, musiqiy asarlarni yozish);*

+ *Evristik (kashfiyot);*

+ *Dinamik va statik;*

+ *Bir xil (monoton) va har xil (mazmuni, tempiga ko'ra).*

3) Mehnat sharoitlarining xususiyatlariga ko'ra qulay sharoitli (mehnat sharoitlarida gigiyenik talablar norma darajasida bo'lishi), noxush va noqulay ish sharoitlari (bosimning ko'tarilishi – g'avoslarning ishi, past harorat – qutbda ishlaydiganlar, ma'lumotlar oqimining juda ko'p bo'lishi – dispatcherlik xizmati).

4) Faoliyat tashkil etish shakliga ko'ra:

+ *Reglamentli (ma'lum kun tartibi bilan);*

+ *Reglamentlanmagan (erkin kun tartibi bilan);*

+ *Aralash (smenali, vaxta);*

+ *Individual va jamoaviy (hamkorlikdagi).*

Hamkorlikdagi faoliyat bu umumiy motivlar va faoliyat maqsadi asosida mehnat egalarning olib boradigan ish faoliyatlari hisoblanadi. Hamkorlikdagi faoliyat psixologik tizimida ushbu tarkibiy jihatlar: umumiy maqsad, aniq vazifalar, umumiy motiv, hamkorlikdagi harakat va umumiy natija bo'ladi. Hamkorlikdagi faoliyatning umumiy belgilari va uning subyekt o'zaro bog'liqdir. Hamkorlikdagi faoliyat subyektining asosiy xarakteristikalari orasida aniq maqsadlilik, natijaviylilik, motivasiya, tashkilotchilik kabilar kuzatiladi.

Kasblar klassifikatsiyasi

Kasblar klassifikatsiyasiga oid lug'atlarni ko'riladigan bo'lsa, u holda 7000 dan 35000 gacha kasblar mavjud ekanligi kuzatiladi. Psixologiyada ilmiy-amaliy vazifalarni yechish uchun bu kasblarni sistematsiyalash, ularni qandaydir kasbiy va psixologik belgilarga ko'ra taqsimlash va qiyoslash kerak bo'ladi.

Ye.A.Klimov tomonidan "kasblarning to'rt xil daraja"si taklif etilgan.

Unga ko'ra, *birinchi darajaga* obyekt tizimini inobatga olib, besh xil toifadagi kasblar kiritilgan:

1) odam-tabiati (O-Ta) – agronom, mikrobiolog, ...;

2) odam-texnika (O-Te) – mexanik, operator, payvandchi, ...;

3) odam-odam (O-O) – vrach, o'qituvchi, sotuvchi, ...;

4) odam-belgilar sistemasi (O-Bs) – matematik, redaktor, ...;

5) odam-badiiy obraz (O-Bo) – dirijyor, musavvir, artist,

Ikkinchi darajada mehnat maqsadiga ko'ra uchta toifa keltirilgan:

1) Gnostik (yunoncha, bilim) kasblar: degustator (O-Ta), nazoratchi (O-Te), sosiolog (O-O), korrektor (O-Bs), san'atshunos (O-Bo).

2) O'zgartiruvchi kasblar: cho'pon (O-Ta), payvandlovchi (O-Te), o'qituvchi (O-O), buxgalter

(O-Bs), gul bezovchi (O-Bo).

- 3) Alohida kasblar: kuzatuvchi-uchuvchi (O-Ta), injener-konstruktor (O-Te), tarbiyachi (O-O), programmist (O-Bs), kompozitor (O-Bo).

Uchinchi darajada avvalgi darajadagi har bir kasb to'rtta alohidaga bo'linadi, bo'linishda esa mehnat qurollari aso etib olinadi:

- 1) Qo'l mehnatiga asoslangan kasblar - payvandlov ishlari nazoratchisi, ximiyaviy tahlil laboranti, veterinar, payvandchi;
- 2) Mashina va qo'l mehnati kasblari – tokar, avtomobil haydovchisi, ekskavator mashinisti;
- 3) Avtomatik sistemalarni qo'llaydigan kasblar – programmali boshqaruv stanogi operatori, aviadispatcher, El.tarmoq smenli operatori;
- 4) Mehnatda funksional vositalarga ko'ra kasblar – akterlar, akrobatlar.

To'rtinchi darajada mehnatsharoitiga ko'ra har bir guruhning o'ziga xos quyidagi belgilari ko'rinadi:

- 1) Normal sharoitda ishlaydiganlar – laborantlar, buxgalterlar;
- 2) Ochiq havoda ishlaydiganlar – agronom, montajchi, DAN xodimi;
- 3) Alohida noqulay sharoitda ishlaydiganlar – g'avvoslar, shaxtachilar, o't o'chiruvchilar;
- 4) Ish sharoiti o'ta mas'uliyatli bo'lganlar – bolalar bog'chasi tarbiyachisi, o'qituvchi, tergovchi.

Mazkur klassifikasiya tufayli kasblarning umumiy sxemasi ko'rinadi. Bu o'z navbatida ko'p kasblar turli xarakteristikalariga xos ravishda bo'linishini bildiradi.

17.4. Mehnat egasining shakllanishi

“Mehnat egasi”, ya'ni mehnat subyekti tushunchasi psixologiyaning fundamental kategoriyasi bo'lib, u insonning anglab, maqsadli, faol harakat qilishini bildiradi. Mehnat egasi sifatida aniq bir inson (individ)gina emas, balki ijtimoiy guruh, ya'ni mehnat jamoasi ham olinishi mumkin. Shunday qilib, mehnat subyekti, egasi – bu faol harakat qiluvchi, anglash va o'zgartirishga layoqatli, ong va iroda bilan ish olib boruvchi individ yoki ijtimoiy guruhdir.

Mehnat egasi bo'lish uchun ushbu talablar amalga oshishi zarur:

- 1) *qobiliyatlarning va boshqa kasbiy muhim sifatlarning yuqori darajasiga erishish;*
- 2) *mehnatdan qoniqish;*
- 3) *mehnat obyekti to'g'ri tushunish va aks ettirish;*
- 4) *o'zini boshqara olish tizimini rivojlantirish;*
- 5) *faoliyatning umum qabul qilingan usullarini o'zlashtirish;*
- 6) *o'zini-o'zi baholay olish malakalarini rivojlantirish, o'zini ro'yobga chiqara olish va hurmat qila olish.*

hurmat qila olish.

Kasbiy mahorat sohibi bo'lish uchun ikkita asosiy jihat mehnat egasining professionalizatsiyasi va professionallik mahorati masalasi muhim bo'ladi. *Professionalizatsiya* – bu mehnat kishisining (psixologik, fiziologik, xulq-atvor va ishga bog'liq) xarakterologik xususiyatlarini ish jrayonida shakllanishiga aytiladi. Bunda albatta bu xususiyatlar uning mehnat kishisi sifatida shakllanishiga, o'z-o'zini ro'yobga chiqarishiga imkon berishi ko'zda tutiladi. Professional deganda biz mehnat kishisining mehnat faoliyatida unga qo'yilgan vazifalarni yuqori darajada bajarish darajasiga erishgan holatini tushunamiz.

Mehnat subyekti professionalizatsiyasini ushbu to'rt yo'nalishda ko'rish kerak:

- 1) Uning ijtimoiylashuvi jarayoni sifatida. Bunda shaxs tomonidan ijtimoiy normalarning

o'zlashtirilishi, ijtimoiy tajribaga ega bo'lish, qiziqish, qadriyatlar, ijtimoiy rollar, jamoat ishlari, ijtimoiy muhitga kirish va moslashish amalga oshadi.

2) Shaxs rivojlanishi jarayoni sifatida. Bunda mehnat egasining faolligi, mehnatidagi samara va yutuqlarning miqdor va sifat ko'rsatkichlari, kasbiy qobiliyatlarning shakllanishi, mehnat motivlarining mehnat talablariga ko'ra amalga oshishi ko'zda tutiladi.

3) Shaxsning kasbiy o'z-o'zini ko'rsata olishi, o'zini baholashi, o'zini nazorat qila olishi tushuniladi. Bu mehnat egasining turli yosh davrlarida, faoliyatining turli bosqichlarida, jamiyatning unga qo'yadigan talablarida namoyon bo'ldi. Bu o'z navbatida mehnat biografiyasi, ijod yo'li, kasbiy rivojlanish davrlari sifatida ham e'tirof etiladi.

4) Shaxsning faollik ko'rinishi sifatida. Bunda shaxsning faoliyat bilan birgalikda o'sishi, dinamik rivojlanishi tushuniladi.

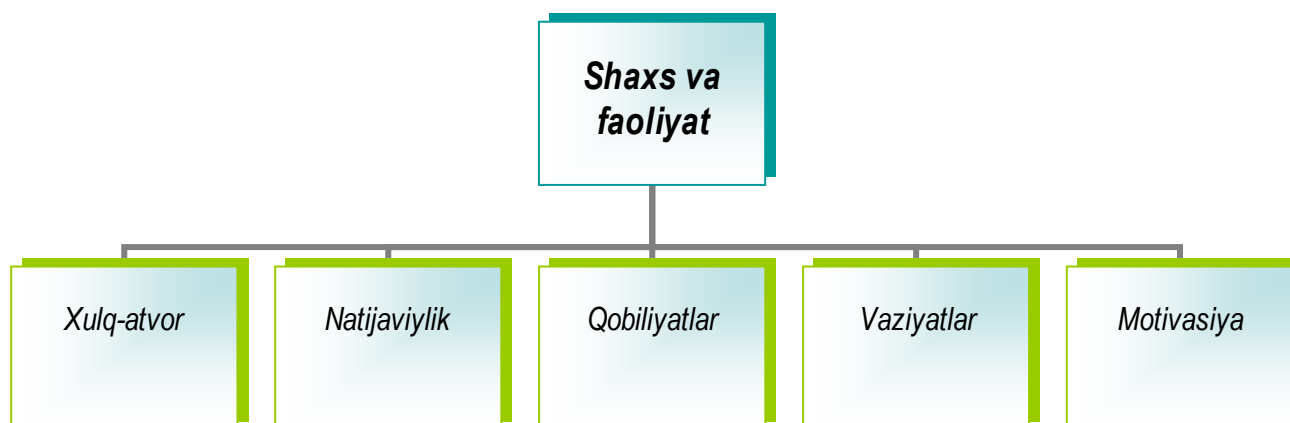
Professionalizasiya faollik ko'rinishi sifatida o'z tizimiga ega. Bu tizimga professionalizasiya motivlari, maqsadlari, jarayonni amalga oshirish dasturiga oid tasavvurlari, mehnat faoliyatining informasion asoslari, qarorlar qabul qilish bosqichlari, qabul qilingan qarorlarni tekshirish bo'yicha nazorat operatsiyalarini amalga oshirish kiradi. Demak, professionalizasiya bu jamiyat va shaxsning vazifasi bo'lib, bu jarayonning samarasi va mahsuldorligi mehnat kishisining ijtimoiy va shaxsiy ko'rsatkichlari bo'yicha faoliyatini baholash va rivojlanishini kuzatish sifatida qaralar ekan.

Shaxs va faoliyat

Shaxs mehnat faoliyatini tushuntirishda beshta tushuncha muhim hisoblanadi.

Mehnat faoliyati bir tomondan odamning ehtiyojlari, ichki motivasiyasi mahsuli bo'lsa, ikkinchi tomondan, aynan u shu mehnatni amalga oshiruvchi, hamda uning mahsullarini o'zlashtiruvchi ham aynan uning o'zidir. Shuning uchun ham shaxsning ushbu tizimdagi asl mohiyatini bilishi, uning faolligini ta'minlovchi shart-sharoitlarni yarata olish va mehnat mahsulini bashorat qilish faoliyat samarasining bosh omili hisoblanadi.

Odamning mehnatga munosabati masalasi, mehnatning shaxs uchun muhim qadriyatga aylanishi, mehnat motivasiyasi masalasi psixologiya uchun dolzarb va ahamiyatidir. Bu masala yana shuning uchun ham dolzarbki, O'zbekiston mustaqil bo'lib, bozor munosabatlariga bosqichma-bosqich o'tishi sharoitida odamni ijtimoiy qadriyat hisoblanmish mehnatga ongli munosabati va qadriyatlar iyerarxiyasida ijtimoiy faollik va mehnatning o'rnini aniq bilish asosiy hisoblanadi.



61-rasm. Shaxs mehnat faoliyatini tushuntirishning muhim beshta omili

Shunday qilib, yuqorida sanab o'tilgan omillar mehnatning subyekti bo'lmish shaxsni ishga undovchi va mehnat operasialarini muvaffaqiyatli bajarishga psixologik jihatdan hozirlovchi psixologik shart-sharoitlardir. Ular kompleks tarzda odamni mehnat faoliyatiga safarbar qiladi va mehnatga munosabati xarakterini belgilaydi.

Ma'lumki, tevarak-atrofimizni qamrab olgan olamdagi iqtisodiy obyektlar, jarayonlar, munosabatlarning rivojlanishi va o'zgarib borishi iqtisodiyot va psixologiya fanlari o'rtasidagi bog'lanishni tobora oydinlashib borishiga xizmat qilmoqda. Bunday bog'lanishlarni, ularning ilmiy tadqiqotlari ko'lamining kengayib borayotganligidan ham kuzatish mumkin.

Bir tomondan, zamonaviy bozor iqtisodiyoti sharoitida iqtisodiy va psixologik fanlarning nafaqat yaqinlashuvi, balki qo'shilishi, bir-birining mohiyatiga kirib borishi sodir bo'lmoqda.

Ikkinchi tomondan – individual, guruhli va jamoaviy psixologiyaning xo'jalik jarayonlariga, iqtisodiy amaliyotga hamda sohadagi boshqaruv qarorlarining qabul qilinishiga ta'siri keskin kuchayishi kuzatilmoqda.

Zamonaviy ijtimoiy-iqtisodiy jarayonlar va munosabatlarning shakllanish darajasiga e'tibor berib qarasaq, psixologiya borgan sari ko'proq iqtisodiyotga kirib borayotganligi, to'ldirayotganligi, yo'naltirayotganligi hamda uning katta-kichik ko'lamdagi voqeyeliklarining tub negiziga aylanib borayotganligi sezilmoqda. Afsuski, bu holat iqtisodchilarning ham, psixologlarning ham ilmiy tadqiqotlari predmeti sifatida izlanishlar ko'lamini kam miqyosda qamrab olmoqda. Insonning iste'molchi va iqtisodiy foyda izlovchilar sifatidagi xulqida kuzatiladigan psixologik xususiyatlar *Adam Smit va Alfred Marshall*lardan boshlab to *Jon Keynsgacha* bo'lgan "iqtisodiy nazariya"ning klassik namoyondalari asarlarida aks etgan bo'lsa-da, iqtisodiyot fani hozirgacha psixologiya bilan yonma-yon turib, uning ichiga kirishmagan. Psixologiya fani esa, o'zining ong va psixika xususidagi ilmiy asoslangan qarashlarini saqlagan holda, tovar va xizmatlarni ishlab chiqarish, taqsimlash, almashish, iste'mol qilish, shuningdek, boshqaruvni tashkil etish jarayonidagi iqtisodiy xulqni o'rganishga hamda ilmiy jihatdan tadqiq qilishga endigina kirishdi.

Iqtisodiyot va psixologiya fanlarining o'zaro mutanosiblashuvi hamda umumiy tadqiqot predmetlarining aniqlanishuvi natijasida "iqtisodiy psixologiya" deb nomlangan yangi soha yaratilib, hozirda o'zining qaror topish va shakllanishini bosqichma-bosqich amalga oshirilmoqda. Iqtisod va psixologiyani ilmiy nuqtai nazardan qiziqtiradigan obyektiv predmeti bir-biriga yaqin: ikkisi ham *subyekt xulqini* kuzatadi. Bunda iqtisodchilarni subyektning bozorga bo'lgan munosabatlari qiziqtirsa, psixologlarni esa, uning faoliyatga bo'lgan individual reaksiyasi va hissiy kechinmalari qiziqtiradi. Har ikkisi ham bilim manbaiga suyangan holda ish ko'radi.

17.5 Asosiy tushuncha va atamalar

Mehnat psixologiyasi; mehnat, kasb; mehnat subyekti; professiografiya; professiogramma; psixogramma; mutaxassislik; ish jarayonini kuzatish; xronometraj; biografik metod; professionalizasiya; iqtisodiy psixologiya.

17.6. Rezyume

Xulosa qilib aytganda psixologiya va mehnat orasidagi o'zaro bog'liqlik, avvalo, mehnat faoliyati psixologiyasining asosiy vazifalari tahlilida namoyon bo'ladi. Mehnat, kasb, mutaxassislik esa, tom ma'noda mehnatning psixologik mazmunini belgilab beradi. Qator mehnat faoliyatini o'rganish metodlari orqali, jumladan, professiografiya usuli yordamida shaxsning professiogrammasini tuzish mumkin. Shu bois, mehnat faoliyatining klassifikasiyasiga tayanib fanda kasblar klassifikasiyasini ajratish mumkin. Professional shaxsning shakllanishi esa, mehnat subyekting professionallashuviga bog'liq bo'lib, bu uning faoliyatlari diagnostikasi orqali tushuntiriladi.

17.7 O'z-o'zini nazorat va muhokama qilish uchun savollar

1. Mehnat psixologiyasi va mehnat faoliyati psixologiyasi deganda nimalarni tushunasiz?
2. Mehnat faoliyati psixologiyasining asosiy vazifalarini qanday baholaysiz?
3. Mehnat vazifalarining samarali amalga oshishi qanday omillarga bog'liq?
4. Mehnat faoliyatini tashkil etuvchi komponentlar tuzilmasi nimalardan iborat?
5. Mehnatning psixologik mazmuni deganda e'tibor nimalarga qaratiladi?
6. Mehnat faoliyatini o'rganuvchi qanday metodlar mavjud?
7. Professiografiya metodi shaxsdagi qanday xususiyatlarni aniqlaydi?
8. Professiogramma qanday tamoyillarga ko'ra tuziladi?
9. Mehnat egasining ish yuklamasi xususiyati va mehnat vazifalarini bajarishiga ko'ra qanday turlarga bo'linadi?
10. Kasblar klassifikasiyasi tushunchasini nima bilan izohlaysiz?

17.8. Bibliografiya

- Karimov I.A.* Bizning bosh maqsadimiz – jamiyatni demokratishtirish va yangilash, mamlakatni modernizasiya va isloh etishdir. – T. "O'zbekiston", 2005.
- Karimov I.A.* O'zbekiston demokratik taraqqiyotning yangi bosqichida. – T. "O'zbekiston", 2005.
- Bolotova A.K.* Prikladnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov / A.K. Bolotova. – M.: Gardariki, 2006.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* Iqtisodiy psixologiya. Ma'ruzalar matni. – T.: TDIU Talaba, 2005.
- Koshkina K.* Delovoy preferans (dlya bogatûx i solidnûx, a takje dlya vsex jelayuûix). – M.: FORUM: INFRA-M. 2006.
- Maxmudov I.I.* Boshqaruv psixologiyasi: O'quv qo'llanma / Mas'ul muharrir: A.Xolbekov. – T.: DJQA "Rahbar" markazi; "YUNAKS-PRINT" MChJ, 2006.
- Mashkov V.N.* Psixologiya ekonomiki. – SPb.: Izd-vo Mixaylova V.A., 2001.
- Muchinski P.* Psixologiya, professiya, karyera. – 7-ye izd. – SPb.: Piter, 2004. – 539s.
- Prikladnaya sosialnaya psixologiya. / Pod. red. A.N.Suxova i A.A.Derkacha. – M.: Izd-vo "Institut prakticheskoy psixologii"; Voronej: Izd-vo NPO "MODEK", 1998.
- Psixologiya. Uchebnik dlya ekonomicheskix vuzov / Pod obù. red. V.N.Drujinina. – SPb.: Piter,

2002. – S. 327-426.

Radayev V. Ekonomicheskaya sosiologiya (uchebnoye posobiye dlya vuzov): – M.: Izdatelstvo: Vûsshaya shkola ekonomiki. 2005.

Rayzberg B.A. Psixologicheskaya ekonomika: Uchebnoye posobiye. – M.: INFRA-M, 2005.

Roik V.D. Professionalnûy risk: osenka i upravleniye. – M.: Ankil, 2004.

Semenov A.K., Maslova Ye.L. Psixologiya i etika menedjmenta i biznesa: Uchebnoye posobiye. – 4-ye izd., ispr. i dop. – M.: Izdatelsko-torgovaya korporatsiya “Dashkov i K^o”, 2006.

Sosialno-psixologicheskaya dinamika v usloviyax ekonomicheskix izmeneniy / A.L.Juravlev, Ye.V.Shoroxova, V.A.Xaùyenko; Otv. red. A.L.Juravlev, Ye.V.Shoroxova; RAN. In-t psixologii. – M., 1998.

Sosialnaya psixologiya ekonomicheskogo povedeniya. – M.: Nauka, 1999.

Ekonomicheskaya psixologiya. Sosiokulturnûy podxod / Pod red.prof. I.V.Andreyevoy. – SPb.: Piter, 2000.

Hayitov O.E. Psixologik iqtisod: O'quv qo'llanma / Professor V.M.Karimova tahriri ostida. – T.: TDIU, 2006. – 130 b.

Glossariy

GLOSSARIY

Adekvatlik – teng, o'xshash, muvofiq kelmoq.

Analogiya – psixik xodisalar va xulq-atvor xususiyatlarining o'xshashligi.

Anketa – metodlardan biri bo'lib, respondent to'g'risida aniq ko'zlangan ma'lumotlarni yig'ish maqsadida qo'llaniladi.

Assosiasiya – psixik xodisalar orasidagi o'zaro bog'lanish, u ma'lum qonunlar bo'yicha tarkib topadi.

Attraksiya – bir kishini boshqa kishi ko'rib qolganda, idrok etishda yuz beradigan tafakkur turi.

Apatiya – kishining tevarak atrofdagi olamga nisbatan befarqlik xolati.

Astenik – shaxsning faolligini susaytiruvchi kechinmalar.

Audivizual idrok – shaxsning bir vaqtning o'zida ham eshitib, ham ko'rib idrok qilishi.

Autogen mashq – shaxsning o'z-o'zini ishonitirish va o'z-o'zini idora qilishga asoslangan psixoterapevtik usul.

Affekt – kuchli, jo'shqin va nisbatan qisqa muddatli emosional kechinmalar sifatida ro'y beradigan psixologik holat.

Biografik metod – odamning tarjimai holi bilan bog'liq bo'lgan xujjatlar orqali o'rganish usuli.

Bixeviorizm – psixologiyaning o'rganish predmeti sifatida odam xulq-atvorini olinishi nazariyasi.

Breyning – aqlga xujum – baxslarni tashkil etishda qo'llaniladigan interfaol usuldir.

Bosqichlar – muloqotda mavjud bo'lgan shaxsning o'zi bilan, boshqalar bilan va avlodlar orasida kechadigan jarayoni.

Verbal – og'zaki ifodalangan nutq.

Vegetativ nerv tizimi – nerv tizimining organizm ichki a'zolari faoliyatini va modda almashinuvini boshqarib turadigan bir qismi.

Genotip – ota-onadan farzandga o'tadigan irsiy belgilar majmui.

Gerontopsixologiya – psixologiya tarmog'i, qarilik davri psixologiyasini o'rganadi.

Gnostik – butun borliqni bilishga yo'naltirilgan faoliyat.

Guruh – odamlarning birgalikdagi faoliyat mazmuni yoki muloqotda bo'lish xarakteri kabi qator belgilarga asoslangan ijtimoiy jamoa.

Dunyoqarash – odamning tevarak-atrofdagi oamga va unda o'zining tutgan o'rniga qarashlaridan kelibchiqqan tizim. Uning falsafiy, siyosiy, ilmiy, diniy, aqliy va estetik qarashlari yig'indisi.

Depressiya – tushkunlik kayfiyati.

Diqqatning barqarorligi – diqqatning ma'lum obyektga uzoq vaqtdavomida muttasil qaratilishi.

Diqqatning ko'lami – bir vaqtning o'zida diqqatning bir qancha obyektga qaratilishi imkoniyati.

Diqqatning taqsimlanishi – diqqatning bir vaqtda bir necha obyektga taqsimlanish xususiyati.

Diqqatning ko'chishi – diqqatni ixtiyoriy ravishda bir obyektidan ikkinchisiga ko'chirish.

Dialog – ikki va undan ortiq kishilarning o'zaro og'zaki gaplashishi.

Dialogik nutq – nutq turlaridan bo'lib, bunda so'zlovchilar barobar teng, birgalikda faollik ko'rsatadi.

Dominant shaxs – boshqalar bilan muomala va munosabat o'rnatishda o'z fikrini o'tkazish xislatining yorqin namoyon bo'lishi.

Yosh psixologiyasi – turli yoshdagi odamlarning psixologik xususiyatlarini va rivojlanish qonuniyatlarini o'rganadi.

Yosh davri nizolari – o'ziga xos, uncha uzoqqa cho'zilmaydigan ontogenez davrlari bo'lib, bu

vaqtda keskin psixik o'zgarishlar yuz beradi.

Jamoa – maqsadlari jamiyat maqsadiga mos keladigan umumiy faoliyat bilan birlashgan odamlar guruhi.

Jamoaning negizi – umumiy fikr, maqsad va ishlab chiqarishga taalluqli qarorlarni shakllantiruvchi jamoa a'zolari.

Yo'nalish – shaxsning xatti-harakati va faoliyatini aniq sharoitlardan qat'i nazar ma'lum yo'lga yo'naltiruvchi barqaror motivlar yig'indisi.

Individuallik – individning boshqalardan farqlanadigan ijtimoiy xususiyatlari va psixikasining o'ziga xosligi, qaytarilmasligi.

Idrokning konstantligi – idrok sharoiti o'zgarsa-da, idrok qilishdan hosil bo'lgan narsa obrazlarning nisbatan o'zgarmasligi.

Idrokning predmetliligi – jamiki olamdan olingan ma'lumotlarni ichki olam obyektiga kiritish xususiyati.

Idrokning butunliligi – sezgi a'zlariga bevosita ta'sir etib turgan obyektlarni, ularning belgi va xususiyatlari bilan birgalikda qo'shib idrok etish.

Istedod – shaxsning ma'lum faoliyatda ifodalanadigan qobiliyatining yuqori darajasi.

Ijtimoiy psixologiya – psixologiya fanining o'ziga xos maxsus tarmog'i bo'lib, unda psixik va jamiyat taraqqiyoti qonunlari o'rganiladi.

Ijtimoiylashuv - inson tomonidan ijtimoiy tajribani egallash va hayot - faoliyat jarayonida uni faol tarzda o'zlashtirish jarayoni.

Ijtimoiy tasavvurlar – shaxsga jamiyat orqali ta'sir etgan narsa va xodisalarning yaqqol obrazi.

Ilmiy taxmin – tekshirish va tadqiqot olib borish maqsadida ilgari kutilishi mumkin bo'lgan xolatning bashorat qilinishi.

Ijtimoiy psixologik eksperiment – asosiy metodlardan biri bo'lib, o'zgaruvchan mustaqil turli xolat va jarayonlarning boshqa nomustaqil xolat va jarayonlarga ta'sir etishdagi aniq ma'lumotlariga tayanadi.

Interaktiv – shaxslararo munosabatlarda bir-biriga xulq-atvor ta'sir ko'rsatish jarayoni.

Introvert shaxs - shaxsning xar qanday sharoit va xolatlarida o'z ichida kechayotgan fikrlarini bayon etish ehtiyojining nihoyatda pastligi.

Kasb – faoliyat shakllari birlashmasi bo'lib, mazmun, vositalar, tashkilotlar, mehnat natijalari hamda mehnat subyektini tayyorlashga qo'yiladigan talablar majmui.

Kontent-analiz – tekshirilayotgan matnda so'z, ibora, abzaslarni ma'no-mohiyatini takrorlanish darajasiga qarab tahlil etish usuli.

Kuzatish – sinaluvchini aniq maqsad, faoliyat, vaqt, guruh bilan bog'liq ravishda tekshirish, o'rganish, ma'lumotlar to'plash metodi.

Kommunikativ – shaxslararo munosabatlarda ma'lumot, axborot, g'oyalar almashinuvi jarayoni.

Kichik guruh – a'zolari birgalikdagi faoliyat bilan shug'ullanuvchi va bevosita shaxslararo munosabatda bo'luvchi kishilar guruhi.

Ko'nikma – odamning ma'lum ishni bajarishga tayyorligida ko'rinadigan qobiliyati. K. mahoratning asosini tashkil etadi.

Longityud tadqiqot – sinaluvchini uzoq muddat va doimiy ravishda o'rgansh.

Metod – bilishning nazariy va amaliy o'zlashtirish usullari yig'indisi.

Metodologiya – tadqiqot, tekshirish usuli bo'lib, bilishning nazariy va amaliy o'zlashtirish usullari yig'indisidir.

Motiv – ma'lum ehtiyojlarni qondirish bilan bog'liq faoliyatga undovchi sabab.

Motivasiya – odamni faol faoliyatga undovchi sabablar majmui.

Malaka – mashq qilish jarayonida ish harakatlar bajarilishining avtomatlashgan usullari.

Mehnat psixologiyasi - kishi mehnat faoliyati psixologik xususiyatlarini, mehnatni ilmiy asosda tashkil etishning psixologik jihatlarini o'rganadigan fan.

Mehnat faoliyati psixologiyasi – bu psixologiyaning bir sohasi bo'lib, inson shaxsini mehnat subyekti sifatidagi shakllanishi xususiyatlarini, mehnatning shart-sharoitlari, yo'llari va usullarini ilmiy jihatdan o'rganadi.

Mehnat – inson ehtiyojini qondirish asosida tashqi olamni o'zgartirishga qaratilgan maqsadli faoliyat.

Mutaxassislik – faoliyatning aniq shakli bo'lib, mehnat egasining kasbiy tayyorligi, mehnat vositalari, mehnat jarayoni va maqsadining maxsus xususiyatlari bilan belgilanadi.

Mehnat subyekti (egasi) – bu faol harakat qiluvchi, anglash va o'zgartirishga layoqatli, ong va iroda bilan ish olib boruvchi individ yoki ijtimoiy guruh.

Muloqot – ikki yoki undan ortiq odamlarning o'zaro bir-biriga ta'sir etishi.

Melanxolik – temperament turlaridan biri bo'lib, psixik faollikning sust, tez ta'sirlanuvchanlik, xatto arzimagan narsalar uchun ham juda chuqur ta'sirotga berilishi bilan xarakterlanadi.

Monologik nutq – bir odamning o'z fikrlarini og'zaki yoki yozma ravishda ifodalash nutqi.

Monolog – ma'ruzachi tomonidan nutq so'zlanishi, ma'ruzachi aktiv, tinglovchi passiv bo'lgan jarayon.

Mobil shaxs – shaxsning bir faoliyat turidan boshqasiga o'tish va moslashish imkoniyatining yuqori darajada kuzatilishi.

Negativizm – individning har qanday sharoitda ham guruh fikriga qarshi turishi va o'zicha mustaqil fikr, mavqeyi namoyon qilishi.

Norasmiy – odamlarning birgalikdagi muloqot va faoliyatlari ular orasidagi munosabatlarning o'zaro ishonch, bir xil qarash va maqsadlarning ko'zda tutilishi.

Noverbal - nutqsiz ifodalangan harakat, mimika, xolatlarning boshqa shaxsga yo'naltirilishi.

Nizolar – o'zaro ta'sir ko'rsatayotgan kishilarning qarama-qarshi turishi, bunda fikrlar, pozisiyalar, qarashlar teskariligi kuzatiladi.

Nizo turlari – nizolarning kimlar orasida yuzaga kelishiga ko'ra farqlari: shaxslararo, guruhlararo, shaxsiy, etnik, milliy; namoyon bo'lish xususiyatiga ko'ra: ochiq, yopiq, uzoq muddatli, qisqa; mavqye yoki darajaga ko'ra: vertikal va gorizontal; yo'nalishiga ko'ra: destruktiv va konstruktiv.

Nizo bosqichlari – uch bosqichda, ya'ni nizo oldi, nizo va nizodan keyingi bosqichlar.

Nizo hal etish yo'llari – komromiss, ya'ni kelishuv; joyida hal etish; nizodan chekinish; orqaga surish; qochish.

Operativ xotira – xotira turlaridan biri bo'lib, faoliyat bajarish jarayonida uzoq xotiradan vaqtincha foydalaniladi.

Oila – turmush qurish, qarindosh-urug'chilik asosidagi kichik guruh.

Psixika – yuksak darajada tashkil topgan materiya, miyaning funksiyasi bo'lib, uning mohiyati tuyg'ular, idrok, tasavvur, fikrlar, iroda va boshqalar ko'rinishida aks ettirishdan iborat.

Psixik jarayonlar – u yoki bu psixik maxsult va natijalarni (psixik obrazlar, xolatlari, tushunchalar, xissiyot va x.k.) xosil qiluvchi, shakllantiruvchi va rivojlantiruvchi jarayon.

Psixologiya – odamning obyektiv borliqni sezgi, idrok, tafakkur, tuyg'u-hissiyot va boshqa psixik xolatlari orqali aks ettirish jarayonini o'rganadigan fan.

Psixik holatlar – psixik hayot shakllari, diqqat, hissiyot, iroda jarayonlariga aytiladi. P.H.

(xushchaqchaqlik, ruhlanish, siqilish, ziyraklik, qat'iylik, tirishoqlik v.b.) shaxslarda ma'lum darajada barqaror bo'lib, ularning muayyan xususiyatiga ham aylanib qoladi.

Pilotaj tadqiqot – tadqiqotning muammoli izlovchi turi, asosiy tadqiqotgacha o'tkaziladigan va soddalashtirilgan shakli.

Psixodiagnostika – shaxsning individual-psixologik xususiyatlarini aniqlovchi va o'lchashni ishlab chiquvchi psixologiya usuli.

Psixologiya metodlari – psixik xodisalarni va ularning qonuniyatlarini ilmiy tomondan o'rganishning asosiy yo'l-yo'riq va usullari.

Psixokorreksiya – shaxsning psixik rivojlanishidagi kamchiliklarni tuzatish usullarini *qo'llash jarayoni*.

Psixologik xizmat – psixologiyani amaliyotda qo'llash tizimi. U turli sohalarda diagnostika, konsultasiya, ekspertiza vazifalarini bajaradi.

Psixologik maslahat – shaxsning turli darajadagi o'z muammolarini yakka tartibda psixolog bilan tahlil etishiga qaratilgan psixologik xizmat turi.

Polilog – guruh ichidagi munozara bo'lib, barcha ishtirokchilar faolashuvi kuzatiladi.

Perseptiv tomon – shaxslararo munosabatlarda tushunish, his etish, idrok etishga qaratilgan jarayon.

Professiografiya – mehnat subyekting faoliyat tarkiblari (uning mazmuni, vositalari, sharoitlari, tashkilot) bilan o'zaro munosabati va bog'liqligini o'rganish va aniqlashga qaratilgan kompleks metod.

Professiogramma – kasbning turli obyektiv xarakteristikalarining tasnifi.

Psixogramma – faoliyatning psixologik xarakteristikalarining tasnifi.

Rigid shaxs – shaxsning bir faoliyat turidan boshqasiga o'tish va moslashish imkoniyatining past darajada kuzatilishi.

Rasmiy – odamlarning birgalikdagi faoliyatlarida, ijtimoiy rollar taqsimotida mavqye, martabaning inobatga olinishi

Real – birgalikdagi faoliyat jarayonida bevosita muloqot amalga oshishi imkoniyati.

Referent guruh – shaxsning har tomonlama ishongan, o'ziga yaqin tutgan guruhi.

Sangvinik – temperament turlaridan bo'lib, chaqqon, harakatchan, taassurotlari tez o'zgaradigan, boshqalarga nisbatan dilkashlik, mehribonlik xislatlari bilan xarakterlanadi.

Sanoat psixologiyasi – sanoat va ishlab chiqarishda turli yuzaga keladigan muammo va xolatlarni psixologik va ijtimoiy omillarini tahlil qilib olishga qaratilgan xizmatlari turi.

Simpatiya – bir kishida boshqasiga nisbatan kuzatiladigan moyillik va yoqimlilik hislarining ichki namoyon bo'lishi.

Sosiologiya – jamiyatda yuz beradigan turli-voqyea-xodisalarni va o'zaro munosabatlarni o'rganishga qaratilgan fan.

So'rov – asosiy metodlardan biri bo'lib, nutq muloqoti yordamida bevosita yoki bivosita ma'lumot olinadi.

Ta'lim maskanlari psixodiagnostikasi – shaxsni ta'lim tizimda qobiliyati, iqtidori, iste'dodini aniqlab olish maqsadida olib boriladigan psixologik xizmat turi.

Test – sinaluvchini tekshirish jarayonida maxsus qo'llaniladigan metodlardan biri bo'lib, bu metod orqali aniq bir psixologik xususiyat aniqlanadi.

Tushuncha – narsa va xodisalarning muhim belgi va xususiyatlarini bitta so'z yoki so'zlar guruhi bilan ifodalashdan iborat tafakkurning mantiqiy shakli.

Tushunish – biror narsaning ma'nosi va ahamiyatini anglash qobiliyati, asosiy erishilgan

natijasi.

Tahlil – tafakkur qilish usuli, bunda murakkab obyektlar qismlarga bo'linib o'rganiladi.

Taqqoslash – narsa va xodisalar o'rtasidagi o'xshashlik va tafovutlarni aniqlashga asoslangan fikrlash operatsiyasi.

Trening – mashq qilmoq, guruxlarda muloqotning samarali tashkil etish usuli bo'lib, shaxsning muloqotga o'rgatish va obro'li bo'lishini rivojlantirish maqsadida o'tkaziladi.

Temperament – shaxsning individual-psixologik xususiyatlari majmui bo'lib, u kishida faoliyat va xulq-atvorning dinamik va emosional tomonlari bilan xarakterlanadi.

Tobe shaxs – muloqot va boshqa jarayonlarda shaxsda ko'nikuvchanlik, boshqa kishilarga bog'liqlik, fikriga bo'ysunish xususiyatlarining tarkib topishi.

Umumlashtirish – voqeyelikdagi narsa va xodislarni umumiy va muhim belgilariga qarab fikran birlashtirishdan iborat tafakkur jarayoni.

Uyushganlik – guruh a'zolarining bir-birlarini yaxshi bilishlari, bir-birlarining dunyoqarashlari, hayotiy prinsiplari, qadriyatlarini anglashlari.

Ustanovka – yo'nalish, kishining tevarak-atrofdagi odamlarga va obyektlarga nisbatan qanday munosabatda bo'lish, ularni idrok qilish, ularga baho berish va ularga nisbatan harakatining tayyorlik xolati.

Faoliyat – insongagina xos, ong bilan boshqariladigan ehtiyojlar tufayli paydo bo'ladigan va tashqi olam bilan kishining o'z-o'zini bilishga, uni qayta qurishga yo'naltirgan faolligi.

Faollik – tirik materiyaning umumiy xususiyati, tevarak muhit bilan o'zaro ta'sirda bo'lishida namoyon bo'ladi.

Flegmatik – temperament turlaridan biri bo'lib, harakatlari sekinligi, barqarorligi, emosional xolatlarining tashqi ko'rinishlari kuchli emasligida namoyon bo'ladi.

Xarakter – kishidagi barqaror psixik xususiyatlarining individual birligi bo'lib, shaxsning mehnatga, narsa va xodisalarga, o'ziga va boshqa kishilarga munosabatlarida namoyon bo'ladi.

Harakat – maqsadga muvofiq yo'naltirilib, ongli ravishda amalga oshiriladigan harakatlari yig'indisi. H. Ongli faoliyatning tarkibiy qismlari va motivlaridan biridir.

Xulosa chiqarish – tafakkurning mantiqiy shakllaridan bo'lib, bir qancha xukmlar asosida ma'lum xulosa chiqariladi. X.ch. induktiv, deduktiv va analogik turlarga ajratiladi.

Xolerik – temperament turi bo'lib, xissiyot jo'shqinligi, kayfiyatning tezda o'zgarishi, hissiyotning muvozanatsizligi va umuman harakatchanligi bilan ajralib turishi xosdir.

Shaxs – ijtimoiy munosabatlarga kiruvchi va ongli faoliyat bilan shug'ullanuvchi betakror odam.

Shaxs ijtimoiylashuvi - inson tomonidan ijtimoiy tajribani egallash va hayot-faoliyat jarayonida uni faol tarzda o'zlashtirish jarayonidir.

Shaxslararo munosabat – muloqot jarayonidagi o'zaro ta'sir etish natijasida ro'y beradigan ijtimoiy-psixologik hodisalar.

Shakllar – bevosita va bivosita tur bo'lib, yuzma-yuz yoki vosita orqali amalga oshishi ko'zda tutiladi.

Shakllanganlik - odamlarning nima uchun jamoalarda ishlashi, odamlar ichida bo'lishi bilan bog'liq psixologik jarayon.

Shartli – odamlarning turli belgi, faoliyat shakllariga ko'ra biror guruhga taalluqli deb qarash.

Emosiya – odam va hayvonlarning subyektiv ifodalangan ichki va tashqi qo'zg'oluvchilar ta'siriga javob reaksiyasi.

Egosentrizm – men, markaz ma'nosida individualizm va egoizmning eng tuban turi.

Ekstrovert shaxs – shaxsning har qanday sharoit va xolatlarda o'z ichida kechayotgan fikrlarini bayon etish ehtiyojining yuqoriligi.

Empatiya – boshqa odamlarning psixik holatini tushunish qobiliyati.

O'qish – shaxsning bilim va faoliyat usullarini egallashga hamda uni mustahkam esda saqlab qolish jarayoni.

O'yin – faoliyat turlaridan biri bo'lib, bolalarning kattalar faoliyatini, ish harakatlarini aks ettirishda ifodalanadigan va atrofni bilishga qaratilgan faoliyatdir.

Qobiliyat – shaxsning ma'lum faoliyatidagi muvaffaqiyatlarini va osonlik bilan biror faoliyatni egallay olishini ta'minlaydigan individual psixologik xususiyati.

Qiziqish – shaxsning o'zi uchun qimmatli va yoqimli narsa yoki xodisalarga munosabati.

Bibliografiya

Karimov I.A. Biz kelajagimizni o'z qo'limiz bilan quramiz. – 7-jild. – T.: O'zbekiston, 1999.

Karimov I.A. Bizning bosh maqsadimiz – jamiyatni demokratlashtirish va yangilash, mamlakatni modernizasiya va isloh etishdir. – T. “O'zbekiston”, 2005.

Karimov I.A. Jamiyatimiz mafkurasi xalqni-xalq, millatni-millat qilishga xizmat etsin. – T.: O'zbekiston, 1998. – B. 15-89

Karimov I.A. Ma'naviy yuksalish yo'lida. – T.: O'zbekiston, 1998.

Karimov I.A. Milliy istiqloq mafkurasi – xalq e'tiqodi va buyuk kelajakka ishonchdir // “Fidokor” gazetasi, 2000 yil, 8 iyun.

Karimov I.A. O'zbekiston demokratik taraqqiyotning yangi bosqichida. – T. “O'zbekiston”, 2005.

Karimov I.A. O'zbekiston XXI asr bo'sag'asida: xavfsizlikka tahdid, barqarorlik shartlari va taraqqiyot kafolatlari. – T.: O'zbekiston, 1997. – B.23-24.

Karimov I.A. O'zbekiston: milliy istiqloq, iqtisod, siyosat, mafkura. T.1. – T.: O'zbekiston, 1996.

Karimov I.A. Yangicha fikrlash va ishlash – davr talabi. T.5. – T.: O'zbekiston, 1997.

Abilov O'. Milliy g'oya: ma'naviy omillar. – T.: Ma'naviyat, 1999.

Adler A. Ponyat prirodu cheloveka. – SPb.: Akademicheskij projekt, 1997.

Akramova F.A. Insoniy munosabatlar psixologiyasi. – T.: Shams-A, 2005. – 68b.

Alan V. Biznes-plan: Uchebnik. – prakt. posobiye / per. s angl. Almazovoy N.I., Bulinoy I.Yu. – 3-ye izd. – M.: Izd-vo Prospekt, 2005. – 232 s.

Aleksandrov Yu.I. Sistemnaya psixofiziologiya // Osnovi psixofiziologii: Uchebnik / Yu.I.Aleksandrov, D.G.Shevchenko, I.O.Aleksandrov; Otv.red. Yu.I.Aleksandrov. – M.: Infra-M, 1997. – 430 s.

Aleshina Yu.Ye. Individualnoye i semeynoye psixologicheskoye konsultirovaniye. – M.: NF “Klass”, 1999.

Allaxverdov V.M., Bogdanova S.I. i dr. Psixologiya: Uchebnik. 2-ye izd. / Otv. red. Krilov A.A. Pererab. i dop. – M.: TK. Velbi, Prospekt, 2004. – 752 s.

Alperovich V.D. Gerontologiya. Starost. Sosiokulturniy portret. – M.: Prior, 1998.

Andreyeva T.V. Sosialnaya psixologiya semeynix otnosheniy. – SPb.: 1998.

Argayl M. Psixologiya schastya. – M.: 1990. – 154 s.

Atkinson J.W. An Introduction to Motivation – Princeton, N.J.: Van Nostrand, 1964. pp. 112-114.

Avtonomova S.A. Sovremennoye predprinimatelstvo v Rossii: genderniy aspekt. Avtoref. dis. ... kand. sociol. nauk / Yujno-Ros. gos. texn. un-t – Novocherkassk: 1999. – 23 s.

- Babayeva L.V.* Jenschini Rossii v usloviyax sosialnogo pereloma: rabota, politika, povsednevnyaya jizn. – M.: 1996. – 204 s.
- Baskakova M.Ye.* Ravnije vozmojnosti i genderniye stereotipi na rinke truda. – M.: 1998.
- Beruniy Abu Rayxon* Tanlangan asarlar. T.1. – T.: 1957.
- BMTning Inson huquqlari deklarasiyasi // “Inson huquqlari: o’quv qo’llanmasi”. – T.: Adolat, 1998.
- Bolotova A.K.* Prikladnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov / A.K. Bolotova. – M.: Gardariki, 2006.
- Borozdina G.V.* Psixologiya delovogo obshyeniya: Uchebnik. – 2-ye izd. – M.: INFRA-M, 2006. – 295 s.
- Chaldini R.* Psixologiya vliyaniya. – SPb.: Piter, 2004. – 286 s.
- Chirikova A.Ye., Krichevskaya O.N.* Sosialno-psixologicheskiye problemi stanovleniya jenskogo predprinimatelstva / In-t psixologii RAN. – M.: 1996. – 94 s.
- David McClelland*, *The Society* – Princeton, N.J.: Van Nostrand, 1961, pp. 119-122
- Ekonomicheskaya psixologiya. Sosiokulturnûy podxod / Pod red.prof. *I.V.Andreyevoy*. – SPb.: Piter, 2000.
- Erikson E.* Detstvo i obshestvo. – SPb.: 1996
- Forobiy A.N.* Falsafiy savollar va ularga javoblar / Xayrullayev M.M. Forobiy va uning falsafiy risolalari. – T.: 1963. – 281 b.
- G’oziyev E.G’.* Oliy maktab psixologiyasi. – T.: 1997. – B. 33.
- G’oziyev E.G’.* Psixologiya. – T.: 1994.
- Gallaxer M., Oylar M. fon.* Neokonchennaya povest Jenschini v sredstvax massovoy informasii. Genderniy analiz trudovix resursov: Per. – M.: YuNESKO, 1997. – 121 s.
- Gamezo M.V, Domashenko I.A.* “Atlas po psixologii”. – M.: 1986.
- Godfrua J.* Chto takoye psixologiya. T. 1. Gl.5. – M.: 1992
- Grishina N.V.* Psixologiya konflikta. – SPb.: Izdatelstvo “Piter”, 2000. – 464 s.
- Hayitov O.E.* Psixologik iqtisod: O’quv qo’llanma / Professor V.M.Karimova tahriri ostida. – T.: TDIU, 2006. – 130 b.
- Hayitov O.E., Lutfullayeva N.X.* Psixodiagnostika va amaliy psixologiya. Ma’ruzalar matni. – T.: TDIU, 2005. – 338 b.
- Ibn Sino* Falsafiy qissalar. – T.: O’qituvchi, 1963. – B.48.
- Inomova S.T.* E’zozli ayol iqboli. – T.: O’qituvchi, 2005.
- Kalabixina I.* Sosialniy pol: ekonomicheskoye i demograficheskoye povedeniye. – M.: 1998.

- Karimova V., Berdiyev G.* Murosa qilish odobi yoki konfliktlarni bartaraf etish mumkinmi? – T.: O'zPFITI, 2003. – 44 b.
- Karimova V.M.* Auditoriyada bahs-munozarali darslarni tashkil etishning psixologik texnologiyasi. – T.: 2000.
- Karimova V.M.* Ijtimoiy psixologiya asoslari. – T.: 1994
- Karimova V.M.* Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot Universitetlar va pedagogika institutlari uchun o'quv qo'llanma. – T.: "Universitet", 1999. – 96 b.
- Karimova V.M.* Psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, "O'AJBNT" markazi, 2002. – 205 b.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* "Psixologiya". 1-qism. Ma'ruzalar matni. – Toshkent TDIU, 2005. – 208 b.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* "Psixologiya". 2-qism. Ma'ruzalar matni. – Toshkent TDIU, 2005. – 125 b.
- Karimova V.M., Akramova F.A.* Iqtisodiy psixologiya. Ma'ruzalar matni. – T.: TDIU Talaba, 2005.
- Karimova V.M., Sunnatova R.I., Tojiboyeva R.N.* Mustaqil fikrlash: (Akademik liseylar va kasb-hunar kollejlari o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma) / – T.: Sharq, 2000. – 112 b.
- Karimova Vasila.* Targ'ibotning psixologik uslublari: Ma'ruza matni / Mas'ul muharrir: M.Quronov. – T.: "Ma'naviyat", 2001. – 16 b.
- Klimov Ye.A.* Osnovi psixologii: Uchebnik. – M.: 1997
- Klimov. Ye.A.* Vvedeniye v psixologiya truda: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Kultura i sport YuNITI, 1998. – 343 s.
- Kon I.S.* Psixologiya ranney yunosti. – M.: 1989. – B. 180-181.
- Kondakova N.* Jenshini v sfere upravleniya //Jenshina i svoboda: puti vibora v mire tradisiy i peremen. – M.: 1994.
- Korel L.V.* Biznes-ledi: Noviye vozmojnosti ili noviye ogranicheniya // EKO. 1998. N 7. – S.124-135.
- Koshkina K.* Delovoy preferans (dlya bogatûx i solidnûx, a takje dlya vsekh jelayuûix). – M.: FORUM: INFRA-M. 2006.
- Kvinn V.* Prikladnaya psixologiya. – SPb: Izdatelstvo "Piter", 2000. – 560 s.
- Lazarus R.S.* Neopredelennost i odnoznachnost v proyektivnix metodikax. // Proyektivnaya psixologiya / Per. s angl. – M.: Aprel Press, Izd-vo EKSMO-Press, 2000. – 412 s.
- LIDERSTOVO.* Psixologicheskiye problemi v biznese. – Dubna: Izdatelskiy sentr "Feniks", 1997 – 176 s.
- Lipatov S.A.* Metodi sosialno-psixologicheskoy diagnostiki organizasiix // Vvedeniye v prakticheskuyu socialnuyu psixologiyu / Pod obsh. red. Yu.M. Jukova, L.A. Petrovskiy, O.V.Slovyevoy. – M: Nauka, 1993. – 456 s.

- Lokshina E.X., Chasova T.D.* Sosialno-ekonomicheskiye problemi predprinimatelstva: adaptasiya jenshin, organizatsionnoye obespecheniye / SPb. un-t ekonomiki i finansov. Lab. sosial.-ekon. probl. predprinimatelstva. – SPb.: SPbUEF, 1994. – 81 s.
- Magnusson, D.* Individual development: a holistic, integrated model. In: Examining in context. Perspectives on the ecology of human development. Washington, DC: APA, 1995, pp. 19-60.
- Markxam U.* Kogda jenshina na predele: o polze i vrede stressa. – M.: 1998. – S. 75.
- Mashkov V.N.* Psixologiya ekonomiki. – SPb.: Izd-vo Mixaylova V.A., 2001.
- Mason R.A.* Artificial intelligence: Promise, myth, and reality. *Library Journal*, 110(7), 1985. – pp.56-57.
- Maxmudov I.I.* Boshqaruv psixologiyasi: O'quv qo'llanma / Mas'ul muharrir: A.Xolbekov. – T.: DJQA "Rahbar" markazi; "YUNAKS-PRINT" MChJ, 2006. – 230 b.
- Mayers D.* Sosialnaya psixologiya / Perv.s angl. – SPb.: Piter, 1999. – 688 s.
- Meliya M.* Biznes – eto psixologiya: Psixologicheskiye koordinati jizni sovremennogo delovogo cheloveka / Marina Meliya. – 3-ye izd. dop. – M.: Alpina Biznes Buks, 2005. – 352 s.
- Merlin V.S.* Struktura lichnosti. Xarakter, sposobnosti, samosoznaniye. – Perm, 1990.
- Milliy istiqlol g'oyasi: asosiy tushuncha va tamoyillar. – T.: O'zbekiston, 2001
- Moor S.M.* Jenshina na poroge XXI veka: genderniye issledovaniya sosialno-ekonomicheskix problem. – Tyumen: 1999. – 243 s.
- Morenkov E.D.* Obshiy obzor stroyeniya sentralnoy nervnoy sistemi // Xrestomatiya po anatomii sentralnoy nervnoy sistemi. – M.: RPO, 1998. – S. 6-10.
- Muchinski P.* Psixologiya, professiya, karyera. – 7-ye izd. – SPb.: Piter, 2004. – 539s.
- Navoiy A.* Lison-ut tayr. – T.: 1991. – B. 282.
- Nemov R.S.* Psixologiya. Uchebnik dlya studentov vissh. ped. ucheb. zavedeniy: V 3-x t. – M.: Gumanit. izd. sentr VLADOS, 2003. – 576 [640; 608] s.
- Nemov R.S.* Psixologiya: Uchebnik. – M.: Vissheye obrazovaniye, 2005. – 639s.
- Nurkova V.V., Berezanskaya N.B.* Psixologiya: Uchebnik. – M.: Vissheye obrazovaniye, 2006. – 484 s.
- Obuxova L.F.* Vozrastnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Vissheye obrazovaniye; MGPPU, 2006. – 460 s.
- Osorina M.V.* Sekretniy mir detey v prostranstve mira vzroslix. – SPb.: 1998.
- Prikladnaya sosialnaya psixologiya / Pod red. A.N.Suxova i A.A.Derkacha. – M.: Izd-vo "Institut prakticheskoy psixologii"; Voronej: Izd-vo NPO "MODEK", 1998. – 688 s.

- Platonov Yu.P.* Psixologicheskiye tipologii: Posobiye dlya menedjеров i prakticheskix psixologov. – M.: Izd-vo. Rech. 2005. – 512 s.
- Psixodiagnostika i proforiyentasiya v obrazovatelnix uchrejdeniyax / Red. –sost. *L.D. Stolyarenko*. – Rostov n/D: Feniks, 2005. – 416 s.
- Psixogigiyena detey i podrostkov. – M.: 1985. – B. 17-34.
- Psixologiya. Uchebnik / Otv. red. prof. *A.A.Krilov*. – 2-ye izd., pererab. i dop. – M.: Izd-vo: PROSPEKT (TK Velbi). 2004. – 752 s.
- Psixologiya. Uchebnik dlya ekonomicheskix vuzov / Pod obsh. red. *V.N.Drujinina*. – SPb.: Piter, 2002. – 672 s.
- Ramendik D.M.* Upravlencheskaya psixologiya: Uchebnik. – M.: FORUM: INFRA-M, 2006. – 256 s.
- Rayzberg B.A.* Psixologicheskaya ekonomika: Uchebnoye posobiye. – M.: INFRA-M, 2005. – 432 s.
- Roik V.D.* Professionalnûy risk: osenka i upravleniye. – M.: Ankil, 2004.
- Semenov A.K., Maslova Ye.L.* Psixologiya i etika menedjmenta i biznesa: Uchebnoye posobiye. – 4-ye izd., ispr. i dop. – M.: Izdatelsko-torgovaya korporasiya “Dashkov i K°”, 2006.
- Shyerbakova Yu.V.* Spesialnaya psixologiya: Uchebnoye posobiye. – M.: Izdatelstvo RIOR, 2006. – 80 s.
- Slovar prakticheskogo psixologa // Sost. *S.Yu.Golovin*. – Minsk: Xarvest, M.: OOO “Izdatelstvo AST”, 2003. – 800 s.
- Sotsialnaya psixologiya ekonomicheskogo povedeniya. – M.: Nauka, 1999.
- Sotsialnaya psixologiya lichnosti v voprosax i otvetax: Ucheb. posobiye / Pod red. prof. *V.A. Labunskoy*. – M.: Gardarika, 1999. – 397 s.
- Sotsialno-psixologicheskaya dinamika v usloviyax ekonomicheskix izmeneniy / *A.L.Juravlev, Ye.V.Shoroxova, V.A.Xashyenko*; Otv. red. *A.L.Juravlev, Ye.V.Shoroxova*; RAN. In-t psixologii. – M., 1998.
- Stepanova Ye.I.* Psixologiya vzroslix – osnova akmeologii. – SPb.: 1995.
- Strekalova N.D.* Delovaya jenshina v sovremennom biznese. – SPb.: SPbGUEiF, 1999. – 199 s.
- Tixomirov O.K.* Psixologiya: Uchebnik / Pod red. *O.V. Gordeyevoy*. – M.: Vissheye obrazovaniye, 2006. – 538 s.
- Tumasova S.A., Shamxalova S.Sh.* Psixologiya: Uchebnoye posobiye. – M.: Izd-vo RIOR, 2006. – 120 s.
- Usmanova E.Z.* O’quvchilarda mustaqil tafakkurni qanday qilib rivojlantirish mumkin. – T.: O’zbekiston, 2000. – 23 b.
- Vafoqulova U.* Sog’lom oila – sog’lom avlod poydevori. – T.: Ibn Sino nashriyoti, 2001.
- Vasila Karimova.* Salomatlik psixologiyasi: yoxud sog’lom bo’lish uchun ruhiyatni boshqarish sirlari. – T.: Yangi asr avlodi, 2005. – 71 b.

- Xekxauzen X.* Psixologiya motivasii dostijeniya / Per. s angl. – SPb: Rech, 2001. – 240 s.
- Xodireva N.V.* Genderniye aspekti menedjmenta // Psixologiya menedjmenta. Uchebnik. Pod red. G.S. Nikiforova, S.I. Maklashova. – SPb.: Izd-vo S.Peterburgskogo un-ta, 2000. – S. 351-388.
- XXI asr oilasi konsepsiyasi. – T.: 2002.
- Xyell L., Zigler D.* Teorii lichnosti. – 3-ye izd. – SPb.: Piter, 2004. – 607 s.
- Xill N., Brayerli Dj., Mak-Dugoll.R.* Kak izmerit udovletvorennost kliyentov / Per s angl. – M.: INFRA-M, 2005 – 176 s.
- Yefimova N.S.* Psixologiya obshyeniya. Praktikum po psixologii: Uchebnoye posobiye. – M.: ID "FORUM": INFRA-M. 2006. – 192 s.
- Yenikeyev M.I.* Obshaya i sosialnaya psixologiya: Uchebnik dlya vuzov. – M.: Norma, 2005. – 624 s.
- Yermolayeva M.V.* Prakticheskaya psixologiya starosti. – M.: Eksmo, 2002.
- Yesim G.* Proshloye v nastoyashyem (Opit filosofskoy prozi). – Almati, 2003.
- Zarochensev K.D., Xudyakova A.I.* Eksperimentalnaya psixologiya: Uchebnik. – M.: TK Velbi, Izd-vo Prospekt, 2005. – 208 s.
- Zazikin V.G., Chernishov A.P.* Akmeologicheskiye problemi professionalizma: Soderjaniye, formi i metodi obucheniya v visshey shkole: Obzor inform.vip. 6. NIIVSh. – M.: 1993.
- Zdorovoye pokoleniye – budushyeye Uzbekistana. – T.: O'zbekiston, 2001.