O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI MADANIYAT VA SPORT ISHLARI VAZIRLIGI

O'ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA INSTITUTI

UMUMIY PSIXOLOGIYA

FANIDAN

O'QUV-USLUBIY MAJMUA

Bilim sohasi:	200 000 – Ijtimoiy soha, iqtisod va huquq
Ta'lim sohasi:	210 000 – Sotsiologiya va psixologiya
Ta'lim yo'nalishi:	5210200 – Psixologiya (sport)

TOSHKENT

Fanning O`quv-uslubiy majmuasi O`zbekiston davlat jismoniy tarbiya institutida ishlab chiqildi.

Tuzuvchilar:

Umarova N.Sh – O‘zDJTI «Pedagogika va psixologiya» kafedrasi o‘qituvchisi.

Fanning O`quv-uslubiy majmuasi O`zbekiston davlat jismoniy tarbiya instituti Ilmiy-uslubiy kengashida muhokama etilgan va foydalanish uchun tavsiya qilingan (201__ yil “___” ________ dagi “___” -sonli bayonnoma).

MUNDARIJA

FAN DASTURI	***3***
ISHCHI O`QUV DASTURI	***29***
MA’RUZA MASHG’ULOTLARI	***48***
SEMINAR MASHG’ULOTLARI	***167***
GLOSSARIY	***204***

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI

Ro`yxatga olindi:
№ BD - 5610500 - 3.03
2016 yil "08" 08

Oliy va o'rta maxsus ta'lim
vazirligi

2016 yil "22" 08

UMUMIY PSIXOLOGIYA
FAN DASTURI

Bilim sohasi: 200 000 – Ijtimoiy soha, iqtisod va huquq

Ta`lim sohasi: 210 000 – Sotsiologiya va psixologiya

Ta`lim yo'nalishi: 5210200 – Psixologiya (sport)

Toshkent – 2016

1

Fanning o'quv dasturi Oliy va o'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi yo'nalishlari bo'yicha O'quv-uslubiy birlashmalar faoliyatini Muvofiqlashtiruvchi kengashining 2016 yil "25" 08 dagi "355" -sonli majlis bayonnomasi bilan ma'qullangan.

Fan dasturi Oliy va O'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi yo'nalishlari bo'yicha O'quv-uslubiy birlashmalar faoliyatini Muvofiqlashtiruvchi Kengashning 2016 yil "06" 08 dagi 3 sonli baynnomasi bilan ma'qullangan.

Fanning o'quv dasturi O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya institutida ishlab chiqildi.

Tuzuvchilar:

Arzikulov D.N.	O'zDJTI "Pedagogika va psixologiya" kafedrasi mudiri, psixologiya fanlari nomzodi, dotsent;
Haydarov F.I.	O'zDJTI "Pedagogika va psixologiya" kafedrasi o'qituvchisi;
Umarova N.Sh.	O'zDJTI "Pedagogika va psixologiya" kafedrasi o'qituvchisi.

Taqrizchilar:

Rasulov A.I.	– O'zbekiston Milliy universiteti "Psixologiya" kafedrasi dotsenti, psixologiya fanlari nomzodi;
Hayitov O.E.	O'zDJTI "Pedagogika va psixologiya" kafedrasi dotsenti, psixologiya fanlari nomzodi, dotsent.

Fanning o'quv dasturi O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya instituti Ilmiy-uslubiy Kengashida ko'rib chiqilgan va tavsiya qilingan (2016 yil "08" 07 dagi "12" - sonli bayonnoma).

2

Fanning dolzarbligi

"Umumiy psixologiya" fani bo'yicha tuzilgan dastur talabalarning olam, jamiyat va insonning urganishi psixologik bilimlarga zaruratning mavjudligi; ularning dunyokarashini boyitish va rivojlantirishda psixologik konuniyatlarni o'rganish ehtiyojining mavjudligi; inson psixologiyasining umumiy psixologik konuniyatlarini, shaxs va voqyelik, shaxs va jamiyat, shaxs va predmetlar olami orasidagi munosabat, vokelikni anglashi, olamni psixologik tahlili, psixologik hodisalarning kechishi, psixologiyaning tarixiy va nazariy rolini jamiyatda olib borilayotgan ishlar orqali amalga oshirishga qaratilanligi xarakterlaydi.

Umumiy psixologiya fani psixologiya yo'nalishlarida asosiy vazifalardan birini egallaydi. U boshqa fanlarni o'qitishda asos sifatida xizmat qilishi mumkin. Bu kursning asosiy vazifasi talabalarda umumpsixologik bilimlarni shakllantirish. Bu fan o'quv dasturi oltita bo'limdan iborat: "Psixologiyaga evolyusion kirish", "Shaxs psixologiyasi", "Ichki regulyasiya", "Sezgi va idrok", "Diqqat va xotira", "Tafakkur va nutq"ga doir ma'lumotlarni o'zida mujassamlashtiradi.

Fanning o`quv rejadagi boshqa fanlar bilan o`zaro bog'liqligi va uslubiy jihatdan uzviyligi

"Umumiy psixologiya" fani umumkasbiy fanlar blokiga kiritilgan bo'lib,ushbu fan 2, 3, 4 va 5 semestrlarda o'qitiladi.

"Umumiy psixologiya" fani ijtimoiy gumanitar fanlar turkumiga kirib, u psixologiya (sport) bakalavriat ta'lim yo'nalishid o'qitiladi. Mazkur fan rejalashtirilgan gumanitar va ijtimoiy-iqtisodiy (sosiologiya), matematik va tabiiy-ilmiy (informatika va axborot texnologiyalari, biomexanika, anatomiya va fiziologiya, sport tibbiyoti), umumkasbiy (psixologiya tarixi, etnopsixologiya, boshqaruv psixologiyasi, yosh va pedagogik psixologiya, jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti) va ixtisoslik fanlar (ijtimoiy psixologiya, sport psixodiagnostikasi, konsultativ psixologiya va psixokorreksiya sport psixologiyasi) fanlaridan oladigan bilim va ko'nikmalarni to'ldirishga yordam beradi.

Fanning jismoniy tarbiya va sport hamda ishlabchiqarishdagio`rni

"Umumiy psixologiya" fanini o'rganishdan olingan bilimlarni quyidagi maqsadlarda foydalaniladi: yosh avlodni barkomol inson bo'lib yetishida, yetuk mutaxassis bo'lib faoliyat ko'rsatada ularni zarur bilimlar bilan qurollantirish uchun xizmat qiladi.

Jamiyatni rivojlantirishda shaxs va jamiyat, subyekt va subyektlar orasidagi munosabatlarni: shaxsning o'z-o'zini anglashini; shaxsni voqyelikni idrok etishini; bilishining psixologik asosga ega ekanligini anglashda; psixologik xizmatni tashkil etish; ishlab chiqarish jarayonlaridagi psixologik muammolar mohiyatini tushunishda.

Fanni o'qitishda zamonaviy axborot va pedagogii texnologiyalar hamda o'quv mashg'ulotlarni loyihalash

"Umumiy psixologiya" fani dasturida ko'rsatilgan mavzular ma'ruza, seminar shaklida olib boriladi, shuningdek, fanning dolzarb masalalari talabalarga mustaqil ta'lim sifatida o'zlashtirish uchun beriladi. Mashg'ulotlarni talabalar tomonidan o'zlashtirish samaradorligini ta'minlashda. zamonaviy pedagogik texnologiyaning "Aqliy hujum", "Loyihalash", "Klaster", "Bumerang", "Matbuot konferensiyasi" singari metodlari orqali hamda slaydlar, multimedia namoyishlari bilan o'tkaziladi va mashg'ulotlardagi ma'lumotlar multi media vositalari yordamida taqdimot qilinadi.

Fan o'qituvchisi tomonidan pedagogic va modulli texnologiya tamoyillari asosida "Umumiy psixologiya" fani o'quv mashg'ulotlarining loyihalari ishlab chiqildi.

Fan modulining dasturi (module syllabus)

Oquv kursining to'liq nomi:	Umumiy psixologiya	
Kursning qisqacha nomi:	UP	Kod: UP
Kafedra:	"Pedagogika va psixologiya"	

<table>
<tr><td>Fanni (kursni) olib boradigan o’qituvchi to’g’risida ma’lumot:</td><td colspan="2">Umarova Navbaxor Shokirovna</td><td>e-mail: ped.kaf@uzdjtl.uz</td></tr>
<tr><td>Semestr va o’quv kursining davomiyligi:</td><td colspan="3">Ta’lim yo’nalishlari o’quv rejasiga muvofiq 1-kurs 2 semestrida, 2-kurs 3-4 semestrida, 3-kurs 5-semestrida</td></tr>
<tr><td>Individual grafik asosida professor-o’qituvchining talabalar bilan ishlash vaqti:</td><td colspan="3">Haftaning seshanba, shanba kunlari soat 14.00 dan-16.00 gacha</td></tr>
<tr><td rowspan="6">O’quv soatlari hajmi:</td><td>Jami:</td><td>484</td><td></td></tr>
<tr><td>shunigdek:</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>ma’ruza</td><td>162</td><td></td></tr>
<tr><td>seminar</td><td>162</td><td></td></tr>
<tr><td>amaliy</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>mustaqil ta’lim</td><td>160</td><td></td></tr>
<tr><td>O’quv kursining statusi:</td><td colspan="3">Umumkasbiy fanlar bloki</td></tr>
<tr><td>Dastlabki tayyorgarlik</td><td colspan="3">Kurs “Psixologiya tarixi” va “Muloqot psixologiyasi” fanlaridan o’zlashtirilgan bilimlarga asoslanadi.</td></tr>
<tr><td colspan="4">Fanning predmeti va mazmuni: talabalarga psixologik bilimlarning nazariy asoslarini, psixologiyaning asosiy tushunchalari, psixologik qonuniyatlar va tamoyillarni o’rgatish yo’naltirilgan.</td></tr>
</table>

Fanni o’qitishdan maqsad:talabalarda umumiy psixologik bilimlarni shakllantirish, voqelik va jamiyatdagi voqea-xodisalarning, shaxsni o’zida kechadigan jarayonlar va psixologik bilimlarni shakllantirish, ularni jamiyat hayotida umumiy psixologik hodisalar, holatlar va jarayonlarning mohiyatini tahlil etishga, shaxsning kamoloti va unga ta’sir ko’rsatuvchi omillar, uning individual psixologik xususiyatlari, Emotsional va irodaviy sifatlarini tahlil etishga o’rgatishdan iborat.

O’quv fanining vazifalari . Umumiy psixologiya fanini o’qitish vazifalari quyidagilarni hal etishga qaratilgan:

-inson ruhiyatini psixologik tahlil etish;

-umumiy psixologiya fanining jamiyat va shaxs kamolotidagi o’rnini talabalarga tushuntirish;

-voqyea va hodisalarni psixologik nuktai nazardan tahlil va tadqiq etish malakasini hosil etish;

-isnson psixologiyasini umumiy ilmiy asoslarini o’rgatishni;

-jamiyat va shaxs orasidagi munosabatning psixologik qonuniyatlari asosida rivojlantirishni;

-umumiy psixologiya fani bo’limlari bo’yicha (psixikaning evolyusion taraqqiyoti, shaxs psixologiyasi, ichki regulyasiya, sezgi va idrok, diqqat va xotira, tafakkur va nutq) psixologik bilimlarni tahlil etish, ularning qonuniyatlarini mashg’ulot jarayonida tahlil etish.

Psixologiya fanlar tizimi tuzilishi, ularning rivojlanish istiqbollari haqida; psixik (fizik) va jamiyat (iqtisodiy va ijtimoiy) psixologiyasining tadqiqot predmeti va obyekti haqida; umumiy psixologiyaning maqsadi, metodologiyasi, metodlari haqidagi; psixologik tadqiqotlarni tashkil etish, o’tkazish metodlari va uning vositalaridan foydalana olish; turmushning turli jabhalarida psixologik bilimlarni tatbiq etish sohasidagi umumiy psixologiyaning asosiy funksiyalari haqida; psixik jarayonlar, hodisalar, holatlar, xususiyatlar, hayot faoliyatidagi insoniy sifatlar ontogenezining qonuniyatlari haqida; umumiy psixologiya muammolarini yechimini topishning asosiy yo’nalishlari haqida; psixologiyani vujudga kelish va rivojlanishi tarixi haqida; umumiy psixologiyaning tizimlari, tamoyillari, mexanizmlari, kategoriyalari haqidagi***bilimlarga ega bo’lishi;***

-psixologiya nazariyasi va metodologiyasiga aloqador tizimlar, kategoriyalar, mexanizmlar, qonuniyatlar, asosiy holatlar; psixologiya va psixologiya fani tarmoqlarining vujudga kelishi va rivojlanish tarixi; hayot faoliyatida shaxs shakllanishining metodlari, funksiyalari, tamoyillari; insonlarning ish qobiliyatini oshirish va funksional holati optimallashtirishni bilishi va ulardan foydalana olishi; turli xil hayotiy vaziyatlarda shaxsni o’rganishda umumiy psixologiyaning ***har xil***

usullarini qo'llay olish ko'nikmalariga ega bo'lishi;
-har xil xarakterdagi empirik materiallarni umumlashtirish va tahlil etish; odam faoliyatini, xulq-atvorini va muomalasini psixologik baholash; psixologiya metodologiyasi muammolarini; psixologik, ijtimoiy-etnik va yosh-pedagogik tadqiqotlarning metodlarini qo'llash; shaxsning bilish jarayonlari xususiyatlari, uning shaxslilik xususiyatlarini shakllantirish vositalarini qo'llash ***malakalariga ega bo'lishi kerak.***

Kursning tematiktarkibi va mazmuni

№		Ma'ruza	Seminar	Mustaqil ta'lim
	2-semestr			
1.	Fanning umumiy xususiyati va vazifalari	2	2	2
2.	Kasb olamining psixologik muammolari	2	2	2
3.	Amaliy sport psixologi faoliyatining xususiyatlari	2	2	2
4.	Sport psixologining eng muhim kasbiy xislatlarini shakllantirish va uning rejasi	2	2	4
5.	Sport psixologi tadqiqotchisining faoliyati oldiga qo'yiladigan asosiy talablar	2	2	2
6.	Psixologiya fakultetlari va bo'limlari hayoti va faoliyati to'g'risida ma'lumot berish	2	2	2
7.	Xalq ta'limi sohasida faoliyat ko'rsatayotgan amaliy maktab psixologlarining ish mazmuni va ularning tadqiqotchilik xususiyatlari	2	2	2
8.	Psixika haqida umumiy tushuncha	2	2	2
9.	Psixologiya fanining tarmoqlari va psixologik amaliyot vazifalari	2	2	4
	1-joriy nazorat (JN) 1-oraliq nazorat (ON)			
10.	Psixologiyaning metodlari (uslublari)	2	2	4
11.	Psixikaning evolyusiyasi va nutqning vujudga kelishi	2	2	2
12.	Inson psixikasining ijtimoiy-tarixiy tabiati	2	2	2
13.	Insonda aks ettirish darajalari. Ongning paydo bo'lishi va rivojlanishi	2	2	2
14.	Psixik jarayonlarning vujudga kelishida nutqning ahamiyati	2	2	2
15.	Ontogenezda inson psixikasining rivojlanishi	2	2	4
16.	Psixofiziologik muammo	2	2	2
17.	Faoliyat haqida umumiy tushuncha	2	2	4
	2-oraliq nazorat(ON)			
18.	Xarakat inson faoliyatining birligi sifatida	2	2	2
	2-joriy nazorat (JN)			
	Yakuniy nazorat (YaN)			
	Jami 2-semestr bo'yicha	**36**	**36**	**48**
	3-semestr			
1-	Inson tabiati, tarixi va individual hayoti	4	4	6
2-	Chet el psixologiyasida shaxs nazariyalari	4	4	6
3-	Sobiq sovet psixologiyasida shaxsga yondashuvlar	4	4	4
4-	Shaxs taraqqiyotini davrlarga bo'lish	4	4	4
5-	Shaxs rivojlanishining individuallik xususiyatlari va ularning roli	4	4	4

6-	Sotsiogenezda shaxs	4	4	6	
7-	Shaxsning o‘z-o‘zini anglashi va “Men” konsepsiyasi	4	4	4	
8-	Motivatsiya haqida umumiy tushuncha	4	4	4	
	1-joriy nazorat (JN) 1-oraliq nazorat (ON)				
9-	Motivatsiyaning tuzilishi va funksiyalari asosiy turlari va rivojlanish bosqichlari	4	4	6	
10-	Alohida faoliyat turlari motivatsiyalari	4	4	4	
11-	Emotsiya va hissiyot haqida umumiy tushunchalar va uning turlari va funksiyalari	6	6	4	
12-	Emotsional holatlar. Emotsional reaksiyalarning fiziologik mexanizmlari	4	4	4	
13-	Irodaviy jarayonlar haqidagi umumiy tasavvurlar	4	4	4	
	2-oraliq nazorat(ON)				
14-	Shaxsning irodaviy sohasi	4	4	4	
	2-joriy nazorat (JN)				
	Yakuniy nazorat (YaN)				
	Jami 3-semestr bo’yicha	**54**	**54**	**64**	
	4-semestr				
1-	Sezgi va idrok psixik jarayonlarning boshlang‘ich holati ekanligi	4	4	2	
2-	Sezgilarni klassifikatsiyasi va teri tuyush idroki	2	2	2	
3-	Eshitish va ko‘rish sezgisi idroki	2	2	2	
4-	Ta’m bilish va hid bilish idroki, og‘riqni idrok qilish	2	2	2	
5-	Idrok haqida tushuncha	2	2	2	
6-	Fazoni eshitish orqali idrok qilish	2	2	2	
7-	Musiqani va nutqni idrok qilish	2	2	2	
8-	Rangni va vaqtni idrok qilish	2	2	2	
9-	Xatti-harakatini idrok qilish	2	2	2	
	1-joriy nazorat (JN) 1-oraliq nazorat (ON		2	2	
10-	Ekstrasensor idrok	2	2	2	
11-	Idrokning buzilishi	2	2	2	
12-	Perseptiv rivojlanish	2	2	2	
13-	Idrokda o‘rganish	2	2	2	
14-	Diqqat haqida tushuncha	2	2	2	
15-	Diqqatning asosiy xusisiyatlar	2	2	2	
16-	Diqqat turlari va funksiyalari	2	2	2	
	2-oraliq nazorat(ON)				
17-	Diqqat va faoliyat	2	2	2	
	2-joriy nazorat (JN)				
	Yakuniy nazorat (YaN)				
	Jami 4-semestr bo’yicha				
		36	**36**	**32**	
	5-semestr				
1.	Tafakkur psixologiyasining predmeti, vazifalari va tadqiqot metodlari. Tafakkur to’g’risida umumiy tasavvurlar.	4	4	4	
2.	Tafakkur turlari va masala tiplari.	4	4	4	
3.	Tafakkur psixologiyasi predmetining rivojlanishi: asosiy nazariy yondashuvlar. Tafakkurning	4	4	4	

	o’rganishga klassik yondashuvular.				
4.	Tafakkurni shaxsning bilish faoliyati sifatida o’rganish. Tafakkurni bilish faoliyati sifatida o’rganish.	4	4	4	
5.	Inson aqliy faoliyatining differensial-psixologik sifatlari.	4	4	4	
	1-joriy nazorat (JN) 1-oraliq nazorat (ON)				
6.	Tafakkur va informatika. Tafakkur tahliliga kognitiv yondashuv.	4	4	2	
7.	Tafakkur psixologiyasining tamoyillari. Tafakkur filo va sosiogenezi.	4	4	2	
8.	Tafakkur ontogenezi.	2	2	2	
9.	Nutqiy tafakkur va nutq faoliyati. Nutqiy tafakkurning rivojlanish muammolari.	4	4	2	
10.	Til, ong va tafakkur. Nutq va nutqiy fapoliyat.	4	4	4	
	2-oraliq nazorat(ON)				
	2-joriy nazorat (JN)				
	Yakuniy nazorat (YaN)				
	Jami 5-semestr bo’yicha	**36**	**36**	**32**	
	Jami kurs bo’yicha	**162**	**162**	**160**	

Ta’lim berish va o’qitish shakli:	Ma’ruza, amaliy mashg’ulotlar, mustaqil ishlar (aylana stol, keys stadi, master-klasslar)		
Mustaqil ishlar:	O’quv loyihalar, guruhli taqdimot, referatlar, keyslar, dokladlar, krossvordlar, esse va h.k.		
Maslahat va topshiriqlarni topshirish vaqti	**Kunlar**	**Vaqti**	**Auditoriya**
1.	Professor-o’qituvchilarning individual dars jadvaliga asosan bo’sh vaqtlarida semestr davomida	Professor-o’qituvchilarning individual dars jadvaliga asosan bo’sh vaqtlarida	Kafedraga tegishli bo’sh auditoriyalarda
2.			
3.			
Bilimlarni baholash usullari, mezonlari va tartibi:			
JN va ONning ballari ishchi dasturda beriladi			
Baholash usullari	Testlar, yozma ishlar, og’zaki so’rov, prezintasiyalar va h.k.		
Fan bo’yicha talabalar bilimini nazorat qilish va baholash	**Fan bo’yicha talabalar bilimini baholash mezoni**		

86-100 ball	– talaba mashg‘ulotlarga doimo tayyorlagan juda faol dasturiy materiallarni yaxshi biladi, xulosa va qarorlar qabul qilaoladi, ijodiy fikrlaydi, bilimlarni amaliyotda qo‘llay oladi. – talaba ijodiy masalalarni xal qilish mobaynida tegishli bilimlarni qo‘llash diorasini maqsadga muvofiq tanlab, echimni topishga xizmat qiluvchi yangi usul va yo‘nalishlarni topa oladi, o‘quv materialini

		mohiyatini tushunadi. – talaba taqdim etidgan o‘quv masalalarini echish yo‘llarini izlaydi, dasturiy materiallarni biladi va aytib beraolad hamda tasavvurga ega bo‘ladi.
	71-85 ball	– talaba o‘rganilayotgan xodisalar aloqadorligini bilish hamda ob’ektni tavsiflay olish ko‘nikmasiga ega bo‘lishi bilan birgalikda, qo‘yilgan masalalarni sabab-oqibat aloqadorligini ochib bergan xolda echa oladi, o‘rganilayotgan nazariy bilimlarni amaliyot bilan bog‘lay oladi va mustaqil mushohada qilaoladi; – bilim va ko‘nikmalar mazmunini tadbiq qila olish mahorati, bir tipdagi masalalarni echa olish, yozib olish va eslab qolish faoliyatini amalga oshiradi, bilimlarni amaliyotda qo‘llay oladi; – talaba mashg‘ulotlarga tayyorlangan, dasturiy materiallarni biladi, mohiyatini tushunadi va tasavvurga ega.
	55-70 ball	– talabaning eshitganlari,ularga berilgan namunalar, taqdim etilgan algoritm va ko‘rsatmalar asosida topshiriqlarni bajara oladi, mohiyatini tushunadi. – talaba qator belgilar asosida malum ob’ektni farqlash bilan birgalikda unga ta’rif bera oladi va o‘quv materialini tushuntirib bera oladi va tasavvurga ega.
	0-54 ball	– talaba tasavvurga ega emas: – talaba dasturiy materiallarni bilmaydi.
Fanga doir video ma’ruzalar, video roliklar:		
Glossariylar:		
Axborot resurs baza:		

ASOSIY QISM
Fanning nazariy mashg’ulotlari mazmuni.
“Psixologiyaga evolyusion kirish” bo’limi.
Mutaxassislikka kirish.
1-modul. Fanning umumiy xususiyati va vazifalari.

Mustaqil davlatlar hamdo‘stligi mamlakatlari va chet elda psixolog mutaxassislar tayyorlash sifatining rivojlanishi. Psixolog tayyorlashni rivojlanish bosqichlari. Psixologlar jamiyati va assotsiatsiyaning vujudga kelishi.psixologlar tayyorlashda insonshunoslik fanlarining o‘zaro aloqalari (pedagogika, falsafa, tarix, sotsiologiya, tibbiyot, biologiya kabilar, shuningdek, kino, san’at).

2-modul. Kasb olamining psixologik muammolari

Kasb olamida psixolog mutaxassislarning o‘rni va roli. Psixologning ijtimoiy xodimlar bilan munosabati. Kasbning psixologik klassifikatsiyasi. Oliy ma’lumotli kadrlarni kasb o‘zgartirish imkoniyati va uning cheklanganligi. Ikkinchi kasb tanlashning psixologik muammolari. Kasb tanlashga yo‘naltishnig samarali yo‘llari (kasb motivligi).

3-modul. Amaliy sport psixologi faoliyatining xususiyatlari

Amaliy sport psixologining statusi va etikasi. Bo‘lg‘usi psixologda muomala uslubini shakllantirish. Psixolog muomalasining tuzilishi va shakllari. Psixolog ixtisosning asosiy qurollari va psixotexnikasi.

4-modul. Sport psixologining eng muhim kasbiy xislatlarini shakllantirish va uning rejasi

Psixolog kasbining professiogrammasi. Ixtisos sifatida shakllanishining bosqichlari (bakalavr, magistr) va ularning o‘ziga xos xususiyatlari. Ixtisoslik ko‘nikmalari va ularning klassifikatsiyasi.

5-modul Sport psixologi tadqiqotchisining faoliyati oldiga qo‘yiladigan asosiy talablar

Psixologning ixtisoslikka o‘z o‘zini-o‘zi tayyorlashning mazmuni va shakli. Psixologiya institutlari ilmiy faoliyatining xarakteristikasi (Sport federatsiyalari, olimpiya zahiralar kelejjlari, ilmiy muammoli laboratoriyalari). Psixologiya fanning yirik namoyandalari to‘g‘risida talabalar bilan suhbat uyushtirish. Atoqli psixologlar haqidagi ilmiy-ommabop kitoblar bo‘yicha talabalarni referat yozishga o‘rgatish.

6-modul. Psixologiya fakultetlari va bo‘limlari hayoti va faoliyati to‘g‘risida ma’lumot berish

Fakultet va bo‘limlar tarixi bilan tanishtirish. Ularning tashkiliy va funksional tuzilishi. Universitetlarda psixologiya fakultetlari va bo‘limlarining o‘rni va rolining xarakteristikasi. Ularning ta’lim va tarbiya jarayoning mazmuni va shakllari. Talabalarni sport federatsiyalari jismoniy tarbiya va sport muassasalarida faoliyat ko‘rsatayotgan o‘qituvchi(trener)lar va ilmiy xodimlar bilan tanishish; klinikada psixolog faoliyatining o‘ziga xos xususiyatlari.

7-modul. Xalq ta’limi sohasida faoliyat ko‘rsatayotgan amaliy maktab psixologlarining ish mazmuni va ularning tadqiqotchilik xususiyatlari

Maktab psixologining faoliyat dasturi. Ta’lim va tarbiya samaradorligini oshirishda amaliy psixologning roli.

Hozirgi sharoitda xalq xo‘jaligining turli soxalarida mehnat qilayotgan sotsial psixologlarning funksiyalari, vazifalari, ular faoliyatining o‘ziga xosligi yuzasidan talabalarga axborot berish.

8-modul. 1.2. Psixikaning evolyusion taraqqiyoti
Psixika haqida umumiy tushuncha

Psixologiya predmeti haqidagi tasavvurlar rivojlanishining asosiy bosqichlari. Psixologiyaning falsafa doirasida rivojlanishi. Jonli va jonsiz tabiatda aks ettirish shakllari. Psixik aks ettirish. Onglilik va ongsizlik.

9-modul. Psixologiya fanining tarmoqlari va psixologik amaliyot vazifalari

Umumiy psixologiya, ijtimoiy psixologiya, yosh va pedagogik psixologiya, mehnat psixologiyasi, psixofiziologiya, zoopsixologiya, muhandislik psixologiyasi, tibbiyot psixologiyasi, harbiy psixologiya, sport psixologiyasi, maxsus psixologiya (oligofreniya, tiflo, surdo), differensial psixologiya, kosmos psixologiyasi, aviatsiya psixologiyasi, psixologiya tarixi, yuridik psixologiya.

10-modul. Psixologiyaning metodlari (uslublari).

Introspeksiyaning psixologik holatini tadqiq qilishga qodir emasligi. Psixik jarayonlarning shakllanishi va hukm surishini tekshirishning ob’ektiv metodlari. Kuzatish, suhbat, inson faoliyati mahsulini tahlil qilish psixologiyaning metodlari sifatida.

11-modul. Psixikaning evolyusiyasi va vujudga kelishi

Psixologiya tarixida psixika mezoni. Psixikaning ob'ektiv va sub'ektiv mezonlari. A.N.Leontev gipotezasi. Psixikani rivojlanish bosqichlari. Xatti -harakat formalari. Tug'ma va individual xatti -harakat. Instinkt haqida tushuncha. Hayvonlar intellektual xatti xarakat formalari. Fiziologlar tadqiqotlarida xatti xarakatning reflektor nazariyalari. Zamonaviy yo'nalishlarda xayvonlar xarakatlarini o'rganilishi.

Hayvonlar xatti – harakati va aks ettirish shakllari. Hayvonlar motivatsion harakatlari. Ehtiyotlarning predmetlashuvi jarayonlari.

12-modul. Inson psixikasining ijtimoiy-tarixiy tabiati

Ijtimoiy ishlab chiqarish inson hayotining usuli sifatida. Mehnat faoliyat xususiyati: jamoviy, va boshqalar. Ehtiyojlarning vujudga kelishi. Inson ijtimoiy mavjudot sifatida. Individ, sub'ekt, shaxs, individuallik tushunchasi.

13-modul. Insonda aks ettirish darajalari. Ongning paydo bo'lishi va rivojlanishi

Anglanilgan va anglanilmagan psixik hodisalar. Ustanovka tushunchasi (D.N.Uznadze). Faoliyat regulyasiyasida anglanilgan va anglanilmagan hodisalarning o'zaro ta'siri. Psixologiya va falsafasida ong muammosi. Ijtimoiy va individual ong. Ongning vujudga kelishida: jamoa, mehnat faoliyati va nutq. Faoliyat va ong birligi prinsipi.

14-modul. Psixik jarayonlarning vujudga kelishida nutqning ahamiyati

Mehnat faoliyatida nutqning vujudga kelishi va rivojlanishi. Nutq funksiyalari. Nutqli va nutqsiz muomala. Muomala tuzilishi. Ongli obrazlar tuzilishi.

15-modul. Ontogenezda inson psixikasining rivojlanishi

Ijtimoiy-tarixiy tajribada shaxs va ongning vujudga kelishi. Jarayonlarni tasniflash. Intereorizatsiya tushunchasi. Ekstereorizatsiya tushunchasi. Sub'ekt ijodiy faoliyat natijalari.

16-modul. Psixofiziologik muammo

Insonning psixik jarayonlari va miya. MNS tuzilishi. Bosh miya, orqa miya, periferik va vegetativ nerv sistemasi.

17-modul. Faoliyat haqida umumiy tushuncha

Faoliyat tuzilishi psixologik xususiyatlarini tadqiq etish. Faoliyat predmetliligi. Ichki va tashqi faoliyat. Orientirlangan va bajaruvchi faoliyat, individual va xamkor, ijodiy va ijodsiz faoliyat.

18-modul. Xarakat inson faoliyatining birligi sifatida

Xarakatning maqsad sari intilish xususiyati. Harakat regulyasiyasi. Harakat asosini orientirlash tushunchasi. Harakatning umumiy faoliyat jarayonlari xususiyatiga bog'liqligi. Aqliy va ichki xarakatlar. Bir xarakatdan ikkinchi harakatga, aqliy operatsiyalarga o'tish. Xatti-harakat xarakat tushunchasi. (P.K.Anoxin)

"Shaxs psixologiyasi" bo'limi

19-modul. Inson tabiati, tarixi va individual hayoti

Shaxs psixologiyasi, ko'p qirraligi. Individ,shaxs,individuallik. Shaxsning turli fanlar nuktai nazaridan o'rganilishi. Shaxs muammosi va fanning metodologik darajalari. Shaxsga nisbatan evolyusion tarixiy va tizimli yondashuv. Shaxsning fenotipik xususiyatlarini ontogenezda rivojlanishi.Inson tabiatini evolyusion jihatdan tadqiq etish.

20-modul. Chet el psixologiyasida shaxs nazariyalari

Shaxsni o'rganishga turlicha yondashuvlar. Z.Freyd maktabi. Z.Freyd g'oyalarida shaxs strukturasi. A.Adler va individual psixologiya. Kompensasiya nazariyasi. K.Xorni g'oyalari. E.Fromm shaxs destruktivligi haqida. Neofreydizm. Gumanistik psixologiya. K.Rodjers g'oyalari. A.Maslou ehtiyojlar va motivasion struktura haqida. Bixeviorizm maktabi. Ijtimoiy o'rgatish nazariyasi. Neobixeviorizm. V.Frankl ekzistensializm nazariyasi. G.Kolberg va ahloqiy rivojlanish konsepsiyasi.

21-modul. Sobiq sovet psixologiyasida shaxsga yondashuvlar

Muhit, shaxs rivojlanishi. Psixologiyaning turli yo'nalishlaridagi rivojlanish haqidagi tasavvurlar. Hayot tarzi, inson individual xususiyatlari, hamkorlik faoliyati-shaxs rivojlanishining asoslari.

Shaxs rivojlanishini harakatlantiruvchi kuchlar.Faoliyat rivojlanishi prinsipi. Faoliyat tizimidagi qarama-qarshilik shaxs rivojlanishini harakatlantiruvchi kuch sifatida (A.N.Leontyev, S.L.Rubinshteyn). Shaxs xulq-atvorida o'zaro rivojlanish manbai.D.N.Uznadze funksional tendensiyalar holati xaqida. Funksional ehtiyojlarni ajratish va ularning o'rganish va eksperimental tadqiqotlar hamda muomala ehtiyojini tadqiq etish. Shaxs rivojlanishi jarayonida faoliyat, hal qiluvchi tushuncha ekanligi (A.N.Leontyev). Motivasion ehtiyoj va intellektual bilish sohalar orasidagi qarama-qarshiliklar.

22-modul. Shaxs taraqqiyotini davrlarga bo'lish

Inson rivojlanish davri psixologik prinsiplari va asoslari. Shaxsning vujudga kelishi inqirozlarni rivojlanishi va ularning roli. Shaxsning psixik rivojlanishini tabaqalashtirish sxemasi.(D.B.Elkonin). S.Xollning bolani taraqqiyot konsepsiyasi: rekapitulyasiya qonuni, shaxs kamolotida fazalari.

Kognitiv oriyentasiya.Shaxs ongini axloqiy rivojlanish konsepsiyasining asosiy tavsiyalari.Ijtimoiy psixologiyada shaxs kamoloti bosqichlari haqida tasavvurlarlik ishlanishi.

Inson kamolotining persogenetik nazariyalari.E.Eriksonning epigenetik taraqqiyot konsepsiyasi.Shaxsning psixososial holati haqida.Shaxs kamolotida nizolarning roli.Shaxs kamolotining bosqichlari.

23-modul. Shaxs rivojlanishining individuallik xususiyatlari va ularning roli

Shaxs xususiyatlari haqidagi tasavvurlar talqini (B.G.Ananyev).Individuallik xususiyatlari differensial psixologiyaning predmeti sifatida.Insonlar orasida individual farqlarni o'rganishning evolyusion sohasi.Antropogenezda inson evolyusion mexanizmining gipotezasi (V.P.Alekseyev).Inson shaxsi va individuallik xususiyatlari. Individuallik xususiyatlari klassifikasiyasi va ularning shaxs xulq-atvori regulyasiyasidagi o'rni.Individ organik ehtiyojlarining shaxs xulq-atvoriga ta'siri.

Temperament. Temperament haqida faktorlik konsepsiyalari va ularning tanqidi. ONF tiplari xususida I.P.Pavlov nazariyasi, temperament xaqida hozirgi zamon nazariyalari.Temperamentning evolyusion jarayonga moslashish imkoniyatlari.

Psixologiyada xarakter muammosi. Xarakter shakllanishi.Xarakter aksentuasiyasi.Jinsiy dimorfizm va individning psixologik tavsifi. Jinsiy farqlanishning psixologik muammolari.

Shaxsning instrumental darajalari: Qobiliyatlar haqida tushuncha. Maxsus va umumiy qobiliyatlarni aniqlovchi testlar.

24-modul. Sotsiogenezda shaxs

Madaniyat tarixida shaxs. Xulq-atvor madaniyati va dasturi. Shaxsda ijtimoiy tipik muammo, milliy xarakter va ijtimoiy xarakter. Shaxsning rolli nazariyalari va ularning tahlili. Shaxsni atrofdagilar tomonidan o'rganilishi va uning psixologik funksiyalari.

Shaxs va ijtimoiy guruh. “Ijtimoiy roli”, “Ijtimoiy guruh”, “Ijtimoiy status” tushunchalarining umumiy tavsifi.

Shaxs ijtimoiylashuvi.Axloqiy xulq-atvor regulyasiyasining takomillashuvi. Xulq-atvor shakllarining ijtimoiylashuvi (L.S. Viygotskiy).

Individuallikning umumiy xususiyat.Shaxsning normal yoki patologik rivojlanishi.Shaxs yetukligi.Shaxs individualligi mahsuldorligining namoyon bo’lishi. O’zligini faollashtirish o’zini o’zi boshqarish va personallik. Shaxsning o’z imkoniyatlari chegarasidan chiqishi (transtendensiya).Shaxsning faollik tabiati. Ijod va shaxs.

25-modul. Shaxsning o’z-o’zini anglashi va Men--konsepsiyasi

Shaxsning subyektiv xususiyatlarining umumiy tavsifi. “Men” strukturasi va uni har xil yo’nalishlarda tadqiq etish. O’zini o’zi baholash. Men konsepsiyasi. O’z-o’ziga munosabat. Real va ideal “men”. U.Djemsning empirik “Men” mavjudligining uch jabhasi to’g’risidagi qarashi: jismoniy shaxs, sosial shaxs va ma’naviy shaxs. O’zaro munosabatlarning tuzilishi va shakllanishi. Egoizm, altruizm tushunchalari. Shaxsning o’z-o’zini boshqarish, o’z-o’zini namoyon qilish, o’z-o’zini ifodalash va o’z-o’zini e’tirof etish. Shaxsning psixologik yo’nalishlari va hayotiy pozisiyasi. Erkinlik va javobgarlik jihatlari shaxs tanlanmasining o’lchami sifatida.

“Ichki regulyasiya” bo’limi

Motivasiya psixologiyasi

26-modul. Motivasiya haqida umumiy tushuncha

Inson faolligi, uning shakllari va determinantlari. Ehtiyoj, motiv va motivasiyalarni aniqlash. A.N.Leontyevning konsepsiyasida ehtiyojlar va motivlar.Turli psixologiya maktabida motivasiya muammosini o’rganilishi. Motivasiya modellari.

27-modul. Motivasiyaning tuzilishi va funksiyalari asosiy turlari va rivojlanish bosqichlari

Motivasiyaning tuzilishi va funksiyalari. Xulq-atvorning motivasiya muammosi. Ichki va tashqi motivasiyalarning umumiy tavsifi. E.Desining ichki motivasiya konsepsiyasi. Ichki motivasiyaning tarkib topishida bolalikning ahamiyati. Motivning rivojlanish bosqichlari.

28-modul. Alohida faoliyat turlari motivasiyalari

Shaxs va faoliyat strukturasida motivasiya. Faoliyat turlari va ularni inson tomonidan o’zlashtiriolishi. Predmetli faoliyat, muloqot, bilish, o’yin, tadqiqotchilik va mehnat faoliyati motivasiyalari. Xulq-atvor va faoliyat motivasiyasi. Prososial va asosial xulq-atvor motivasiyalari.

Emotsiya psixologiyasi

29-modul. Emosiya va hissiyot haqida umumiy tushunchalar va uning turlari va funksiyalari

Emotsional kechinmalarning umumiy aniqligi. Emotsional kechinmalar klassifikasiyasi. Affektlar, ehtiros va kayfiyat.Emosiyaning asosiy funksiyalari. Emotsiyaning bilish jarayonlariga ta’sir etuvchi funksiyalari.Fiziologik jarayonlar bilan bog’liq funksiyalari. P.V.Simonov bo’yicha emoyiya funksiyalari klassifikasiyasi.

Hissiyotlar Emotsional munosabatlar sifatida va ularning buzilishi.Emosiya psixik holat va jarayonlar sifatida. Inson Emotsional holatlarining umumiy turlari. Kayfiyat, stress va salomatlik. nisbiy barqaror hissiyot va ularning klassifikasiyasi.

Emotsional holatlar.

30-modul. Emotsional reaksiyalarningfiziologik mexanizmlari

Holat psixik hodisa sifatida va uning xarakteristikasi. Psixik holat turlari. Emotsional hoatlar.Stress tushunchasi va psixik zo'riqish, stressning tavsifi. Stressni boshqarish. Kayfiyatning umumiy tavsifi va uning tuzilishi. Frustrasiya va bezotalik emosioanal holat sifatida.

Emotsional ta'sirlash bilan bog'liqanatomik tuzilishi. Emosiyalar va oliy asab faoliyai. Emosiyalar va vegetativ asab tizimi. Emosiyalar va gormonal tizimi. Emosiyalar va bosh miya yarim sharlari funksionalasimmetriyasi.

Iroda psixologiyasi

31-modul. Irodaviy jarayonlar haqidagi umumiy tasavvurlar

"Iroda" tushunchasining rivojlanish tarixi. Irodani tadqiq etishdagi yondoshuvlar. Irodani aniqlash. Irodaviy jarayonlar bosqichlari. Irdani an'anaviy va zamonaviy talqini. Ixtiyoriy boshqaruvning funksional tuzilishi. Irodaning falsafiy nazariyalari.

32-modul. Shaxsning irodaviy sohasi

Shaxsning irodaviy sifatlari. Ularning klassifikasiyasi. Irodaviy sifatlarning tuzilishi. Ixtiyoriy reaksiyalarning kelib chiqishi. irodaviy xulq-atvorning ontogenetik xususiyatlari. Shaxsning irodaviy sifatlarini rivojlanishi.

"Sezgi va idrok" bo'limi

33-modul. Sezgi va idrok psixik jarayonlarning boshlang'ich holati ekanligi

Muhitning fiziologik xarakteristikasi. Sezgilarni signalli aks ettirishi. Sezgi tushunchasiga falsafiy yondoshuvlar. Sezgining maxsus energiyasi haqidagi Myuller va Gelmgols nazariyasi, bu nazariyalarning haqiqatligini isbotlash. Sezgilarni tushunishning tarixiy yondoshuvi, Myuller va Gelmgolslarning nazariyalarining hozirgi kunda ahamiyatining yoqolganligi. Sezgining reseptor va reflektor nazariyasi. A.A.Yarbus va boshqalarning tajribalari. Sezgining boshqa jarayonlarga bog'liqligi va tashqi muhit bilan aloqasi.

34-modul. Sezgilarni klassifikasiyasi

Interoseptiv sezgilar va ularning inson xatti harakatidagi o'rni. U.Kennonning gemostazis, introseptiv sezgilarni fiziologiyasi, psixosomatika haqidagi konsepsiyasi. Proprioseptiv sezgilar va ularni faoliyatdagi o'rni. N.A.Bernshteynning tadqiqoti. Eksteroseptiv sezgilar, ularni klassifikasiyasi. Kontakt va distant reseptorlar, ularning o'ziga xosligi va xarakteristikasi. Sezgilarni klassifikasiyasiga evolyusion va genetik yondoshuv. Protopatik va epikritik sezgilar va ularning o'zaro bog'liqligi. Xed tajribalari. Sezgining oraliq shakllari. Nospesifik sezuvchanlikni muammolari. Sinesteziyani vujudga kelishi. Sezgilarni o'zaro aloqasi.

Adaptasiyani vujudga kelishi. Adaptasiyaning periferik va markaziy mexanizmlari. Sensibilizasiyani paydo bo'lishi-fiziologik mexanizmlari, endokrin og'ishlar, asab tizimining tiplari bilan bog'liqligi. Sensibilizasiyani psixologik yo'llari.

35-modul. Idrok nazariyalari

Idrokning assosiativ nazariyasi. Nativizm va empirizm. Analitizm va introspeksionizm. Geshtalt psixologiyada idrok. Gibsonning idrok nazariyasi. Xebning idrok nazariyasi. Piajening idrok nazariyasi. Perseptiv faoliyat nazariyasi.

36-modul. Idrok. Sezgilarni klassifikatsiyasi va teri tuyush idroki

Teri tuyushning uch komponenti (sezish, haroratni sezish, og'riqni sezish). Teri tuyushning murakkab shakllari va sezish idroki. Sezish va harakatni sezishni o'rni. Sezish obrazining paydo bo'lish fazalari. Obrazlarni bilish va qurishda informasion ko'rinishlar. Sezishning fiziologik mexanizmlari.

37-modul. Eshitish va ko'rish sezgisi idroki

Eshitishning fiziologik va neyrofiziologik asoslari. Eshitish idrokining murakkab formalari. Nutqni eshitish. Nutq tovushlarini fizikasi va fonologiyasi. Nutq tovushlarini neyrofiziologiyasi va patologiyasi. Musiqani tinglash. Ko'rish analizatorining tuzilishi. Ko'rish analizatorining yo'llari. Ko'rish analizatorining markaziy apparati. Birlamchi va ikkilamchi ko'rish po'stloqlari. Ko'z harakatini nazorat qiluvchi ikki po'stloqli apparat. Ko'rish idroki va ko'zning harakatlanish tiplari.

38-modul. Ta'm bilish va hid bilish idroki, og'riqni idrok qilish

Xemoresepsiya funksiyalari. Birlamchi ta'm sezgilari va kimyoviy stimullar (birlamchi ta'm sezgilari, ularni vujudga kelishi, kimyoviy stimullar). Ta'm analizatorining anatomiyasi va fiziologiyasi. Ta's sezgilarining chegaralari. Ta's stimullarning o'zaro ta'siri. Turli biologik ko'rinishlarni ta'm sezgisining o'ziga xosligi.

Xidlar va ularningi o'ziga xosligi. Xid bilishning anatomiyasi va fiziologiyasi. Xid bilish ma'lumotlarini kodlashtirish (xidlarni ajratish va intensivlik). Xid bilish sezgilarining chegaralari. Xid bilish tanlovi. Xid bilish identifikasiyasi va xotirasi. Xid bilishning psixobiologik funksiyalari: feromonlar.

Og'riqni idrok qilish funksiyalari. Og'riq sezgilarning turlicha ekanligi. Og'riqni paydo qiluvchi stimullar, og'riq sezgisining chegarasi. Og'riqni idrok qilishda subyektiv omillarning o'rni. Og'riqqa nisbatan moslashuv. Nosiseptor. Og'riqni boshqarish.

39-modul. Perseptiv obrazlarni tashkil qilish

Idrok haqida tushuncha. Idrokning sezgidan afzalligi, uni genetik bog'liqligi. Idrok turlari: ko'rish, eshitish, sezish. Obrazlarni idrok qilishning o'ziga xosligi: predmetlilik, yaxlitlik, konstantlik, kategoriallik.

40-modul. Perseptiv obrazni tashkillashtirish.

Perseptiv obrazlarni predmetliligi, idrokning yaxlitligi va o'zgarmasligi. Sensor ko'rsatkichlarni qayta ishlash vaqtida farazlarning o'rni. Perseptiv korreksiya nazariyasini perseptiv holatlar orqali kompensasiya qilish. Statistik baholash tanlov imkoniyatlari nazariyasi. Idrokning tushunilganligi. Ma'lum bir predmetlar uchun so'zlarning ahamiyati. Persivtiv obrazlarni tashkillashtirish mexanizmlari. Fon ichidan figurani ajratish. Perseptiv obrazlarni kontur va strukturaning ahamiyati. Perseptiv obrazlarni tashkil qilishda assosiativ va geshtaltpsixologiyaning o'rni. Idrok illyuziyalari.

41-modul. Fazoni eshitish orqali idrok qilish.

Fazoni ko'rish orqali idrok qilish. Stereoskopik idrok. Monural ko'rinishlar. Binaural ko'rinishlar. Lokalizasiya va eshtish chig'anog'i. Exolokasiya.

42-modul. Musiqani va nutqni idrok qilish

Mutlaq eshitish. Har xil musiqiy ohanglarda tovushlarni idrok qilishning ketma-ketligi. Rang sinesteziyasini fizikasi va nutq tovushlarining fonologiyasi. So'zlarni idrok qilish.

43-modul. Rangni idrok qilish

Spektrning ko'rish qismi. Appertuar ranglar. Purkinye ko'rinishi. Fazoviy va vaqtinchalik yig'indi. Yorqin va davomiy kontrast lateral tormozlanish. Ko'rish o'tkirligi. Rangning toni va uning to'yinganligi. Aralashma ranglarning qonuniyati. Rangli kontrast. Rangni 3 komponentli nazariyasi rangga qarshi nazariya. Ko'rish sezgisining anomaliyasi. Ranglarning psixofiziologik ta'siri. Lyusher testi.

44-modul. Vaqtni idrok qilish

Fiziologik asosi va aniqligi. Ketma ketlik va davomiylikni idrok qilish. Vaqtda oriyentirovka. Shaxsning psixologik vaqti.

45-modul. Xatti-harakatini idrok qilish

Harakatni idrok qilishning fiziologik asosi (harakat detektori, ko'zning tizimi, harakatni ta'minlovchi holatlar, optik stimulyasiya harakat idrokining asosi sifatida). Stroboskopik effekt. Harakatlar nazariyasi.

46-modul. Ekstrasensor idrok

Ekstrasensor idrok haqida tushuncha. Ekstrasensor idrokni tadqiq qilish.

47-modul. Idrokning buzilishi

Demensiyada agnoziya va psevdoagnoziya. Hissiyotlarning yolg'onligi. Idrokda motivasion komponentning buzilishi. Rangni idrok qilish anomaliyasi. Eshitish patologiyasi. Ta'm bilish sezgisining anomaliyasi. Hid bilish jarayonining anomaliyasi.

48-modul. Perseptiv rivojlanish, o'rgatish va idrok.
Perseptiv rivojlanish.

Sensor tizimni rivojlanishi, yangi tug'ilgan chaqaloqlarda idrok. Bolalikni turli davrlarida perseptiv motor koordinasiyalarini, sezuvchanlikni rivojlanishini o'ziga xosligi. Idrokning murakkab shakllari va qarilik.

49-modul. Idrokda o'rganish

O'qitish muammosiningmetodologik qiyinchiliklari. O'quv faoliyatida idrokni umumiy xususiyati va qonuniyati. Idrokda yosh davrlarini inobatga olish. O'quv faoliyatida qonuniyatlarni inobatga olish. Perseptiv masalalarni yechishda muomalaning va hamkorlikdagi faoliyatning o'rni. Darsni tashkil qilishda individual farqlarlarning o'rni. Ijtimoiy persepsiyada kasbiy va yosh xususiyatlarining o'ziga xosligi.

"Diqqat va xotira" bo'limi
Diqqat psixologiyasi
50-modul. Diqqat haqida tushuncha

Diqqatning aniqlash ketma-ketligi. Diqqat so'zining etimologiyasi. Diqqatning boshqa psixik hodisa va jarayonlar bilan taqqoslash. Perseptiv, intellektual va ijro etuvchi diqqat. Diqqatning psixik o'rni haqidagi bahslar va uning tabiati. Diqqatning mustaqil faoliyat ekanligi yoki bu boshqa psixik faoliyat uchun ham xosligi.

51-modul. Diqqatning psixofiziologik indikatorlari va mexanizmlari

N.N.Lange, I.M.Sechenov, K.N.Kornilov tadqiqotlarida diqqatning tperseptiv jabhalari. E.Titchener, G. Myullerning tadqiqotlarida diqqat sezgining xususiyati sifatida fiziologik talqin qilinishi. T.A.Ribo, N.N.Lange tadqiqotlarida diqqatning motor komponentlari. Sherrington "Voronkasi" yoki umumiy harakat maydoni nazariyasi. Optimal qo'zg'alish o'chog'i va I.P.Palovning oriyentirovka refleksi. A.A.Uxtomskiyning dominantlik tamoyili.

52-modul. Diqqatning neyrofiziologik mexanizmlari

Uyqu va bedorlikning neyrofiziologik mexanizmlari. Miyaning ritmik elektr faolligi va diqqat jarayonlari Tushuvchi va ko'tariluvchi retikulyar faollik tizimi. Diffuz talamik proyeksiyalovchi tizim konsepsiyasi. Frontal talamik boshqarish tizimi.

53-modul. Diqqatning asosiy xusisiyatlar

Diqqatning hajmi. Diqqat hajmining individual xususiyatlari. Diqqatning to'planishi. Diqqatning barqarorligi. Diqqatning tebranishi. Diqqatning ko'chishi va taqsimlanishi. Material xarakteriga, faoliyat turlari va shaxs usianovkasiga ko'ra diqqatning barqarorligi. Diqqatni bo'linishini belgilovchi omillar.Ta'sirlarga chidamliligini baholash usullari. Diqqatning ko'chishi va taqsimlanishi. Har xil harakatlarga diqqatning taqsimlanish qobiliyatini belgilovchi omillar.

54-modul. Diqqat turlari va funksiyalari

Ixtiyorsiz, reflektor, instinktiv diqqat (Lange N.N.), birlamchi (E.Titchener), natural (L.S.Vigotskiy), zaruriy (N.F.Dobrinin), Oriyentirovka reaksiyasi-ixtiyorsiz diqqat. Ixtiyoriy diqqat. Ixtiyoriy diqqatdan keyingi diqqat (N.F.Dobrinin). Oriyentirovka reaksiyasi-ixtiyorsiz diqqatning fiziologik ko'rinishi ekanligi. Ixtiyorsiz diqqatning bilish ehtiyojlari bilan aloqasi (Lange N.N.). Ixtiyorsiz diqqat- izlanuvchanlik va tadqiqotchilik faoliyati. Ixtiyorsiz diqqatning shartlovchi omillar: jadalligi, sifati, tusatdan paydo bo'lishi, takrorlanishi, harakat va yangilik.

Diqqat oldi jarayonlar (Nayser U) va ularning xulq-atvor tuzilmasidagi o'rni. Saralab o'qish diqqat oldi jarayonlarini tadqiq etishning usuli sifatida.

Ixtiyoriy diqqat (ikkilamchi). Maqsadga egalik ixtiyoriy diqqatning asosiy alomati. Ixtiyoriy diqqatning psixologik mexanizmlari. Persepsiya jarayonlari-ixtiyoriy diqqatning asosi. Ixtiyoriy diqqatning bilvositalik xarakteri. Ixtiyoriy diqqatni tadqiq etishning qo'sh stimul metodikasi.

Ixtiyoriy diqqatdan keyingi diqqat (N.F.Dobrinin), birlamchi ixtiyoriy diqqat (Titchiner). Ixtiyoriy va ixtiyorsiz diqqatlardan farqi. Vujudga kelish shartlari. Ixtiyoriy diqqatdan keyingi diqqatning pedagogik ahamiyati.

55-modul. Diqqatning rivojlanishi va buzilishi

Diqqatning rivojlanish bosqichlari. Faollik, ustanovka va diqqat. Ixtiyoriy diqqatning oliy psixik funksiya ekanligi. "Bola diqqati tarixi xulq-atvor tashkil topishining tarixi mavjud". Diqqatning buzilishi va uning diagnostika qilish. Parishonxotirlik va uning bartaraf etish. Diqqatning buzilishini klinik jihatdan tadqiq etish va uning diagnostikadagi ahamiyati.

56-modul. Diqqat va faoliyat

A.N.Leontyev konsepsiyasida ong rejasi, faoliyatlar, fiziologik mexanizmlar. N.A. Bernshteyn va harakat tuzilishi darajasi to'g'risidagi fiziologik nazariyasi.Diqqat nazorat harakati sifatida (P.Ya.Galperin). Jarayonni ongli va avtomatik nazorat qilish. ongli va avtomatik nazoratlash jarayonlari.

57-modul. Diqqatni o'rganishning amaliy jihatlari

Diqqat har qanday faoliyatning muhim sharti sifatida. Diqqat va ta'lim. Diqqatning o'quv jarayonida rivojlanishi. Diqqatning buzilishi va uning diagnostika qilish. Parishonxotirlik va uning bartaraf etish. Diqqatning buzilishini klinik jihatdan tadqiq etish va uning diagnostikadagi ahamiyati.

Xotira psixologiyasi

58-modul. Xotira haqida umumiy tasavvurlar

Xotira haqida umumiy tushuncha. Xotira – o'tmish tajribalarni esga olib qolish, esga saqlash va unutishdan ibora jarayon sifatida. Xotira bilan bog'liq hodisalar. Fenomenal xotira. Xotira va o'rganish. Diqqat va xotira. Xotira va shaxs.

59-modul. Xotiraning fiziologik mexanizmlari

Asab tizimida xotira izlarini saqlanishi. Xotirada izlar konsolidasiyasi jarayoni. Qisqa va uzoq muddatli xotiranig fiziologik mexanizmlari. Xotirani ta'minlovchi miya tizimlari.

60-modul. Xotira jarayonlari

Xotira jarayonlari. Esga olib qolish. Esda saqlash. Esga tushirish. Tanish. Unutish.

Esga olib qolish xarakteri: ixtiyoriy esga olib qolish, ixtiyorsiz esga olib qolish. Esga olib qolish: bilvositalik va bavositalik xarakteri. Esga olib qolishning faoliyat maqsadiga bog'liqligi. Esga olib qolish va esga tushirishda individual tafovutlar.

61-modul. Xotira turlari

Xotira turlarining tasniflash shartlari. Genetik, ixtiyorsiz, ixtiyoriy xotira. Obrazli xotira. Eydetik xzotira. Emotsional xotira. So'z-mantiq xotirasi. Xotiraning individual psixologik xusustyalari.

62-modul. Xotira psixologiyasining asosiy qonuniyatlari

Materialning xarakteri (hajmi, bir xilligi, ma'noga egaligi). Mashqlantirishning o'rni. Zeygarnik samarasi. Unutish egri chizig'i (Ebbingauz). Retroaktiv va proaktiv tormozlanish. Reminissensiya. Inson xotirasining tashkiliy tuzilishi tamoyillari. Xotira assosiasiyalari.

63-modul. Xotira va faoliyat

Esga olib qolishning predmeti. Faoliyat motivlari, yo'nalishi, strukturasi va predmet mazmuniga ko'ra esga olib qolish. Zavisimost Xotiraning shaxsning hayotiy masalalarini hal etishi, uning shartlanganligi va motivasiya sohasining dinamikasiga biriktirilganligi. Malaka va xotira. O'rganish qonunlari. Bixevioristlar bo'yicha malaka harakatlarning oddiy aloqalari natijasi sifatida mexanik tushushnish. Vklyuchennost pamyati v resheniye jiznenniyx zadach lichnosti, yeye obuslovlennost stroyeniyem i dinamikoy motivasionnoy sferiy.Naviyki i pamyat.Insonning hayot tajribasida malakalarni shakllanishining ahamiyati. Xotira axborotlarni qablu qilish, o'zatish va saqlash jarayonlari yig'indisi sifatida Xotira va nutq. L.S.Vigostkiyning madaniy-tarixiy nazariyasida xotira muammosi. Mnemik vositalarning interiorizasiyasi.

64-modul. Inson xotirasining tashkil etuvchi asosiy tamoyillar

Inson xotirasida assoisasiyalarning o'rni. Assosiasiya turlari va qonunlari. Mnemik jarayonlarni o'rganish metodlari: yod olish, antisipasiya va tejash. Assosianistik yondashuvning tanqidi. Ikonik va exoik xotira tushunchalari. Qisqa muddatli xotira. Takrorlashning ahamiyati. Qisqa muddatli xotira tuzilishi va ko'lami. Ong va qisqa muddatli xotira. Vositalardan foydalanish inson xotirasini tashkil etishning vositasi sifatida. F. Bartlettning konsepsiyasidagi ichki tuzilmaning o'rni. Yuqori darajali esga olib qolishning funksiyalari va tuzilishini eksperimental tadqiq etish.

65-modul. Xotiraning rivojlanishi

Xotira namoyon bo'lishining har xil genetik shakllari. Ongsiz, ixtiyorsiz xotira; o'timli, tashqi shartlangan xotira; ixtiyoriy xotira, metaxotira.Har xil genetik xotira shakllari o'zaro munosabatlaridagi yosh xususiyatlari. Genetik jihatdan turlicha bo'lgan xotira turlarining rivojlanish yo'llari.

66-modul. Xotiraning buzilishi

Xotiraning umumiy buzilishi (retrograd amneziya, anterograd amneziya, Korsakov sindromi). Miyaning lokal patologiyasi bilan bog'liq buzilishlar (agnoziyalar, afaziyalar, apraksiyalar, abaziyalar). Gipomneziyalar va gipermneziyalar. Paramneziya va kriptomneziya. Funksional, psixogen yoki affektiv amneziyalar.

67-modul. Xotiraning amaliy o'rganish jabhalari

Xotiraning o'quv faoliyatida rivojlantirish shart-sharoitlari va vazifalari. Xotiraning kuchaytirish yo'llari. Operativ xotiraning faoliyatdagi o'rni. Mnemotexnika. Xotira buzilishlari va ularning klinik ahamiyati.

"Tafakkur va nutq" bo'limi

Tafakkur psixologiyasining predmeti, vazifalari va tadqiqot metodlari

68-modul. Tafakkur to'g'risida umumiy tasavvurlar

Tafakkurni o'rganishning umumfalsafiy asoslari. Tafakkur fanlar tizimidagi tadqiqot obyekti sifatida, falsafada, logikada, inoformatikada, fiziologiyada, pedagogikada va tafakkur xususiyatlarini o'rganilishi. Tafakkur psixologik tadqiqot predmeti. V.Djems tafakkur haqida.

Tafakkur bilish jarayonlari tizimida. Tafakkur va nutq. Tafakkur va ong. Tafakkur va muloqot. Tafakkur psixologiyasi sohasida ishlarning nazariy va amaliy ahamiyati.

69-modul. Tafakkur turlari va masala tiplari

Tafakkur turlari: ko'rgazmali-obrazli, ko'rgazmali-harakat qv so'z-mantiq tafakkurlari. Vizual va fazoviy tafakkur. i prostranstvennoye miyshleniye. Konkret va abstrakt tafakkur (Goldshteyn bo'yicha). Empirik va nazariy tafakkur (V.V.Davidov bo'yicha). Amaliy va nazariy tafakkurni qiyoslash (B.M.Teplov bo'yicha). Produktivvareproduktiv tafakkur. Ijodiy va tanqidiy tafakkur. Divergentva konvergent tafakkur. Autistik, egosentrik va realistik tafakkur.

Emotsional tafakkur (Mayer bo'yicha). Tafakkur turlari muammosi va ularni ajartish asoslari, tafakkurning boshqa turlari.

Tafakkur psixologiyasida masala empirik tadqiqotlar obyekti sifatida

Masalalarni psixologik tushunish. Masalaning obyektiv va subyektiv tuzilishi. Masala tiplarini tasniflashning psixologik mezonlari. "Masala" va "muammoli vaziyat" munosabatlari.

Tafakkur psixologiyasi predmetining rivojlanishi: asosiy nazariy yondashuvlar
70-modul. Tafakkurning o'rganishga klassik yondashuvular

Bayoni yondashuv: ongning klasssik psixologiyasida bilish jarayoni. Tafakkur tasavvur assosiasiyasi sifatida. Diffuz reproduksiya nazariyasi.Tafakkur xulq-atvor sifatida: xulq psixologiyasida tafakkurni tushunish. Tafakkur va o'rganish. Neobixeviorizmda tafakkur muammosi. Tafakkur muammoga qarash akti sifatida: vyursburg maktabi konsepsiyasi. Determinasiyalovchi tendensiya. Tafakkurning o'ziga xosligi: faol,ligi, maqsadga yo'nalganligi.

Tafakkur intellektual operasiyalarning funksiyalashuvi sifatida: O.Zelsning "komplekslar nazariyasi". Tafakkur vaziyatlarni strukturalashtiruvchi akt sifatida: geshtalt nazariya. Produktiv tafakkur o'ziga xos tadqiqotning predmeti sifatida ajartilishi.. "Insayt" tushunchasi, konflikt, funksional yechim, funksional qayd etish. Ijodiy masalalalarni yechish bosqichlari.

Tafakkurni shaxsning bilish faoliyatisifatida o'rganish
71-modul. Tafakkurni bilish faoliyati sifatida o'rganish

Aqliy faoliyatning produktiv va reproduktiv shakllari. Ijodiy tafakkur muammosi va u o'rganishning mustaqil predmeti sifatida O'tmish tajribalarning roli: assosiasiyalar, "funksional qayd etish (Mayer va Sekkeyning tajribalari), ustanovka (Lachinsov, Eliav tajribalari).

Yo'naltirish so'zi ishlatish metodini qo'llash orqali "insayt" paydo bo'lishini eksperimental o'rganish shart-sharoitlari (K.Dunker, Yu.B.Gippenreyter, Ya.A.Ponomarev, K.A.Slavskaya).

Ya.A.Ponomarev konsepsiya: masala yechimini izlash jarayonida to'g'ri va chet mahsulotlarning o'rni. Tafakkurning anglanilmagan shakllari muammosi. Intuisiya.S.L.Rubinshteyn maktabida tafakkurning prosessual tomonlarini tadqiq etish.

P.Ya.Galperinning tafakkur oriyentirovka-tadqiqotchilik faoliyati haqidagi konsepsiyasi. Aqliy jarayonlar bosqichlari sharhi (G.Uolles, K.Dunker, O.Zels, S.L.Rubinshteyn maktabi bo'yicha).O.K.Tixomirovning tafakkurni mazmunlilik nazariyasi. Tixomirov-Teleginaning, Tixomirov-Terexovning metodikalari. Aqliy faoliyatni Emotsional tartibga solish. Masqad haqidagi psixologik tasavvurlar. Tafakkur va maqsad hosil qilish. Aqliy faoliyatni Motivasion tartibga solish.

72-modul. Inson aqliy faoliyatining differensial-psixologik sifatlari

Intellekt vatafakkur. Intellektning modellari. Intellekt koeffisiyenti tushunchasi. Intellektual testlar, ularning turlari va tuzilishi. Intellektni o'lchash muammolari. Kogntiv uslub haqidagi tasavvurlar, kognitiv uslub turlari.

Ijodiy tafakkur va intellekt. Kreativlik ko'rsatkichlarini o'lchash va metodikalari. Intellektual faollik. Intellekt va ijodiy qobiliyatning rivojlanishiga ta'sir ko'rsatuvchi biologik va sosial omillar. Tafakkurning xususiyatlari va shaxslilik xarakteristikasi. "Fikrlovchi shaxs" tiplari haqida tasavvurlar. Ijodkor shaxsning empirik tavsifi. Subyekt aqliy faoliyatining umumiy tavsifi.

Masalani yechishning shaxslilik va vaziyatli determinantlari.

73-modul. Tafakkur va informatika. Tafakkur tahliliga kognitiv yondashuv

Kompyuter psixik jarayonlarni tadqiq etish vositasi va ularning metaforasi sifatida. Kompyuter bilan diologda tafakkurni psixologik tadqiq etish. Tafakkur tahliliga axborot-kognitiv yondashuv. Tafakkurni izohlashning axborot va psixologik yondashuvlar. "Sun’iy intellekt" va inson tafakkuri.Kompyuterdan aqliy faoliyat samaradorligini oshirish uchun foydalanish.

Tafakkur psixologiyasining tamoyillari

74-modul. Tafakkur filo-va sosiogenezi

Inson tafakkurining biologik rivojlanish tarixi. Tafakkurning filogenezda rivojlanishi. Hayvon intellektini tadqiq etishning asosiy yo’nalishlari. Tafakkurni antropogenezda rivojlanishi. Inson tafakkurining tarixiy rivojlanishi: a) mehnat inson tafakkuri rivojlanish sharoiti sifatida; b) “ibtidoiy tafakkur”, arxaik tafakkur. Tafakkurni krosskmadaniy tadqiq etish. Inosn tafakkurini tushunishga madaniy-tarixiy yondashuvning umumiy tavsifi.

75-modul. Tafakkur ontogenezi

Intellektning rivojlanish bosqichlari (J.Piaje konsepsiyasi). Bolaning ko’rgazmali obrazli, ko’rgazmali-harakat va so’z-mantiq tafakkurini tadqiq etish.

Nutqiy tafakkur va nutq faoliyati

76-modul. Nutqiy tafakkurning rivojlanish muammolari

Oliy psixik funksiyalarning madaniy-tarixiy rivojlanish nazariyasi va nutqiy tafakkur muammosi (L.S. Vigotskiy bo’yicha). Tafakkur va nutqning o’zaro munosabatlari tahliliga asosiy yondashuvlar Tafakkur va nutqning genetik ildizlari.

So’zning ma’nosi muloqot va umumlashtirish berligi sifatida. So’zning mazmuni va ahamiyati. Egosentrik va ichki nutq. L.S.Vigotskiy va J.Piajening egosentrik nutq tuzilishi, funksiyalari, va rivojlanishi haqidagi munozaralari.

Nutqiy tafakkur va tushunchani tadqiq etish usullari va metodikalari. Vigotskiy-Saxarov metodikasi. Nutqiy tafakkurning rivojlanishi. Ma’nomning rivojlanish bosqichlari, tushunchaning fugksional ekvivalentlari: sinkretlar, komplekslar, psevdotushunchalar, potensial va haqiqiy tushunchalar (L.S.Vigotskiy bo’yicha).

Ilmiy va noilmiy tushunchalar. Inson tafakkurining dialogik xarakteri. Tushunchali tafakkurning zamonaviy tadqiqotlari.

77-modul. Til, ong va tafakkur. Nutq va nutqiy fapoliyat

Til va nutq faoliyati. Nutqiy muloqot. Ong va til munosabatlari. Lingvistik nisbiylik farazi, uning empirik tasdiqi. Nutqning turlari va funksiyalari. Nutqiy bayon etishning vujudga kelishi va tushunishi muammolari. Ichki nutqning psixofiziologik tadqiq etish (A.N.Sokolov). Nutqning paydo bo’lishi va tushunishini chuqur (semantik) va atroflicha (grammatik) strukturalari "Transformasion” model va uning eksperimental tekshirish.

Seminar mashg'ulotlarini tashkil etish bo'yicha ko'rsatma va tavsiyalar

Seminar mashg'ulotlari mavzu bo'yicha reja va tavsiya qilingan adabiyotlar asosida o'tkaziladi. Talaba mustaqil tayyorgarlik ko'rib, to'plagan bilimlarini dars vaqtida himoya qiladi.

Tavsiya etilayotgan seminar ishlarning mavzulari
"Psixologiyagaevolyusionkirish" bo'limi
Mutaxassislikka kirish

1. Spornt psixolog–mutaxassisningkasbiytaraqqiyotiningbosqichlari.
2. Professiogrammavakasbgayo'naltirish.
3. Amaliysportpsixologiningfaoliyati.

Psixikaning evolyusion taraqiyoti

1. Psixologiyaning predmeti
2. Psixologiya fanining tarmoqlari
3. Hayvonlar psixikasi va xatti-harakatlarni umumiy xarakteristikasi
4. Faoliyat va uning turlari
5. Ongning vujudga kelishi
6. Psixik jarayonlarni vujudga kelishida tilning ahamiyati
7. Psixikani ontogenezda va funksional rivojlanishi
8. Inson faoliyatining psixologik tahlili
9. Psixofiziologik muammo
10. Xatti-harakat darajalar

"Shaxs psixologiyasi" bo'limi

1. Inson, individ, shaxs.
2. Shaxsni urganishdagi asosiy zamonaviy yondashuvlar.
3. Sobik sovet psixologiyasida shaxs nazariyalari.
4. Xoriiy psixolgiyada shaxs nazariyasi.
5. Shaxsni urganishning bixevioristik va neobixvioristik yondashuvlari.
6. Shaxsni psixoanaliz va neopsixoanalizdada urganilishi
7. Shaxsni kognitiv yunalishi.
8. Shaxsning gumanistik nazariyasi.
9. Xarakatlantiruvchi kuchlar va shaxs rivojlanishini davrlashtirish.
10. Shaxs rivojlanishidagi ijtimoiy omillar.
11. Shaxsning indiviudal psixologik xususiyatlari.
12. Shaxs strukturasi.
13. Shaxsning o'z-o'zini anglashi.

"Ichki regulyasiya" bo'limi

1. Motivasiya haqida umumiy tushuncha
2. Motivasiyaning asosiy turlari va rivojlanish bosqichlari
3. Motivasiyaning tuzilishi va funksiyalari
4. Kauzal atribusiya tushunchasi
5. Motivasiyaning ontogenezda shakllanishi
6. Motivasiyaning psixologik nazariyalari
7. Xulq-atvor va faoliyat motivasiyasi
8. Alohida faoliyat turlari motivasiyalari
9. Erishganlik, affiliasiya, hukmronlik motivlari
10. Inson motivasiyasining vaziyatlilik va shaxslilik jabhalari.
11. Emosiya turlari va funksiyalari
12. Emosiya va hissiyot haqida umumiy tasavvurlar

13. Emosiya psixologiyasining nazariy yondashuvlari
14. Emotsional holatlari
15. Emotsional reaksiyalarningfiziologik mexanizmlari
16. Har xil modallikdagi emosiyalar tavsifi
17. Irodaviy jarayonlar haqidagi umumiy tasavvurlar
18. Iroda nazariyalari.
19. Shaxsning irodaviy sohasi.
20. Iroda muammosini talqini.

“Sezgi va idrok” bo’limi

1. Sezgi va idrok psixik jarayonlarning boshlang’ich holati ekanligi
2. Sezgilarni klassifikasiyasi
3. Sezgilarning o’zgaruvchan shakllari
4. Bilishni metodologik va biologik tahlili
5. Idrok nazariyalari
6. Teri tuyush idroki
7. Eshitish sezgisi va idroki.
8. Ko’rish sezgisi va idroki.
9. Ta’m bilish idroki
10. Hid bilish
11. Og’riqni idrok qilish
12. Idrok haqida tushuncha
13. Perseptiv obrazni tashkillashtirish
14. Fazoni idrok qilish.
15. Fazoni eshitish orqali idrok qilish.
16. Musiqani va nutqni idrok qilish
17. Rangni idrok qilish
18. Vaqtni idrok qilish
19. Xatti-harakatini idrok qilish
20. Ekstrasensor idrok
21. Idrokning buzilishi
22. Perseptiv rivojlanish.

“Diqqat va xotira” bo’limi

1. Diqqat haqida tushuncha
2. Diqqatning psixofiziologik indikatorlari va mexanizmlari
3. Diqqatning neyrofiziologik mexanizmlari
4. Diqqatning asosiy xusisiyatlar
5. Diqqat turlari va funksiyalari
6. Diqqatning rivojlanishi va buzilishi
7. Diqqat va faoliyat
8. Diqqatni o’rganishning amaliy jihatlari
9. Xotira haqida umumiy tasavvurlar
10. Xotiraning fiziologik mexanizmlari
11. Xotira jarayonlari
12. Xotira turlari
13. Xotira psixologiyasining asosiy qonuniyatlari
14. Xotira va faoliyat.
15. Inson xotirasining tashkil etuvchi asosiy tamoyillar
16. Xotiraning rivojlanishi
17. Xotiraning buzilishi
18. Xotiraning amaliy o’rganish jabhalari

”Tafakkur va nutq” bo’limi

1. Tafakkur to’g’risida umumiy tasavvurlar
2. Tafakkur turlari va masala tiplari
3. Tafakkur psixologiyasi predmetining rivojlanishi: asosiy nazariy yondashuvlar
4. Tafakkurning o’rganishga klassik yondashuvular
5. Tafakkurni bilish faoliyati sifatida o’rganish
6. Inson aqliy faoliyatining differensial-psixologik sifatlari
7. Tafakkur va informatika. Tafakkur tahliliga kognitiv yondashuv
8. Tafakkur filo-va sosiogenezi
9. Tafakkur ontogenezi
10. Nutqiy tafakkurning rivojlanish muammolari
11. Til, ong va tafakkur. Nutq va nutqiy faoliyat

Amaliy mashg’ulotlarni tashkil etish bo`yicha uslubiy ko`rsatmalar

Fanbo`yichaAmaliymashg’ulotlar namunaviyo`quvrejadako`zdatutilmagan.

Labaratoriya ishlarini tashkil etish bo`yicha uslubiy ko`rsatmalar

Fanbo`yichalaboratoriyaishlarinamunaviyo`quvrejadako`zdatutilmagan.

Kursishinitashkil etishbo`yichauslubiyko`rsatmalar

Kurs ishining maqsadi talabalarning mustaqil ishlash qobiliyatini rivojlantirish, olgan nazariy bilimlarni qo’llashda amaliy ko’nikmalar hosil qilishdir.

Kurs ishi mavzulari mustaqil ta’lim jarayoniga bog’liq holda tayyorlanib, ular talabalarning ilmiy ijodiy salohiyatini oshirishga xizmat qilishi zarur.

Tavsiya etilayotgan kurs ishlarning mavzulari:

“Psixologiyaga evolyusion kirish” bo’limi

1. Myuller nazariyasi
2. Torndayk nazariyasi
3. Aksepsiya fazasi
4. Hayvonlarning vaziyatlarni tadqiq qilishi
5. Intellektual xatti-harakat fazalari
6. Insayt so’zining ma’nosi
7. Intellektual xatti-harakatning rus olimlari tomonidan o’rganilishi
8. Psixikaning evolyusion bosqichi (A.N.Leontyev bo’yicha)

“Shaxs psixologiyasi” bo’limi

1. Shaxsning xorijiy nazariyalari.
2. Psixoanalizda shaxs muammosi.
3. Analitik psixologiyada shaxs muammosi.
4. Xorijiy psixologiyada ekstraversiya, introversiya.
5. A.Adler bo’yicha shaxs tushunchasi.
6. Shaxsga fiziologik yondashish.
7. G.Ollport bo’yicha shaxs muammosi.
8. Dj.Mid va rollar nazariyasi.

“Ichki regulyasiya” bo’limi

1. Go’daklarning emotsional rivojlanishi.
2. Motivasiyaning asosiy yondashuvlari

3. Emosiyani eksperimental o’rganish
4. Ichki tashkiliy motivasiyalar.
5. .Xulq-atvorning situativ determinantlari
6. K.Levinning maydon nazariyasi.
7. Sosial motivlar: affiliasiya va hokimiyat.
8. Pro- va antisosial motivlar.
9. Emosiyaning namoyon bo’lishi.
10. Emosiya va uning tabiatini yoritish.
11. Iroda nazariyalari.
12. Irodaning amaliy jihatdan o’rganish.
13. Motivasiyaning vaziyatli rivojlanishi.
14. Ustanovkaning tadqiq etilganligi.
15. O’zini o’zi baholash va motivasiya.
16. Motivlarning individual farqlari
17. Motivasiyaning keng tarqalgan modellari
18. Iroda va uning mezonlari.
19. Xulq-atvorni irodaviy boshqaruvi.

“Sezgi va idrok” bo’limi

1. Sezgilar va ishlab chiqarish jarayoni.
2. Psixofizika va psixofiziologiya.
3. Inson amaliy faoliyatida psixofizika.
4. Insonning olamni idrok etishi.
5. Illyuziya va ustanovka.
6. Idrokning individual xususiyatlari.
7. Idrok ko’lami.
8. Idrok va reklama.
9. Idrok patologiyasi.

”Diqqat va xotira” bo’limi

1. Diqqatning fiziologik mexanizmlari.
2. O’quvchi diqqatini rivojlantirish.
3. Diqqatning psixologik nazariyalari.
4. Diqqat samaradorligiga ta’sir ko’rsatuvchi omillar.
5. Diqqat xususiyatlari.
6. Diqqatning rivojlanishi.
7. Boshlang’ich sinf o’quvchilari diqqati.
8. Diqqat va iroda.
9. Diqqat patologiyasi.
10. Diqqat yetishmaslik sindromi.

”Tafakkur va nutq” bo’limi

1. Tafakkur vujudga kelishining biologik asoslari.
2. Tafakkurning mehnat faoliyatida vujudga kelishi va rivojlanishi.
3. Ibtidoiy tafakkur.
4. Tafakkurni krossmadaniy tadqiq etilishi.
5. Tafakkurning rivojlanish bosqichlari.
6. Ko’rgazmali-harakat va ko’rgazmali-obrazli tafakkur.
7. Tafakkur va xayol.
8. Tafakkur tipologiyasi.

9. Tafakkur rivojlanishining asosiy bosqichlari.
10. Tafakkur va nutqni munosabatlarini psixofiziologik misollar asosida aqliy jarayonlarning obyektiv indikatorlarini ajratish.

Mustaqil ta'limni tashkil etishning shakli va mazmuni

Talaba mustaqil ishni tayyorlashda fanning xususiyatlarini hisobga olgan holda quyidagi shakllardan foydalanish tavsiya etiladi:

-seminar mashg'ulotlarga tayyorgarlik;
-darslik va o'quv qo'llanmalar bo'yicha fan boblari va mavzularini o'rganish;
-tarqatma materiallar bo'yicha ma'ruza qismini o'zlashtirish;
-maxsus adabiyotlar bo'yicha fan bo'limlari yoki mavzulari ustida ishlash;
-talabaning o'quv, ilmiy-tadqiqot ishlarini bajarish bilan bog'liq bo'lgan fan bo'limlari va mavzularini chuqur o'rganish;
-faol va muammoli o'qitish uslubidan foydalaniladigan o'quv mashg'ulotlari;
-masofaviy ta'lim.

Tavsiya etilayotgan mustaqil ishlarning mavzulari:

Mutaxassislikka kirish

1. Psixologningtadqiqotchilikfaoliyati.
2. Maktabpsixologiningasosiyfaoliyatturi.
3. Inson va kasb
4. Psixologning kasbiy o'zligining belgilashning

Psixologiyaning evolyusion taraqqiyoti

1. Til va oliy psixologik funksiyalar bog'liqligi
2. Notirik organizmlarning parchalanishi
3. Reflektor xatti harakatlar
4. Reflekslar haqida tushuncha
5. Psixik jarayonlarning vujudga kelishi

"Shaxs psixologiyasi" bo'limi

1. Shaxs nazariyalari.
2. Freyd va psixoanaliz.
3. K.Yung va shaxs tipologiyasi.
4. Temperament va xarakter.
5. Shaxsnazariyalari.

"Ichki regulyasiya" bo'limi

1. Motivasiya jarayonlari psixologiyasining tarixi va hozirgi holati.
2. Inson ehtiyojlari va motivlarining xilma xillik tabiati.
3. Inson motivasion sohasining rivojlanishi.
4. Alohida tur motivasiyalari.
5. Emotsional jarayonlarning umumiy tavsifi.

Sezgi va idrok bo'limi

1. Shakllarni idrok qilishning o'ziga xosligi va perseptiv tashkillashtirish.
2. Ko'rish idrokida ekologik yondoshuv.
3. Ko'rish idrokining o'ziga xosligi
4. Shaxsni sensor tashkillashtirish
5. Insonda ma'lumotlarni qayta ishlash.
6. Vaqtni idrok qilish va shaxs. Shaxsning psixologik vaqti.

"Diqqat va xotira" bo'limi

1. Diqqatning tanlovachanlik va yo'nalganligi.
2. Diqqat xususiyat sifatida .
3. Diqqatning psixologik konsepsiyalari (U.Djems, Torndayk)

4. Ixtiyoriy diqqatni rivojlantirish yo'llari.
5. Diqqatni hajmini o'lchash.
6. Diqqat va psixik barqarorlikni o'lchash metodikalari
7. Diqqatning asab tizimi bilan bog'liqligi (B.M.Teplov, V.D.Neblisin).
8. E.Titchenerning diqqat muammosidagi qarashlari tahlili.
9. P.Ya.Galperinning diqqatga doir konsepsiyasining mohiyatini o'rganish.
10. N.N.Lange bo'yicha diqqat konsepsiyalari klassifikasiyasi

"Tafakkur va nutq" bo'limi

1. Ch.Osgudning "Semantik differensial" metodi.
2. Dunker K. Produktiv tafakkurni tadqiq etishdagi.
3. Arnxeym R. Vizual tafakkur to'g'risidagi asari.
4. Bleyler E. "Autistik tafakkur" asari.
5. Levi-Bryul Lning "Ibtidoiy tafakkur" asari.
6. B.M. Teplov "Sarkarda aqli" asari.
7. L.S. Vigotskiy bo'yicha egosentrik nutq tabiati haqida
8. J.Piajening egosentrik nutq to'g'risidagi qarashlari.
9. Tushuncha hosil bo'lishi tadqiqotlari: qo'sh stimul metodikasi,
10. Masala yechishni belgilovchi omillar.
11. Tafakkur va nutqning genetik ildizi.
12. Tushunchani eksperimental o'rganish.
13. Mustaqil tafakkurni rivojlantirish.

Dasturning informatsion – uslubiy ta'minoti

Fanni o'qitishda ta'limning interfaol usullaridan, axborot-kommunikasiyalarining prezentasion, multimediya, elektron-didaktik texnologiyalaridan foydalaniladi.

Foydalaniladigan adabiyotlar ro`yxati

Rahbariy adabiyotlar

1.Karimov I.A. Asarlar to'plami.1-19 jildlar. - Toshkent, "O'zbekiston", 1996-2011.

2.Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat – engilmas kuch. – Toshkent, "Ma'naviyat", 2008.

3.O'zbekiston Respublikasi Prezidenti I.Karimovning BMT Mingyillik rivojlanish maqsadlariga bag'ishlangan Sammiti yalpi majlisidagi nutqi // Xalq so'zi, 2010 yil 22 sentyabr.

4.Karimov I.A. Mamlakatimizda demokratik islohotlarni yanada chuqurlashtirish va fuqarolik jamiyatini rivojlantirish konsepsiyasi. O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi Qonunchilik palatasi va Senatining qo'shma majlisidagi ma'ruza // Xalq so'zi, 2010 yil 13 noyabr

5.Karimov I.A. Mamlakatimizni modernizatsiya qilish yo'lini izchil davom ettirish – tarraqiyotimizning muhim omilidir. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining qabul qilinganining 18 yilligiga bag'ishlangan tantanali marosimdagi ma'ruza // Xalq so'zi, 2010 yil 8 dekabr.

6.Karimov I.A. O'zbekiston mustaqillikka erishish ostonasida. – T.: "O'zbekiston", 2011. – 440 b.

Asosiy adabiyotlar

1. Myers David G., DeWall C. Nathan "Psychology" Worth Publishers. USA, 2015.
2. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. -T. O'qituvchi. 2010 y. 510 b.
3. G'oziyev E.G'. Psixologiya. -T., O'zMU "Universitet", 2003.
4. Ivanov P.I, Zufarova M.Y. Umumiy psixologiya. O'zROO'MTV– T.:O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2014.

Qo'shimcha adabiyotlar

1. Андреев О.А. Тренируем свое внимание /Серия "психологический практикум".-Ростов Н/Д: "Феникс", 2004.-232 с.
2. Асеев В. Г. Мотивация поведения и формирование личности. М., 1976.
3. ҒозиевЕ.Ғ. Психология. ЎзМУ. 2004
4. Крийлов А.А., Маничева С.А. Практикум по общей, експерименталной и прикладной психологии.-Спб.: Питер, 2005.-550 с.
5. Sunnatova R.I. Karimova V.M.,Tadjibayeva R.N. Mustaqil fikrlash. Toshkent, 2000.

Internet saytlari

1. http://textshare.tsx.org
2. http://www.mgimo.ru/fileserver/
3. http://www.ssu.runnet.ru/...
4. http://www.philol.msu.ru/~rlc2001/ru/sch_14.htm
5. http://www.voppsy.ru
6. http://psyberia.ru

I курс II-сем.

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI MADANIYAT VA SPORT ISHLARI VAZIRLIGI

O'ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA INSTITUTI

Ro'yxatga olindi:

№ IV - 4.01

2016 y. "27" 08

"TASDIQLAYMAN"

O'quv ishlari bo'yicha prorektor

Д.X. Umarov

" " 2016 yil

UMUMIY PSIXOLOGIYA FANINING ISHCHI O'QUV DASTURI

Bilim sohasi: **200000** - Ijtimoiy soha, iqtisodiyot va huquq

Ta'lim sohasi: **210000** - Sotsiologiya va psixologiya

Ta'lim yo'nalishi: **5210200** - Psixologiya (sport)

№	Fan mavzularining nomi	Jami soatlar
1	Ma'ruza	36
2	Seminar mashg'ulot	36
3	Mustaqil ta'lim	48
	Jami:	**120**

Toshkent - 2016

Fanning ishchi o`quv dasturi O`zR OO`MTV tomonidan 2016 yil "25" "08" dagi 355 sonli buyrug`i bilan tasdiqlangan o`quv dasturiga va o`quv rejasiga muvofiq ishlab chiqilgan.

Tuzuvchi:

N.Sh. Umarova – O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya instituti «Pedagogika va psixologiya» kafedrasi o'qituvchisi.

Taqrizchilar:

A.I. Rasulov – O'zbekiston Milliy universiteti "Psixologiya" kafedrasi dotsenti, psixol.f.n., dotsent.

O.E. Hayitov – O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya instituti Sport o'yinlari fakulteti dekani, psixologiya fanlari nomzodi, dotsent.

Fanning ishchi o'quv dasturi "Pedagogika va psixologiya" kafedrasining 2016 yil "25" 08 dagi "1" - son yig'ilishida muhokamadan o'tgan va fakultet kengashida muhokama qilish uchun tavsiya etilgan.

Kafedra mudiri _____________ **D.N. Arzikulov**

Fanning ishchi o'quv dasturi "Gimnastika va sport psixologiyasi" fakultet kengashida muhokama etilgan va foydalanishga tavsiya qilingan (2016 yil "26" 08 dagi "1" - sonli bayonnoma).

Fakultet kengashi raisi: ________ **prof. K.D.Yarashev**

Kelishildi: O'quv bo'limi boshlig'i

_____________ **Asatova G.R.**

© "Umumiy psixologiya" fani (ishchi o'quv dasturi) - T.: O'zDJTI, 2016. 24 bet.

Kirish

"Umumiy psixologiya" fani bo'yicha tuzilgan dastur talabalarning olam, jamiyat va insonning urganishi psixologik bilimlarga zaruratning mavjudligi; ularning dunyokarashini boyitish va rivojlantirishda psixologik konuniyatlarni o'rganish ehtiyojining mavjudligi; inson psixologiyasining umumiy psixologik konuniyatlarini, shaxs va voqelik, shaxs va jamiyat, shaxs va predmetlar olami orasidagi munosabat, vokelikni anglashi, olamni psixologik tahlili, psixologik hodisalarning kechishi, psixologiyaning tarixiy va nazariy rolini jamiyatda olib borilayotgan ishlar orqali amalga oshirishga qaratilanligi xarakterlaydi.

Umumiy psixologiya fani psixologiya yo'nalishlarida asosiy vazifalardan birini egallaydi. U boshqa fanlarni o'qitishda asos sifatida xizmat qilishi mumkin. Bu kursning asosiy vazifasi talabalarda umum psixologik bilimlarni shakllantirish. Bu fan o'quv dasturi oltita bo'limdan iborat: "Psixologiyaga evolyusion kirish", "SHaxs psixologiyasi", "Ichki regulyasiya", "Sezgi idrok", "Diqqat xotira", "Tafakkur va nutq" doir ma'lumotlarni o'zida mujassamlashtiradi.

O'quv fanining maqsad va vazifalari

O'quv fanining o'qitish maqsadi:talabalarda umumiy psixologik bilimlarni shakllantirish, vokelik va jamiyatdagi vokea-xodisalarning, shaxsni o'zida kechadigan jarayonlar va psixologik bilimlarni shakllantirish, ularni jamiyat hayotida umumiy psixologik hodisalar, holatlar va jarayonlarning mohiyatini tahlil etishga, shaxsning kamoloti va unga ta'sir ko'rsatuvchi omillar, uning individual psixologik xususiyatlari, emotsional va irodaviy sifatlarini tahlil etishga o'rgatishdan iborat.

O'quv fanining vazifalari. Umumiy psixologiya fanini o'qitish vazifalari quyidagilarni hal etishga qaratilgan:

-inson ruhiyatini psixologik tahlil etish;

-umumiy psixologiya fanining jamiyat va shaxs kamolotidagi o'rnini talabalarga tushuntirish;

-voqea va hodisalarni psixologik nuktai nazardan tahlil va tadqiq etish malakasini hosil etish;

-inson psixologiyasini umumiy ilmiy asoslarini o'rgatishni;

-jamiyat va shaxs orasidagi munosabatning psixologik qonuniyatlari asosida rivojlantirishni;

-umumiy psixologiya fani bo'limlari bo'yicha (psixikaning evolyusion taraqqiyoti, shaxs psixologiyasi, ichki regulyasiya, sezgi va idrok, diqqat va xotira, tafakkur va nutq) psixologik bilimlarni tahlil etish, ularning qonuniyatlarini mashg'ulot jarayonida tahlil etish.

Fan bo'yicha bilim, ko'nikma va malakaga qo'yiladigan talablar talaba

Psixologiya fanlar tizimi tuzilishi, ularning rivojlanish istiqbollari haqida; psixik (fizik) va jamiyat (iqtisodiy va ijtimoiy) psixologiyasining tadqiqot predmeti va ob'ekti haqida; umumiy psixologiyaning maqsadi, metodologiyasi, metodlari haqidagi; psixologik tadqiqotlarni tashkil etish, o'tkazish metodlari va uning vositalaridan foydalana olish; turmushning turli jabhalarida psixologik bilimlarni tatbiq etish sohasidagi umumiy psixologiyaning asosiy funksiyalari haqida; psixik jarayonlar, hodisalar, holatlar, xususiyatlar, hayot faoliyatidagi insoniy sifatlar ontogenezining qonuniyatlari haqida; umumiy psixologiya muammolarini echimini topishning asosiy yo'nalishlari haqida; psixologiyani vujudga kelish va rivojlanishi tarixi haqida; umumiy psixologiyaning tizimlari, tamoyillari, mexanizmlari, kategoriyalari haqida ***tasavvurga ega bo'lishi;***

-psixologiya nazariyasi va metodologiyasiga aloqador tizimlar, kategoriyalar, mexanizmlar, qonuniyatlar, asosiy holatlar; psixologiya va psixologiya fani tarmoqlarining vujudga kelishi va rivojlanish tarixi; hayot faoliyatida shaxs shakllanishining metodlari, funksiyalari, tamoyillari; insonlarning ish qobiliyatini oshirish va funksional holati optimallashtirishni bilishi va ulardan foydalana olishi; turli xil hayotiy vaziyatlarda shaxsni o'rganishda umumiy psixologiyaning ***har xil usullarini qo'llash;***

-har xil xarakterdagi empirik materiallarni umumlashtirish va tahlil etish; odam faoliyatini, xulq-atvorini va muomalasini psixologik baholash; psixologiya metodologiyasi muammolarini;

psixologik, ijtimoiy-etnik va yosh-pedagogik tadqiqotlarning metodlarini qo‘llash; shaxsning bilish jarayonlari xususiyatlari, uning shaxslilik xususiyatlarini shakllantirish vositalarini qo‘llash ***ko‘nikmalariga ega bo‘lishi kerak***

Fanning o‘kuv rejadagi boshqa fanlar bilan bog‘liqligi va uslub jihatdan ketma-ketligi

Umumiy psixologiya fani umumkasbiy fani hisoblanib, 2- semestrda o‘qitiladi. Rejalashtirilgan gumanitar va ijtimoiy-iqtisodiy (sotsiologiya), matematik va tabiiy-ilmiy (informatika va axborot texnologiyalari, biomexanika, anatomiya va fiziologiya, sport tibbiyoti), umumkasbiy (psixologiya tarixi, etnopsixologiya, boshqaruv psixologiyasi, yosh va pedagogik psixologiya, jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti) va ixtisoslik fanlar (ijtimoiy psixologiya, sport psixodiagnostikasi, konsultativ psixologiya va psixokorreksiya sport psixologiyasi) fanlaridan oladigan bilim va ko‘nikmalarni to‘ldirishga yordam beradi.

Fanning ishlab chiqarishdagi o‘rni

Umumiy psixologiya fanini o‘rganishdan olingna bilimlarni quyidagi maqsadlarda foydalaniladi: yosh avlodni barkomol inson bo‘lib etishida, etuk mutaxassis bo‘lib faoliyat ko‘rsatada ularni zarur bilimlar bilan qurollantirish uchun xizmat qiladi.

Jamiyatni rivojlantirishda shaxs va jamiyat, sub’ekt va sub’ektlar orasidagi munosabatlarni: shaxsning o‘z-o‘zini anglashini; shaxsni voqelikni idrok etishini; bilishining psixologik asosga ega ekanligini anglashda; psixologik xizmatni tashkil etish; ishlab chiqarish jarayonlaridagi psixologik muammolar mohiyatini tushunishda.

Fanni o‘qitishda zamonaviy axborot va pedagogik texnologiyalar

O‘quv jarayoni bilan bog‘liq ta’lim sifatini belgilovchi holatlar quyidagilar: yuqori ilmiy-pedagogik darajada dars berish, muammoli ma’ruzalar o‘qish, darslarni savol-javob tarzida qiziqarli tashkil qilish, ilg‘or pedagogik texnologiyalardan va mul’timedia vositalaridan foydalanish, tinglovchilarni undaydigan, o‘ylantiradigan muammolarni ular oldiga qo‘yish, talabchanlik, tinglovchilar bilan individual ishlash, erkin muloqot yuritishga, ilmiy izlanishga jalb qilish.

“Umumiy psixologiya” kursini loyihalashtirishda quyidagi asosiy konseptual yondoshuvlardan foydalaniladi:

Shaxsga yo‘naltirilgan ta’lim. Bu ta’lim o‘z mohiyatiga ko‘ra ta’lim jarayonining barcha ishtirokchilarini to‘laqonli rivojlanishlarini ko‘zda tutadi. Bu esa ta’limni loyihalashtirilayotganda, albatta, ma’lum bir ta’lim oluvchining shaxsini emas, avvalo, kelgusidagi mutaxassislik faoliyati bilan bog‘liq o‘qish maqsadlaridan kelib chiqqan holda yondoshilishni nazarda tutadi.

Tizimli yondoshuv. Ta’lim texnologiyasi tizimning barcha belgilarini o‘zida mujassam etmog‘i lozim: jarayonning mantiqiyligi, uning barcha bo‘g‘inlarini o‘zaro bog‘langanligi, yaxlitligi.

Faoliyatga yo‘naltirilgan yondoshuv. Shaxsning jarayonli sifatlarini shakllantirishga, ta’lim oluvchining faoliyatni aktivlashtirish va intensivlashtirish, o‘quv jarayonida uning barcha qobiliyati va imkoniyatlari, tashabbuskorligini ochishga yo‘naltirilgan ta’limni ifodalaydi.

Dialogik yondoshuv. Bu yondoshuv o‘quv munosabatlarini yaratish zaruriyatini bildiradi. Uning natijasida shaxsning o‘z-o‘zini faollashtirishi va o‘z-o‘zini ko‘rsata olishi kabi ijodiy faoliyati kuchayadi.

Hamkorlikdagi ta’limni tashkil etish. Demokratik, tenglik, ta’lim beruvchi va ta’lim oluvchi faoliyat mazmunini shakllantirishda va erishilgan natijalarni baholashda birgalikda ishlashni joriy etishga e’tiborni qaratish zarurligini bildiradi.

Muammoli ta’lim. Ta’lim mazmunini muammoli tarzda taqdim qilish orqali ta’lim oluvchi faoliyatini aktivlashtirish usullaridan biri. Bunda ilmiy bilimni ob’ektiv qarama-qarshiligi va uni hal etish usullarini, dialektik mushohadani shakllantirish va rivojlantirishni, amaliy faoliyatga ularni ijodiy tarzda qo‘llashni mustaqil ijodiy faoliyati ta’minlanadi.

Axborotni taqdim qilishning zamonaviy vositalari va usullarini qo‘llash - yangi kompyuter va axborot texnologiyalarini o‘quv jarayoniga qo‘llash.

O'qitishning usullari va texnikasi. Ma'ruza (kirish, mavzuga oid, vizuallash), muammoli ta'lim, keys-stadi, pinbord, paradoks va loyihalash usullari, amaliy ishlar.

O'qitishni tashkil etish shakllari: dialog, polilog, muloqot hamkorlik va o'zaro o'rganishga asoslangan frontal, kollektiv va guruh.

O'qitish vositalari: o'qitishning an'anaviy shakllari (darslik, ma'ruza matni) bilan bir qatorda – kompyuter va axborot texnologiyalari.

Kommunikatsiya usullari: tinglovchilar bilan operativ teskari aloqaga asoslangan bevosita o'zaro munosabatlar.

Teskari aloqa usullari va vositalari: kuzatish, blits-so'rov, oraliq va joriy va yakunlovchi nazorat natijalarini tahlili asosida o'qitish diagnostikasi.

Boshqarish usullari va vositalari: o'quv mashg'uloti bosqichlarini belgilab beruvchi texnologik karta ko'rinishidagi o'quv mashg'ulotlarini rejalashtirish, qo'yilgan maqsadga erishishda o'qituvchi va tinglovchining birgalikdagi harakati, nafaqat auditoriya mashg'ulotlari, balki auditoriyadan tashqari mustaqil ishlarning nazorati.

Monitoring va baholash: o'quv mashg'ulotida ham butun kurs davomida ham o'qitishning natijalarini rejali tarzda kuzatib borish. Kurs oxirida test topshiriqlari yoki yozma ish variantlari yordamida tinglovchilarning bilimlari baholanadi.

"Umumiy psixologiya" fanini o'qitish jarayonida kompyuter texnologiyasidan, "Word", PowerPoint dasturlaridan foydalaniladi. Ayrim mavzular bo'yicha talabalar bilimini baholash test asosida va kompyuter yordamida bajariladi. "Internet" tarmog'idagi rasmiy saytlardan foydalaniladi, tarqatma materiallar tayyorlanadi, test tizimi hamda tayanch so'z va iboralar asosida oraliq va yakuniy nazoratlar o'tkaziladi.

"Umumiy psixologiya" fanidan mashg'ulotlarning mavzular va soatlar bo'yicha taqsimlanishi:

2-semestr

T/r	Mavzular nomi	Jami soat	Ma'ruza	Seminar mashg'ulot	Mustaqil ta'lim
1	Fanning umumiy xususiyati va vazifalari	6	2	2	2
2	Kasb olamining psixologik muammolari	6	2	2	2
3	Amaliy sport psixologi faoliyatining xususiyatlari	6	2	2	2
4	Sport psixologining eng muhim kasbiy xislatlarini shakllantirish va uning rejasi	8	2	2	4
5	Sport psixologi tadqiqotchisining faoliyati oldiga qo'yiladigan asosiy talablar	6	2	2	2
6	Psixologiya fakultetlari va bo'limlari hayoti va faoliyati to'g'risida ma'lumot berish	6	2	2	2
7	Xalq ta'limi sohasida faoliyat ko'rsatayotgan amaliy maktab psixologlarining ish mazmuni va ularning tadqiqotchilik xususiyatlari	6	2	2	2
8	Psixika haqida umumiy tushuncha	6	2	2	2
9	Psixologiya fanining tarmoqlari va psixologik amaliyot vazifalari	8	2	2	4
10	Psixologiyaning metodlari (uslublari)	8	2	2	4
11	Psixikaning evolyusiyasi va nutq vujudga kelishi	6	2	2	2
12	Inson psixikasining ijtimoiy-tarixiy	6	2	2	2

	tabiati				
13	Insonda aks ettirish darajalari. Ongning paydo bo‘lishi va rivojlanishi	6	2	2	2
14	Psixik jarayonlarning vujudga kelishida nutqning ahamiyati	6	2	2	2
15	Ontogenezda inson psixikasining rivojlanishi	8	2	2	4
16	Psixofiziologik muammo	6	2	2	2
17	Faoliyat haqida umumiy tushuncha	8	2	2	4
18	Xarakat inson faoliyatining birligi sifatida	6	2	2	2
	Jami:	**118**	**36**	**36**	**48**

ASOSIY QISM
Fanning nazariy mashg‘ulotlari mazmuni
1.1. “PSIXOLOGIYAGA EVOLYUSION KIRISH” BO‘LIMI
1.1.Mutaxassislikka kirish.
Fanning umumiy xususiyati va vazifalari.

Mustaqil davlatlar hamdo‘stligi mamlakatlari va chet elda psixolog mutaxassislar tayyorlash sifatining rivojlanishi. Psixolog tayyorlashni rivojlanish bosqichlari. Psixologlar jamiyati va assotsiatsiyaning vujudga kelishi.psixologlar tayyorlashda insonshunoslik fanlarining o‘zaro aloqalari (pedagogika, falsafa, tarix, sotsiologiya, tibbiyot, biologiya kabilar, shuningdek, kino, san’at).

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Kasb olamining psixologik muammolari

Kasb olamida psixolog mutaxassislarning o‘rni va roli. Psixologning ijtimoiy xodimlar bilan munosabati. Kasbning psixologik klassifikatsiyasi. Oliy ma’lumotli kadrlarni kasb o‘zgartirish imkoniyati va uning cheklanganligi. Ikkinchi kasb tanlashning psixologik muammolari. Kasb tanlashga yo‘naltishnig samarali yo‘llari (kasb motivligi).

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Amaliy sport psixologi faoliyatining xususiyatlari

Amaliy sport psixologining statusi va etikasi. Bo‘lg‘usi psixologda muomala uslubini shakllantirish. Psixolog muomalasining tuzilishi va shakllari. Psixolog ixtisosning asosiy qurollari va psixotexnikasi.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Sport psixologining eng muhim kasbiy xislatlarini shakllantirish va uning rejasi

Psixolog kasbining professiogrammasi. Ixtisos sifatida shakllanishining bosqichlari (bakalavr, magistr) va ularning o‘ziga xos xususiyatlari. Ixtisoslik ko‘nikmalari va ularning klassifikatsiyasi.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli),*

“Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Sport psixologi tadqiqotchisining faoliyati oldiga qo‘yiladigan asosiy talablar

Psixologning ixtisoslikka o‘z o‘zini-o‘zi tayyorlashning mazmuni va shakli. Psixologiya institutlari ilmiy faoliyatining xarakteristikasi (Sport federatsiyalari, olimpiya zahiralar kelejjlari, ilmiy muammoli laboratoriyalari). Psixologiya fanning yirik namoyandalari to‘g‘risida talabalar bilan suhbat uyushtirish. Atoqli psixologlar haqidagi ilmiy-ommabop kitoblar bo‘yicha talabalarni referat yozishga o‘rgatish.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Psixologiya fakultetlari va bo‘limlari hayoti va faoliyati to‘g‘risida ma’lumot berish

Fakultet va bo‘limlar tarixi bilan tanishtirish. Ularning tashkiliy va funksional tuzilishi. Universitetlarda psixologiya fakultetlari va bo‘limlarining o‘rni va rolining xarakteristikasi. Ularning ta’lim va tarbiya jarayoning mazmuni va shakllari. Talabalarni sport federatsiyalari jismoniy tarbiya va sport muassasalarida faoliyat ko‘rsatayotgan o‘qituvchi(trener)lar va ilmiy xodimlar bilan tanishish; klinikada psixolog faoliyatining o‘ziga xos xususiyatlari.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Xalq ta’limi sohasida faoliyat ko‘rsatayotgan amaliy maktab psixologlarining ish mazmuni va ularning tadqiqotchilik xususiyatlari

Maktab psixologining faoliyat dasturi. Ta’lim va tarbiya samaradorligini oshirishda amaliy psixologning roli.

Hozirgi sharoitda xalq xo‘jaligining turli soxalarida mehnat qilayotgan sotsial psixologlarning funksiyalari, vazifalari, ular faoliyatining o‘ziga xosligi yuzasidan talabalarga axborot berish.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

1.2. Psixikaning evolyusion taraqqiyoti

Psixika haqida umumiy tushuncha

Psixologiya predmeti haqidagi tasavvurlar rivojlanishining asosiy bosqichlari. Psixologiyaning falsafa doirasida rivojlanishi. Jonli va jonsiz tabiatda aks ettirish shakllari. Psixik aks ettirish. Onglilik va ongsizlik.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Psixologiya fanining tarmoqlari va psixologik amaliyot vazifalari

Umumiy psixologiya, ijtimoiy psixologiya, yosh va pedagogik psixologiya, mehnat psixologiyasi, psixofiziologiya, zoopsixologiya, muhandislik psixologiyasi, tibbiyot psixologiyasi,

harbiy psixologiya, sport psixologiyasi, maxsus psixologiya (oligofreniya, tiflo, surdo), differensial psixologiya, kosmos psixologiyasi, aviatsiya psixologiyasi, psixologiya tarixi, yuridik psixologiya.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Psixologiyaning metodlari (uslublari).

Introspeksiyaning psixologik holatini tadqiq qilishga qodir emasligi. Psixik jarayonlarning shakllanishi va hukm surishini tekshirishning ob’ektiv metodlari. Kuzatish, suhbat, inson faoliyati mahsulini tahlil qilish psixologiyaning metodlari sifatida.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Psixikaning evolyusiyasi va vujudga kelishi

Psixologiya tarixida psixika mezoni. Psixikaning ob’ektiv va sub’ektiv mezonlari. A.N.Leontev gipotezasi. Psixikani rivojlanish bosqichlari. Xatti -harakat formalari. Tug‘ma va individual xatti -harakat. Instinkt haqida tushuncha. Hayvonlar intellektual xatti xarakat formalari. Fiziologlar tadqiqotlarida xatti xarakatning reflektor nazariyalari. Zamonaviy yo‘nalishlarda xayvonlar xarakatlarini o‘rganilishi.

Hayvonlar xatti – harakati va aks ettirish shakllari. Hayvonlar motivatsion harakatlari. Ehtiyotlarning predmetlashuvi jarayonlari.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Inson psixikasining ijtimoiy-tarixiy tabiati

Ijtimoiy ishlab chiqarish inson hayotining usuli sifatida. Mehnat faoliyat xususiyati: jamoviy, va boshqalar. Ehtiyojlarning vujudga kelishi. Inson ijtimoiy mavjudot sifatida. Individ, sub’ekt, shaxs, individuallik tushunchasi.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Insonda aks ettirish darajalari. Ongning paydo bo‘lishi va rivojlanishi

Anglanilgan va anglanilmagan psixik hodisalar. Ustanovka tushunchasi (D.N.Uznadze). Faoliyat regulyasiyasida anglanilgan va anglanilmagan hodisalarning o‘zaro ta’siri. Psixologiya va falsafasida ong muammosi. Ijtimoiy va individual ong. Ongning vujudga kelishida: jamoa, mehnat faoliyati va nutq. Faoliyat va ong birligi prinsipi.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Psixik jarayonlarning vujudga kelishida nutqning ahamiyati

Mehnat faoliyatida nutqning vujudga kelishi va rivojlanishi. Nutq funksiyalari. Nutqli va nutqsiz muomala. Muomala tuzilishi. Ongli obrazlar tuzilishi.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli),*

“Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Ontogenezda inson psixikasining rivojlanishi

Ijtimoiy-tarixiy tajribada shaxs va ongning vujudga kelishi. Jarayonlarni tasniflash. Intereorizatsiya tushunchasi. Ekstereorizatsiya tushunchasi. Sub’ekt ijodiy faoliyat natijalari.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Psixofiziologik muammo

Insonning psixik jarayonlari va miya. MNS tuzilishi. Bosh miya, orqa miya, periferik va vegetativ nerv sistemasi.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Faoliyat haqida umumiy tushuncha

Faoliyat tuzilishi psixologik xususiyatlarini tadqiq etish. Faoliyat predmetliligi. Ichki va tashqi faoliyat. Orientirlangan va bajaruvchi faoliyat, individual va xamkor, ijodiy va ijodsiz faoliyat.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Xarakat inson faoliyatining birligi sifatida

Xarakatning maqsad sari intilish xususiyati. Harakat regulyasiyasi. Harakat asosini orientirlash tushunchasi. Harakatning umumiy faoliyat jarayonlari xususiyatiga bog‘liqligi. Aqliy va ichki xarakatlar. Bir xarakatdan ikkinchi harakatga, aqliy operatsiyalarga o‘tish. Xatti-harakat xarakat tushunchasi. (P.K.Anoxin)

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda ma’ruza (ma’lumotli, muammoli), “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, kabi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

“Umumiy psixologiya” fani bo‘yicha ma’ruza mashg‘ulotining kalendar tematik rejasi

T/r	Mavzular nomi	Soat
1	Fanning umumiy xususiyati va vazifalari	2
2	Kasb olamining psixologik muammolari	2
3	Amaliy sport psixologi faoliyatining xususiyatlari	2
4	Sport psixologining eng muhim kasbiy xislatlarini shakllantirish va uning rejasi	2
5	Sport psixologi tadqiqotchisining faoliyati oldiga qo‘yiladigan asosiy talablar	2
6	Psixologiya fakultetlari va bo‘limlari hayoti va faoliyati to‘g‘risida ma’lumot berish	2
7	Xalq ta’limi sohasida faoliyat ko‘rsatayotgan amaliy maktab psixologlarining ish mazmuni va ularning tadqiqotchilik xususiyatlari	2
8	Psixika haqida umumiy tushuncha	2

9	Psixologiya fanining tarmoqlari va psixologik amaliyot vazifalari	2
10	Psixologiyaning metodlari (uslublari)	2
11	Psixikaning evolyusiyasi va vujudga kelishi	2
12	Inson psixikasining ijtimoiy-tarixiy tabiati	2
13	Insonda aks ettirish darajalari. Ongning paydo bo‘lishi va rivojlanishi	2
14	Psixik jarayonlarning vujudga kelishida nutqning ahamiyati	2
15	Ontogenezda inson psixikasining rivojlanishi	2
16	Psixofiziologik muammo	2
17	Faoliyat haqida umumiy tushuncha	2
18	Xarakat inson faoliyatining birligi sifatida	2
	Jami:	**36**

SEMINAR MASHG‘ULOTLARINING MAVZULARI

Psixologiya fanining predmeti, maksadi va vazifalari

Psixologiya fanining predmeti haqidagi tasavvurlar taraqqiyotining asosiy bosqichlari. Psixikaning falsafa doirasida taraqqiyoti. Psixologiya fanining predmeti. Psixologiya fanining maksad va vazifalari. Mustaqil davlatlar hamdo‘stligi mamlakatlari va chet elda psixolog mutaxassislar tayyorlash sifatining rivojlanishi. Psixolog tayyorlashni rivojlanish bosqichlari. Psixologlar jamiyati va assotsiatsiyaning vujudga kelishi.psixologlar tayyorlashda insonshunoslik fanlarining o‘zaro aloqalari (pedagogika, falsafa, tarix, sotsiologiya, tibbiyot, biologiya kabilar, shuningdek, kino, san’at).

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Nima uchun?” chizmasi, “Baliq skeleti” chizmasi, “Insert” jadvali, “Pinbord” texnikasi, “Venn diagrammasi”, “FSMU texnologiyasi”, “Bahs-munozara”, “Qanday?” diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, “Mini-doklad” munozara ko‘rinishidagi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Kasb olamining psixologik muammolari

Sport psixolog – mutaxassisning kasbiy taraqqiyotining bosqichlari. Kasb olamida psixolog mutaxassislarning o‘rni va roli. Psixologning ijtimoiy xodimlar bilan munosabati. Kasbning psixologik klassifikatsiyasi. Oliy ma’lumotli kadrlarni kasb o‘zgartirish imkoniyati va uning cheklanganligi. Ikkinchi kasb tanlashning psixologik muammolari. Kasb tanlashga yo‘nalishnig samarali yo‘llari (kasb motivligi).

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Nima uchun?” chizmasi, “Baliq skeleti” chizmasi, “Insert” jadvali, “Pinbord” texnikasi, “Venn diagrammasi”, “FSMU texnologiyasi”, “Bahs-munozara”, “Qanday?” diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, “Mini-doklad” munozara ko‘rinishidagi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Amaliy sport psixologi faoliyatining xususiyatlari

Amaliy sport psixologining statusi va etikasi. Bo‘lg‘usi psixologda muomala uslubini shakllantirish. Psixolog muomalasining tuzilishi va shakllari. Professiogramma va kasbga yo‘naltirish. Psixolog ixtisosning asosiy qurollari va psixotexnikasi.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda “Klaster” texnikasi, “B/B/B” jadvali, “Nima uchun?” chizmasi, “Baliq skeleti” chizmasi, “Insert” jadvali, “Pinbord” texnikasi, “Venn diagrammasi”, “FSMU texnologiyasi”, “Bahs-munozara”, “Qanday?” diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va “Blits so‘rov”, “Aqliy hujum”, “Mini-doklad” munozara ko‘rinishidagi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Sport psixologining eng muhim kasbiy xislatlarini shakllantirish va uning rejasi

Psixolog kasbining professiogrammasi. Ixtisos sifatida shakllanishining bosqichlari (bakalavr, magistr) va ularning o'ziga xos xususiyatlari. Ixtisoslik ko'nikmalari va ularning klassifikatsiyasi. Amaliy sport psixologining faoliyati.

Qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so'rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko'rinishidagi ta'limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Sport psixologi tadqiqotchisining faoliyati oldiga qo'yiladigan asosiy talablar

Psixologning ixtisoslikka o'z o'zini-o'zi tayyorlashning mazmuni va shakl. Psixologiya institutlari ilmiy faoliyatining xarakteristikasi (Sport federatsiyalari, olimpiya zahiralar kelejjlari, ilmiy muammoli laboratoriyalari). Psixologiya fanning yirik namoyandalari to'g'risida talabalar bilan suhbat uyushtirish. Atoqli psixologlar haqidagi ilmiy-ommabop kitoblar bo'yicha talabalarni referat yozishga o'rgatish.

Qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so'rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko'rinishidagi ta'limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Psixologiya fakultetlari va bo'limlari hayoti va faoliyati to'g'risida ma'lumot berish

Fakultet va bo'limlar tarixi bilan tanishtirish. Ularning tashkiliy va funksional tuzilishi. Universitetlarda psixologiya fakultetlari va bo'limlarining o'rni va rolining xarakteristikasi. Ularning ta'lim va tarbiya jarayoning mazmuni va shakllari. Talabalarni sport federatsiyalari jismoniy tarbiya va sport muassasalarida faoliyat ko'rsatayotgan o'qituvchi(trener)lar va ilmiy xodimlar bilan tanishish; klinikada psixolog faoliyatining o'ziga xos xususiyatlari.

Qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so'rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko'rinishidagi ta'limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Xalq ta'limi sohasida faoliyat ko'rsatayotgan amaliy maktab psixologlarining ish mazmuni va ularning tadqiqotchilik xususiyatlari

Maktab psixologining faoliyat dasturi. Ta'lim va tarbiya samaradorligini oshirishda amaliy psixologning roli.

Hozirgi sharoitda xalq xo'jaligining turli soxalarida mehnat qilayotgan sotsial psixologlarning funksiyalari, vazifalari, ular faoliyatining o'ziga xosligi yuzasidan talabalarga axborot berish.

Qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so'rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko'rinishidagi ta'limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

1.2. Psixikaning evolyusion taraqqiyoti

Psixika haqida umumiy tushuncha

Psixologiya predmeti haqidagi tasavvurlar rivojlanishining asosiy bosqichlari. Psixologiyaning falsafa doirasida rivojlanishi. Jonli va jonsiz tabiatda aks ettirish shakllari. Psixik aks ettirish. Onglilik va ongsizlik.

Qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so'rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko'rinishidagi ta'limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Psixologiya fanining tarmoqlari va psixologik amaliyot vazifalari

Umumiy psixologiya, ijtimoiy psixologiya, yosh va pedagogik psixologiya, mehnat psixologiyasi, psixofiziologiya, zoopsixologiya, muhandislik psixologiyasi, tibbiyot psixologiyasi, harbiy psixologiya, sport psixologiyasi, maxsus psixologiya (oligofreniya, tiflo, surdo), differensial psixologiya, kosmos psixologiyasi, aviatsiya psixologiyasi, psixologiya tarixi, yuridik psixologiya.

Qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so'rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko'rinishidagi ta'limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Psixologiyaning metodlari (uslublari)

Introspeksiyaning psixologik holatini tadqiq qilishga qodir emasligi. Psixik jarayonlarning shakllanishi va hukm surishini tekshirishning ob'ektiv metodlari. Kuzatish, suhbat, inson faoliyati mahsulini tahlil qilish psixologiyaning metodlari sifatida.

Qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so'rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko'rinishidagi ta'limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Psixikaning evolyusiyasi va vujudga kelishi

Psixologiya tarixida psixika mezoni. Psixikaning ob'ektiv va sub'ektiv mezonlari. A.N.Leontev gipotezasi. Psixikani rivojlanish bosqichlari. Xatti -harakat formalari. Tug'ma va individual xatti -harakat. Instinkt haqida tushuncha. Hayvonlar intellektual xatti xarakat formalari. Fiziologlar tadqiqotlarida xatti xarakatning reflektor nazariyalari. Zamonaviy yo'nalishlarda xayvonlar xarakatlarini o'rganilishi. Hayvonlar psixikasi va xatti-harakatlarni umumiy xarakteristikasi

Hayvonlar xatti – harakati va aks ettirish shakllari. Hayvonlar motivatsion harakatlari. Ehtiyotlarning predmetlashuvi jarayonlari.

Qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so'rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko'rinishidagi ta'limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Inson psixikasining ijtimoiy-tarixiy tabiati

Ijtimoiy ishlab chiqarish inson hayotining usuli sifatida. Mehnat faoliyat xususiyati: jamoviy, va boshqalar. Ehtiyojlarning vujudga kelishi. Inson ijtimoiy mavjudot sifatida. Individ, sub'ekt, shaxs, individuallik tushunchasi.

Qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so'rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko'rinishidagi ta'limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Insonda aks ettirish darajalari. Ongning paydo bo'lishi va rivojlanishi

Anglanilgan va anglanilmagan psixik hodisalar. Ustanovka tushunchasi (D.N.Uznadze). Faoliyat regulyasiyasida anglanilgan va anglanilmagan hodisalarning o'zaro ta'siri. Psixologiya va falsafasida ong muammosi. Ijtimoiy va individual ong. Ongning vujudga kelishida: jamoa, mehnat faoliyati va nutq. Faoliyat va ong birligi prinsipi.

Qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so'rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko'rinishidagi ta'limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Psixik jarayonlarning vujudga kelishida nutqning ahamiyati

Mehnat faoliyatida nutqning vujudga kelishi va rivojlanishi. Nutq funksiyalari. Nutqli va nutqsiz muomala. Muomala tuzilishi. Ongli obrazlar tuzilishi.

Qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so'rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko'rinishidagi ta'limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Ontogenezda inson psixikasining rivojlanishi

Ijtimoiy-tarixiy tajribada shaxs va ongning vujudga kelishi. Jarayonlarni tasniflash. Intereorizatsiya tushunchasi. Ekstereorizatsiya tushunchasi. Sub'ekt ijodiy faoliyat natijalari.

Qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so'rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko'rinishidagi ta'limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Psixofiziologik muammo

Insonning psixik jarayonlari va miya. MNS tuzilishi. Bosh miya, orqa miya, periferik va vegetativ nerv sistemasi.

Qo'llaniladigan ta'lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so'rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko'rinishidagi ta'limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Faoliyat haqida umumiy tushuncha

Faoliyat tuzilishi psixologik xususiyatlarini tadqiq etish. Faoliyat predmetliligi. Ichki va tashqi faoliyat. Orientirlangan va bajaruvchi faoliyat, individual va xamkor, ijodiy va ijodsiz faoliyat.

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so‘rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko‘rinishidagi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

Xarakat inson faoliyatining birligi sifatida

Xarakatning maqsad sari intilish xususiyati. Harakat regulyasiyasi. Harakat asosini orientirlash tushunchasi. Harakatning umumiy faoliyat jarayonlari xususiyatiga bog‘liqligi. Aqliy va ichki xarakatlar. Bir xarakatdan ikkinchi harakatga, aqliy operatsiyalarga o‘tish. Xatti-harakat xarakat tushunchasi. (P.K.Anoxin)

Qo‘llaniladigan ta’lim texnologiyalar: *Mazkur mavzuda "Klaster" texnikasi, "B/B/B" jadvali, "Nima uchun?" chizmasi, "Baliq skeleti" chizmasi, "Insert" jadvali, "Pinbord" texnikasi, "Venn diagrammasi", "FSMU texnologiyasi", "Bahs-munozara", "Qanday?" diagrammasi kabi grafik organayzerlar texnikasi va "Blits so‘rov", "Aqliy hujum", "Mini-doklad" munozara ko‘rinishidagi ta’limning interfaol metod va texnologiyalaridan foydalaniladi.*

Adabiyotlar: A1;A2; A3; A4; Q1; Q2 Q3; Q4; Q5; Q6; Q7; Q8; Q9.

"Umumiy psixologiya" fani bo‘yicha seminar mashg‘ulotining kalendar tematik rejasi

T/r	Mavzular nomi	Soat
1	Psixologiya fanning predmeti maqsadi va vazifalari	2
2	Kasb olamining psixologik muammolari	2
3	Amaliy sport psixologi faoliyatining xususiyatlari	2
4	Sport psixologining eng muhim kasbiy xislatlarini shakllantirish va uning rejasi	2
5	Sport psixologi tadqiqotchisining faoliyati oldiga qo‘yiladigan asosiy talablar	2
6	Psixologiya fakultetlari va bo‘limlari hayoti va faoliyati to‘g‘risida ma’lumot berish	2
7	Xalq ta’limi sohasida faoliyat ko‘rsatayotgan amaliy maktab psixologlarining ish mazmuni va ularning tadqiqotchilik xususiyatlari	2
8	Psixika haqida umumiy tushuncha	2
9	Psixologiya fanining tarmoqlari va psixologik amaliyot vazifalari	2
10	Psixologiyaning metodlari (uslublari)	2
11	Psixikaning evolyusiyasi va vujudga kelishi	2
12	Inson psixikasining ijtimoiy-tarixiy tabiati	2
13	Insonda aks ettirish darajalari. Ongning paydo bo‘lishi va rivojlanishi	2
14	Psixik jarayonlarning vujudga kelishida nutqning ahamiyati	2
15	Ontogenezda inson psixikasining rivojlanishi	2
16	Psixofiziologik muammo	2
17	Faoliyat haqida umumiy tushuncha	2
18	Xarakat inson faoliyatining birligi sifatida	2
	Jami:	**36**

Mustaqil ta’lim tashkil etishning shakli va mazmuni.

“Umumiy psixologiya” bo‘yicha talabaning mustaqil ta’limi shu fanni o‘rganish jarayonining tarkibiy qismi bo‘lib, uslubiy va axborot resurslari bilan to‘la ta’minlangan.

Talabalar auditoriya mashg‘ulotlarida professor-o‘qituvchilarning ma’ruzasini tinglaydilar, misol va masalalar echadilar. Auditoriyadan tashqarida talaba darslarga tayyorlanadi, adabiyotlarni konspekt qiladi, uy vazifa sifatida berilgan misol va masalalarni echadi. Bundan tashqari ayrim mavzularni kengroq o‘rganish maqsadida qo‘shimcha adabiyotlarni o‘qib referatlar tayyorlaydi hamda mavzu bo‘yicha testlar echadi. Mustaqil ta’lim natijalari reyting tizimi asosida baholanadi.

Uyga vazifalarni bajarish, qo‘shimcha darslik va adabiyotlardan yangi bilimlarni mustaqil o‘rganish, kerakli ma’lumotlarni izlash va ularni topish yo‘llarini aniqlash, internet tarmoqlaridan foydalanib ma’lumotlar to‘plash va ilmiy izlanishlar olib borish, ilmiy to‘garak doirasida yoki mustaqil ravishda ilmiy manbalardan foydalanib ilmiy maqola va ma’ruzalar tayyorlash kabilar talabalarning darsda olgan bilimlarini chuqurlashtiradi, ularning mustaqil fikrlash va ijodiy qobiliyatini rivojlantiradi. Shuning uchun ham mustaqil ta’limsiz o‘quv faoliyati samarali bo‘lishi mumkin emas.

Uy vazifalarini tekshirish va baholash amaliy mashg‘ulot olib boruvchi o‘qituvchi tomonidan, konspektlarni va mavzuni o‘zlashtirish darajasini tekshirish va baholash esa ma’ruza darslarini olib boruvchi o‘qituvchi tomonidan har darsda amalga oshiriladi.

“Umumiy psixologiya” fanidan mustaqil ish majmuasi fanning barcha mavzularini qamrab olgan va quyidagi 15 ta katta mavzu ko‘rinishida shakllantirilgan.

Talabalar mustaqil ta’limining mazmuni va hajmi

№	**Mustaqil ta’lim mavzulari**	**Berilgan topshiriqlar**	**Bajar. muddat.**	**Hajmi (soatda)**
1.“PSIXOLOGIYAGA EVOLYUSION KIRISH” BO‘LIMI				
1	1.1.Mutaxassislikka kirish	5. Psixologning tadqiqotchilik faoliyati. 6. Maktab psixologining asosiy faoliyat turi. 7. Inson va kasb 8. Psixologning kasbiy o‘zligining belgilashning 9. Etikaviy tamoyillari	1-9 xaftalar	12
2	1.2.Psixologikaning evolyusion taraqqiyoti	6. Til va oliy psixologik funksiyalar bog‘liqligi 7. Notirik organizmlarning parchalanishi 8. Reflektor xatti harakatlar 9. Reflekslar haqida tushuncha 10. Psixik jarayonlarning vujudga kelishi 11. Filogenetik rivojlanish bosqichlari 12. Tug‘ma va individual xatti-harakatlar 13. Nutqli va nutqsiz muomala 14. Ontogenezda inson psixikasining rivojlanishi 15. Jonli va jonsiz tabiatda aks ettirish formalari	10-19 xafta	36

DASTURNING INFORMATSION USLUBIY TA’MINOTI

Mazkur fanni o‘qitish jarayonida ta’limning zamonaviy metodlari, pedagogik va axborot-kommunikatsiya texnologiyalari qo‘llanilishi ko‘zda tutilgan;

- Ma’ruzalar, zamonaviy kompyuter texnologiyalari yordamida prezentatsiya shaklda tayyorlash rejalashtirilgan.
- Umumiy psixologiya fanining laboratoriya mashg‘ulotlarida maxsus «Psixodiagnostika kompyuter programmalari»dan foydalanish, shuningdek, interfaol (guruh-guruh, o‘z-o‘zini nazorat, klaster) usullarida tashkil etilishi ko‘zda tutilgan.

“Umumiy psixologiya” fanidan talabalar bilimini reyting tizimi asosida baholash mezoni

“Umumiy psixologiya” fani bo‘yicha reyting jadvallari, nazorat turi, shakli, soni hamda har bir nazoratga ajratilgan maksimal ball, shuningdek joriy va oraliq nazoratlarining saralash ballari haqidagi ma’lumotlar fan bo‘yicha birinchi mashg‘ulotda talabalarga e’lon qilinadi.

Fan bo‘yicha talabalarning bilim saviyasi va o‘zlashtirish darajasining Davlat ta’lim standartlariga muvofiqligini ta’minlash uchun quyidagi nazorat turlari o‘tkaziladi:

- **joriy nazorat (JN)** – talabaning fan mavzulari bo‘yicha bilim va amaliy ko‘nikma darajasini aniqlash va baholash usuli. Joriy nazorat fanning xususiyatidan kelib chiqqan holda amaliy mashg‘ulotlarda og‘zaki so‘rov, test o‘tkazish, suhbat, nazorat ishi, kollekvium, uy vazifalarini tekshirish va shu kabi boshqa shakllarda o‘tkazilishi mumkin;
- **oraliq nazorat (ON)** – semestr davomida o‘quv dasturining tegishli (fanlarning bir necha mavzularini o‘z ichiga olgan) bo‘limi tugallangandan keyin talabaning nazariy bilim va amaliy ko‘nikma darajasini aniqlash va baholash usuli. Oraliq nazorat bir semestrda ikki marta o‘tkaziladi va shakli (yozma, og‘zaki, test va hokazo) o‘quv faniga ajratilgan umumiy soatlar hajmidan kelib chiqqan holda belgilanadi;
- **yakuniy nazorat (YAN)** – semestr yakunida muayyan fan bo‘yicha nazariy bilim va amaliy ko‘nikmalarni talabalar tomonidan o‘zlashtirish darajasini baholash usuli. Yakuniy nazorat asosan tayanch tushuncha va iboralarga asoslangan “Yozma ish” shaklida o‘tkaziladi.
- **ON** o‘tkazish jarayoni kafedra mudiri tomonidan tuzilgan komissiya ishtirokida muntazam ravishda o‘rganib boriladi va uni o‘tkazish tartiblari buzilgan hollarda, **ON** natijalari bekor qilinishi mumkin. Bunday hollarda **ON** qayta o‘tkaziladi.

Oliy ta’lim muassasasi rahbarining buyrug‘i bilan ichki nazorat va monitoring bo‘limi rahbarligida tuzilgan komissiya ishtirokida **YAN** ni o‘tkazish jarayoni muntazam ravishda o‘rganib boriladi va uni o‘tkazish tartiblari buzilgan hollarda, **YAN** natijalari bekor qilinishi mumkin. Bunday hollarda **YAN** qayta o‘tkaziladi.

Talabaning bilim saviyasi, ko‘nikma va malakalarini nazorat qilishning reyting tizimi asosida talabaning fan bo‘yicha o‘zlashtirish darajasi ballar orqali ifodalanadi.

“Umumiy psixologiya” fani bo‘yicha talabalarning semestr davomidagi o‘zlashtirish ko‘rsatkichi 100 ballik tizimda baholanadi. Ushbu 100 ball baholash turlari bo‘yicha quyidagicha taqsimlanadi:

YA.N.-30 ball, qolgan 70 ball esa J.N.- 35 ball va O.N.- 35 ball qilib taqsimlanadi.

Ball	**Baho**	**Talabalarning bilim darajasi**
86-100	A’lo	Xulosa va qaror qabul qilish. Ijodiy fikrlay olish. Mustaqil mushohada yurita olish. Olgan bilimlarini amalda qo‘llay olish. Mohiyatini tushuntirish. Bilish, aytib berish. Tasavvurga ega bo‘lish.
71-85	YAxshi	Mustaqil mushohada qilish. Olgan bilimlarini amalda qo‘llay olish. Mohiyatini tushuntirish. Bilish, aytib berish. Tasavvurga ega bo‘lish.
55-70	Qoniqarli	Mohiyatini tushuntirish. Bilish, aytib berish Tasavvurga ega bo‘lish.
0-54	Qoniqarsiz	Aniq tasavvurga ega bo‘lmaslik. Bilmaslik.

- Fan bo‘yicha saralash bali 55 ballni tashkil etadi. Talabaning saralash balidan past bo‘lgan o‘zlashtirishi reyting daftarchasida qayd etilmaydi.
- Talabalarning o‘quv fani bo‘yicha mustaqil ishi joriy, oraliq va yakuniy nazoratlar jarayonida tegishli topshiriqlarni bajarishi va unga ajratilgan ballardan kelib chiqqan holda baholanadi. Talabaning fan bo‘yicha reytingi quyidagicha aniqlanadi: R= V*O’ /100
- bu erda: *V*- semestrda fanga ajratilgan umumiy o‘quv yuklamasi (soatlarda);
- *O’* -fan bo‘yicha o‘zlashtirish darajasi (ballarda).

- Fan bo‘yicha joriy va oraliq nazoratlarga ajratilgan umumiy ballning 55 foizi saralash ball hisoblanib, ushbu foizdan kam ball to‘plagan talaba yakuniy nazoratga kiritilmaydi.
- Joriy **JN** va oraliq **ON** turlari bo‘yicha 55 bal va undan yuqori balni to‘plagan talaba fanni o‘zlashtirgan deb hisoblanadi va ushbu fan bo‘yicha yakuniy nazoratga kirmasligiga yo‘l qo‘yiladi.
- Talabaning semestr davomida fan bo‘yicha to‘plagan umumiy bali har bir nazorat turidan belgilangan qoidalarga muvofiq to‘plagan ballari yig‘indisiga teng.
- **ON** va **YAN** turlari kalendar tematik rejaga muvofiq dekanat tomonidan tuzilgan reyting nazorat jadvallari asosida o‘tkaziladi. **YAN** semestrning oxirgi 2 haftasi mobaynida o‘tkaziladi.
- **JN** va **ON** nazoratlarda saralash balidan kam ball to‘plagan va uzrli sabablarga ko‘ra nazoratlarda qatnasha olmagan talabaga qayta topshirish uchun, navbatdagi shu nazorat turigacha, so‘nggi joriy va oraliq nazoratlar uchun esa yakuniy nazoratgacha bo‘lgan muddat beriladi.
- Talabaning semestrda **JN** va **ON** turlari bo‘yicha to‘plagan ballari ushbu nazorat turlari umumiy balining 55 foizidan kam bo‘lsa yoki semestr yakuniy joriy, oraliq va yakuniy nazorat turlari bo‘yicha to‘plagan ballari yig‘indisi 55 baldan kam bo‘lsa, u akademik qarzdor deb hisoblanadi.
- Talaba nazorat natijalaridan norozi bo‘lsa, fan bo‘yicha nazorat turi natijalari e’lon qilingan vaqtdan boshlab bir kun mobaynida fakultet dekaniga ariza bilan murojaat etishi mumkin. Bunday holda fakultet dekanining taqdimnomasiga ko‘ra rektor buyrug‘i bilan 3 (uch) a’zodan kam bo‘lmagan tarkibda apellyasiya komissiyasi tashkil etiladi.
- Apellyasiya komissiyasi talabalarning arizalarini ko‘rib chiqib, shu kunning o‘zida xulosasini bildiradi.
- Baholashning o‘rnatilgan talablar asosida belgilangan muddatlarda o‘tkazilishi hamda rasmiylashtirilishi fakultet dekani, kafedra mudiri, o‘quv-uslubiy bo‘limi hamda ichki nazorat va monitoring bo‘limi tomonidan nazorat qilinadi.

Talabalar JN dan to‘playdigan ballarning mezonlari

№	Ko‘rsatkichlar	JN-ballari		
		Maks	**1-JN**	**2-JN**
1	Mustaqil ta’lim topshiriqlarining o‘z vaqtida va sifatli bajarilishi. Mavzular bo‘yicha uy vazifalarini bajarilish va o‘zlashtirishi darajasi.	10	0-5	0-5
2	Seminar (laboratoriya) mavzulari bo‘yicha talabaning bergan og‘zaki javoblari	25	0-13	0-12
Jami JN ballari:		**35**	**18**	**17**

Talabalar ON dan to‘playdigan ballarning mezonlari

№	Ko‘rsatkichlar	ON-ballari		
		Maks	**1-ON**	**2-ON**
1	Darslarga qatnashganlik darajasi. Seminar (laboratoriya) mashg‘ulotlaridagi faolligi, konspekt daftarlarining yuritilishi va to‘liqligi. Talabalarning mustaqil ta’lim topshiriqlarini o‘z vaqtida va sifatli bajarishi va o‘zlashtirishiga maksimal 5 ball (1-ON uchun 2 ball, 2-ON uchun 3 ball) ajratiladi	5	0-2	
2	1- ON “Og‘zaki” savol-javob tarzida o‘tkazilib, 3 ta savol beriladi va har bir savolga maksimal 5 ball; 2 – ON “Test” shaklida o‘tkazilib, 30 ta test savolidan iborat bo‘ladi va har bir test savoliga 0,5 balldan ajratiladi	30	0-15	0-18
Jami ON ballari:		**35**	**0-17**	**0-18**

Fan bo‘yicha oraliq nazorat ikki marta o‘tkazilishi nazarda tutilgan bo‘lib, I - ON[1] “Og‘zaki” shaklda o‘tkaziladi va unga maksimal 17 ball, II – ON “Test” shaklida o‘tkazilib unga maksimal 18 ball ajratilgan.

Talabalar bilimini baholash quyidagi mezonlar asosida amalga oshiriladi.

O‘tkaziladigan vakti	Nazorat turi	Mak ball	“5”	“4”	“3”	Nazorat shakli
1-9-mashg‘ulotlardan so‘ng	I-JN	18	15-18	12-14	9-11	Og‘zaki
10-19-mashg‘ulotlardan so‘ng	II-JN	17	15-17	12-14	9-11	Og‘zaki
9-seminar mashg‘ulotidan so‘ng	I-ON	17	15-17	12-14	9-11	Og‘zaki
18 - seminar mashg‘ulotidan so‘ng	II-ON	18	16-18	12-15	9-11	Test
Jadval asosida	Yan	30	26-30	21-25	17-20	Yozma
	Jami	100	86-100	71-85	55-70	

Yakuniy nazorat “Yozma ish” shaklida belgilangan bo‘lsa, u holda yakuniy nazorat 30 ballik “Yozma ish” variantlari asosida o‘tkaziladi, u holda yakuniy nazorat quyidagi jadval asosida amalga oshiriladi.

№	Ko‘rsatkichlar	Ko‘rsatkichlar YaN ballari	
		maks	O‘zgarish oralig‘i
1	Fan bo‘yicha yakuniy yozma ish nazorati	**30**	**0-30**
Jami yakuniy nazorat bali-30			

Yakuniy nazoratda “Yozma ish” larni baholash mezoni

Yakuniy nazorat “Yozma ish” shaklida amalga oshirilganda, sinov ko‘p variantli usulda o‘tkaziladi. Har bir variant 3 ta nazariy savoldan iborat. Nazariy savollar fan bo‘yicha tayanch so‘z va iboralar asosida tuzilgan bo‘lib, fanning barcha mavzularini o‘z ichiga qamrab olgan. Har bir savolga yozilgan javoblar bo‘yicha o‘zlashtirish ko‘rsatkichi 0-10 ball oralig‘ida baholanadi. Talaba maksimal 30 ball to‘plashi mumkin.

Yozma sinov bo‘yicha umumiy o‘zlashtirish ko‘rsatkichini aniqlash uchun variantda berilgan savollarning har biri uchun yozilgan javoblarga qo‘yilgan o‘zlashtirish ballari qo‘shiladi va yig‘indi talabaning yakuniy nazorat bo‘yicha o‘zlashtirish bali hisoblanadi. Yakuniy nazorat “Yozma ish” shaklida amalga oshirilganda, sinov ko‘p variantli usulda o‘tkaziladi.

Yozma sinov bo‘yicha umumiy o‘zlashtirish ko‘rsatkichini aniqlash uchun variantda berilgan savollarning har biri uchun yozilgan javoblarga qo‘yilgan o‘zlashtirish ballari qo‘shiladi va yig‘indi talabaning yakuniy nazorat bo‘yicha o‘zlashtirish bali hisoblanadi.

Foydalaniladigan darsliklar va o‘quv qo‘llanmalar ro‘yxati
Rahbariy adabiyotlar

1. Karimov I.A. Bosh maqsadimiz – mavjud qiyinchiliklarga qaramasdan, olib borayotgan islohotlarni, iqtisodiyotimizda tarkibiy o’zgarishlarni izchil davom ettirish, xususiy mulkchilik, kichik biznes va tadbirkorlikka yanada keng yo’l ochib berish hisobidan oldinga yurishdir: 2015 yilda ijtimoiy-iqtisodiy rivojlantirish yakunlari va 2016 yilga mo’ljallangan iqtisodiy dasturning eng muhim ustuvor yo’nalishlariga bag’ishlangan Vazirlar Mahkamasi majlisidagi ma’ruzasi // www.uz.a.uz

[1] birinchi va ikkinchi oraliq nazoratlarni o’tkazish vaqti fanning kalendar tematik rejasidagi mavzularning umumiy soatidan kelib chiqqan holda taqsimlanadi.

2. Karimov I.A. Ona yurtimiz baxtu iqboli va buyuk kelajagi yo’lida xizmat qilish – eng oliy saodatdir – T.. O’zbekiston, 2015. – 304 b.

3. Karimov I.A. “Bolalar sportini rivojlantirish jamg’armasi”ning 2016-yilning 11-fevral kuni bo’lib o’tgan Homiylik Kengashi majlisida so’zlagan nutqidan. www.uz.a.uz

4. Karimov I.A. O‘zbekiston mustaqillikka erishish ostonasida. – T.: “O‘zbekiston”, 2011. – 440 b.

5. Karimov I.A. Yuksak ma’naviyat – engilmas kuch. – Toshkent, “Ma’naviyat”, 2008. – 178 b.

Asosiy adabiyotlar

6. David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 687

7. G‘oziev E.G‘. Umumiy psixologiya.. T. O‘qituvchi. 2010 y. 510 b.

8. Ivanov, P.I. Umumiy psixologiya: Pedagogika va psixologiya bakalavriat ta’lim yo’nalishlari talabalari uchun darslik. / P.I. Ivanov, M.E. Zufarova; Mas’ul muharrir D.M. Mirzajonova; O’zROO’MTV. – T.: O’zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2008. – 480 b.

Qo‘shimcha adabiyotlar

9. G‘oziev E.G‘. Ontogenez psixologiyasi. T. O‘qituvchi. 2010 y. 425 b.

10. Крилов А.А., Маничева С.А. Практикум по общей, експерименталной и прикладной психологии.-Спб.: Питер, 2005.-550 с.

11. Леонтев А. Н. Деятелност. Сознание. Личност. М: Изд-во полит, литератури.2005. 304 с.

12. Мартин Д. Психологические експерименти .Секрети механизмов психики.-Спб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2004-480 с.

13. Маслоу А. Мотивация и личност. М., 1998.

Internet resurslari

14. http://textshare.tsx.org
15. http://www.mgimo.ru/fileserver/
16. http://www.ssu.runnet.ru/...
17. http://www.philol.msu.ru/~rlc2001/ru/sch_14.htm
18. http://www.voppsy.ru
19. http://flogiston.ru/arch
20. http://psychol.ras.ru
21. http://psyberia.ru

1- ma'ruza. Fanning umumiy xususiyati va vazifalari

Reja

- MDH mamlakatlari va chet elda psixolog mutaxassislar tayyorlash sifatining rivojlanishi.
- Psixolog tayyorlashning rivojlanish bosqichlari.
- O'zbekistonda psixologiyani rivojlanishiga hissa qo'shgan olimlar.

1. MDH mamlakatlari va chet elda psixolog mutaxassislar tayyorlash sifatining rivojlanishi

Psixologik ilm dunyoga keldi

Insonlar o'zlari va dunyo haqida hamma narsani bilishga intilishadi. Mil.avv. 300-yilda yunon olimi Aristotel o'rganish, xotira, his-tuyg'u, idrok, shaxsiyatni o'rganuvchi nazariya olib borgan. Hozir biz uning bazi taxminlariiga kulammiz. Masalan, bizni uhlatib qo'yadigan ovqat haqidagi taklifi kabi.

Faylasuflarning o'ylash haqidagi fikrlari Germaniya universitetida 1879-yil dekabrda psixologiyaning paydo bo'lguniga qadar davom etdi. U yerda ikkita yosh talabchan odam bore edi, biri o'rta yoshli professor Wilgelm Wunt, tajriba apparatini yaratdi. Bu mashina insonlarning qo'ng'iroqni eshitishi va telegraf knopkalarini bosishi orasidagi vaqtni o'lchardi. Odamlar tugmani bosish so'ralgandayoq tovushni qabul qilishadi va 10sekundda bosishadi.[1]

Psixologik xizmat AQSHda 1800 yillardan boshlab rivojlana boshladi. AQSH ning birinchi amaliyotchi psixologlari o'z-o'zini tarbiyalash muammosini o'rgangan eksperimental psixologlar edilar. Amerika maktablarida aqliy taraqqiyot koeffitsentini aniqlash keng tarqalib, keyinchalik «Gaydens» xizmatining rivojlanishiga olib keldi. Fransuz maktab psixologiyasining otasi Alfred Bine bo'lib, u bu sohada 1894 yildan boshlab ish boshlagan. 1905 yilda Fransiya ta'lim vazirligi Binega umumiy dastur bo'yicha o'qiy olmaydigan bolalarni tekshirish muammosi bilan murojaat qiladi va shu tariqa aqliy taraqqiyotda orqada qolgan bolalarni ajratadigan Bine-Simon testi yaratildi.

Garward astronomi Owen Gingevich (2006) 100mlrddan ortiq galaktikalar borligi haqida habar berdi. Ulardan biri bizning galaktikamiz bo'lib, u quyosh, yulduzlar kabi 200mlrd yulduzlar bilan o'rab olingan. Biz okean qirg'oqlaridagi mayda qum zarralaridan ham kamroqmiz. Lekin, bu yerda bizning o'z ichki dunyoyimizda boshqa hayratlantiradigan narsa yo'q.

Gingerich aytadi, "bizning miyamiz butun kosmosga ma'lum bo'lgan juda murakkab fizik predmetdir. Ongliligimiz har doim sirliligicha qoladi. O'ylashimiz, hislarimiz, harakatlarimiz o'zimizni hayron qoldiradi. Tashqi olam bizni o'ziningkuchi bilan harakatlantiradi. Lekin ichki olam bizni o'ziga jalb qiladi. Odamlar uchun bu ma'lumotlar mashhur kitob va gazetalarda namoyon bo'ladi. Bundan tashqari televizor, internetda ham psixologlar shaxsiyatni tekshirib, kerakli maslahatlar

Psixologik xizmat – birinchi AQShda 1800 yillardan boshlab rivojlana boshladi. Amerika maktablarida aqliy taraqqiyot koeffisiyentini aniqlash keng tarqalib, keyinchalik «Gaydens» xizmatining rivojlanishiga olib keldi.

---

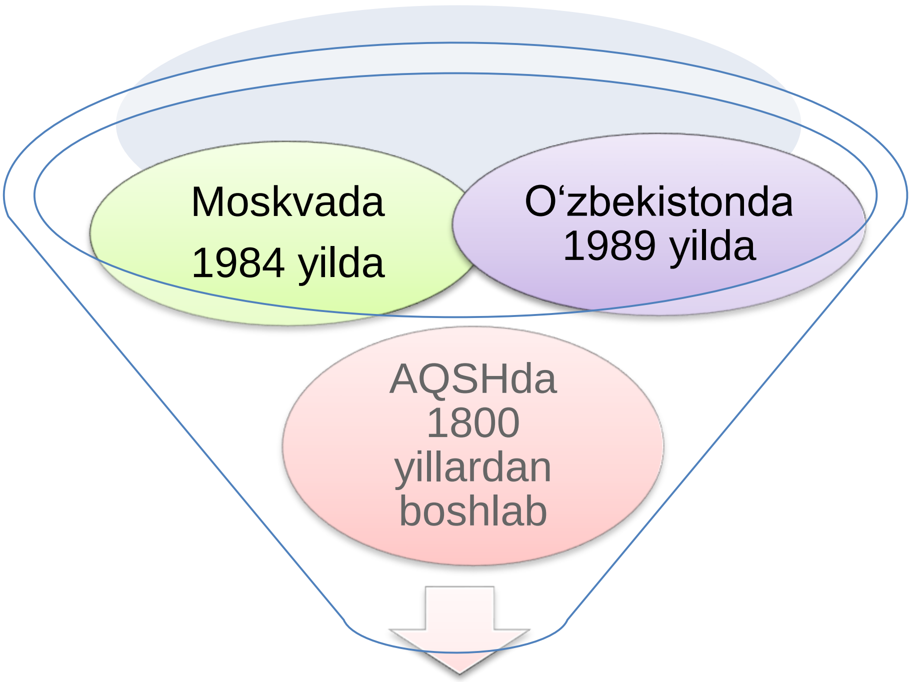
[1] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 2

berishadi. Siz qiziqadigan psixologik savollarga etibor qarating:

Biror marta ota-onangiz qilgan ishdan tasirlanganmisiz?

Yoki hech qachon qilmagan ishingizga qasam ichgandami?

Uy va atrof-muhit bizni qay darajada shakllantiradi?[2]



Psixologik xizmat

1-rasm

Fransiya pedagogik psixologlarining funksiyalari aniqlab berildi. Pedagogik psixolog shaxsning har tamonlama rivojlanishi uchun qo‘lidan kelgan barcha ishlarni qilishi kerak.

Fransuz maktab psixologiyasining otasi Alfred Bine bo’lib, u bu sohada 1894 yildan ish boshlagan. **1905** yilda Fransiya ta’lim vazirligi Binega umumiy dastur bo’yicha o’qiy olmaydigan bolalarni tekshirish muammosi bilan murojaat qiladi va shu tariqa aqliy taraqqiyotda orqada qolgan bolalarni ajratadigan **Bine-Simon testi** yaratildi. **1909 yilda** Fransiyada maktab psixologik xizmati tashkil etiladi.

Sobiq sovet psixologiyasida bolalar tarbiyasi va ta’limida psixologiyadan foydalanish borasida urinishlar pedologiya doirasida vujudga keldi.Pedologiya rivojlanayotgan va o‘sayotgan shaxsning barcha biologik va ijtimoiy xususiyatlarini qamrab oluvchi fandir. 1936 yilda pedologik qarashlarini to‘xtatish haqida qaror qabul qilindi, shu bilan birga sovet psixologlari amalga oshirayotgan bola psixologiyasidagi ijobiy izlanishlar ham to‘xtab qoldi. Faqat 60 yillarning oxiriga kelib psixologlarning maktab ishida amaliy ishtirok etishi qayta tiklandi.

Eston psixologalari «tarbiyasi qiyin» o‘smirlar uchun maxsus maktablarda ish olib bordilar. 1984 yilda Moskvada SSSR FA psixologiya institutida «SSSRda psixologik xizmat muammolari

---

[2] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 2

bo‘yicha I umumittifoq anjumani bo‘lib o‘tadi. Anjumanda maktabdapsixologik xizmat seksiyasi ham ish olib boradi (*1-rasmga qarang*).

Sobiq sovet Ittifoqida birinchi bo‘lib Estoniyada 1975 yilda maktabda psixologik xizmat tashkil etildi.Rahbari X.I. X.Liymets, Yu.L Serd bo‘lib, tarbiyasi qiyin o‘smirlar uchun maxsus maktablarda ish olib boradilar. Rossiyada 1982 yilda maktablarda psixolog shtati ochildi.

Sobiq sovet Ittifoqida birinchi bo’lib Estoniyada 1975 yilda maktabda psixologik xizmat tashkil etildi (rahbari X.I.Liymets, Yu.L.Sierd bo’lib, tarbiyasi qiyin o’smirlar uchun maxsus maktablarda ish olib bordilar).

2. Psixolog tayyorlashning rivojlanish bosqichlari

1989 yilda O‘zbekistonda amaliyotchi psixologlarning etishmasligi sababli Nizomiy nomli TDPUda amaliyotchi psixologlar tayyorlash fakulteti ochildi.

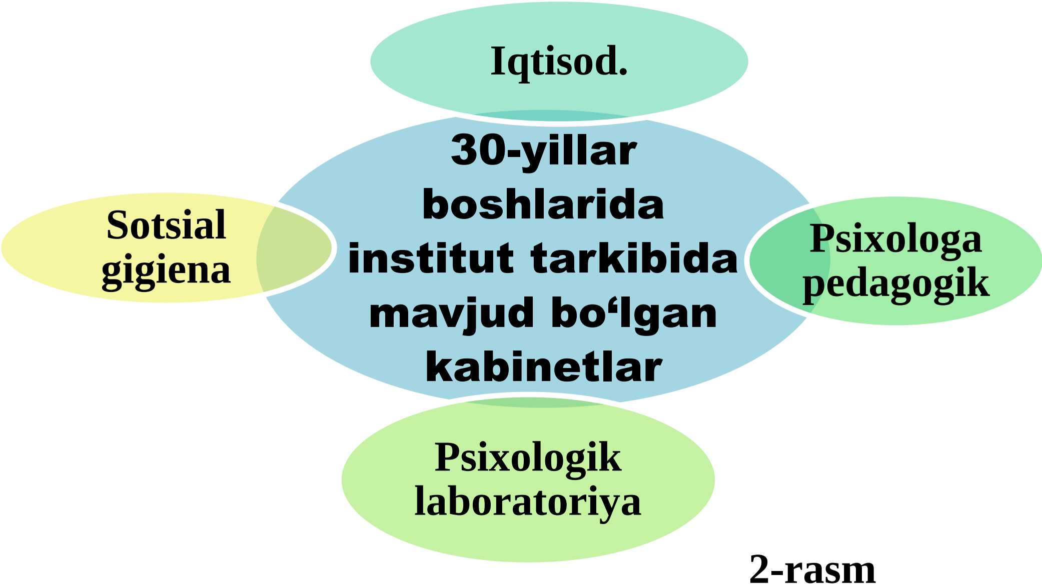
Psixologik xizmatni 3 nuqtai nazardan qarab chiqish mumkin:

1. Ilmiy nuqtai nazar,
2. Tashviqot nuqtai nazar,
3. Amaliy nuqtai nazar.

Faqat mana shu nuqtai nazarlarning birligigina psixologik xizmat predmetini tashkil etadi.

Kelajak yo‘nalishi har bir bola individuallgini rivojlantirishga, jamiyatda yaratuvchanlik hayotiga psixologik tayyorlikni shakllantirishga qaratilgan. Psixolog pedagogik jamoa faoliyatiga har bir o‘quvchi shaxsi garmonik rivojlanish imkoniyatlari haqida asosiy psixologik g‘oyani olib kiradi. Ikki yo‘nalish ham bir-biri bilan bog‘liq.

Daslabki pedagogik va psixologik fikr markazlari sifatida 1918 yili Toshkent va keyinchalik Chimkent shahrida tashkil qilingan. Pedagogik muzey va pedagogik laboratoriya universal o‘quv tarbiya muassasasi bo‘lib ta’lim tarbiya bilan bog‘liq bo‘lgan hamma vazifalarni qamrab oladi. Bu yordam ta’lim metodlari ishlab chiqarilgan, shu erning o‘zida sinalgan va respublikaning boshqa o‘quv muassasalariga tarqatilgan(*2-rasmga qarang*).



2-rasm

Ishning bunday tashkil qilinganligi tadbiq qilishga imkon bergan. Pedagogik laboratoriya xaqida nizomda ancha bu joy pedagogik fikr va ishning markazi bo‘lishi lozim. Shuning uchun bir tomondan pedagogik ishning har bir yangilik o‘qitishdagi laboratoriyada to‘plangan boy tajribadan foydalanish imkoniyati berilish kerak, bu imkoniyat bevosita maktablarga berilish kerakdir. Boshqa laboratoriya va kabinetlar bilan bir qatorda pedagogik laboratoriya va pedagogik muzeyda eksperimental psixologik laboratoriyasi ham mavjud bo‘lib, bu erda turli xil psixologik tajribalar amalga oshirilgan 1919 yili 1 aprelda Kavman Xorvat maorif komissariga xat yo‘llab, davlatning ko‘zi ojiz, gung, ruhiy kasal va psixologik taraqqiyoti hamda psixikasi muvozanatsiz bolalarni o‘z tarbiyasiga olishi zarurligini ta’kidlagan. Xuddi shu maqsadda butun bir maxsus muassasalar tizimini tashkil etishni taklif etgan. Xorvatning taklifi bir necha yo‘nalish bo‘yicha diqqatga sazovordir.

1989 yilda O’zbekistonda amaliyotchi psixologlarning yetishmasligi sababli Nizomiy nomli TDPUda amaliyotchi psixologlar tayyorlash fakulteti ochildi.

1998 yilda Sh.R.Baratov “Ta’lim tizimida va ishlab chiqarishda psixologik xizmatni tashkil etishning psixologik xususiyatlari” mavzusida doktorlik dissertasiyasini yoqlagan.

Birinchidan, bu kompleks xarakterdagi ish bo‘lib, biron bir psixonevrologik kasallik nazardan chetda qolmagan.

Ikkinchidan, bu rejada qattiq ketma-ketlikdan bir necha bosqich nazarda tutilgan.

1. Kasallik diagnostikasi (tadqiqot darajasi);
2. Kasallarni davolash (amaliy tibbiy darajasi);
3. Kasallarni tarbiyalash va ta’lim berish (amaliy ta’lim darajasi).

O’zbekiston Respublikasi Xalq ta’limi vazirligining 1998 yil 5 iyundagi 103-sonli buyrug’i

Vazirlikning 1995 yil 20 yanvardagi 18 sonli buyrug’iga muvofiq tashkil qilingan Respublika iste’dod Markazi negizida Respublika Tashxis Markazi tashkil etilsin.

O‘zbekistonda psixologiyani rivojlanishiga hissa qo‘shgan olimlar.

Turkistondagi muassasalardan biri «o‘zbek davlat ilmiy tadqiqot instituti», hozirgi Qori Niyoziy nomidagi pedagogika fanlari ilmiy tadqiqot instituti 1929 yili tashkil qilingan bo‘lib, hozirgi kunga qadar bu institut o‘qitishning pedagogik konsepsiyalari maktab va maktabgacha tarbiya muassasalarida ta’lim-tarbiya nazariyasini yaratuvchi yagona markaz hisoblanadi.

Institut tashkil bo‘lgan vaqtdan boshlab erli xalq xususiyatlar va ijtimoiy muhitini chuqur tadqiq qilish bolalarning psixologik ijtimoiy-madaniy xususiyatini hisobga olgan holda darslarni yaratish bilan shug‘ullandi. Institut faoliyatining asosiy yo‘nalishlari quyidagilardan iborat edi.

1. Ilmiy eskpeditsiyalar uyushtirish;
2. Bolalar xarakterini o‘rganish;
3. Pedagogik kadrlar tayorlash.

Ushbu institutning faoliyati Bendrikov, Leventuert, Zavarova, Yusupov, Tokanaev, Debenzov, Mirsharipov, Muxiddinov kabi olimlarning nomlari bilan chambarchas bog‘liq. 30 yillarda bu institutda jahon psixologiya faniga katta hissa qo‘shgan olimlardan biri Aleksandr Romanovich Luriya ishlagan. U o‘z institut doirasida o‘tkazgan tadqiqotlari asosida keyinchalik «Ob istoricheskom razvitie poznavatelnix protsessov» - «Bilish jarayonlarining tarixiy taraqqiyoti xaqida» degan asarini nashr qildi. O‘zbekistonda psixologiya fanining shakllanishiga katta hissa qo‘shgan olimlardan yana biri P.Ivanov hisoblanadi. 1927 yil Samarqanddagi o‘zbek pedagogika institutida (pedakademiya) eksperimental psixologiya laboratoriyasini tashkil qilgan.

1940 yilda u pedagogika institutlari talabalari uchun psixologiyadan birinchi o‘quv qo‘llanmasini nashr qilgan. Keyinchalik 1934 yili Samarqand pedagogika institutining o‘zbek davlat universitetiga aylantirishi munosabati bilan Ivanov o‘z laboratoriyasi bilan Nizomiy

Nomidagi Toshkent Davlat pedagogika institutiga ko‘chib o‘tadi.

Pedagogika o‘quv muassasalarida ilmiy pedagogik potensialning etishmasligi tufayli dastlabki psixologiya darslari ustida tarjimonlar yordamida olib borilgan keyinchalik bu tarjimonlariing o‘zlari mustaqil ravishda psixologiyadan o‘zbek tilida ma’ruzalar o‘qiy boshlashgan. Aliaskar Usmonov, Toxiriyxon Askarxo‘jaev, Bayburova, Raxmatova va boshqalar bir bo‘lib o‘zbek tilida psixologiya o‘qituvchilari bo‘lishgan Ivanovni (1891-1968 yillar) psixologiyadan 75 dan ortiq ilmiy ishlari nashr qilingan. Uning 1927 yilda nashr qilingan «Umumiy pedagogika» bo‘yicha qisqa ocherk, «maktabshunoslik» tarbiyaning umumiy metodlari 40-yillar va 54-yillarda «Umumiy psixologiya», 62-yilda «Ta’limning psixologik asoslari» kabi asarlari O‘zbekistonda psixologiya fani rivojlanishiga juda katta hissa qo‘shdi.Sh.A. Boyburova, Usmonov kabilar bevosita uning rahbarligida faoliyat ko‘rsatishdi. 1959 yil uning rahbarligida M.G.Davletshin, Bekboev, Muzaffarovlar nomzodlik disertatsiyalarni himoya qilishdi.

Muhammad Gabdulgalimovich Davletshin – 1972 yilda professor unvoniga ega bo’lgan. TDPI faoliyat yuritgan. Olimning “Yosh psixologiyasi va pedagogik psixologiya”(1974), “Yosh davrlari va pedagogik psixologiya”(2004), “Zamonaviy maktab o’qituvchisi psixologiyasi” (2000) kabi qo’llanmalar muallifi.

1963 yil O‘zbekistonda psixologiyadan birinchi bo‘lib Krasnoboev Ilya Berovich (1896-1963) Toshkent Davlat universiteti filologiya fakulteti logika va psixologiya kafedrasi mudiri «Yuqori sinf o‘quvchilarida e’tiqod, axloqiy tushunchalarin shakllanishi» mavzusidagi doktorlik ishini himoya qildi. Krasnoboevni ilmiy faoliyati 20 yillarda O‘zbekistonda tadqiqotlar bilan bog‘liq uning rahbarligi ostida logika va psixologiya kafedrasi a’zolari: 3. Mo‘minova, V.Ya. Maros, A. Abdusattorov, V.I. Sofer, A. Gulyamov, R.V. Gulyamov, A.A. Erstifirovlar turli xil ob’ektlarda psixologiya va logika bo‘yicha ilmiy tadqiqotlarini olib bordilar. Bu tadqiqotlar o‘zbekistonda xalq ta’limi bilan bog‘liq muammolarni hal qilishga yordam berdi.

Ivanov Platon Ivanovich – 1933 yil professor unvoniga ega bo’lgan. 1941-1968 yillarda Nizomiy nomli TDPI “Psixologiya” kafedrasi mudiri bo’lgan

M.Voxidov (1927-1989 yillar) 1955 Leningradda nomzodlik ishini himoya qilgan. Dastlab Andijon pedagogika institutida, so‘ngra Qori Niyoziy nomidagi pedagogika ilmiy tadqiqotlar institutida ishlagan. 1966 yil Toshkent Davlat universiteti psixologiya kafedrasi mudiri etib saylangan. 1973 yili Ministrlar Soveti topshirig‘iga binoan tarix fakulteti tarkibida tashkil etgan. Zinin, L.I. Sofer ishtirokida va markazning iste’dodli olimlari yordamida bu erda o‘quv eksperimental laboratoriya tashkil qilingan. M.Voxidov tomonidan maktabgacha pedagogika bilim yurtlari uchun, pedagogika institutlari uchun darsliklar yozilgan, oxirgi yillarda M.Voxidov, A.Petrovskiy tahriri ostidagi «Umumiy psixologiya» darsligi tarjima qilingan va ayni paytda milliy va mintaqaviy xususiyatlarni hisobga olgan holda o‘zbek tilida darslik yaratish bilan mashhur bo‘ldi.

G’oziyev Ergash G’oziyevich – 1994 yilda professor unvoniga ega bo’lgan. O’zMU faoliyat yuritadi. O’zbekistonda “Tafakkur psixologiyasi” maktabini yaratgan olim. “Tafakkur”, “Xotira”, “Shaxs”, “Umumiy psixologiya”, “Yosh davrlari psixologiya”si asarlarining muallifi

Davletshin Muhammad Gabdulgalimovich 1923 yilda tug‘ilgan. Toshkent Davlat universitetining psixologiya kafedra mudiri psixologiya fanlari doktori, 1957 yilda «5» va «7» sinf o‘quvchilarida texnik qiziqish-larini shakllanishi mavzusida, 1971 yil «O‘quvchilarni texnik qobiliyatlar psixologiyasi» mavzusida doktorlik dissertatsiyasini himoya qilgan. 1968 yildan beri psixologiya kafedrasida mudirlik qilmoqda. M.G.Davletshin raxbarligida uning bevosita maslaxatlari yordamida O‘zbekistonda 100 dan ortiq nomzodlik va doktorlik ishlari himoya qilgan. O‘zbekistonda xar xil muammolar bo‘yicha

umumiy, yosh pedagogika, sotsial psixologiya bo‘yicha F.S. Ismoilova, D.Z. Zaynobiddinov, Majidov, B. Gappirov, I.Maxmudov, L.K. Saitov, M.I. Musaeva, V.G. Gorobets, D.D. SHaripov, R.K. SHoxnazarov, J.U. Mavlonov, A. Eshatov, A.V. Majitova, M.I. Sagatov, D, Egamberdieva, G. Abdusamatov, K. Sobirov, A. Sindarov va boshqalar etishib chiqdilar.

Karimova Vasila Mamanosirovna – 1994 yilda psixologiya fanlari doktori darajasini olgan. “Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot”,(1999) “Psixologiya”, (2000), “Salomatlik psixologiyasi” (2005), “Oila ma’rifati” (2009) kabi qo’llanmalarning muallifi

Bundan tashqari har xil muammolar bo‘yicha 25 ta ish himoya qilindi.

Bulardan nutq psixologiyasi bo‘yicha 7 ta ish: (P.P Zamin, N.N. Nigmatov, A.I. Arjonova, X. Ochilova va boshqalar), xotira psixologiyasi bo‘yicha 4 ta ish: (P.I. Ivanov, M.V. Voxidov, X.M. Gafurova, V.P. Ivanova); diqqat bo‘yicha M.X. Raxmonova; Ta’lim tarbiya bo‘yicha 14 ta ish (G‘oziev, Qodirov, A.Rasulov, Usmonova, Krasnoboev, Tokareva va boshkalar);

Mehnat psixologiyasi bo‘yicha 4 ta ish (Turg‘unov, Sotiboldiev, Eliseev, Xolmatov); Shaxs bo‘yicha 3 ta ish (G‘ofurov, Saidullaev, SHakovolov); Differensial psixodiagnostika bo‘yicha 1 ta ish (Madmarov);

Shoumarov G’ayrat Baxramovich – 1993 yilda professor unvonini olgan. “Muhabbat va oila”(1994), “Oila psixologiyasi” (2008), “1001 savolga psixologning 1001 javobi”(2000) qo’llanmalar muallifi.

Yuridik psixologiya bo‘yicha 2 ta ish (Ibragimova, Zapryagaev); Sport psixologiya bo‘yicha 2 ta ish (A.Gaynutdinov, R.Gaynutdinov);

Neyropsixologiya bo‘yicha 1 ta ish (Bobojonova); psixologiya tarixi bo‘yicha (S.Raximov) sotsial psixologiya bo‘yicha 3 ta ish (V. M. Karimova, Abdumo‘minov, L. Tursunov); va boshqa turli psixologiyani bo‘limlari bo‘yicha ko‘pgina olimlar ish olib borib, O‘zbekistonga psixologiya fanini, ya’ni psixologiya tushunchasini olib kirib, to‘laligicha ochib berdilar.

Hozirgi kunda O‘zbekistonda ham psixologiya tarmoqlari kuchayib unga e’tibor berilmoqda. Hozirgi etishib chiqqan barcha olimlarimiz O‘zbekistondagi psixologiyani chet mamlakatlar psixologiyasi kabi yuqori cho‘qqiga chiqishida katta hissa qo‘shib, intilmokdalar. Odamlar ongiga esa milliy psixologiya asosida, ya’ni milliylik ruhida tarbiyalab, ularni ongiga psixologiyani sindirmoqdalar.

O‘zbekistonda psixologiya fanining hozirgi ahvoli ilgarigidan ancha rivojlangan. Chunki bu fanni o‘qitish muassasa tayyorlov qurollar va markazlar ochilib kishilar ongiga etib bormoqda. Bundan tashqari psixologiya tarmoqlari bo‘yicha turli xil muammolarni echishda asosiy rol o‘ynaydi. Bu fanni rivojlanishida o‘zbek psixologiyasi, ya’ni B.Qodirov, G‘.Shoumarov, V.Karimova, M.Voxidov, M.Davletshin, E.G‘oziev, R.Sunnatova va boshqa olimlarning hissasi katta. Hozirgi kunda psixologiya fani ham o‘z tarmoqlarini rivojlantirmokda. Xulosa qilib aytganda psixologiya fanini rivoji odamlar hayotiga ya’ni yashash tarziga o‘z ta’sirini ko‘rsatmoqda.

2 – Ma'ruza. Kasb olamining psixologik muammolari

Reja

- Kasb olamida psixolog mutaxassislarning o'rni va roli.
- Psixologning ijtimoiy xodimlar bilan munosabati.
- Kasbning psixologik klassifikatsiyasi.

1. Kasb olamida psixolog mutaxassislarning o'rni va roli.

Jahon psixologiyasi fanining boy tajribasida amaliy psixologlar tayyorlash bo'yicha nazariy va amaliy ahamiyatga molik ijobiy, tatbiqiy ma'lumotlar muayyan darajada umumlashtirilgan. Yigirmanchi asrning 60 – yillaridan boshlab AQSH, Angliya va boshqa shu kabi rivojlangan mamlakatlarda psixologik muammolarga juda katta e'tibor qaratila boshlandi. Hozirgi kunga kelib har bir sohada psixologlar jalb qilingan. Har bir sohada psixolog maslahatiga ehtiyoj sezilmoqda.

Dunyoda – 60000
Rossiyada – 20000
O'zbekistonda –6000
kasblar mavjud

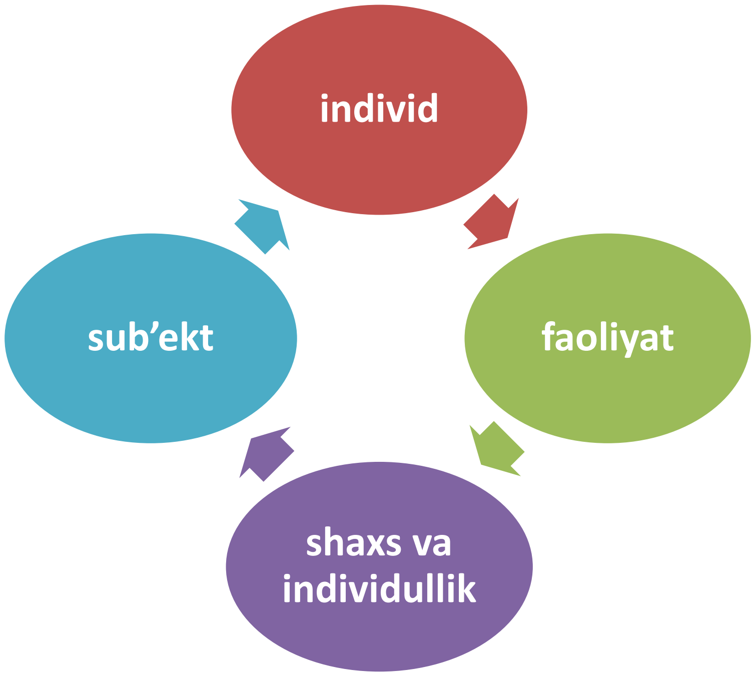
Inson qalbini qanday tushunmoq kerak? Nima uchun insonlar turli xil qobiliyatlarga egalar? Rux nima va uning tabiati qanday? Bunday savollar insonlarni asrlar davomida qiynab kelgan ular o'zlarining savollariga javob topa boshlashgan.

Insonning jismoniy (biologik), ruhiy (psixik), ijtimoiy (sotsial) rivojlanishi natijasida yer kurrasida moddiy dunyo ma'naviyat, yozuv, san'at, adabiyot, fan, texnika yaratilgan. Bularning zamirida inson tafakkuri, ongi, aql – zakovati, kuchli irodasi, mustahkam xarakteri, ijodiyoti, xayolati yotadi. Insoniyat taraqqiyotining muayyan bosqichida odam o'zini hayajonlantirgan, taajjubga solgan savollariga javob izlash imkoniyati vujudga kelgan. Buning natijasida «Inson qanday fikrlaydi?», «Odam qanday yangilik yaratishi mumkin?», «Ijod qilish qay yo'sinda paydo bo'ladi?», «Moddiy dunyoni qay tariqa bo'ysundirish mumkin?», «Aql – zakovatning o'zi nima?», «Insonga uning ichki ruhiy dunyosi qaysi qonunlar asosida bo'ysunadi?», «Inson o'ziga o'zi ta'sir o'tkaza oladimi?», «O'zgalarga – chi?» kabi turli tuman muammolar yechimini qidirishga xarakat qiladi. Mana buning barchasi psixologik bilimlar tug'ilish nuqtasini vujudga keltiradi va ana shu daqiqadan boshlab inson o'zini o'zi anglaydi. Binobarin, psixologik bilimlar namoyon bo'lishi o'zini o'zi anglashni omiliga aylanadi, ular borgan sari tobora o'yg'unlashib, mutanosiblashib borib, izchil, uzluksiz aloqaga o'sib utadi.[3]

Dunyoni o'rganishga bo'lgan qiziqish orta boshlagan va shu bilan birga insonnni bilishga bo'lgan qiziqish ham ortgan. Bu holatni o'rganish uchun albatta insonning holatlarini tahlil qilish talab qilinadi. ko'pgina olimlar insonning tarkibiy tuzilmasini tahlil qilishga katta e'tibor qaratganlar. Psixologiya fanida inson haqidagi nazariy qarashlar ham albatta mavjuddir.

Insonnni o'rganishga bag'ishlangan tadqiqotlarning yana bittasi B.G.Ananev tomonidan taklif qilingan bo'lib, u inson psixikasini o'rganishda yangi metodologik uslubni ishlab chiqqan. *(3-rasmga qarang).*

[3] G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. – T. O'qituvchi. 2010 y. 6 – b.



3-rasm. B.G.Ananev tomonidan taklif qilingan to'rtta asosiy sifatlar

Individ tushunchasi bir necha ta'riflarga egadir. Birinchi navbatda individ bu inson degan ma'noni bildirib, uni insoniyatni har biriga tegishli deb hisoblasa bo'ladi. U Homosapiensning hamma ko'rinishlarini qamrab oladi. Bunda insonnning biologik holatini ta'rif etiladi. Insonning inson sifatidagi tarkib topishida mehnat faoliyatining o'rni kattaligi e'tirof etiladi. Individ tushunchasi insonlar jamiyatida, ijtimoiy mavjudot sifatida ham talqin qilinadi. Bu holatda uning biologik mavjudot ekanligi rad etilmaydi.

Inson individ sifatida ba'zi bir xususiyatlarga egadir, Ananev individning birlamchi va ikkilamchi xususiyatlarini ajratadi. Birlamchi xususiyatiga hamma insonlarga xos bo'lgan xususiyatlar kiradi, bular yosh xususiyatlari, jinsiy xususiyatlar va individual tipologik xususiyatlar, bundan tashqari tana tuzilishini va miyaning neyrodinamik xususiyatlarini kiritishimiz mumkin. Birlamchi xususiyatlarning jamlanmasi ikkilamchi xususiyatlarni keltirib chiqaradi: psixofiziologik funksiyalar dinamikasi va organik ehtiyojlar tizimi. Bular esa insonning temperamenti va qobiliyatlarida o'z aksini topadi.

"Psixologiya" so'zi ikkita grek so'zlaridan – ***"psyche"*** *– jon*, *ruh* va ***"logos"*** *– ta'limot, ilm* so'zlaridan iborat bo'lib, u jon, ruhiyat haqidagi ta'limot deganidir.

Boshqa bir tushuncha insonni moddiy dunyoning a'zosi ekanligini e'tirof qiladi. Bu «shaxs» tushunchasidir. Bu tushuncha «individ» tushunchasi kabi ko'plab ma'nolarga egadir. Shaxsni asosan ongli mavjudot sifatida e'tirof qilinadi. ba'zi bir mualliflar shaxs tushunchasini individning tizimli xatti harakati asosida paydo bo'ladi deb tushuntiradilar. Ba'zi birlari esa shaxsni ijtimoiy mavjudot sifatida e'tirof etadilar. Bu tushunchalarni shaxs psixologiyasi, motivatsiya, temperament, xarakter va qobiliyatlar orqali tushuntirish mumkin.

Keyingi tushuncha sifatida sub'ekt faoliyati tushunchasi kiritilgan. Bu tushuncha individ va shaxs tushunchalari orasidagi holatlarni ko'rsatadi. Agar inson sub'ekt faoliyati sifatida ko'rsatsa, uning evolyusiyasi rivojlanadi. Shaxs faoliyati uning rivojlanishisiz ahamiyatga ega emasdir.

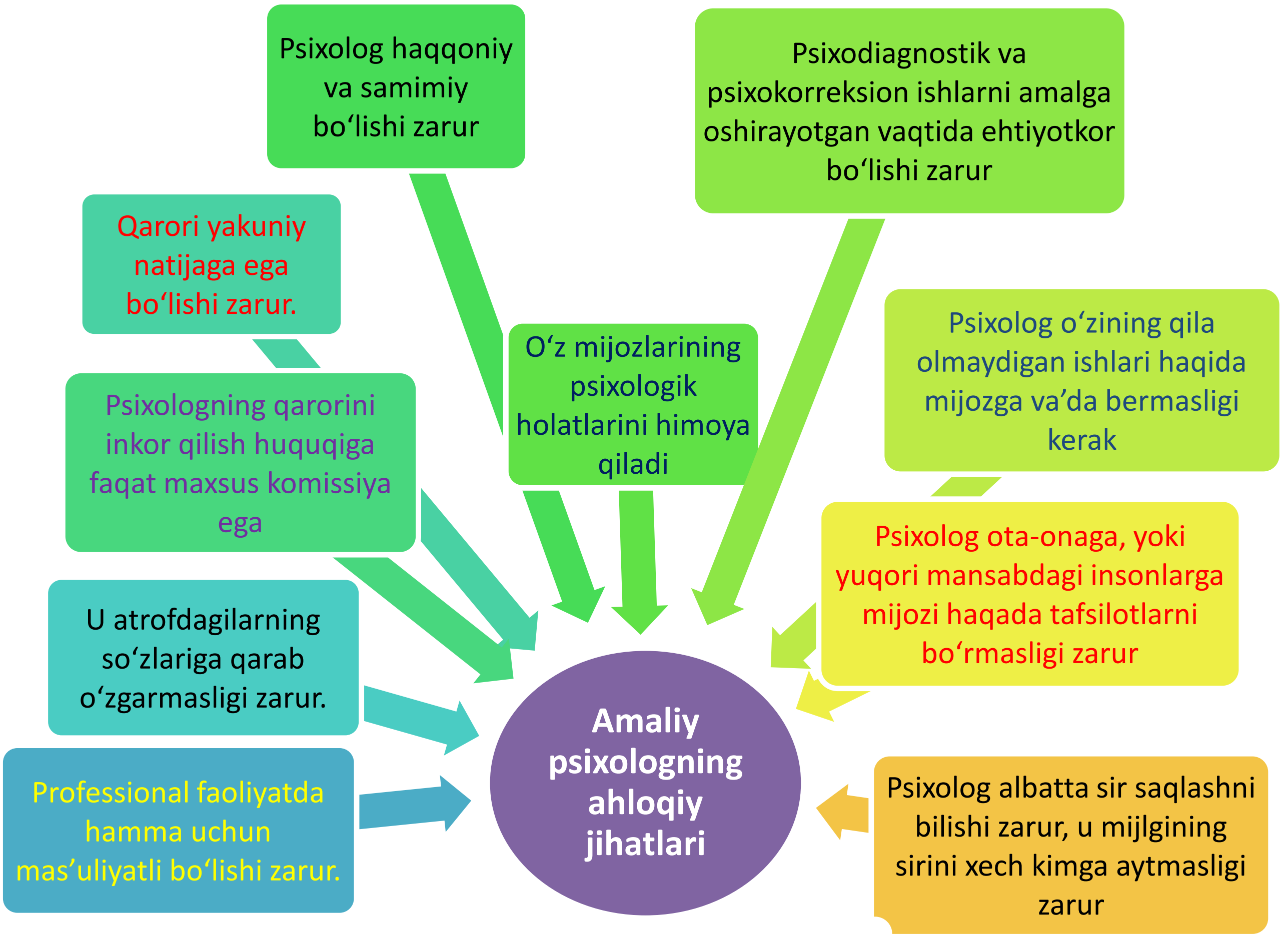
Bizning xayotimizda psixologlar haqida turli xildagi mish – mishlar yuribdi. Biz ularni ba'zilarini tahlil qilishga harakat qilamiz.

Psixologiya *– bu insonning qalbini, yuragini hammasini biladigan fandir, psixologlar insonni ichini yaxshi biladi.*

G'oyalar musobaqalashuvchan bo'lganda, har narsaga shubha bilan qarash sinovi oralarida qaysi biri faktlarni eng zo'r topishi mumkinligini oshkor qila oladi. Ota – onalik xulq – atvori farzandlarning jinsiy qarashlarini aniqlay oladimi? Astrologlar siz tug'ilgan paytda sayyoralarning joylashuviga qarab sizning kelajagingizni bashorat qila oladilarmi? Elektrotitratish terapiyasi (elektr shokni miyaga yetkazish) og'ir depressiyaga samarali davo bo'la oladimi? Ko'rib o'tamizki, bunday talablarni testga qo'yish psixologik olimlarni birinchi savolga Yo'q, uchinchi savolga esa Xa deb javob berishlariga olib kelgan.[4]

Har bir afsonining tagida ozgina bo'lsada, haqiqat yashiringandir, ularning tagida qandaydir asos mavjuddir, biroq insonlar haqiqatni bo'rtirilgan holda idrok qilishga o'rganib qolishgan, shuning uchun ham ba'zi bir holatlarda psixologlarning faoliyatini yolg'onga qorishtirishlari mumkin. Bu fikrlarning bo'rttirilganligi ba'zi hollarda insonlarning nafaqat o'zlariga, balki boshqalarga ham zarar keltirishi mumkin. Shuning uchun ham biz afsonadan haqiqatni ajratishimiz talab qilinadi.

Haqiqatdan ham "psixologiya" atamasi lotinchadan "ruh haqidagi ta'limot" degan ma'noni anglatadi. Biroq ruh, insonning qalbini to'liqlig'icha o'rganish mumkin emasdir, bunga qaratilgan



4-rasm

harakat mavjud bo'lishi mumkin. Ruh boshqa ob'ektlarga o'xshagan emasdir,ob'ektlardan farqli ravishda biz tabiat xodisalarini bevosita ko'ra olmaymiz, ushlay olmaymiz, o'lchay olmaymiz.

[4] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 22

Bunga biz fizik Albert Enshteyn va psixolog Jan Piajelarning suhbatini misol qilishimiz mumkin. Bir kuni psixologlarning faoliyati haqida tushunchaga ega bo'lgan Enshteyn Piajeaga qarab shunday deydi "Sizning shug'illanadigan ob'ektingizga qaraganda men shug'illanadan fan ancha oson hisoblanar ekan. Boshqacha qilib aytganda quyidagichadir "nazariy fizika bu bolalar o'yining siriga nisbatan bolalarning o'yini hisoblanar ekan. Demak psixologiya fani fizika fanidan ko'ra murakkabroq ekan.

Haqiqatdan ham psixologiyada yig'ilgan bilimlar murakkab va rang barangdir, ba'zida bir birini to'ldirsa, ba'zida esa fikrlar bir biriga qarama – qarshi bo'lishi mumkin. Psixologiya haqidagi bilimlarning rang barang ekanligini boshqa fanlarni tahlil qilish jarayonida ham kuzatilishi mumkin, shuning uchun ham psixologiya fani oxirgi najot eshigi bo'lib qolmasligi kerak. (*4-rasmga qarang*).

Psixologlarning insonlarni ichidagi hamma gaplarni biladi degan tahminga kelsak, bu jihatdan bo'rttirish kerak emas. Biroq ko'pgina holatlarni oddiy insonlarga nisbatan tezroq anglashi va kuzatuvchan bo'lishi mumkin, chunki psixologiya bilan shug'illanadigan insonlar oddiy insonlarga nisbatan o'ta kuzatuvchan bo'lishlari mumkin. Biroq shuni nazarda tutinki hamma fikrlar bu ehtimoldagi fikrlar hisoblanadi. Agar psixolog men sizni juda yaxshi tushuna olmaman desa, demak bu haqiqiy psixolog hisoblanmaydi. Psixolog – bu insonlar bilan tez muloqotga kirisha oladigan va odamlarni tushuna oladigan inson hisoblanadi.

Har bir inson ma'lum bir qobiliyatlar majmuasi bilan tug'iladi, biroq biz buni hayotimizning davomida bilib boramiz. Biz insonlarning xatti – harakatidagi holatlarni tug'ma ekanligini sezishimiz mumkin, bular individual xatti harakatlar bo'lishi mumkin. Masalan asab tizimining kuchi, xatti – harakati va boshqalar. Biroq muloqotdagi empatiya holati qiyinroq kechishi mumkin. Psixologlarning orasida insonlarning xatti – harakatlari turlichadir. Biroq amaliy psixolog bir qator qobiliyatlarga ega bo'lishi talab qilinadi. U o'zida muloqotga moyillik va odamlarni tushuna olish qobiliyatini shakllantirishi zarur. Bunga mos bo'lgan psixologik metodlar mavjuddir.

Psixolog – bu insonlarning xatti – harakati, xissiyotlari, boshqalarning fikrini boshqara oladigan va shunga maxsus o'rgatilgan insondir. U shunga xos bo'lgan texnikalardan foydalana oladi, masalan gipnoz bilan.

Haqiqatdan ham amaliy psixolog insonlarga ta'sir ko'rastishning ma'lum bir usullaridan foydalana oladi, biroq ular gipnoz bilan shuhillanmaydilar, gipnoz bilan asosan tibbiyot xodimlari shug'illanishadi, biroq psixologlarda insonlarni ishontirish uchun bir qator usullardan foydalanishadi ular psixologni mijozni ishonchiga kirishda muammolarni yumshatishda, ishlatishlari mumkin. Biroq ular bu kuchni zararga ham foyda uchun ham ishlatishlari mumkin. Agar psixolog boshqalarning ishonchini qozonib, o'z foydasi yo'lida foydalanish ahloqiy nuqtai nazardan to'ri emas, biroq boshqa bir psixologlarda shu holatlarni kuzatishimiz mumkin.

- Psixolog bu o'zini yaxshi tushuna oladigan va har qanday vaziyatda ham o'zini boshqara oladigan inson.

"Ishonchi komil bo'lib ishonish" polyak maqolida aytilganidek, "biz shubhalanish bilan boshlashimiz kerak". Olimlar aytadiki, psixologlar doimiy ravishda ikkita savol berib dunyo xulq atvorini yo'naltirishadi: Nima demoqchisiz? Qayerdan bilasiz?[5]

O'zini yaxshi tushunish mumkin emas. Agar inson men o'zimni juda yaxshi bilaman desa bu yolg'on yoki adashadi. Biroq o'zini tushunish holatlari psixologlar uchun xosdir. Amaliy psixolog boshqalarni osonroq va tezroq tushunishini mumkin, u mijozga yordam berishi mumkin.

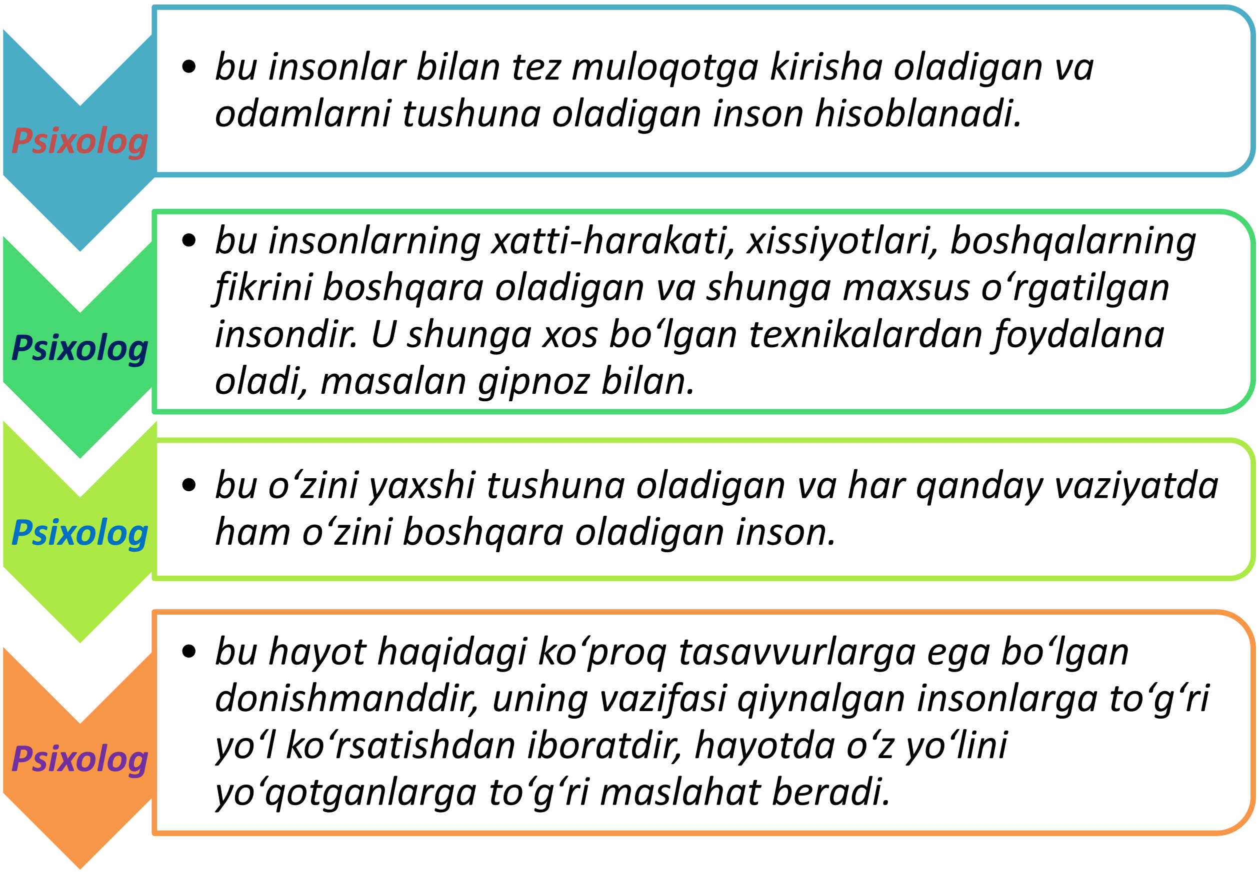
2. Psixologning ijtimoiy xodimlar bilan munosabati.

Amaliy psixolog statusiga ega bo'lishni istagan insonna bir qator talablar qo'yiladi ularning birinchisi u oliy ma'lumotli psixolog bo'lishi zarur. Bunday diplom oliy o'quv yurtini bitirganda yoki ikkinchi mutaxassislik orqali olinadi. Bundan tashqari amaliy psixolog albatta psixoterapiya, psixokorreksiya, pato psixologiya, defektologiya, psixologik maslaxat, tibbiyot, pedagogika, sotsiologiya, huquq fanlaridan habardor bo'lishi talab qilinadi. U albatta bolalar bilan muloqot qila olishi talab qilinadi. amaliy psixolog albatta psixologik maslahat sirlaridan habardor bo'lishi lozim.

[5] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan.– NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 21

Amaliy psixolog albatta hamma sohalarda ishlaydi. Amaliy psixologning statusi rahbar kabi yuqori bo'ladi va shu bilan birga u hammaga hamdard bo'la oladigan inson bo'lishi talab qilinadi. U mijoz bilan suhbatlashayotgan albatta mijozning psixologik xavfsizligini ta'minlashi zarur bo'ladi. Psixolog uchun lashi zarur bo'ladi. Psixolog uchun psixologik xizmat srhasida ishlash vaqtida albatta psixodiagnostika sohasini yaxshi bilishi, psixologik maslahat bera olishi talab qilinadi. Bundan tashqari amaliy psixolog EHM sohasini yaxshi bilishi talab qilinadi.

Amaliy psixologning kasbiy mahorati uning bilimlari texnikasi va inson muomalasining psixoterapevtik texnologiyasini yaxshi bilishida deb hisoblaniladi, u suhbatga kirisha olishi va insonlarni o'ziga jalb qila olishi, ularni ishontira olishi zarur bo'ladi. U o'zida ishonch uyg'ota olishi talab qilinadi va insonlarga psixologik ta'sir o'tkaza olishi zarur bo'ladi. Demak bo'lajak



amaliy psixologlar uchun birinchi talab ularning muloqot qila olish qobiliyatini mavjudligi hisoblanadi. Etika jihatidan psixolog o'z ma'naviy qadriyatlariga ega bo'lishi talab qilinadi. Bunda u mijozning shaxsiyatiga tegmasligi kerak. Mijoz bilan albatta shirin momalada bo'lishi talab qilinadi.

1 – fraza. Nazariya – biror xulq – atvor yoki hodisaga oid kuzatuv hamda farazlarni tashkil qiladigan prinsiplar to'plamini qo'shishda foydalaniladigan tushunchadir.

2 – fraza. Gipoteza – ko'pincha nazariya tomonidan ko'zda tutiladigan tekshiriladigan farazdir.

3 – fraza. Operativ ta'rif – iizlanishda o'zgaruvchanlikni aniqlashdagi protseduralarning bayonotidir.

4 – fraza. Nusxa ko'chirish – dastlabki topilmaning boshqa qatnashuvchilarga va sbaroitlarga ifodalashini ko'rish uchun odatda har xil qatnashuvchilarning har xil holatlarda tadqiqotni mohiyatini takrorlashdir.

5 – fraza. Amaliy ish – Bir insonning universal nuqtai nazari oshkor qilish ustida o'qishini kuzatish uslubi.

Ilmiy metod – savol berishda va tabiatni javobini kuzatishdagi o'z xatosini to'g'rilash jarayoni.

1. Izlanish va kuzatuvlar. Masalan: O'quv materialini oldin (a) tunda yetarli uxlagan insonlarga yoki (b) tunda kam uxlagan insonlarga bering, so'ngra xotirani tekshirib ko'ring.

2. Qabul qil, inkor qil yoki takrorla.

3. Nazariyalar. Masalan: Uyqu xotirani o'stiradi.

4. Olib kelmoq

5. Gipotezalar. Masalan: Uyqusi o'chib ketkanda odamlar o'tkan kungida narsani kamroq eslashadi.

Psixologlar qanday qilib savol va javob berishadi?

Psixologlar o'zlarining ilmiy pozitsiyalarini ilmiy metod ya'ni kuzatuv va analizlar orqali fikrlarni o'rganib chiqish jarayoni bilan qurollantiradilar. [6]

3. Kasbning psixologik klassifikatsiyasi.

E.A. Klimov tomonidan «kasblarning to'rt xil daraja»si taklif etilgan.

Birinchi *daraja*ga mehnat ob'ekti tizimini inobatga olib, **besh xil** toifadagi kasblar kiritilgan:

1) **inson → tabiat** (I – Ta) – botanik, veterinar, bioinjener, ...;

Bu tipga mansub kishilar o'simliklar, hayvon organizmlari, mikroorganizmlar va ularning paydo bo'lish shart – sharoitlarini o'rganishga yo'nalgan bo'ladi. SHuningdek, bu tipga mansub kasb sohiblarining mehnat faoliyati jonli va jonsiz tabiatni o'rganish, o'simliklar va hayvonlarni parvarish qilish, ular bilan profilaktika va davolash ishlari bilan bog'liq bo'lib, bularga: mikrobiolog, geolog, polizchi, ornitolog, zootexnik, veterinar, ekolog, agroximik, meliorator, o'rmonchi va boshqalar kiradi.

2) **inson → texnika** (I – Te) – ishlab chiqarish stanoklarini boshqaruvchi, haydovchi, slesar, kashfiyotchi, injener, ...;

Qiziqishlar ob'ektining asosi jonsiz texnikaga yo'nalgan shaxslar. Ushbu tipga mansub kasb egalarining faoliyati texnik vositalarni yig'ish, montaj qilish va tuzatish ishlariga qaratilgan bo'lib, bularga: gazoelektro payvandlovchi, tokar, injener, konstruktor, slesar, montajchi, haydovchi, mexanik, mashinist, texnolog va boshqalar kiradi

3) **inson → inson** (I – I) – psixolog, o'qituvchi, vrach, rejissyor, ...;

[6] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 24

Qiziqishlar ijtimoiy institutlar, sotsium (katta va kichik guruhlar)ga yo'nalgan shaxslar. Mazkur tipga mansub kasb egalarining faoliyati shaxslararo munosabatlar tizimiga asoslangan bo'lib, bularga: vrach, hamshira, feldsher, o'qituvchi, psixolog, sotsiolog, referent, menenjer, sotuvchi, ofitsiant, ekspeditor, yurist, izquvar, militsioner va boshqalar kiradi.

4) **inson → belgilar tizimi** (I – Bt) – grafolog, arxivchi, kutubxonachi, dasturchi, ...;

Bu tip mansub shaxslar shug'ullanuvchi sohalar predmeti bo'lib, tabiiy va sun'iy tillar, shartli belgilar, simvollar, sonlar, formulalar bo'lib hisoblanadi. Ushbu tipdagi kasb egalarining mehnat faoliyati matnlar, sonlar, formulalar, jadvallar, chizmalarga qaratilgan bo'lib, bularga: tarjimonlar, dasturchilar, buxgalter, iqtisodchi, marketolog, geodezachi, aloqachi, soliq inspektori va boshqalar kiradi.

5) **inson → badiiy obraz** (I – Bo) – badiiy tanqidchi, aktyor, musavvir, dizayner, ...

Bu tipga mansub shaxslar o'z qiziqishlarini badiiy tassavurlar va dalillarga yo'nalganligi bilan ajralishib turishadi. Ushbu toifadagi kasb egalarining mehnat faoliyati, asosan, badiiy asarlarni loyihalash, modellashtirishni yaratishga qaratilgan bo'lib, bularga: jurnalist, musavvir, modeler, bichuvchi, zargar, dizayner, arxitektor, sartarosh, pardozlovchi, sahna bezatuvchisi, aktyor va boshqalar kiradi.

3.2. Kasblarning maqsadiga ko'ra sinflari

Ikkinchi *daraja*da ushbu besh tipdagi kasblar maqsadiga ko'ra **uchta sinf**ga bo'lingan:

1. Gnostik (grek. «gnozis» – bilim) **kasblar (G)**

Misollar:

1) «I – Ta» tipidagilar – mevalarni qabul qiluvchi – nazoratchi, choyni sinovchi;

2) «I – Te» tipidagi – o'lchovchi, tayyor holdagi mashina tuzilishini nazorat qiluvchi, qishloq xo'jalik texnikalarini tekshiruvchi – usta;

3) «I – I» tipidagi – sud – meditsina eksperti, vrach – mehnati eksperti, sotsiolog;

4) «I – Bt» tipidagi – tipografiya tuzatuvchisi, yarim tayyor mahsulotlarni va tayyor poligrafiya mahsulotlarini nazorat qiluvchi, buxgalter – revizor;

5) «I – Bo» tipidagi – san'atshunos, muzikashunos, teatrshunos.

2. O'zgaruvchan kasb (O')

Misollar:

1) «I – Ta» tipidagilar – sabzovot etishtiruvchi usta, hayvon boquvchi, achitqilarni etishtiruvchi apparatchi, o'simliklarni himoya qiluvchi agronom, zooinjener;

2) «I – Te» tipidagi – remontchi – slesar, tokar, chig'ir stanoki operatori;

3) «I – I» tipidagi – o'qituvchi, pedagog – trener, ishlab chiqarishni o'rgatuvchi usta, injener – pedagog, ekskursovod;

4) «I – Bt» tipidagi – kartograf – chizmachi, mashinikachi – stenograf, buxgalter;

5) «I – Bo» tipidagi – ko'rgazmali gullarni etishtiruvchi, chini ishi bo'yicha rassom, arxitektura qismlarini yopishtiruvchi.

3. Izlanuvchilik kasbi (I)

Misollar:

1) «I – Ta» tipidagilar – baliqchilik xo'jaligidagi kuzatuvchi – qayd qiluvchi, o'rmon xo'jaligidagi kuzatuvchi – qayd qiluvchi, biolog – tadqiqotchi;

2) «I – Te» tipidagi – oyoq kiyimning ustki qismini bichuvchi, andoza yaratuvchi, injener – konstruktor;

3) «I – I» tipidagi – tarbiyachi, ishlab chiqarish tashkilotchisi, savdo tashkilotchisi;

4) «I – Bt» tipidagi – dasturchi, matematik;

5) «I – Bo» tipidagi – intererlarni loyihalovchi rassom, bastakor.

1 – jadval. Kasblarning maqsadga ko'ra klassifikatsiyalanishi

Mehnat predmeti bo'yicha kasb tipi	***Gnostik (aniqlamoq, ajratmoq)***	***O'zgaruvchan (qayta ishlamoq, xizmat qilmoq)***	***Izlanuvchi (kashf qilmoq, o'ylab topmoq)***
Inson – tabiat	botanik	veterinar	bioinjener
Inson – texnika	ishlab chiqarish stanoklarini boshqaruvchi	haydovchi, slesar	kashfiyotchi, injener
Inson – belgilar tizimi	grafolog	arxivchi, kutubxonachi	dasturchi
Inson – badiiy obraz	badiiy tanqidchi	aktyor	musavvir, dizayner
Inson – inson	psixolog	o'qituvchi, vrach	rejissyor

Keltirilgan klassifikatsiyaga muvofiq kasb o'rinlariga qarab, ularning kasb faoliyatiga qo'yiladigan asosiy talablarni bilgan holda, zamonaviy va to'ridan – to'g'ri o'z kasbiy qiziqishlaringiz va qobiliyatingizni namoyon qilishingiz mumkin.

3.3. Mehnat vosita/qurollarining asosiy belgilariga ko'ra kasb bo'limlari

Uchinchi *daraja*da avvalgi darajadagi har bir kasb to'rtta bo'limga bo'linadi va bunda mehnat qurollari asosiy belgilar sifatida tanlab olinadi *(ammo har doim ham emas):*

1.* Qo'l mehnatiga asoslangan** kasblar ***(Q)

Misollar:

1) *Gnostik* kasb sinfiga ko'ra – ximyaviy – bakteriologik tahlil laboranti; stonok va slesar ishlari bo'yicha nazoratchi, feldsher – laborant;

2) *O’zgaruvchan* kasb sinfidagilar – veterinar feldsher, slesar, kartograf, rassom;

3) *Izlanuvchi* kasbi sinfida qul ostidagi buyumlar faqatgina yordamchi mehnat quroli sifatida bo’lishi mumkin, masalan konstruktor qo’lida qalam va qog’oz kabi.

2.* Mashina va qo’l mehnati** kasblari ***(M)

Qo’l mehnati bilan boshqariladigan mashinalar mehnat predmetini qayta ishlash, o’zgartirish, aralashtirish uchun yaratiladi, shuning uchun bu bo’lim klassifikatoriga xos bo’lgan kasb egalariga ekskavator mashinistlar, tokarlar, avtomobil haydovchilari kiradi.

3. Avtomatlashtirilgan va avtomatik tizimni qo’llash bilan bog’liq bo’lgan kasblar (A)

Inkubator sexdagi operatorlar, dasturlashtirilgan stanokni boshqaruvchi opreatorlar, magnit zapis operatori.

4. Mehnat vositalarining ko’pfunksiyaliligiga bog’liq kasblar (F)

Bu erda mehnat vositalarining psixologik ko’rinishi nazarda tutilgan – turli xil fikrdagi etalonlar (masalan, akrobatda – harakatlarning ketma – ketligini xayol qilish, direjyorda – ko’rsatmali etalonlar va boshqalar).

To’rtinchi *daraja*da mehnat **sharoitiga** ko’ra har bir guruhning o’ziga xos quyidagi belgilari ko’rinadi:

1. ***Mikromuhit, maishiy qulayliklar, «xonakilashtirilgan» sharoitlarda ishlovchilar (m):*** laborantlar, buxgalterlar, EHM operatorlari.

2. ***Har qanday ob – havo sharoitida ham ochiq havoda bo’lish zarurati bilan bog’liq ishlar (o):*** agronom, po’lat va temirbeton konstruksiyalarni montajlovchi, davlat avtoinspeksiya nazoratchisi.

3. ***Noqulay shart – sharoitlar – balandlikda, suv tagida, er ostida, yuqori hamda past temperaturada va hokazolardagi ishlar (n):*** antenachi – machtachi, g’ovvos, tog’ kombayni mashinisti, o’t uchuruvchi.

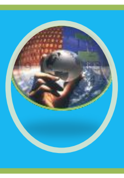
4. ***Insonlarning ma’naviy hayoti va sog’ligi uchun javobgar bo’ladigan, asosan qadriyatlarga yo’naltirilgan ishlar (m)***: MTM tarbiyachilari, o’qituvchilar, izquvarlar.

Xulosa qilib aytganda, ushbu to’rtta guruhdagilar bir – birini inkor qilmaydigan, ba’zida bir yo’nalishda ish yurituvchilardir. Ular faqatgina inson o’zi uchun zarur bo’lgan vositalar, belgilar asosida kasbiy farqlanishlardir.

3- Ma’ruza. Amaliy sport psixologi faoliyatining xususiyatlari

Reja

- 1. Psixolog xizmati nima u?
- 2. Bo‘lg‘usi psixologda muomala uslubini shakllantirish.
- 3. Psixolog muomalasining tuzilishi va shakllari.



1. Psixolog xizmati nima u?

Mamlakatdagi iqtisodiy-ijtimoiy islohotlarning samarali bo‘lishini ta’minlash, ishlab-chiqarishda va ijtimoiy hayotning barcha bo‘g‘inlarida inson omilidan foydalanish, har bir ijtimoiy shaxs imkoniyatlarini to‘la-to‘kis yuzaga chiqarish masalasi bilan bog‘liq quyidagi vazifalarni amalga oshirish mas’uliyatini yukladi:

- Aholi o‘rtasida psixologik savodxonlikni oshirishga qaratilgan qator tadbirlarni belgilash va uni amalga oshirish;
- Xar bir shaxs imkoniyatini O‘zbekiston psixologlari oldiga psixologik xizmat jamoadagi ijtimoiy-psixologik iqlimni O‘zbekistonda olib borilayotgan ijtimoiy-iqtisodiy va etnopsixologik tamoyillariga moslashtirilgan eng ilg‘or testlar,metodikalar, asosida o‘rganish, tahlil qilish va bu borada tegishli xulosalar chiqarish;
- Xodimlarni tanlash va psixologik imkoniyatlari asosida turli sohalarga yunaltirishda ma’muriy tashkilotlarga ko‘maklashish, shuningdek barcha bulindagi rahbar xodimlarning mamlakatdagi ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyot talabiga mos psixologik savodxonligini oshirish maqsadida qisqa muddatli " ijtimoiy psixologiya " kurslarini tashkil etish;
- Fuqarolarning kasbiy yo‘nalishlarini aniqlash va mehnat birjalari faoliyatini rejalashtirishda faol yordam ko‘rsatish;

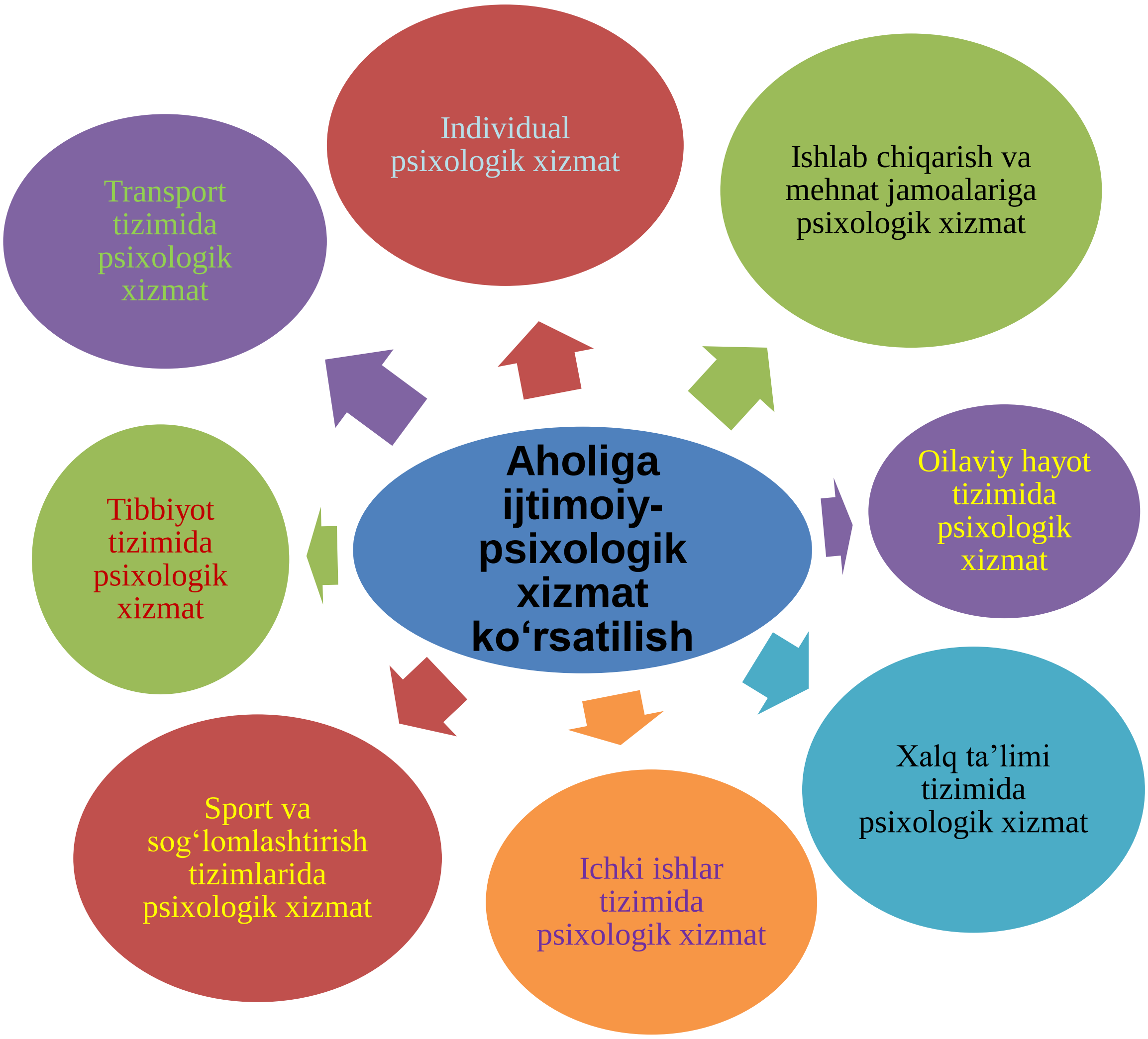
"O’zbekiston Respublikasi xalq ta’limida psixologik xizmat, xalq ta’limi tizimida ishlaydigan psixologlarning malakasini oshirish va ularning attestasiyasi haqida Nizom"ning Xalq ta’limi vaziri **J.G’.Yo’ldoshev** tomonidan tasdiqlanishi (**1996 yil 5 aprel**) bo’ldi.

Shuningdek, mazkur sohalarda psixologik xizmatni muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun "sotsiolog-psixologlar", "amaliyotchi - psixologlar" tayyorlash mexanizmini ishlab chiqish bugungi kunda eng dolzarb muammo ekanligi yanada sezilmoqda. Yuqoridagi vazifalarni amalga oshirish borasida olimlar tomonidan talaygina nazariy-ilmiy va amaliy uslubiy ishlar amalga oshirildi. Jumladan, Nizomiy nomli Toshkent Davlat pedagogika universitetida, Mirzo Ulug‘bek nomidagi milliy Universitetida olib borilayotgan ilmiy amaliy tadqiqot ishlari u yoki bu sohada psixologiyaning amaliy tatbiqini yaqqol va ravshan namoyon etmoqdakim, bu xayrli ishlar O‘zbekistonda tashkil etilajak umumiy psixologik xizmat tizimining dastlabki ilmiy-tashkiliy asosini barpo etishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Masala moxiyatiga, ya’ni tadqiqot maqsadiga aniq va konkret yondashadigan bo‘lsak psixologik xizmatning aynan ilmiy tashkiliy mazmuni va psixologik xizmat tatbiqining amaliyotdagi faoliyat yo‘nalishlari haqida fikr mulohaza yuritishga va mazkur fikr-mulohazalarni O‘zbekistondagi psixologik xizmatning bugungi holatini tahlil qilish nuqtai nazaridan talqin qilishga to‘g‘ri keladi. *(4-rasmga qarang).*

Psixologik xizmatning ilmiy-amaliy asoslariga ilg‘or psixologiya fanidagi nazariy-ilmiy, metodologik yo‘llanmalar, tamoyillar, mezonlar va xulosalarning amaliyotdagi tatbiqi kiradi. Bu tatbiq esa ilmiy-amaliy ish jarayonining psixologik oqartuv, psixoprofilaktika, psixodiagnostika, psixokorreksiya, psixologik maslahatlar kabi yo‘nalishlarida o‘z ifodasini topadi. Psixologik xizmatning tashkiliy faoliyat asoslari, deganda, qaysi sohada psixologik xizmatning tashkil etilishiga qarab o‘sha soha yo‘nalishidagi yuqorii tashkilot qarori va shu qarorga muvofiq tashkilot, korxona muassasalarda psixologik xizmat tizimining xududiy psixologik xizmat markazlari

faoliyati yoki bevosita amaliyotchi-psixologlar faoliyati orkali tatbiq etilishi tushuniladi.



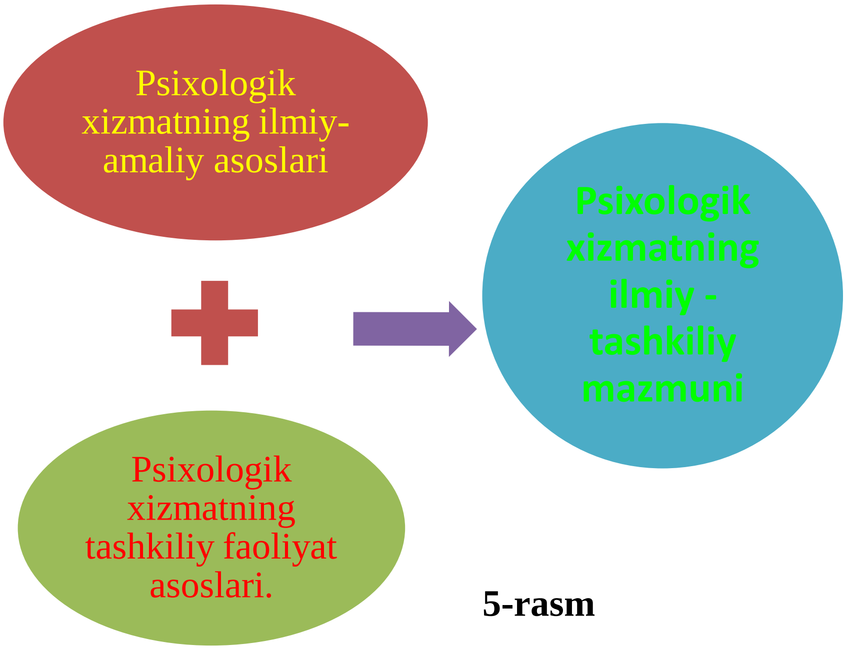
4-rasm

Yuqoridagi 2 yo‘nalish *(5-rasm)* asosida psixologik xizmat tatbiqining bugungi holatiga nazar tashlaydigan bo‘lsak, har holda bu borada ma’lum ishlar bajarilganligining guvoxi bo‘lamiz. Chunonchi, Respublika Temir yo‘l Vazirligining 1991 yil 13 avgust 41/42 buyrug‘iga binoan Respublika xalq ta’limi Vazirligining 1992 yil 17 noyabr’ №313 raqamli buyrug‘i asosida, O‘zbekiston Avtomobil transporti davlat - aksionerlik korporatsiyasining 1995 yil 25 noyabr’ 07 - 3/139 raqamli maxsus xati asosida joylarda psixologik xizmat tatbiqi joriy qilindi. Mazkur ko‘rsatmalarga muvofiq Toshkent va Buxoro temir yo‘l bo‘linmalarida psixologik xizmat joriy qilindi. Bo‘linmadagi har bir ishchi - xodimning o‘ziga xos psixologik imkoniyatlari va kasbiy layoqati tarkib topganligining psixologik omillari asosida ish faoliyatini tashkil etishga oid talaygina ishlar qilindi va qilinmoqda.

Psixologiya nima?

- *Psixologiyaning negizi;*
- *Psixologik ilmlarning rivojlanishi;*
- *Zamonaviy psixologiya;*
- *Psixologiyaning dolzarb savoli;*
- *Psixologiyaning 3 asosiy bosqichi;*

Biron marta turli millat odamlari orasida, turli jins vakillari orasida qanday harakat qilish haqida qayg’urganmisiz? Biz ulardan qaysi jihatlarimiz bilan farq qilamiz va o’xshaymiz?



5-rasm

- *Biron marta yarim kechasi uyg'onib ketib, nima uchun bunaqa ahmoqona tush ko'rganingiz haqida hech qiziqqanmisiz?nima uchun biz tush ko'ramiz?*
- *Biron marta 6 oylik chaqaloq bilan peekabo o'ynaganmisiz? Nima uchun bola bu o'yinga qiziqadi?*
- *Biron marta asrandi bolalar maktabi qanday bo'lishiga qiziqqanmisiz? Ba'zi odamlar aqlli bo'lib tug'ilishadimi?*
- *Biron marta depressiyaga tushganmisiz yoki o'zingizni har doim yaxshi his qilganmisiz? Kayfiyatimizning yaxshi yoki yomon bo'lishiga nima ta'sir ko'rsatadi?*
- *Internet video o'yinlar, ijtimoiy tarmoqlar insonlarga qanday tasir qilishi haqida o'ylab ko'rganmisiz? Bugungi electron vositalar o'ylarimizga qanday tasir etadi?*

Psixologiya shu kabi savollarga javob izlaydigan fan hisoblanadi.[7]

Manba:

Bu o'rinda shuni ta'kidlash joizki, xalq ta'limi tizimida psixologik xizmat tatbiqining bugungi holatini 2 bosqich asosida talqin qilish mumkin.

1-bosqich - maktablarda bevosita psixologlar tomonidan psixologik xizmatning tashkil etilishi, albatta, mazkur yo'nalish buyicha allaqachon, aniqrog'i 80 yillardayoq Toshkent shahrining talaygina maktablarida ish boshlangan va o'sha paytlarning o'zidayoq psixologik xizmatning qulay va shaxs kamoloti uchun nihoyatda ahamiyatli tomonlari barchaga ma'qul va manzur bo'lgan edi. Lekin, psixologik xizmatning keng targ'ibot qilinishi uchun yuqoridan maxsus rasmiy farmoyishning va amaliyotchi-psixologlarning nihoyatda taqchilligi yoppasiga barcha maktablarda xuddi shunday psixologik xizmatni tatbiq etish ishiga birmuncha to'sqinlik qilib kelar edi.

2-bosqich - Shukurlar bo'lsinki, 90 yillarga kelib mustaqillik, erk, o'zlikni anglash hislari hukmron bo'lgan O'zbekiston sharoitida inson va jamiyat kamolotini ko'zlovchi barcha ijtimoiy sohalar singari psixologik xizmat tatbiqining keng quloch yoyishi uchun ham o'ziga xos zamin hozirlandi. Bu esa O'zbekiston uchun xarakterli bo'lgan psixologik xizmat rivojlantirilishining navbatdagi amaliyotchi-psixologlar tayyorlash, bosqichiga o'tishni muqarrar qilib qo'ydi. Chunki, maktabdagi ijtimoiy psixologik iqlimni tahlil qila oluvchi malakali amaliyotchi-psixologlar

[7] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 2

tayyorlamay turib O‘zbekistonda psixologik xizmat tatbiqini muvaffaqiyatli amalga oshirib bo‘lmas edi. Shunga muvofiq, dastavval Toshkentda, so‘ngra Buxoroda, keyinchalik Navoiy, Andijon, Samarqand va boshqa viloyatlarda umumta’lim maktablari uchun "amaliyotchi-psixologlar" mutaxassisligi bo‘yicha qayta tayyorlov kurslari ochildi va bu kurslarni muvaffaqiyatli tugatganlar Respublikamizning talaygina maktablarida psixologik xizmat tashkilotchisi, targ‘ibotchisi va tadbiqotchisi sifatida samarali ish olib bormoqdalar.

Qolaversa, umumta’lim maktablarida psixologik xizmatni tashkil etishda va takomillashtirish borasida 1987 yil Buxoroda, 1990 yil Toshkentda, 1993, 1994, 1995 yillarda Buxoroda tashkil etilgan Respublika ilmiy-amaliy anjumanida qilingan barcha ma’ruzalar, ko‘tarilgan muammolar O‘zbekistondagi psixologik xizmat tatbiqining tub moxiyatini tushunish, tahlil qilish va bu borada olib borilishi lozim bo‘lgan vazifalarni belgilash uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

O‘zbekistonda psixologik xizmatning bugungi ilmiy-tashkiliy holatini tahlil qilar ekanmiz, albatta, Respublika miqyosida psixologik xizmat ko‘lamini kengaytirish uchun muhim ahamiyat kasb etadigan amaliyotchi-psixologlar tayyorlash uslubi, prinsiplari va o‘ziga xos xarakterli xususiyatlari haqida o‘z fikr-mulohazalarimizni bayon etishni joiz, deb o‘ylaymiz:

Ma’lumki, psixologik xizmat barcha mamlakatlarda, hatto bir -biriga o‘xshamagan turli ilmiy-tashkiliy shakllarda amalga oshirilib kelmoqda. Bu, albatta,tabiiy hol bo‘lsa kerak. Chunki, har bir davlatning faqat o‘z ijtimoiy-iqtisodiy va siyosiy taraqqiyotiga mos tadbirlargina shu davlatda qo‘llaniladi va kerak bo‘lsa rivojlantiriladi. Shunga muvofiq, O‘zbekistonda psixologik xizmatni rivojlantirish uchun malakali va etuk mutaxassislar kamligini xisobga olib, dastlabki qadam maktabning eng ilg‘or va iqtidorli o‘qituvchilari orasidan amaliyotchi psixologlar tayyorlash tashabbusi bilan boshlandi.

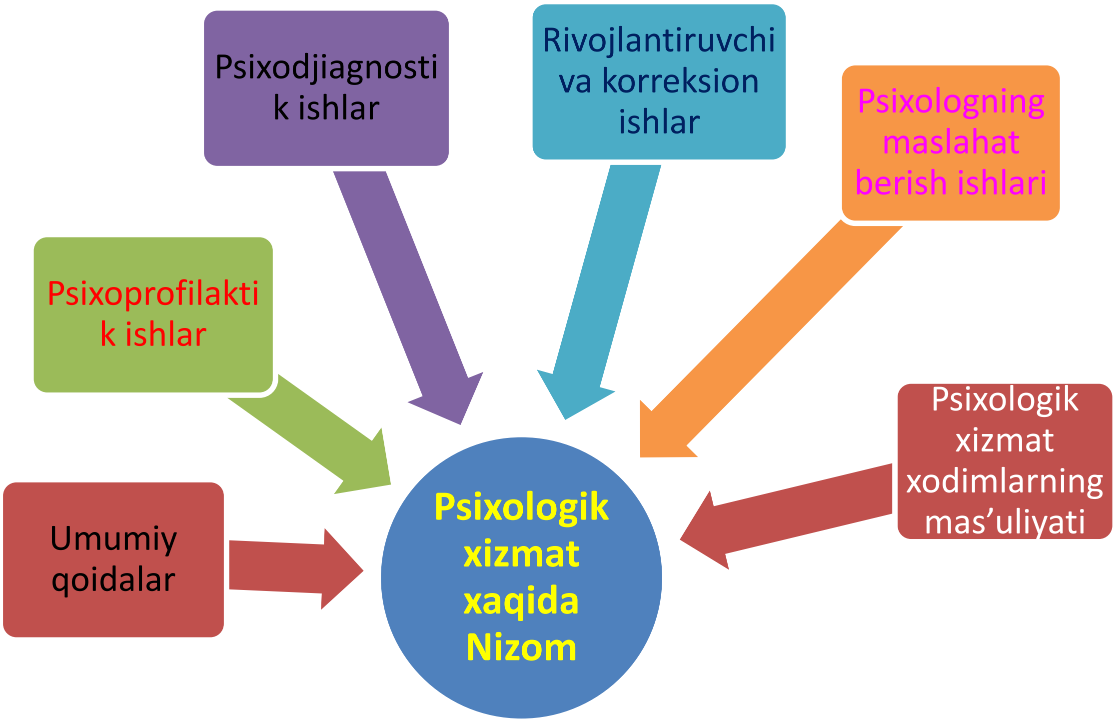
Nima uchun "amaliyotchi-psixologlar" kursiga aynan tajribali o‘qituvchilargina jalb qilindi

Darhaqiqat, kursga faqat yuqori malakali pedagoglarning jalb qilinishi bejiz emas. Chunki, maktabda psixolog bo‘lish uchun, avvalo o‘quvchi shaxsini, o‘quv jarayonini ta’lim-tarbiya mezonlarini chuqur va to‘g‘ri tahlil qila olish ma lakasi va tajribasi bo‘lishi shart, deb o‘ylaymiz. Shuningdek, masalaning ijtimoiy tashkiliy tomonlari ham mavjud. Masalan, maktabda ishlab ma’lum tajribaga ega bo‘lmagan shaxslar kursga qabul qilinsa, 4-5 oygina muddat ichida maktabdagi pedagogik-psixologik jarayonni to‘g‘ri va muvaffaqiyatli tahlil qila olish malakasiga ega bo‘la olmaydilar. Boshqa tomondan esa, agarda, universitetlar va pedagogika institutlarida "amaliyotchi-pedagog-psixolog" mutaxassisligi bo‘yicha fakul’tetlar tashkil qilinganda, kamida 5 - 10 yil, balki undan ham ko‘proq kutishga to‘g‘ri keladi. Mabodo fakul’tetni tugatgan takdirda ham pedagogik tajriba bo‘lmasa baribir pedagogik jarayonni psixologik tahlil qilish ishida bir muncha mushkullik tug‘diradi.

Shularni hisobga olib O‘zbekiston xalq ta’limi Vazirligi tomonidan chiqarilgan farmoyishlar va viloyatlar xalq ta’limi boshqarmalarining tashabbuslari bilan tashkil etilgan "amaliyotchi-psixolog" kurslarining ish faoliyati bugungi kunda O‘zbekistondagi psixologik xizmatni rivojlantirish uchun eng optimal tadbir sifatida muhim ahamiyat kasb etayotganligini alohida ta’kidlamoqchimiz.

2. Bo‘lg‘usi psixologda kasbi haqidagi tassavurlarni shakllantirish.

Psixolog o‘zining inson xulq atvori va psixik faoliyati, psixik taraqqiyotning yosh qonuniyatlari xaqidagi kasbiy bilimlariga, ularning o‘quvchilar va kattalar, tengdoshlari bilan o‘zaro munosabat xususiyatlariga, o‘quv – tarbiya jarayonini tashkil etishga bog‘liqligiga tayanib, bolaga individual yondashuv imkoniyatlarini ta’minlaydi, uning qobiliyatlarini aniqlaydi, normadan chetlashishlarning bo‘lishi mumkin bo‘lgan sabablarini psixologik-pedagogik korreksiya qilish yo‘llarini aniqlaydi. Bu bilan psixologik xizmat maktabda o‘quv tarbiya ishining mahsuldorligini oshirishga, ijodiy faol shaxsni shakllantirishga imkon beradi.



6-rasm

Psixologik xizmat xodimlari barcha muammolarni hal qilishda bolani har tomonlama va garmonik rivojlanish vazifalariga va uning qishlariga tayanadidlar. Amaliyotchi psixolog o'z faoliyatini pedagogik jamoa va ota-onalar bilan yaqin aloqada amalga oshiradilar. *(6-rasm).* Psixologik xizmat o'z faoliyatida tibbiy, defektologik va boshqa xizmat turlari bilan, bola tarbiyasida yordam ko'rsatuvchi jamoachilik xodimlari bilan yaqin aloqada ish olib boradi. Barcha mutaxassislar bilan munosabat tenglik asosida va fikrlarning bir-birini o'zaro to'ldirishi asosida quriladi.

O'rta maxsus, kasb-hunar tizimidagi psixologik xizmatning maadi-shaxsning har tomonlama garmonik kamoloti, to'laqonli psixologik taraqqiyotni ta'minlovchi qulay shart-sharoitlar yaratishdan iboratdir.

Psixologik xizmatda tadqiqot va ta'sir o'tkazish ob'ekti maktabgacha yoshdagi bolalar, o'quvchilar, maxsus o'quv yurti va oliy maktab, kollej talabalari, o'quvchilar, ota-onalar bo'lib hisoblanadi, ularni alohida yoki guruhiy shaklda tadqiq qilish mumkin.

Psixologik xizmat metodlari turli tuman bo'lishi mumkin:

a) xalq ta'limi va o'rta maxsus kasb-hunar ta'limi xodimlari, o'quvchilar, talabalar bilan ma'ruzalar turkumi va trenning mashg'ulotlari o'tkazish va aholining psixologik madaniyatini o'stirish maqsadida;

b) ilmiy ommabop adabiyotlarni yaratish va ularni tarqatish;

v) ommaviy axborot vositalarida chiqishlar uyushtirish,;

g) psixodiagnostik tadqiqotlar o'tkazish, metodikalar ishlab chiqish (test savol varaqasi, tajriba, kuzatish, suhbat va boshqalar);

d) psixologik maslahat berish;

e) psixologik konsiliumlar o‘tkazi;

j) ta’lim va tarbiya beruvchi dasturlardan foydalanib psixodrama, psixokorreksion treninglarni amalga oshiri;

z) psixologik tadqiqot ob’ektining psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda o‘quv dasturi, o‘quv tarbiya rejalarini tahlil qilish va hakozolar.

Psixologik xizmat xalq ta’limi va oliy o‘rta maxsus ta’lim tizimining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi.

Psixologik xizmat mutaxassislari barcha muammolarni hal qilishda har qaysi shaxsning manfaati va uning har tomonlama garmonik rivojlanishidan kelib chiqqan holda yondoshadi.

Psixologik xizmat mutaxassislari o‘z faoliyatilarini tibbiyot xodimlari, defektologik xizmat, muhofaza qilish tashkilotlari, muayyan komissiyalar, balog‘atga etmagan o‘smirlar inspeksiyasi, ota-onalar qo‘mitasi, ishlab chiqarish, jamoasi, jamoatchilik bilan uzviy aloqada amalga oshiradilar.

Amaliyotchi psixologlar o‘qituvchiga berilgan barcha imtiyozlardan foydalanish huquqiga ega. Ularning mehnat ta’tili muddati barcha o‘qituvchilar bilan barobardir. O‘quvchilar soni 500 gacha bo‘lgan maktablarda 1 shtat birligi psixolog ishlashi zarur. Kasb hunar kollejlarida o‘quvchilar soni 250 ta bo‘lsa, 1 shtat birligi psixolog ishlashi zarur. Bog‘chalarda har 2 bog‘chada 1 psixolog ishlashi maqsadga muvofiq.

Oliy va o‘rta maxsus, xalq ta’limi tizimidagi psixologlarning faoliyati, psixologik maslahat va muammolaning ijtimoiy-psixologik faol usullari, psixokorreksion, psixodiagnostika, ijtimoiy, pedagogik, bolalar psixologiyasi sohalari bo‘yicha umum psixologik tayyorgarlik olgan, psixologik ixtisosga ega bo‘lgan mutaxassislar tomonidan amalga oshiriladi.

2. Psixologning asosiy vazifasi.

Amaliyotchi psixologlar ish tajribasini tahlil qilib, biz psixologik xizmat doirasida alohida diagnostik ish, alohida korreksion ish haqida gapirish mumkin emas degan xulosaga keldik. Psixologik xizmatda diagnostik - rivojlanuvchi yo‘nalishlar ishning yagona yo‘nalishlardir. D.B. Elkoninning ta’kidlashicha, bolalarni tanlash uchun, aniqlangan chetlashishlarni tuzatish maqsadida psixik tarakqiyotni nazorat qilishga yo‘naltirilgan maxsus diagnostika zarur. Uning ta’kidlashicha, taraqqiyotda bo‘lishi mumkin bo‘lgan chetlashishlarni ertaroq tuzatish uchun psixik taraqqiyotni nazorat qilish zarur. Amaliyotchi psixolog faqatgina diagnoz qo‘yish bilan cheklanmasdan, keyingi rivojlanish dasturini ishlab chiqish bilan cheklanmasdan, o‘zi bergan tavsiyalarning bajarilishini nazorat qiladi, korreksion va rivojlantiruvchi ishlarni o‘zi ham olib beradi.

Amaliyotchi psixologning diagnostik - korreksion ishi murakkab faoliyat turlaridan biri bo‘lib, maxsus psitxologik tayyorgarlikni talab qiladi. Amaliyotchi psixologning diagnostik - korreksion faoliyati murakkab, javobgarlikni talab qilishi bilan birga, kam ishlagandir. Bu jarayon birinchi bo‘lib, tarbiyasi qiyin va normal bolalarni o‘rganishga bag‘ishlangan pedalogik tadqikotlarda L.S. Vigotskiy tomonidan qo‘llangan. Bu sxema bo‘yicha I. Shvansar shaxs taraqqiyotini diagnostika qilishning bosqichli eksperimental-psixologik nuqtai nazarini taklif etadi.

Bu bosqichlar quyidagilar:

1. Psixologga rasmiy iltimos.
2. Psixologik muammoni aniqlash.
3. Tadqiqot metodini tanlash.
4. Psixologik diagnoz qo‘yish
5. Amaliy tavsiyalar

Psixologning rasmiy iltimosga javob tarzidagi ishini birinchi nuqtai nazar sifatida psixologning yoki bu tarbiyasi qiyin o‘quvchiga nibatan o‘qituvchining ma’lum ijtimoiy talabiga javobini ko‘rsatish mumkin. Bu holda o‘quvchiga «tarbiyasi qiyin» tashhisi (diagnozi) o‘qituvchilar, tibbiyot xodimlari, voyaga etmaganlar ishi bo‘yicha nazorat xodimlari tomonidan qo‘yilgan bo‘ladi. Psixologning vazifasi-qiyinchiliklarning sabablarini aniqlash va ularga mos tuzatish (korreksiya) metodlarini topishdan iborat.

Psixoprofilaktik ish-amaliyotchi psixologning eng kam ishlangan faoliyati turlaridan biri hisoblanadi.

Psixoprofilaktikada uch bosqich ajratib koʻrsatiladi:

Birinchi bosqich dastlabki profilaktika deb ataladi. Bu bosqich psixolog sogʻ bolalar bilan ishlaydi yoki maktabdagi barcha oʻquvchilarni qamrab oladi. Koʻpchilik mualliflarning ta'kidlashicha, maktab psixik sogʻliq profilaktikasi uchun qulay hisoblanadi. Ular maktab psixologlarini dastlabki profilaktikani oʻtkazadigan mutaxassislar deb tan oladilar.

Ikkinchi bosqich profilaktika muammolari mavjud bolalarga qaratiladi. Uning maqsadi - oʻqishdagi va xulq - atvordagi qyinchiliklarni iloji boricha erta aniqlab, ularni yoʻqotishdan iboratdir. Ikki bosqichda ota-onalar va oʻqituvchilarga maslahatni ham oʻz ichiga oladi bolaning oʻqishi oʻzgarishi uchun ta'lim uslubini oʻzgartirish.

Uchinchi bosqich. Psixolog oʻqishdagi va xulq - atvordagi yaqqol koʻrinib turadigan muammolari bor bolalarga oʻz diqqatini qaratadi. Profilaktikaning dastlabki maqsadi - jiddiy psixologik qiyinchiliklarni va muammolarni yoʻkotish va tuzatishdan iborat. Psixolog oldida kelgan bola bilan alohida igʻlaydi. Maktab psixologining asosiy kuchi uch bosqichga ya'ni «tarbiyasi qiyin» bolalarga qaratiladi va oʻquvchilarning asosiy qismi psixolog e'tiboridan chetda qolib ketadi.

Hozirgi amerika psixologlari maktablardagi psixologik xizmatni psixik sogʻliqni xizmati sifatida faoliyat koʻrsatishning tarafdori boʻlib chiqmoqdalar.

Psixoprofilaktika amaliyotchi psixolog faoliyatining maxsus turi boʻlib, maktabdagi barcha oʻquvchilarning aqlan ta'minlashning shart-sharoitlarini yaratishdan iborat.

Shunday qilib, psixolog profilaktik ishining asosiy vazifalari quyidagilar:

1. Har bir yosh bosqichida insonning shaxs sifatida shakllanishi, aqlan barkamollikni ta'minlashning oqilona shart-sharoitlarini yaratish;
2. Shaxs kamoloti va intellektual taraqqiyoti boʻsagʻasida vujudga kelishi mumkin boʻlgan psixologik nuqsonlar va buzilishlarni oʻz vaqtini oldini olish hisoblanadi.

4–ma'ruza. Sport psixologining eng muhim kasbiy xislatlarini shakllantirish va uning rejasi

Reja:

1. Psixolog sifatida shakllanishining bosqichlari (bakalavr, magistr) va ularning o'ziga xos xususiyatlari.
2. Sport psixologi tushunchasiga ta'rif.

1. Psixolog sifatida shakllanish bosqichlari (bakalavr, magistr) va ularning o'ziga xos xususiyatlari.

Har qanday insonda xam ozmi yoki ko'pmi psixologik bilimlar mavjuddir, buning dalili sifatida odamlarning bir-birlarini tushunishlari, ta'sir o'tkazishlari, xulq-atvor oqibatini oldindan bashorat qilish, kishining yakkahol xususiyatlarini hisobga olgan xolda unga yordam ko'rsatishni ta'kidlab o'tishning o'zi kifoya.

Endi kundalik turmushning psixologik bilimlari bilan ilmiy psixologik bilimlar o'rtasidagi tafovutlar yuzasidan mulohaza yuritish ayni muddaodir. Kundalik turmushga oid psixologik bilimlar, dastavval, yakka va alohida olingan xolat, vaziyatni o'z ichiga qamrab oladi. Masalan, sinchikov bola o'z muddaosiga yetish uchun otasiga, onasiga, buvasiga, opasi xamda akasiga har xil uslub bilan ta'sir o'tkazadi, turlicha vaziyatlardan foydalanadi. U ko'zlangan maqsadiga erishish uchun katta yoshdagi odamlarning individual-tipologik xususiyatlarini xisobga olgan holda ish tutadi. Kundalik turmushga oid psixologik bilimlar aniq vaziyatga qaratilganligi, biror shaxsga yo'nattirilganligi bilai ilmiy psixologik bilimlardan farq qiladi.

Ilmiy psixologiya esa muayyan metodlar, vositalar, uslublar, usullar, operasiyalar yordamida ma'lumotlar to'plash va ularni umumlashtirishga intiladi, izlanyotgai obyektniit xususiyati, xolati, munosabati, bog'lanishi kabilarni aks ettiruvchi ilmiy tushunchalar, ta'riflar, qonuniyatlar xossalar yordamida psixologik mexanizmlar kashf qilishga xarakat qiladi.

Odatda shaxsning xususiyatlari, sifatlari, fazilatlari, xislatlari, xulq-atvorlari, xatti-xarakatlari bo'yicha turmush sharoitidagi bilan fan olamidagilar (xatto ilmiy tushunchalar, atamalar) o'zaro o'xshab ketsa-da, lekin ilmiy psixologik mazmun, mohiyat, majmua o'zining to'zilishi, tarkibi, aniqligi, mantiqan izchilligi, ma'noning yig'ikligi bilan keskin ajralib turadi.

Yuqorida yuritilgan mulohazalar kundalik turmush tajribasida to'planadigan psixologik bilimlar bilan ilmiy bilimlar orasidagi dastlabki (birinchi) farqni sharxlashga yo'naltirilganligi bilan alohida ahamiyat kasb etadi. Lekin shu narsani yoddan chiqarmaslik kerakki, turmushga oid amaliy psixologik bilimlarga asoslanmasdan turib, ilmiy psixologik nazariyalarni yaratish mumkin emas. Xolbuki shunday ekan, amaliy bilimlar genetik kelib chikishi nuqtai nazaridan birlamchi hisoblanadi.

Shu narsani alohida ta'kidlab o'tish zarurki, kundalik turmush psixologik bilimlari aksariyat xollarda farosatlilik, sezgirlik, topkirlik xususiyati asosida intuitiv tarzda namoyon bo'lishi kuzatiladi. Buning asosiy sababi shuki, ko'pincha egallanayotgan bilimlar hayotiy tajribada uchragan voqyelikka nisbatan munosabat, amaliy sinovlar negizida vujudga keladi, keyinchalik undagi ayrim dag'allik va nuqsonlar silliqlanadi. Shuning uchun unday psixologik bilimlar maxsus uslublar yordamida qabul qilinadi, ammo mantiqiy tahlil qilinmasdan turib to'g'ridan-to'g'ri muomala tizimiga uzatiladi.[8]

[8] G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. -T. O'qituvchi. 2010 y. 9 - b.

Oldingi mavzularimizda aytilganidek psixolog albatta, u mutaxassis sifatida ma’lum bir darajalarga ega bo‘lishi kerak. O‘z mas’uliyatini amaliy psixolog albatta hamma sohalarda ishlatishi mumkin. psixologda ijtimoiy himoya bo‘lishi talab qilinadi, u o‘zini himoyalangan deb hisoblashi kerak. Bunda u psixologlarning jamiyatiga murojaat qilishi kerak bo‘ladi. Bu manzilda amaliy psixologlar uchun himoya beriladi. Psixologlar bakalavr mutaxassisliklarida umumiy psixologiya, eksperimental psixologiya, ijtimoiy psixologiya, psixodiagnostika, sotsial trening, yosh davrlari psixologiyasi, oilaviy munosabatlar psixologiyasi, differensial psixologiya, etnopsixologiya, sport psixologiyasi, psixologiya tarixi, pedagogik psixologiya, oliy maktab psixologiyasi, din psixologiyasi, marketing psixologiyasi va boshqa psixologik sohalardan ilmiy nazariy ma’lumotlarga ega bo‘lishadi. Ulaming nazariy ma’lumotlari ma’lakaviy bitiruv ishlarida amaliy tahlil qilinadi.

Sport psixologiyasi - Sport musobaqalari va mashqlanish faoliyatida inson psixikasining rivojlanishi, guruxiy

Sport psixologiyasi: yuzaga kelishi va hozirgi holati

Sport psixologiyasi – psixologiya fanining eng yosh maxsus sohalaridan biridir. “Sport psixologiyasi” tushunchasining o’zi va maxsus psixologik bilimlar ana shu sohasidagi ba’zi savollar birinchi bor olimpiya o’yinlari asoschisi Pyer de Kuberten maqolalarida paydo bo’ldi. Uning bu maqolasi XX asrning eng boshida nashr etilgan va tasvirlash xususiyatiga ega bo’lgan. 1913 yilda Lozannada uning tashabbusi bilan tashkil etilgan Xalqaro Olimpiya qo’mitasining sport psixologiyasi bo’yicha maxsus kongressda u birinchi bor muhokama etildi. Ammo o’sha paytda sport psixologiyasi muammolarini haqiqiy ilmiy o’rganish mavjud emas edi, uni ilmiy psixologik bilimlar maxsus sohasi sifatida tan olish ham sodir bo’lmadi. Sport xali yaxshi rivojlanmaganligi, sport psixologiyasi masalalari faqatgina alohida jamoatchilik arboblari va olimlarni qiziqtirganligi sababli uni tan olishi xali mumkin emasdi. Lekin baribir Pyer de Kubertenning tashabbusi va Lozanna kongressi sport psixologiyasini o’rganishda ma’lum turtki bo’ldi va ularni o’rganish 1920-1940 yillar davomida Germaniya va AQShda hamda boshqa mamlakatlarda faol olib borildi.

Sport psixologiyasi *– atamasini ilk bor fanga olimpiya o’yinlari asoschisi* ***Pyer de Kuberten*** *kiritgan.*

Sport psixologiyasi ayniqsa ikkinchi jahon urushidan keyin jadal rivojlandi va hozirgi kunda uni ilmiy ishlab chiqish dunyoning ko’pgina mamlakalarida amalga oshirilmoqda. Bunga asosiy sabab sport yutuqlarining butun dunyoda jadal o’sib borishi va sportning obro’si oshishi bo’ldi, ayniqsa sport turlari bo’yicha jahon birinchiliklari va olimpiya o’yinlarida bu yaqqol namoyon bo’ldi. 1965 yilda sport medisinasi Italiya Federasiyasi tashabbusi bilan Rimda yana sport psixologiyasi bo’yicha birinchi kongress tashkil etildi. Bu kongressda sport psixologiyasi Xalqaro jamiyati (ISSP) tomonidan doimiy faoliyat yurituvchi rahbar organni va tashkilot prezidenti saylanishi muhim hodisa bo’ldi. Bu sport psixologiyasini xalqaro tan olinishini bildiradi. ISSP o’z vazifalarini faol bajaradi. Rim kongressidan keyin yana uchta kongress o’tkaziladi: 1968 yilda Vashingtonda; 1973 yilda Madridda va 1977 yilda Pragada. Madrid kongressida tashkilot prezidenti etib Chexoslovakiya vakili Miroslav Vanek

Sport psixologiyasi *sohasida birinchilardan bo’lib Ozbekistonda psixolog olimlardan* ***Gaynutdinov Ramil Zaydullayevich*** *tadqiqotlar olib borgan*

saylanadi. 1970 yildan boshlab ISSPning rasmiy organi nashr etiladi – “sport psixologiyasi xalqaro jurnali”.

ISSPning tashkil etilishi sport psixologiyasi regional birlashmalari tashkil bo’lishiga yordam beradi. 1967 yilda sport psixologiyasi Shimoliy Amerika tashkiloti yuzaga keladi. 1969 yilda sport psixologiyasi Yevropa assosiasiyasi (FEPSAK) tashkil topadi. Shundan keyin turli yillarda Kanadada, Yaponiya, FRG, Angliya, Fransiya, Braziliya, Avstraliya va boshqa mamlakatlarda sport psixologiyasi milliy tashkilotlari tuziladi.

Sport psixologiyasi bo’yicha hisobotlar XVIII va XX Xalqaro (butunjahon) psixologik kongresslari dasturlaridan joy oladi. 1972 yilda myunxen shahrida o’tkazilgan olimpiya ilmiy kongressi, 1974 yilda Moskvada o’tkazilgan “Sport hozirgi zamon jamiyatida” nomli xalqaro konressda hisobotlar tinglanadi.

Jismoniy tarbiya va sport psixologiyasi Rossiyada sosialistik revolyusiyadan keyin paydo bo’ladi. Revolyusiyadan avval Rossiyada psixologiya fani va bilimlar bu sohasi mavjud emas edi. Bunga sabab sportning rivojlanmaganligi, jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasini ilmiy ishlab chiqishga qiziqish va talab yo’qligi bo’ldi.

Sport psixologiyasi yuzaga kelishi mumkinligi va zarurligi bir qator boshqa omillarga ham asoslangan. Bu birinchi navbatda yoshlarning ma’naviy va jismoniy barkamol rivojlanishi va sportchilarning mahorati o’sishi masalalarini hal etish bilan bog’liq sport va jismoniy tarbiyani ommaviylashtirish amaliyotiga bo’lgan talab edi.

Guruhiy psixologik trening amaliy psixologiyadagi faol usullarning yig‘indisi hisoblanadi. Ular quyidagi holatlarda ishlatiladi:

1) klinik psixoterapiyada nevrozlarni, alkogolizmni va somatik kasalliklarni davolashda;

2) psixik sog‘lom insonlar bilan ishlashda, o‘zini rivojlantirish uchun yordam va psixologik yordam muhtojlar uchun.

Bizning faoliyatimizda ikkinchi holat biz uchun muhimdir.

Psixologik lug‘atda ijtimoiy psixologik trening amaliy psixologiyaning sohasi sifatida ko‘rsatiladi. Bunda muloqot uchun layoqatliligini aniqlash uchun ishlatiladi. Guruhiy psixologik trening nafaqat ijtimoiy psixologiyada, balki keng qo‘llaniladigan usullardan biridir.

***Sport psixologiyasi** sohasida Ozbekistonda ilmiy izlanishlar olib borgan olimlar M.M.Mamatov, R.A. Abdurasulov, Z.G. Gapparov va boshqalar.*

Trening faoliyati bo‘yicha etakchi mutaxassislardan biri hisoblangan Yu.N.Emelyanovning fikriga ko‘ra trening bu insonlarni turli xil vaziyatlarda oson muloqot qilish imkoniyatini beradigan usullardan biri hisoblanadi. Bunga guruhda o‘quv mashqlarini misol qilsa bo‘ladi.

Hozirgi kunga kelib trening atamasi o‘tgan yillardagidan ko‘ra kengroq ma’noga ega bo‘lmoqda. Neyrolingvistika va akmeologiya bo‘yicha etakchi mutaxassis A.P.Sitnikovning fikriga ko‘ra: «Trening bu o‘quv va o‘yin faoliyatini o‘zida jam qiluvchi sintetik antropotexnik usuli hisoblanadi». Antropotexnika bu insonning o‘z qobiliyatlarini tabiiy ravishda rivojlantirishga qaratilgan jarayon hisoblanadi. Antropotexnikaning uch xil ko‘rinishi mavjud: o‘qish, o‘qitish va o‘yin.

Treningni ko‘p sohalarda ishlatishning asosiy sabablaridan biri bu maqsadlarni kengayishidir. Maxsus boshqaruv treninglarning ko‘payishi bu shaxsiy o‘sish hisoblanadi. Psixologik trening tushunchasi shunchalik kengdirki u guruhiy psixoterapiya, psixokorreksiya va o‘qitish bilan kesishadi.

2. Sport psixologi tushunchasiga ta'rif.

Xozirgi vaqtda psixologiya fani juda keng tarmoqli fanlardan biriga aylangan Sport psixologiya ushbu fan tarmoqlaridan biri bo'lib, o'zining o'rganish obyekti-muammolari, usullari va qonuniyatlariga ega.

Sport psixologiyasi fani shug'ullanuvchi sportchilar (o'quvchi va bolalar) va sport turlari bo'yicha jamoalar ichki olami, ruhiy rivojlanish qonuniyatlari haqidagi fan bo'lib, jismoniy tarbiya va sport faoliyati bilan bevosita bog'lik Shuni aytib utish kerakki, sport psixologiyasi nazariyadan ko'ra amaliyotga yaqinroq, ya'ni shug'ullanuvchi sportchilar (o'quvchi va bolalar) o'z faoliyatida to'qnash keladigan muammolarni tahlil qilishga va hal etishga yo'naltirilgan. Shaxsiy tarkibni uqitish va tarbiyalash shug'ullanuvchi sportchilar (o'quvchi va bolalar) faoliyatining asosini tashkil etadi. O'qitish va tarbiyalash jarayonlari esa psixologik bilimlarga asoslanadi.

Keling, yaxshisi buning nima ekanligiga e'tiborni qarataylik shunda yuqorida aytilgan fikrni tushunish oson bo'ladi. Ta'lim yoki o'qitish shunday jarayonki, bunda ta'lim oluvchilarda ma'lum bilim, ko'nikma va malakalar shakllantiriladi yoki rivojlantiriladi. Shug'ullanuvchi sportchilarning (o'quvchi va bolalarning) faoliyatlarini yaxshilashga xizmat qiluvchi fazilatlarni tarbiyalash, rivojlantirish tarbiya jarayonining asosiy maqsadi hisoblanadi.

Jismoniy tarbiya va sport faoliyatini psixologik jixatdan samarali tashkil qilish uchun bir kdtor talablarga javob berish kerak Bu talablar sport jamoalarning ichki qonuni bo'lgan umumjismoniy nizomlarda, dasturlarda o'z ifodasini topgan. Unga ko'ra har bir jismoniy tarbiya o'qituvchisi va sport murabbiyi (bolalar bogchalarida uslubchi-o'qituvchi, ishlab chiqarish korxonalarida uslubchi-tashkilotchi) o'z qo'lostidagi shug'ullanuvchi sportchilarning (o'quvchi va bolalarning) individual-psixologik xususiyatlarini, shuningdek sport jamoada kechadigan ijtimoiy-psixologik hodisalarni bilishi va ular-ni boshqara olishi lozim.

Sport psixologi – sport faoliyatida to'qnash keladigan muammolarni tahlil qilishga va hal etishga yordam

Inson psixikasi miya faoliyati natijasidan iborat. Psixika inson xulq-atvori va faoliyatiniig asosi bo'lib xizmat qiladi. Tashqi dunyoni inson ongida aks ettirish psixika-ning moqiyatini tashkil etadi. Masalan, musobaqa davri psixika vositasida musobaqalashuv qolatni to'g'ri baholash juda katta ahami-yatga ega. Psixologik aks ettirish natijasida inson ongida obyektiv dunyoning subyektiv obrazlari yaratiladi.

Inson ruhiyati biososiologik xususiyatga, tabiatga ega; inson ruhiyatining ma'lum bir belgilari biologik-irsiy yo'l bilan ota-onalaridan o'tadi, qolgan xususiyatlar esa ijtimoiy muhit shart-sharoitlari ta'siri ostida hayot faoliyati mobaynida qaror topadi.

Faoliyat predmeti sifatida odamning o'zi, sportchining o'zi xizmat qiladi. U faoliyatning faqat subyekti emas, balki obyekti ham hisoblanadi va faqatgina boshqa odamlar uchun emas (jismoniy tarbiya o'qituvchilari, murabbiylar, hakamlar, sheriklari va sportdagi raqiblari), balki o'zi uchun ham.

- Jismoniy tarbiyada ham va sportda ham faoliyat tarbiyaning umumiy vazifasini hal etishga qaratilgan eng erta bolalik chog'idan boshlab jismoniy va ma'naviy kuchlarini barkamol rivojlantirish bilan yosh avlodni tarbiyalash.
- Jismoniy tarbiya ayniqsa sport odatdan tashqari, ko'pincha kuchli jismoniy va psixik keskinlik bilan bog'lik bo'ladi.
- Sport faoliyatining mazmuni musobaqalar hisoblanadi.
- Jismoniy tarbiyada faoliyat mahsuloti insonning barkamol-jismoniy va ma'naviy rivojlanishiga qaratilgan sog'lomlashtirish, ta'lim berish va tarbiyalash natijasi sifatida ishtirok etadi. Sportda esa faoliyat mahsuloti sportdagi yutuqlari, ko'pincha rekordlar (turli ahamiyatdagi sportchi uchun shaxsiy bo'lgandan tortib jahon rekordigacha) ham hisoblanadi.

O’qitish (o’rgatish) va tarbiyalashning uslub hamda shakllarini psixologik jihatdan asoslash, ularni takomillashtirish yuzasidan tavsiyalar ishlab chiqish va h.z.

5 ma’ruza. Sport psixologi tadqiqotchisining faoliyati oldiga qo‘yiladigan asosiy talablar

Reja:

1. Psixologning ixtisoslikka o‘z o‘zini-o‘zi tayyorlashning mazmuni va shakl.
2. Psixologiya fanning yirik namoyandalari to‘g‘risida talabalar bilan suhbat uyushtirish.

1. Psixologning ixtisoslikka o’z o‘zini-o’zi tayyorlashning mazmuni va shakl.

Zamonaviy psixologlarning tabiat- tarbiya munozarasida fikrlari qanday?

Javob: psixologik voqealar yolg’iz harakatlangandan ko’ra tabiat- tarbiya bilan birgalikda harakat qilishni avzal ko’radi.

Psixologiyaning 3 asosiy tahlil darajasi.

Har birmiz katta ijtimoiy tizimning bir murakkab bo’lagimiz. Lein hammamiz yana kichik tizimlarga yani, nerv sistemasi, tana, hujayra, malekulalardan tashkil topganmiz. Bu qator sistemalar zamonaviy dunyoqarashlar taklif qiladigan turli tahlillar darajasini keltirib chiqaradi. Bu esa nima uchun ayiqlar qishda uyquga ketishini tushuntirib beradi. Uyquga ketish ayiqlarning avlodlari jon saqlab qolishlar va ko’payishiga yordam beradimi? Yoki ularning ichki psixologiyasi shunday qilishga undaydimi? Shu kabi har bir narsa bir biri bilan bog’liqdir. Har bir daraja aqliy jarayon va hulq-atvorda o’ziga xos ustunlik kashf etadi. Xuddi turli akademik qonunlarga o’xshab psixologiyaning turli istiqbollari ham har xil savol so’raydi va o’z chegaralaridan kelib chiqib javob beradi. Bir faraz biologic, psixologik yoki ijtimoiy darajalarga boshqasidan ko’proq tasir qilishi mumkin.[9]

Kasb tushunchasi nima ekanligini aniqlab olishimiz zarur. Taniqli psixolog E.A.Klimov kasbning turli xil holatlarini tahlil qilib chiqqan:

1. Kasb bu insonlarni ma’lum bir holatlaridagi bir xilligidir. To‘g‘ri turli xil kasb egalarining yashash sharoitlari turlicha bo‘lishi mumkin. Hattoki bitta kasbda ham yashash darajasi turlicha bo‘lishi mumkin. Bunda ularning oldiga qo‘ygan maqsadlari ham muhim o‘rin tutadi, biroq kasblaridagi boshlang‘ich qadriyatlar bir biriga yaqin bo‘ladi.
2. Kasb insonlarning xatti –harakatlarini ajratadigan holatdir. Bunda psixolog mutaxassis sifatida o‘zini qanday namoyon qilishi ko‘zda tutilgan. Ma’lumki psixologiya sohasi xali ham o‘rganilayotgan va qarimaydigan sohalardan biri hisoblanadi. Ularning usullari ham takomillashib bormoqda.
3. Shaxs xususiyatlarini aks ettiradigan kasb faoliyatidir. Biz ko‘pgina holatlarda psixolog qandaydir xizmatlar ko‘rsatishini sezib, uni o‘zini shakllantirishda kerak ekanligini unutib qo‘yamiz.
4. Kasb bu tarixiy rivojlanuvchi tizim hisoblanadi. “professiya” so‘zi lotinchadan olingan bo‘lib barchani oldida gapirmoq so‘zini beradi. Kasbning o‘zi insonlarning yashash sharoitlariga qarab o‘zgaradi. Asosan psixologiya kasbi mashhur bo‘lgan shaxslarning hayoti bilan bog‘liq holda amalga oshirilgan.
5. Psixologiya kasbi reallikdir, bu sub’ektning o‘zini shakllanish imkoniyatini yaratadi. Demak psixologiya kasbida insonlarning xatti-harakati orqali xulosaga kelishi mumkindir. Bunda yo‘riqnomalar ish bermasligi mumkin. Psixologiya sohasida insonlarga yordam berish holati eng ustun jihatlardan biri bo‘lib hisoblanadi. Kasb tushunchasidan tashqari yana bir nom mavjud bu mutaxassislik hisoblanadi. Masalan psixologiya sohasi ijtimoiy psixologiya mutaxassisligi bo‘lishi mumkin.

---

[9] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 8

Umuman olganda kasb oʻz ichiga quyidagi tavsiflarni kiritadi:

1. Bu mehnatning chegaralangan koʻrinishi boʻlib, psixolog uchun boshqa mutaxassislar bilan hamkorlik qilish maqsadga muvofiqdir.
2. Bu kasb doimiy maxsus tayyorgarlikni talab qiladigan holat boʻlib, bunda mutaxassislar doimiy tarzda malakalarini oshirishlari talab qilinadi.
3. Bu ma’lum bir maqtovlar, taqdirlash usullari kerak boʻlgan kasblardan biri hisoblanadi.
4. Jamiyat uchun foydali boʻlgan kasblardan biri hisoblanadi.
5. Bu kasb insonlarga ma’lum bir statusni berishi mumkin.

Psixologik ilm assotsiyatsiyasi prezidenti John Kauoppo psixologiya diqqat markazidagi ilm deydi. Shuning uchun u qiziqishi kuchli insonlar uchun mukammal sohadir. Uning biologik tajribalardan tortib, madaniy solishtirishlargacha bo’lgan turli xil topshiriqlari psixologiyaning bir umumiy sohaga birlashgan qismidir. Masalan, xulqlarni tasvirlash, tushuntirish kabi. Bazi psixologlar psixologiyaninng asosiy bo’limlarini yaratish uchun tadqiqotlar olib borishmoqda. Keying sahifalarda biz shu kabi olimlarning miya va fikr o’rtasidagi biologik bog’liqliqligini aniqlanishini ko’rishimiz mumkin. Bu va boshqa psixologlar amaliy muammolar keltirib chiqaradigan tajribalar olib borishi mumkin. Ba’zi psixologlar psixologiyaning tamoil va metodlarini tashkilot va kompaniyalarda qo’llashdi va ishchilarni tanlab tekshirib ko’rishadi. [10]

Hammaga ma’lumki, koʻpgina insonlar oʻzlarini yaxshi psixolog deb hisoblashadi, ularning bu fikrga kelganliklariga sabab ular insonlar bilan muloqot qilishadi, boshqalarga xamdard boʻla olishadi. Hayotiy psixologiya insonlarning xayotida kerak boʻlgan sohalardan biri hisoblanadi, xattoki haqiqiy psixologlar ham bir necha bor hayotiy psixologiyaga murojaat qilishadi. Biroq mutaxassislar ilmiy va hayotiy psixologiyani bir biridan ajratishadi. Yu.B.Gippenreyter ular orasidagi 5 ta farqni koʻrsatgan:

1. Hayotiy bilimlar amaliy boʻlib, ma’lum bir aniq hayotiy vaziyatlar bilan bogʻliqdir, bu insonlarning xatti- harakatlariga tayangan holda amalga oshiriladi.
2. Xayotiy bilimlar intuitiv xarakterga egadir, psixologiya sohasida esa psixik koʻrinishlarning nazariy jihatdan tahliliga asosiy e’tibor qaratiladi, bu holatlar esa ularni yaxshi tushunish imkoniyatini yaratadi.
3. Hayotiy bilimlar juda cheklangan variantlarda beriladi, ilmiy bilimlar esa maxsus yigʻilgan tajribalar tizimi orqali uzatiladi.
4. Hayotiy psixologiyada olingan bilimlar kuzatish usuli orqali amalga oshiriladi, bunda inson oʻz tajribasidan kelib chiqqan holda maslaxatlar berishi mumkin. Ilmiy psixologiyada esa olingan bilimlar maxsus tadqiqotlar oʻtkazish yordamida aniqlanadi, bunda ilmiy tafakkur idrok usullaridan juda keng foydalaniladi.
5. Ilmiy psixologiya ma’lumotlarning boyligi, rang barangligi bilan xayotiy psixologiyadan tafovutlanadi. Hayotiy psixologiyada bu holatlar yaqqolroq namoyon qilinmasligi mumkin. Ilmiy bilimlarning umumiy xarakteristikasi uning tizimli va tartibli ekanligidadir. Bu esa mutaxassis psixolog uchun bilimlarini kengaytirish imkoniyatini yaratadi.

Shuni ham aytib oʻtish joizki Gippenreyterning fikri boʻyicha ilmiy psixologiya hayotiy psixologiyadan ustun emas. Ular bir birini toʻldirishadi.

2. “Mutaxassis” va “qiziquvchi” psixologlarning psixologiyasi haqida. Psixologik bilimlar haqida soʻz ketar ekan albatta mutaxassis psixolog va qiziquvchi psixologlar oʻrtasida albatta tafovutlar mavjuddir. Insonlar qiziqish doirasida bir biriga yordam qoʻlini choʻzishlari mumkin, bu esa yaxshigina samara berishi mumkin. Unda mutaxassis psixologlarning nima zarurati mavjud. Bu savol hammaga berilishi mumkin. Koʻpincha birinchi va ikkinchi kurs talabalari oʻzini psixolog

[10] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 8

sanash mumkinligi yoki yo‘qligi haqida o‘ylanib qolishadi. Mutaxassis psixolog va qiziquvchi psixologlarning orasida bir qator farqlar mavjuddir. Bular quydagilar:

a) mutaxassis psixologlarda nazariy bilimlar tizimining mavjudligi, psixika va psixologiya tushunchalarining umumlashtirilganligi. Qiziquvchi psixologda bu bilimlar ko‘p bo‘lishi mumkin. U ko‘plab adabiyotlarni o‘qigan bo‘lishi mumkin, biroq ular haqidagi bilimlari yuzaki hisoblanadi, bu ma’lum bir davralarda o‘z bilimlarini namoyon qilishlari mumkin. Biroq bunday odamlar nazariy bilimlarga ega bo‘lmaganliklari uchun olingan bilimlaridan noto‘g‘ri foydalanishlari mumkin.

b) mutaxassis psixologning eng tayanch nuqtasi albatta bu uning ilmiy bilish usullaridan xabardorligi hisoblanadi. Agar psixolog ko‘p bilimga ega bo‘lsada, biroq usullarga ega bo‘lmasa ham qiynaladi. SHuning uchun ham usullardan keng foydalana olishi talab qilinadi.

v) mutaxassis psixolog har doim nazariy asoslarga ega bo‘lgan metodikalardan foydalana oladi. Bunda nazariya va amaliyotni bir maromda amalga oshiradi. Hattoki ba’zi vaqtlarda nazariy bilimlari oqsagan mutaxassis psixologlar to‘g‘ri tanlangan metodikalar yordamida vaziyatlardan oson chiqib ketishlari mumkin. To‘g‘ri qiziquvchilar ham turli metodikalardan foydalanishlari mumkin, biroq ular bu metodikalarning mazmun mohiyatlarini tushunmagan holda ishlatishlari mumkin, bu holatlar esa sinaluvchilarga albatta salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

g) qiziquvchi psixolog faqat yaqinlariga yardam ko‘rsatsa, mutaxassis psixolog mijozlar bilan ishlab ularga to‘g‘ri maslahat ko‘rsatishi talab qilinadi. Bundan tashqari qiziquvchi psixolog hamma mas’uliyatni o‘ziga olsa, mutaxassis psixolog esa mas’uliyatni mijozda shakllantiradi.

d) mutaxassis psixolog boshqa mutaxassislar bilan doimiy aloqada bo‘lib turadi, demak mutaxassis psixologlar har doim ma’lumotlarga ega bo‘ladi, bundan qiziquvchi psixolog mustasnodir.

e) mutaxassis psixologda psixologik bilimlarning mavjudligi haqidagi xujatning mavjudligi, bu esa mijozlarning ularga murojaat qilishlarida muhim o‘rin tutadi, chunki mijozlar albatta mutaxassislarga murojaat qilishni ma’qul ko‘rishadi.

k) kasfiy ahloqiy qoidalarga rioya qilish bo‘yicha ham shu ikki psixologlar o‘rtasida albatta farq mavjud. Bunda ahloqiy qoidalar albatta mutaxassislarga o‘qish davomida o‘qitiladi.

j) mutaxassis psixolog o‘zini rivojlantirishda mutaxassislarning xizmatlaridan foydalanadi, qiziquvchi psixolog kitoblardan foydalanishi mumkin, biroq bu tizimli bilimlar hisoblanmaydi. Mutaxassis psixolog mustaqil o‘rganishga yo‘naltiriladi.

z) psixolog mutaxassisda mehnat psixogigienasi mavjud. Bunda mutaxassis psixolog boshqalarga yordam berish asnosida o‘zining sog‘lig‘iga ham befarq emasligini bilishi kerak bo‘ladi. Ko‘pincha oddiy psixologlar sog‘lig‘iga e’tibor qaratmaydilar ularning o‘zlariga psixologning yordami kerak bo‘lib qolishi mumkin. Bunda nafaqat psixologik salomatlik haqida, balki jismoniy salomatlik haqida ham so‘z ketishi mumkin.

i) mutaxassis psixolog ko‘pgina yangi o‘ylab topilgan usullarga tanqidiy nigoh bilan qaraydi, masalan astrologiya, xiromantiya va boshqalarga.

Mutaxassis psixologning asosiy faoliyati albatta mehnat faoliyati bilan bevosita bog‘liqdir. Inson o‘zining mehnat orqali namoyon qilishi mumkin. Psixologning mehnati haqidagi tasavvurlarni keltirib o‘tamiz:

1. “Engil mehnat” ideali. Bunda inson mehnat qilmasdan ko‘proq maosh olishni o‘ylaydi. Bu aynan psixologlar uchun noto‘g‘ri bo‘lgan faoliyatlardan biri hisoblanadi. Chunki ulardan mehnatdan zavqlanishlari zarur.
2. Noaniqlik tushunchasini kamaytirishga qaratilgan faoliyat. (antientropizm) murakkab ob’ektlarni osonlashtirish qobiliyati hisoblanadi. Bunday vaziyatlarda ijodiy faoliyat uchun o‘rin qolmaydi.
3. Qalban ko‘rlik. Ular boshqa insonlar bilan xursand va xafa bo‘la olishmaydi.
4. Boshqalardan ustun bo‘lish xohishi. Bu ko‘plab psixologlarning bir birlari bilan kurashishlariga sabab bo‘ladigan holatlardan biri hisoblanadi.

2. Psixologiya fanning yirik namoyandalari to‘g‘risida talabalar bilan suhbat uyushtirish

№	F.I.O.	To‘g‘ilgan yili	Millati	Ma’lumoti	Ilmiy darajasi	Ilmiy unvoni	Ish joyi
1	TOKAREVA VALENTINA ANDREEVNA	1935	Rus	Leningrad DU, psixolog, 1958	Psixologiya fanlari doktori, 1992.	Professor 1996.	Pensiyada.
2	QODIROV BOTIR RAXMANQULOVICH	1943	Uzbek	SamDMI, 1967	Psixologiya fanlari doktori, 1992.	Professor	MDU filiali, Toshkent
3	G‘OZIEV ERGASH G‘OZIEVICH	1944	Uzbek	Nizomiy nomidagi TDPI, 1969. MDU, 1973.	Psixologiya fanlari doktori, 1992.	Professor 1994.	Ulugbeka nomidagi, MU
4	SHOUMAROV G‘AYRAT BAXROMOVICH	1947	Uzbek	Nizomiy nomidagi TDPI, 1973.	Psixologiya fanlari doktori, 1990.	Professor 1993.	Nizomiy nomidagi TDPU
5	KARIMOVA VASILA MAMANOSIROVNA	1955	Uzbek	MDU, 1977.	Psixologiya fanlari doktori, 1994.	Professor 2001.	Pensiyada.
6	JABBOROV AZIM MEYLIQULOVICH	1957	Uzbek	TashDU, 1980.	Psixologiya fanlari doktori, 2000.	Professor 2006.	KarDU.
7	SUNNATOVA RANO IZZATOVNA	1959	Uzbek	TashDU, 1982	Psixologiya fanlari doktori, 2002.	Professor	Pensiyada.
8	SAFAEV NURITDIN SALIXOVICH	1959	Uzbek	MDU, 1981.	Psixologiya fanlari doktori, 2005.	Professor	Nizomiy nomidagi TDPU
9	BARATOV SHARIF RAMOZANOVICH	1960	Uzbek	BuxDPI, 1983	Psixologiya fanlari doktori, 1998.	Professor 2003	BuxdDU
10	UMAROV BAXRITDIN MENGBAEVICH	1961	Uzbek	TashDU, 1988.	Psixologiya fanlari doktori, 2008.	Professor 2015.	TTMA
11	NISHONOVA ZAMIRA TASKARAEVNA	1964	Qozoq	TashDU, 1984	Psixologiya fanlari doktori, 2005.	Professor 2007.	Nizomiy nomidagi TDPU
1	MUXAMMEDOVA		Uzbek	Ulugbeka	Psixologiy	Dotsent	Ulugbeka

2	DILBAR G‘AFURJANOVNA	nomidagi, MU	a fanlari doktori, 2015.	nomidagi, MU

6 mavzu. Psixologiya fakultetlari va bo‘limlari hayoti va faoliyati to‘g‘risida ma’lumot berish

Reja:

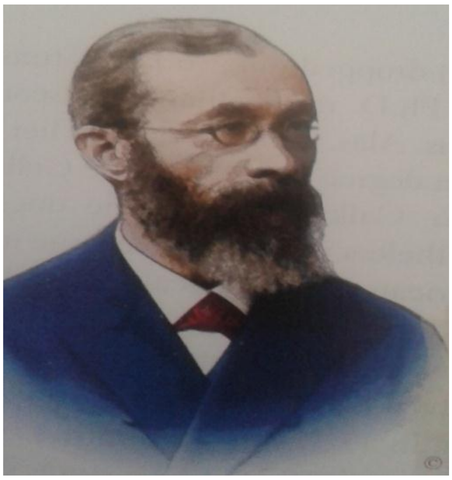
- CHet elda psixologlar tayyorlash tarixi.
- MDH mamlakatlarida va O‘zbekistonda psixologlar tayyorlashning rivojlanishi.

1. Chet elda psixologlar tayyorlash tarixi.

Psixolog mutaxassislik albatta ikkita savolga javob berishi zarurdir: *Birinchidan,* psixologiya tushunchasi inson faoliyatida kerakligi aniqlanishi zarur. Bu faoliyat o‘zining maxsus holatlariga ega bo‘lishi talab qilinadi, u boshqa fanlardan ajralgan holda bo‘lishi zarur.

Ikkinchidan, shu soha bilan shug‘illanadigan insonlar jamiyati bo‘lishi zarur.

Uchinchidan, mutaxassislarni tayyorlash tizimi bo‘lishi talab qilinadi. Bunday holatlarni asoschisi sifatida Vilgelm Vundning (1832-1920) tashkilotini misol qilib ko‘rsatishimiz mumkin. Bu Leypsig eksperimental psixologiya laborotoriyasi hisoblanadi u 1879 yilda ochilgan.



Vilgelm Vund

Shundy qilib Wund tashkil etgan laboratoriya va uning dastlabki talabalaridan boshlaymiz. Ancha oldin psixologiyaning yangi ilmi turli xil sohalar, maktablarga tarqaldi. Dastlabki 2ta maktablar 1)strukturaviy, 2)funksiyaviy

Fizik va kimyogarlar hodisaning strukturasini ilg’ashganda Wilgelmning talabasi Edward miya strukturasini kashf qildi. U odamlarni o’z-o’zini kuzatishga jalb qildi, tajribalarning elementlarini aytishni mashq qildirdi, attir hidini sezish, moddalarni tatib ko’rish kabi. Ularning hislari, tasvirlari, tezkor sezgilari qanday bo’ldi? Ular bir-biriga qay jihatdan bog’liq?

O’zini kuzatish maum darajada ishonchsiz chiqdi. U aqlli odamlarni talab qiladi va natijalar turli odamlarda va turli tajribalarda farq qiladi.

Idrokning strukturasini oddiy misollar orqali tushunishga umid qilamiz. Faylasuf-psixolog William James o’y-hayollarimiz va xis-tuyg’ularimizning rivojlangan vazifalariga etibor bermoq samaraliroq ekanini aytib o’tgan. Hid bilish burunning vazifasi, o’ylash miyaning funksiyasi. Lekin nima uchun burun va miya bu funksiyalarni bajaradi. Charles Darvin nazariyasiga aosan, James o’ylash, hid bilish rivojlanggan chunki ular moslashtirilgan degan fikrni aytgan. James hislarni xotiralar, odatlar, iroda, onglilik ruuhlantiradi degan. Jamesning merosi yozma asarlariga qisman asoslangan. 1880-yilda Garward prezidentining etiroziga ko’ra, u Mary Wiliamni o’zining bitiruvchi seminariga joylashtirdi.

James Maryning afsonaviy o’qituvchisi bo’lib, u Mryning Amerika Psixologik Asotsiatsiyasining birinchi ayol prezidenti bo’lishiga hissasini qo’shgan. [11]

---

[11] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 3

Mana shu holatdan so‘ng psixologiya boshqa fanlar tizimidan ajralib chiqqan. Rossiyada ham psixologiya fani tezlik bilan rivojlana boshlagan. V.M.Bexterev Rossiyada birinchi bo‘lim ekperimental psixologiya laborotoriyasini tashkil qildi (1857-1927), Sankt-Peterburgdagi psixonevrologik laborotoriya G.I.Chelepanov (1862-1936), birinchi psixologiya institutini tashkilotchisi N.N.Lange (1858-1921), gruzin psixologiya maktabi D.N.Uznadze (1886-1950) va boshqalar psixologiya fanining ravnaqiga katta xissa qo‘shishgan.

Margaret Floy Washburn

Psixologiyada birinchi doktorlik dissertatsiyasini yoqlagan ayol. U hayvon miyasini sintez qilgan.

Kollins seminarga qo’shilganida boshqa talabalar chiqib ketishadi. Jemes uni yolg’iz o’qitdi. Keyinchalik u Garwardning doktorlik dissertatsiyasini yoqladi. Afsus, Garward uning darajasini rad etdi, o’rniga ular ayollar uchun bo’lgan Radelife kollejini taklif qilishdi. Kollins bu adolatsiz munosabatdan jahli chiqdi va to’plagan darajasidan voz kechdi. Shunga qaramay u o’z ishida davom etdi va Amerika Psixologiya Assotsiatsiyasining birinchi ayol prezidenti bo’ldi. Ayol psixolog bo’lib, doktorlikni yoqlash sharafi keyinroq Margaret Floyga o’tdi. U o’zining “Hayvonlar miyasi” deb atalgan tasirli kitobi uchun 1921-yilda 2-ayol president bo’ldi. Lekin uning ayol ekanligi unga ko’p eshiklarni yopdi. Garchi uning nazariyasi Wund nashr qilgan birinchi xorijiy izlanish bo’lsada u Titchener tomonidan tashkil qilingan tashkilotga qo’shila olmadi.

Jamesning asarlari yangi ilmiy psixologiyani taklif qilgan nashriyotchi Henry Holtga o’tdi. James 1878-yilda 2 yillik kechikish uchun uzr so’rab, ishlashga rozi bo’ldi. Bu kitob u 12 yil vaqt sarfladi. 1 asrdan keyin ham odamlar James tanishtirgan “psixologiyaning tamoyillari” asarini o’qishmoqda.

Psixologik ilmlar rivojlanadi

Psixologiya 1920-yildan beri qanday rivojlandi?

Ko’plab psixologlar ingliz inshochisi Leirsning g’oyalarini o’rganishadi.

Bu yerda bir narsa bor, butun koinotda faqat bitta narsa borki, kuzatish tajribalarimizdan ko’ra ko’proq narsa o’rganamiz undan.

Leurs aytgan narsa bu-o’zimizdir. Wund va Titchener ichki hislarimiz va sezgilarimizga e’tibor qaratishadi. James onglilikda o’zini kuzatish imkoniyatlarini ishga soldi. Bu o’quvchilar uchun psixologiyada “aqliy hayotning ilmi”deb tushuniladi.[12]

Nazariy psixologiyani rivojlanishi bu asrlar davomida shakllanib ma’lum bir tizimga kelgan. Arastuni psixologiya fanining otasi deb hisoblashadi. U ruh haqidagi qarashlari bilan mashhurdir. Gippokrat va boshqa yunon olimlari bilan bir qatorda O‘rta Osiyo olimlari ham psixologiya fanining rivojlanishiga katta xissa qo‘shishgan. Ulardan Ibn Sino, Farobiy, Farg‘oniy va boshqalar.

Alfred Bine

Psixologik xizmat AQSH da 1800 yillardan boshlab rivojlana boshladi. AQSH ning birinchi amaliyotchi psixologlari o‘z-o‘zini tarbiyalash muammosini o‘rgangan eksperimental psixologlar edilar. Amerika maktablarida aqliy taraqqiyot koeffitsentini aniqlash keng tarqalib, keyinchalik «Gaydens» xizmatining rivojlanishiga olib keldi.

Fransuz maktab psixologiyasining otasi Alfred Bine bo‘lib, u bu sohada 1894 yildan boshlab ish boshlagan. 1905 yilda Fransiya ta’lim vazirligi Binega umumiy dastur bo‘yicha o‘qiy olmaydigan bolalarni tekshirish muammosi bilan

[12] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 4

murojaat qiladi va shu tariqa aqliy taraqqiyotda orqada qolgan bolalarni ajratadigan Bine-Simon testi yaratildi.

1990 yilda Fransiyada maktab psixologik xizmati tashkil etiladi. 1970 yilda Fransiyada psixologik-pedagogik yordam guruhlari psixologik xizmatning asosiy turini tashkil etadi. Bunday guruhlar maktab psixologiyasi bo‘yicha bir mutaxassis, ta’lim psixologiyasi bo‘yicha bir mutaxassis, psixomotor rivojlanish bo‘yicha bir mutaxassisni o‘z ichiga oladi. Bunday brigada 800-1000 o‘quvchiga xizmat qiladi, bir maktabda joylashib, bir necha maktabda xizmat qilishi mumkin.

1985 yilda Fransiya pedagogik psixologlarining funksiyalari aniqlab berildi. Pedagogik psixolog shaxsning har tamonlama rivojlanishi uchun qo‘lidan kelgan barcha ishlarni qilishi kerak, bunda u bu ishlarga o‘qituvchilarni va ota-onalarni ham jalb etishi mumkin. Pedagogik psixolog o‘z ishida lozim topsa, maktab va oila tarbiyasiga qarshi chiqishi mumkin, deb maxsus ta’kidlangan.

Ko‘pchilik Sharqiy Evropa mamlakatlarida maktab psixologik xizmati tuman yoki viloyat psixologik-pedagogik markazlari shaklida tashkil etilgan. Masalan, 1980 yilda Chexoslavakiyada tarbiya masalalari bo‘yicha modda maktab to‘g‘risidagi qonunga kiritildi. Psixologik xizmatning asosiy mazmuni - sog‘lom shaxsning o‘sishini ta’minlash, shaxs rivojlanishidagi turli qiyinchiliklarni korreksiya qilish, kasb tanlash muammolaridir.

Chexoslavakiyadagi psixolog maslahatchining asosiy funksiyasi psixodiagnostik faoliyatdan iboratdir.

Leypsigda psixologiya institutini rivojlanishida bir qator sabablar keltirilgan.

Psixik jihatdan nosog‘lom bo‘lgan insonlarga nisbatan yangi yondoshuvning paydo bo‘lishi, Bu XVIII asrda paydo bo‘lib fransuz olimi F.Pinelning ismi bilan bog‘liqdir. O‘sha davrda psixik nosog‘lom insonlarni jinoyatchilarga tenglashtirishgan va ularga qo‘llangan jazoni ruhiy jihatdan nosog‘lom insonlarga ham qo‘llashgan.

B.F.Skinner o’z-o’zini kuzatish nazariyasini rad etdi va natijalar xulqimizni qanday shaklantirishini o’rgandi.

Sigmund Freund- mashhur tajribachining bahsli fikrlari insoniyatning o’zini tushunishiga ta’sir ko’rsatdi.

Bu 1920-yilda 2ta amerikalik psixologlar sahnaga chiqquncha davom etdi. John Watson va Skinner o’z- o’zini kuzatishni o’chirib tashlab, psixologiya- kuzatsa bo’ladigan xulq-atvor ilmi deb tarif berdi. Keyin ular ilm bu kuzatishlar negizidir dedi. Siz xislar, o’ylarni kuzata olmaysiz lekin siz odamlarning turli vaziyatlarda o’zlarini qanday tutishlarini, xulq-atvorini kuzatishingiz mumkin.

Boshqa muhim kuch bu Freudian psixologiyasi edi. Yoshlikdagi tajribalarimiz xulqimizga tasir qiladi. 1900 - yildagi olimlar bergan ta’rifni 1960-yilda 2ta boshqa guruh rad etdi. 1-guruh gumanistik psixologlar bo’lib, Carl Rojer va Abraham Maslow tomonidan boshqarilgan va ular Freudian psixologiyasi va xulq-atvor chegaralangan ekanini topishdi. Gumanistik psixologlar bolalikdagi xotiralar va holatga oid javobgarlikni o’rganishdan ko’ra, hozirgi atrof- muhitning tarbiyaga tasirini o’rganishga etibor qaratishdi. 1960-yil davomida 2-guruh psixologlarining bosh ko’tarishi hozir “aqliy revolutsiya” nomi bilan mashhur. [13]

Psixik kasalliklarni psixoterapevtik usullar yordamida o‘rganila boshlandi. Bu birinchi navbatda ginnoz bilan davolash sohasiga bevosita bog‘liqdir. XIX asrda frunsuz psixiatri (J.Sharko, I.Berngeym, P.Jane); avstro-venger psixiatri (Y.Breyer u bilan faoliyatini boshida ishlagan Z.Freyd) va rus psixiatri (A.A.Tokarskiy, V.M.Bexterev)lar qo‘llay boshladilar, so‘ngra Freydning psixoanalizi paydo bo‘lgach uni birinchipsixoterapevtik tizim sifatida tan olingan. Yuqorida ismlari qayd qilingan mualliflar psixik kasalliklarga ega bo‘lgan bemorlar bilan maxsus usullar yordamida ishlash ko‘proq samara berishini aniqladilar.

XIX asr oxiri XX asr boshlarida psixologik testlar psixologik bilim nuqtai nazaridan tashqariga chiqdi. Birinchi navbatda bu ingliz tadqiqiotchisi F.Galton va fransuz olimi A.Bine

[13] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 5

nomlari bilan bog‘liqdir. XX asrda AQShda aqliy gigiena jamiyatining paydo bo‘lishi (K.Birs). XIX asrdan boshlab psixologiyaning tarmoqlarini ko‘payishi bilan bog‘liq. Kasb tanlash bo‘yicha psixologik maslahatni paydo bo‘lishi AQShda (F.Parson). XX asrning 10 yillariga kelib psixologik maktablarning paydo bo‘lishi. AQShda ijtimoiy xizmatchilarning faoliyatini keng yo‘lga qo‘yilganligi. XX asrning 40 yillarida ekzestensial-gumanistik psixologiya va amaliy maslahatni paydo bo‘lishi.

3. MDH mamlakatlarida va O’zbekistonda psixologlar tayyorlashning rivojlanishi.

Sobiq sovet psixologiyasida bolalar tarbiyasi va ta’limida psixologiyadan foydalanish borasida urinishlar pedologiya doirasida vujudga keldi. Pedologiya rivojlanayotgan va o‘sayotgan shaxsning barcha biologik va ijtimoiy xususiyatlarini qamrab oluvchi fandir. 1936 yilda pedologik qarashlarini to‘xtatish haqida qaror qabul qilindi, shu bilan birga sovet psixologlari amalga oshirayotgan bola psixologiyasidagi ijobiy izlanishlar ham to‘xtab qoldi. Faqat 60 yillarning oxiriga kelib, psixologlarning maktab ishida amaliy ishtirok etishi qayta tiklandi.

O‘zbekistonda psixologlar tayyorlash hayotidan lavhalar

Eston psixologalari «tarbiyasi qiyin» o‘smirlar uchun maxsus maktablarda ish olib bordilar. 1984 yilda Moskvada SSSR FA psixologiya institutida SSSR da psixologik xizmat muammolari bo‘yicha I umumittifoq anjumani bo‘lib o‘tadi. Anjumanda maktabda psixologik xizmat seksiyasi ham ish olib boradi. Sobiq sovet Ittifoqida birinchi bo‘lib Estoniyada 1975 yilda maktabda psixologik xizmat tashkil etildi rahbari X.I. X.Liymets, YU.L. Serd bo‘lib, tarbiyasi qiyin o‘smirlar uchun maxsus maktablarda ish olib boradilar.

Rossiyada 1982 yilda maktablarda psixolog shtati ochildi. V.M.Bexterev tomonidan 1885 yilda Kazan davlat universiteti, asab kasalliklari kafedrasida eksperimental laborotoriyani paydo bo‘lishi, 1908 yilda Sankt-Peterburgda ham huddi shunday laborotoriya ochilgan. G.I.Chelepanov tomonidan Moskva Universiteti qoshida psixologiya institutining ochilganligi, u 1912 yilda faoliyat ko‘rsata boshlagan. O‘sha yillarda bu eng katta institut hisoblangan.

Yosh bolalarni faoliyatini oʻrganishga bagʻishlangan jarayonning boshlanishi. Pedologiya fani revolyusiyadan oldin ham ishlatilgan. Pedalogiya 1936 yilda oʻz faoliyatini toʻxtatgan. 1925 yilda I.D. Ermakov tomonidan psixoanalitik institutning paydo boʻlishi, biroq bu gʻoyaviy mafkuralarga koʻra yopilgan.

S.L.Rubinshteyn tomonidan MDUda falsafa fakulteti qoshida psixologiya boʻlimi 1943 yilda paydo boʻlgan. 1945 yilda S.L.Rubinshteyn tomonidan psixologiya sektori ochildi. SSSRda psixologlar jamiyati paydo boʻlidi 1966 yilda birinchi psixologiya fakulteti ochildi uning birinchi dekani A.N.Leontev; Leningradda esa B.F.Lomov boʻldi. 1966 yilda Rossiyada XVIII xalqaro psixologlarning kongressi boʻlib oʻtdi. Bunda chet el psixologlari ham faol qatnashdi.

Psixologiya fanini tizimlashtirish haqida 1900 yilda 4 Xalqaro konferensiyada qayd qilingan.

№	1900 yilda davr psixologiyasi	Xozirgi davr psixologiyasi
1.	*Umumiy boʻlim:* • Ishni tizimga keltiruvchi kitoblar. • Umumiy muammolar, metodlar, terminalogiya va asboblar. • Psixologiya tarixi va biografiya.	*Umumiy boʻlim.* • Psixologiya tarixi. • Falsafa. • Parapsixologiya. • Nazariya va tizimlar. • Tashkillashtirish. • Psixologlarni tayyorlash va oʻqitish. • Psixologiyani kasbiy muammolari. • Umumiy boshqaruv. • Bibliografiya.
2.	*Asab tizimining anatomiyasi va fiziologiyasi:* • umumiy savollar • asab tizimining boʻlimlari • Miya faoliyati va uning funksiyalari. • orqa miya, asab tizimlari va simpatik asab tizimi • refleks va avtomatik funksiya • Anatomiya patologiyasi	*Metodologiya va metodika.* • Modellar va matematik modellar. • Matematik statistika (eksperiment sxemasi, formullar va xisob kitob, statistik tahlil). • Kompyuterda ishlash va programmalashtirish. • Testlar (testlarni tuzish, standarlashtirish, baholash). • Eksperiment oʻtkazish va kuzatish texnikasi. • Apparatura.
3.	*Sezgi:* • Umumiy savollar. Sinesteziya. • Sezgi organlari –umumiy savollar. • Psixometrika. • Psixofizika. • Koʻrish va okulomotor funksiyalar. • Eshitish. • Boshqa sezgilar. • Sezgining umumiy patologiyasi.	*Eksperimental psixologiya.* • Nazariyalar. • Psixofizika. • Idrok (illyuzich, vaqt). • Koʻrish (idrok, rangli koʻrish, koʻz harakati). • Eshitish (idrok, tovushlarni farq qilish, audiometriya). • Sezgi organlarning bioximiyasi. • Kinesteziyalar va umumiy sezgilarr». • Atrofga ta’sir koʻrsatish. • Tush, charchash va tush koʻrish. • Gipnoz va ta’sirga tushish. • Motivatsiya va emotsiyalar. • Diqqat, kutish, ustanovka. • Motorika. • Oʻrgatish. • Xotira.

		• Tafakkur (Masalani echish, tushuncha). • Tanlov vaziyati va xatti harakatining qarori.
4.	*Ong tavsifi.* • Umumiy savollar. • Diqqat, appersepsiya, tanlov. • Assotsiatsiyalar. • Odat, moslashish, adaptatsiya. • Faoliyat va charchash. • Ongga vaqtinchalik munosabat, aqliy xronometriya.	*Fiziologik psixologiya.* • Neyroanatomiya. • Bosh miyaning shikastlanishi. • Bosh miya stimulyasiyasi. • Elektroensefalografiya. • Sezgi organlar fiziologiyasi. • Bioximichesk ta'sirlar. • Kardiovaskulyar ta'sirlar. • Atrofning ta'siri (stress). • Genetika. • Shaxs korrelyatsiyalari.
5.	*Bilish jarayonlari.* • Umumiy savollar. • Idrok va tasavvur, sanash. • Vaqtni, fazoni va harakatni idrok qilish. • Xotira va xayol. • Ishonch va xukm, qaror qabul qilish. • Refleksiya va o'zini anglash. • Normal illyuziyalar va normal ta'sir ko'rsatish. • Bilishi jarayonlarining umumiya patologiyasi.	*Xayvonlar psixologiyasi.* • Solishtirma psixologiya. • Tabiiy sharoitlarda kuzatish. • Birincha tajriba. • Emotsiya va motivatsiya. • O'qitish. • Sotsial va jinsiy xatti-harakat. • Kompleks jarayonlar.
6.	*Affektiv jabha —xissiyot va emotsiyalar.* • Umumiy savollar, yoqimli va yoqimsiz. • Emotsiyalar va ularning ko'rinishi. • Xissiyotning umumiy patologiyasi.	*Geneti psixologiya (Taraqqiyot psixologiyasi).* • Chaqaloqlik davri. • Bolalik. • O'smirlik davri. • Yetuklik. • Gerontologiya.
7.	*Anglangan maqsad va harakat.* • Umumiy savollar. • Harakat organlari. • Instinkt vaimpuls (taqlid qilish,o'yin va boshqalar). • Maxsus mator funksiya (til va jigar, xusnixat va rasm, paxodka, boshqa motor funksiyalar). • Iroda va harakat. • Iroda erkinligi. • Motor funksiyalarning umumiy patologiyasi.	*Sotsial psixologiya.* • Ijtimoiy jarayonlar va madaniyat. • Jinsiy xatti-harakat. • Munosabat va fikr. • Guruhiy jarayonlar (boshqaruv muammosi). • Til va kommunikatsiya.
8.	*Aqlning yuqori ko'rinishlari.* • Mantiq va fan, metodologiya. • Ideallar va qadriyatlar. • bilish nazariyasi. • Estetika va etika. • Din.	*Shaxs.* • Intellekt. • Ijodiy qobiliyatlar. • Shaxsni o'rganish. • Jismoniykorrelyatlar.
9.	*Tush va tush ko'rish.*	*Klinik psixologiya.*

	• Gipnoz va trans holati. • Parapsixologik tadqiqotlar. • Patologiya haqida umumiy savollar. • Asab kasalliklari. • Psixik kasalliklar. • Tibbiyot sudli tahlili.	• Psixoterapiya va analiz. • Davolashning tashkiliy masalalari va shifoxonada davolash. • Psixodrama. • Psixoanalitik tahlil. • Psixodiagnostika. • Xatti-harakat patologiyasi. • Psixosomatika. • Psixogigiena va reabilitatsiya. • Konsultatsiya (oila va nikoh, ijtimoiy muammolar). • Defektologiya (ko‘rlik va karlik). • Nutqdagi buzilishlar. • Nevrologik buzilishlar. • Aqlan orqada qolganlik.
10.	*Genetik, ijtimoiy va individual psixologiya.* • Evolyusiya vai nasliylik. • Solishtirma psixologiya. • Aqliy rivojlanish. • Individual psixologiya. Guruhlar psixologiyasi. • Xalqlar psixologiyasi. • Sotsial psixologiya. • Irqiy psixologiya.	*Pedagogik psixologiya.* • Programmalashtirilgan o‘qitish. • Moslashishga bo‘lgan qobiliyat. • Test. • Jismoniy o‘qitish. • O‘qitishning maxsus turi. • Sinfdan tashqari boshqaruv. • Pedogogik personal.
11		*Harbiy psixologiya va personalni tanlash.* • Kasbiy maslahatva boshqaruv. • Ma’lum bir mansabga tanlash. • Trenirovka. • Ishdagi vaziyatlar tahlili. • Vazifalarni bajarish va qoniqish. • boshqarish va tashkiliy masalalar. • Maxsus muxit. • Reklama psixologiyasi va iste’mol qilish. • Muxandislik psixologiyasi. • Transport xodimlarining psixologiyasi va ularning xavfsizligi.

Yuqorida ko‘ringanidek psixologiya sohasi juda takomillashdi.

1996 yilda 26 konferensiyada keltirilgan psixologiya sohalar

- Tarix va nazariya
- Tadqiqot metodlari va statistika
- Hayvonlarning xatti-harakati
- Sensor va motor jarayonlar
- Diqqat va idrok
- Neyro fanlar
- Neyropsixologiya
- Emosiya va motivasiya
- O'rgatish
- Xotira va bilish
- Til, nutq va muomala
- Kognitiv fanlar va intellektual tizim
- Ergonomika va inson omili
- Rivojlanish bosqichlari
- Rivojlanish jarayonlari
- Ta'lim psixologiyasi
- Shaxsiy jarayonlar va individual farqlar
- Sosial psixologiya
- Sosial muammolar
- Jinsiy farqlar
- Psixologiya va xuquq
- Krosskultur psixologiya
- Klinik va konsultasion psixologiya
- Siyosiy psixologiya
- Salomatlik psixologiyasi
- Psixologiya ilmiy dissiplina sifatida

Hozirda O'zbekistonda psixologiyaning mavjud sohalari

- Umumiy psixologiya
- Psixodiagnostika va sosial trening
- Sosial psixologiya
- Siyosiy psixologiya
- Menedjment psixologiyasi
- Tashkiliy psixologiya
- Yuridik psixologiya
- Mehnat va muhandislik psixologiyasi
- Tibbiyot psixologiyasi
- Psixofiziologiya
- Maxsus psixologiya
- Differensial va yosh davrlari psixologiyasi
- Pedagogik psixologiya
- Psixologik maslahat
- Etno psixologiya va din psixologiyasi
- Sport psixologiyasi
- Psixologiya tarixi
- Psixologiyada matematik metodlarni qo'llanilishi
- Harbiy psixologiya
- Shaxslararo munosabatlar psixologiyasi

7 ma'ruza. Xalq ta'limi sohasida faoliyat ko'rsatayotgan amaliy maktab psixologlarining ish mazmuni va ularning tadqiqotchilik xususiyatlari

Reja:
1. Maktab psixologining faoliyat dasturi.
2. Ta'lim va tarbiya samaradorligini oshirishda amaliy psixologning roli.

1. Maktab psixologining faoliyat dasturi.

Psixolog ishini nimadan boshlashi kerak?

Garchi ko'plab psixologik kitoblar psixologiya ilmiga qaratilgan bo'lsada, aslida psixologiya ko'plab amaliy masalalarni yani qanday qilib baxtli turmush yaratish, depressiyani yengish kabilarni o'rganadi. Maslahatchi psixologlar insonlarga qiyinchiliklardan chiqib ketishga yordam beradi. Va ular shaxsiy ijtimoiy vazifalarni rivojlantiradi. Klinik psixologlar esa aqliy, hissiy va hulq-atvordagi tartibsizliklarni tahlil qiladi va davolaydi. Klinik va maslahatchi psixologlar ham testlar o'tkazadi, muolajalar qiladi. Psixiatrlar ham psixioterapiya o'tkazishi mumkin va ular ham psixologik tartibsizliklar sabablarini aniqlab davolashadi.

Inson muammolari bilan tarixiy psixologiyani tenglashtirish uchun Martin Selegman va boshqa olimlar insonlarning kuchi va rivojlanishini tekshirish uchun tajribalar olib borishdi. Ularning ijobiy psixologik ilmlari, ijobiy hislari ijobiy harakterlarini aniqladi.

Birlashgan psixologlar insonlarda o'zgarishlarni izlashdan ko'ra, hamma uchun foydali bo'lgan ijtimoiy va jismoniy muhit yaratishdi. Masalan: agar maktab bezorilari muammo bo'lsa ba'zi psixologlar ularni o'zgartirish yo'llarini izlashadi. Jamoaviy psixologlar esa ilk o'smirlik davrida maktab tajribalariga moslashish yo'llarini izlashdi. Biologic farazlarni ijtimoiylaridan farqlash uchun psixologiya ko'plab sohalarni o'rganadi. Psixologlar tibbiyot maktablari, yuridik maktablar talabalarini o'qitishdi va ular kasalxonalar, korxonalar va offislarda ishlar olib borishdi. [14]

Bugungi kunda ko'pchilik umumiy o'rta ta'lim maktablari o'zining psixologlariga ega. Biroq shunga qaramay direktor va o'qituvchilar ko'pincha psixologning qo'lidan nima kelishi mumkinligini yaxshi tasavvur etolmaydilar. Ularga psixolog hamma muammolarini bir zumda hal qilib beradigandek tuyuladi. Ammo psixologning maktabda ish boshlaganidan keyin maktabda tashqi jihatdan hech narsa o'zgarmaganini ko'rishgach, ularda «Maktab psixologining o'zi nima keragi bor?» degan tipdagi savollar tug'iladi.

Shuni alohida ta'kidlash kerakki, maktabdagi amaliy ish uchun psixolog o'rgangan nazariy bilimlar etmay qoladi. Maktabga kelib qolgach, psixologlar ko'pincha amaliyotning ular oldiga qo'ygan muammolaridan dovdirab qoladilar. Shunday ahvolga tushib qolmasligi uchun psixolog avvalo maktabga nima maqsadda borayotganligini aniqlashtirib olishi kerak. Psixologik xizmatning umumiy maqsadlaridan kelib chiqib, psixolog umumiy o'rta ta'lim maktabida quyidagi vazifalarni bajarishi talab etiladi:

1. Bolalarning har-bir yosh bosqichida shaxs sifatida va intellektual jihatdan to'laqonli rivojlanishini ta'minlash, ularda o'z-o'zini tarbiyalash va rivojlantirish qobiliyatini shakllantirish:

2. Har bir bolaga indivudual yondashuvni va uning psixologik- pedagogik o'rganilishini ta'minlash:

3. Bolaning intellektual jihatdan va shaxs sifatida rivojlanish jarayonida yuz berishi mumkin bo'lgan chetga chiqishlarni profilaktika qilish.

Umuman olganda kasb o'z ichiga quyidagi tavsiflarni kiritadi:

6. Bu mehnatning chegaralangan ko'rinishi bo'lib, psixolog uchun boshqa mutaxassislar bilan hamkorlik qilish maqsadga muvofiqdir.

---

[14] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 11

7. Bu kasb doimiy maxsus tayyorgarlikni talab qiladigan holat bo‘lib, bunda mutaxassislar doimiy tarzda malakalarini oshirishlari talab qilinadi.

8. Bu ma’lum bir maqtovlar, taqdirlash usullari kerak bo‘lgan kasblardan biri hisoblanadi.

9. Jamiyat uchun foydali bo‘lgan kasblardan biri hisoblanadi.

10. Bu kasb insonlarga ma’lum bir statusni berishi mumkin.

***Psixologik maslahatlar** – o’quvchilar, tarbiyalanuvchilar, ularning ota-onalari yoki qonuniy vakillariga, pedagoglarga shaxsiy muammolar va ziddiyatli munosabatlarni konstruktiv hal etilishida psixologik yordam ko’rsatish, shaxsning ichki psixologik imkoniyatlarini safarbar qilish uchun shart-sharoitlar yaratish.*

Shunday qilib, psixolog maktabga avvalo bolalar uchun keladi. Lekin bu psixolog o‘qituvchilar bilan ishlamaydi, degani emas.

Psixolog maktabda engib o‘tishi kerak bo‘lgan birinchi to‘siq - bu maktabning pedagogik jamoasiga qo‘shila olishdir. Bordi-yu psixolog bu murakkab organizmga qo‘shilib keta olmasa, o‘z ishida muvaffaqiyatga erishishi dargumondir.

Psixolog adaptatsion davrining qiyin kechishiga bir necha omil sabab bo‘ladi. Ko‘pincha o‘qituvchilar psixologni bolalarni qanday qilib tarbiyalashni, qanday yashashni o‘rgatuvchi inson sifatida ko‘rib, dastlabki kezlardayoq unga nisbatan salbiy ustanovkani shakllantirib oladilar. O‘z-o‘ziga ishonchi sust bo‘lgan o‘qituvchilar psixologni go‘yo uning kamchiliklarini oshkor etuvchi shaxs sifatida idrok etib, uni qandaydir inspektor sifatida qabul qiladilar. Bular esa psixologning maktab sharoitiga tez ko‘nikib, maktab hayotiga chuqur singib ketishga halaqit beradi.

Buning oldini olish uchun psixolog o‘qituvchilar bilan o‘zaro teng munosabatlarga kirishishi, ikkala taraf ham o‘zini bilag‘on qilib ko‘rsatmasligi, eng muhimi bir-birini raqib deb hissoblamasligi zarur. SHunga erishish kerak-ki, o‘qituvchilar psixologni ularga yordam bera oladigan boshqa mutaxassis sifatida qabul qilsinlar.

Maktabdagi ilk qadamlardanoq psixolog ma’muriyatga ularning faoliyat doirasiga nimalar kirmasligini,mo‘jizalar ko‘rsatish uning qo‘lidan kelmasligini tushuntirishi lozim.

O‘qituvchi bilan bo‘lgan suhbatda u yoki bu bolaning muammosi psixologik muammo bo‘lmagani uchun u bo‘yicha hech narsa qila olmasligini tan olishdan qo‘rqmaslik kerak. Dastlabki qadamlarni qo‘yishda ota - onalar bilan aloqa o‘rnatish juda muhim. Dastlabki aloqa ixtiyoriy xarakterda bo‘lishi va o‘zi murojaat qilgan ota-onalar bilan amalga oshirilishi kerak. Buning uchun psixolog alohida kun va soatlarni ajratishi lozim.

Demak, umumiy o‘rta ta’lim maktabida ishni boshlashdan avval psixolog:

1. O‘zining pedagoglar jamoasi va maktab ma’muriyati bilan bo‘lgan munosabatlarni to‘g‘ri yo‘lga qo‘yishi.

2. O‘z ishining asosiy maqsadi - bu bolaning optimal rivojlanishini ta’minlash ekanini doim yodda saqlashi.

3. O‘zining faoliyatida profilaktik ishga u bilan bevosita bog‘liq bo‘lgan diagnostik va rivojlantiruvchi ishga alohida e’tibor bilan qarashi (axir kasalni tuzatgandan uning oldini olgan ma’qulroq- da) lozim bo‘ladi.

O‘qituvchilar ham alohida e’tibor talab qiladigan ob’ektdir. Amaliyot shuni ko‘rsatadiki, odatda o‘qituvchilar psixolog bilan hamkorlik qilishga tayyor bo‘ladilar. Hamma gap psixolog o‘zini qanday tutishiga borib taqaladi. Bunda psixologning o‘qituvchilarga nisbatan egallaydigan pozitsiyasi juda muhim rol o‘ynaydi.

Psixolog pozitsiyasining asosiy komponentlari quyidagilardan iborat:

a) pedagog bilan bo‘lgan munosabatga ustanovka;

b) pedagoglarni qanday bo‘lsa shundayligicha qabul qilishga ustanovka.

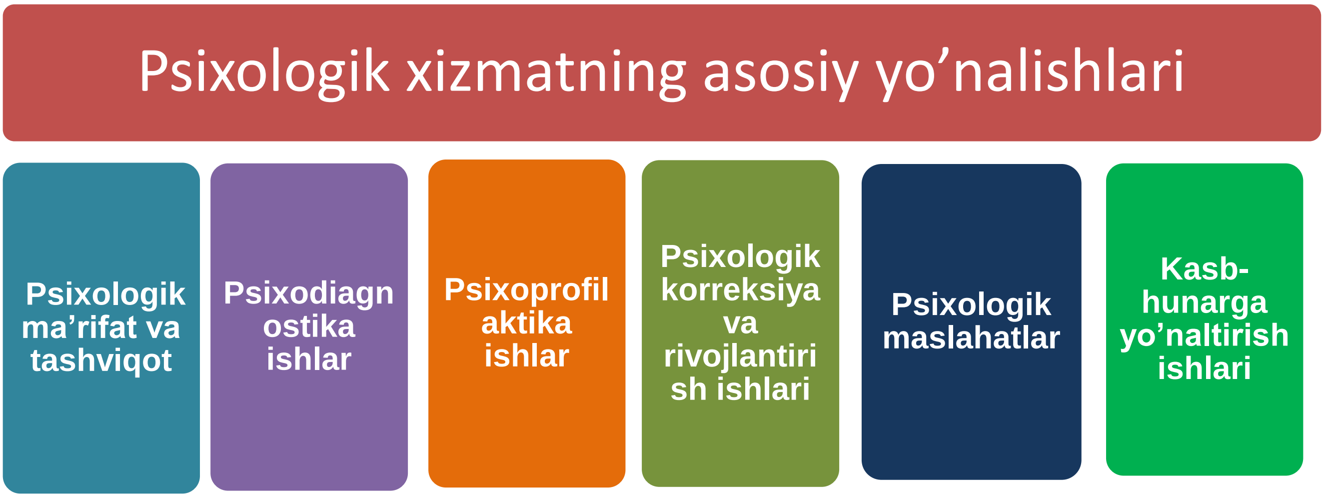
v) sub’ekt - sub’ekt munosabatlaridan iborat tenglik va hamkorlik xarakteridagi munosabatlarga ustanovka.

Mana shunday pozitsiya pedagoglar bilan bo‘lgan konstruktiv hamkorlikni ta’minlay oladi.

Dastlabki kezlarda psixolog o‘qituvchilarga o‘z yordamini haddan tashqari faollik bilan tiqishtirmasligi zarur. Kamtarona ravishda, agar zarur bo‘lsa, yordam berishga tayyorligini ma’lum qilsa, shuning o‘zi kifoya. Kimdir darrov hamkorlikka shoshiladi kimdir birozdan so‘ng kimgadir umuman psixolog yordami kerak bo‘lmaydi. O‘qituvchilar bilan ishlashda bolada ro‘y berayotgan ijobiy o‘zgarishlarga asosan o‘qituvchi sababchi bo‘layotganini ta’kidlab turishi kerak. Psixologning ishi «soyada» qolishi kerak. SHunda u pedagoglar orasida tan olinadi. O‘qituvchilar bilan olib boriladigan individual ishlardan tashqari ular bilan seminarlar shaklida psixologik targ‘ibot ishlarini olib borish maqsadga muvoviqdir.

Bundan ko‘zlangan asosiy maqsad kimgadir o‘z bilimlarini ko‘z-ko‘z qilish emas, balki pedagoglarning psixologik madaniyatini oshirishdir. Ushbu mashg‘ulotlarni shunday tashkillashtirish kerakki, o‘qituvchilar passiv tinglovchi bo‘lib qolmasinlar. Buning uchun har bir psixologik ma’lumotga ularni o‘z tajribalaridan misollar keltirishga undash kerak. Oxirida esa biror bir hazil aralash testni bajarish hammaga yaxshi kayfiyat baxsh etadi.

Har qaysi maktab psixologi oldidagi savol shuki «O‘zim yordamimni taklif qilaymi yoki o‘qituvchilar murojaat qilishini kutaymi?» Mayli bu savolga har kim o‘z vaziyatidan kelib chiqib javob bera qolsin. Lekin psixolog bir narsani unutmasinki, o‘qituvchilarning unga murojat qilishi ularning pedagogik staji va tajribasiga bog‘liq emas. Bu ko‘proq ularning shaxsiy fazilatlariga: muloqatga kirishuvchanlik darajasi, xavotirlanuvchanlik, qiziquvchanligi yangilikka ochiqligi va boshqalarga bog‘liq. O‘qituvchilar bolalar haqida har qanday uzoq muddatli psixologik tatqiqotlar



natijalaridan ko‘ra ko‘proq narsa biladi. Ular bolalar bilan har kuni muloqatga kirishadilar va tabiiyki ularga ta’sir etish uchun ko‘proq imkoniyatga egalar.

2. Ta’lim va tarbiya samaradorligini oshirishda amaliy psixologning roli

Psixologik xizmat faoliyati o‘quvchilar aqliy tarakqiyoti va shaxsiy xususiyatlarini diagnostika qilishga, ta’lim tarbiyadagi buzilishlarning psixologik sabablarini aniqlashgina qaratilmasdan, balki bunday buzilishlarni yo‘qotish va oldini olishga qaratiladi. Bunday psixologning aniqlangan chetlashishlarni korreksiya qilishda faol ishtirok etish zarurligi kelib chiqadi.

Psixologik xizmat faoliyatini bolalar, yosh va pedagogik psixologiya, psixokorreksiya, psixologik maslahat sohasida umumiy psixologik va maxsus psixologik bilimlar olgan mutaxassislar tomonidan amalga oshiriladi. Psixologik xizmatga jalb qilingan pedagoglar bu mutaxassislikni olish uchun maxsus qayta tayyorgarlikdan o‘tishlari lozim.

Psixolog maslahat berish ishlarida quyidagi ishlarni olib boradi:

Bolalar, o‘qituvchilar, talabalar ta’lim va tarbiyasi bilan shug‘ullanuvchi barcha shaxslarga, jumladan ma’muriyat direktor, o‘qituvchilar, murabiylar, ota-onalar, ijtimoiy va jamoatchilik tashkilotlari, xodimlariga aniq yaqqol, maslahatlar berish.

Ta’lim, taraqqiyot, tarbiya, kasb tanlash va turmush qurish, o‘zaro munosabat, muomala va muloqot sirlari, tengdoshlar va voyaga etganlar munosabati, masalan, dunyoqarash, qobiliyat, iqtidor muammolari yuzasidan individual, guruhiy, jamoaviy tarzda maslahatlar uyushtirish.

Ma’muriyatga, bolalar, o‘quvchilar, talabalarga (yotoqxonada, klublarda, kutubxonalarda) qiziqtiruvchi masalalar bo‘yicha bolalar, o‘quvchilar, talabalarning psixik o‘sishi hususiyatlariga oid ma’lumot berishi, o‘g‘il va qizlarni asrab olish, onalik va otalikdan mahrum qilish, tashkilotlarni g‘amxo‘rlik va vasiylik to‘g‘risidagi qabul qilgan qarorga munosabati, shaxs taqdirini xal qilishda qatnashishi va maslahatli fikr berishi lozim.

***Psixologik diagnostika (tashxis qo’yish) ishlari** – o’quvchilarning qiziqishlari, layoqatlari, qobiliyatlari, qadriyatlar yo’nalganligi ijtimoiy ustanovkalari va munosabatlari, bilish va o’quv faoliyati motivasiyalarini inobatga olgan holda ularning individual-psixologik va shaxs xususiyatlarini aniqlash va baholash*

Ota onalarga bolaning psixik rivojlanishi xususiyatlarini shaxs sifatida shakllanishi, o‘zaro munosabat maqomlari, bunda farzandlarning yoshi, jinsi, individual-tipologik xususiyatlari muammosi bo‘yicha ilmiy-amaliy maslahatlar beradi.

Yangi tipdagi maktablarga o‘rta-maxsus va kasb-hunar kolleji o‘quvchilari, akademik litsey talabalariga ularning imkoniyati, istiqboli to‘g‘risida ilmiy – amaliy xususiyatga molik konsultativ ishlar olib borish: yoshlarni saralash, tanlash, ixtisosda yaroqlik darajasini aniqlash, tanlov komissisiyasida maslahatchi sifatida ishtirok etish.

Psixologik korreksiya (tuzatish) va rivojlantirish ishlari – shaxsning shakllanishi hamda rivojlanishidagi kamchiliklarni tuzatish hamda og’ishlarni bartaraf etish, o’quvchilar (tarbiyalanuvchilar) muomalasi va hulq-atvoridagi buzilishlarnn korreksiyalash, shaxsiing psixik rivojlanishi uchun

Mazkur ishlar o‘quvchilarni maktabda, kollejda va litseylarda o‘qitish davomida psixologik – pedagogik jihatdan chuqurroq o‘rganishga yo‘naltirilgan bo‘lib, ularning individual xususiyatlarini, ta’lim tarbiyadagi nuqsonlarning sabablarini aniqlashga mo‘ljallangandir. Diagnostik ishlar guruhiy yoki individual tarzda o‘tkaziladi. Bu asnoda amaliy psixolog quyidagi vazifalarni bajaradi.

Yosh davr taraqqiyoti mezonlariga muvofiqligini aniqlash maqsadida psixolog bolalar, o‘quvchilar, maxsus maktab, o‘quvchilarini, akdemik litsey va kasb xunar kollejlari, oliy o‘quv yurti talabalarini psixologik tekshiruvdan o‘tkazadi, ularning darajalarini belgilaydi. O‘quvchilarning kasbiy yaroqliligini diagnostika qiladi, ularning shaxs xislatlar, irodaviy sifatlari, his – tuyg‘ulari, o‘z-o‘zini boshqarish imkoniyati, intelektual darajasini tekshiradi.

Maslahat berish ishlari-amaliyotchi psixologning asosiy faoliyat turlaridan biridir. Maslahat berish ishlari o‘qituvchilar, o‘quvchilar, ota-onalar uchun olib boriladi. Maslahat berish ishlari individual va guruhiy bo‘lishi mumkin. Amaliyotchi psixologlar ish tajribasini umumlashtirish shuni ko‘rsatadiki, o‘qituvchilar ko‘pincha psixologga quyidagi muammolar bo‘yicha murojaat qiladilar: turli fanlar bo‘yicha o‘quvchilarning o‘zlashtirishdagi qiyinchiliklar, bolalarning o‘qiy olmasligi va istamasligi, guruhda nizoli vaziyatlar, shaxsiy pedagogik ta’sirning natija bermasligi, har xil yoshdagi bolalarning tengdoshlari oila muloqati va bolalar jamoasining shakllanishi, kasbiy malakalarini oshirish yo‘llari, o‘quvchilarning qobiliyatlari, layoqatlari, qiziqishlarini aniqlash va rivojlantirish yo‘llari, o‘quvchilar bilan kasbga yo‘naltirish ishlarini olib borish.

Amaliyotchi psixologga o‘qituvchilar ham murojaat qiladilar-mi?

Kattalar va tengdoshlari bilan o‘zaro munosabatni yaxshilash masalalari, o‘z-o‘zini tarbiyalash, kasbiy va shaxsiy o‘z-o‘zini bilish, aqliy mehnat va xulq-atvor madaniyati va boshqa muammolar bo‘yicha murojaat qiladilar.

Psixolog o‘quvchilar bilan bevosita aloqada ularda vujudga kelgan muammolarni hal qiladilar. Bu to‘g‘ridan to‘g‘ri maslahat berish deb ataladi. Ba’zan o‘quvchilarga va ota-onalarga o‘qituvchilarning u yoki bu muammolari bo‘yicha maslahat beradi, bu bavosita maslahat berishdir, bunda ma’lum qoidalarga amal qilishga to‘g‘ri keladi. Maslahat berish markazida har doim psixolog va maslahat berilayotgan shaxsning o‘zaro ta’sir jarayoni, ular orasida ishonchli o‘zaro munosabatni o‘rnatish yotadi. Bunda psixolog – maslahat beruvchi, o‘qituvchi, ota-ona – maslahat beriluvchi, o‘quvchi mijoz rolida bo‘ladi.

8-ma'ruza. Psixika haqida umumiy tushuncha

1. *Psixologiya predmeti haqidagi tasavvurlar rivojlanishining asosiy bosqichlari.*

Inson mavjud ekan u o'zining hayotiy tajribasiga asoslanib, u yoki bu holda idrok etish, olamni anglash, narsa va hodisalarni ajratish kabi xususiyatlarga ega ekan ligi haqida o'ziga - o'zi hisob beradi. Inson olamni qabul qilibgina qolmay, unda harakat qiladi, o'z faolligini namoyon etadi, qaror qabul qiladi, maqsadga intiladi, qiyinchiliklarga duch kelganida qat'iyatlilik va irodaviy sifatlarni namoyon qiladi.

Inson biror bir jihati bilan boshqalardan farq qiladi: kimdir texnikaga qiziqadi, boshqa birov musiqaga, yana kimdir sportga, kimdadir qobiliyatlar, boshqada she'r yozish, uchinchisida texnik qobiliyatlar mavjud, kimdir harakatchan, boshqa birov bosiq, befarq, uchnchisi – dilkash, chaqqon, birov mehnatsevar va kamsuqum va xokozo.

Bilish psixologiyasi bizning idrokimizni, harakatlarimizni, va ma'lumotlarni qanday eslab qolish yo'llarini o'rganadi. Bilish ilmi ko'p sohani qamrab oladigan o'rganish bo'lib, miya topshiriqlarida yashiringa aqliy faoliyatlar haqidagi tushunnchalarimizni boyitadi. Bilish jarayoni bizga o'zimizni tushunishning yangi yo'llarini o'rgatadi va depressiya kabi noqulay vaziyatlarda o'zini qanday tutushni ko'rsatib beradi. Ko'zga tashlanadigan xulq-atvor haqidagi psixologlarning havotirlarini o'z ichiga olgan holda biz bugun psixologiyani xulq- atvor va aqliy faoliyatlar ilmi deb tariflaymiz. Keling bu ta'rifni aniqlashtiramiz. Xulq-atvor organism qila oladigan hamma narsa va biz uni kuzata olamiz, baqirmoq, jilmaymoq, gapirmoq, savol bermoq- bularning hammasi ko'z ilg'aydigan harakatlar. Aqliy jarayonlar esa ichki bo'lib, ular xulq-atvordan farq qiladi. Masalan, xis tuyg'u, orzular, o'y-xayollar, ishonch- etiqodlar kabi.

Psixologiya tarifining kalit so'zi bu- ilm. Psixologiya bu kitobda ko'plab savollarga javob beradi. Mening maqsadim shunchaki natijalarni aytish emas balki, psixologlar qanday o'yinlar o'ynashini ko'rsatib berish hamddir. Siz tadqiqotchilarning baxsli fikr va g'oyalarini qanday baholashlarini ko'rishingiz mumkin. [15]

Bularning hammasi – sezgir, idrok, xotira, tafakkur, xayol, his-tuyg'u, iroda, temperament va xarakterlar – inson psixikasining hodisalaridir.

Psixik hodisalarni o'rganuvchi fan – psixologiya deb ataladi. Psixologiya (yunoncha, psyxe – ruh, logos – bilim, ilm, fan) insonning ob'ektiv borliqni sezgi, idrok, tafakkur, his-tuyg'u va boshqa psixik holatlar orqali aks ettirish jarayonlari va qonuniyatlarini o'rganadigan fandir. Psixologiyaning predmeti konkret shaxs, uning jamiyatdagi xulq-atvori va turli faoliyatlarning o'ziga xos tomonlaridir. Psixologiya konkret fan sifatida asixik faoliyat qonuniyatlarini, uning ro'y berishi mexanizmlari va omillarini o'rganuvchi fandir.

Psixologiyaning hozirgi farazlari

Nevro ilm	*Tana va miya, xislar, xotiralar va tajribalarga qanday*	*Og'riq haqidagi habarlar qo'ldan miyaga qanday yetib*	*Biologic, aqliy hamda klinik*

[15] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 6

	imkoniyatlar beradi?	*boradi?*	
Evolyutsion	*Qanday qilib fel atvordagi tabiiy tanlov genlarning tirik qolish ehtimolini oshiradi?*	*Evolyutsion rivojlanish xulq atvor moyilliklariga qanday tasir etadi?*	*Biologic, ijtimoiy, taraqqiyot*
Xulq-atvor genetikasi	*Genllarimiz va atrof muhit shaxsiyatimizga qanday tasir etadi?*	*Psixologik harakterlar, masalan zehnlilik, shaxsiyat, depressiyaga nisbatan zaiflik kabilar genlarimiz maxsulimi yoki muhit maxsuli?*	*Shaxsiyat, taraqqiyot.*
Psixodinamika	*Xulq- atvor qanday qilib kutilmagan zarbalardan va kelishmovchiliklardan paydo bo'ladi?*	*Qanday qilib insonlarning shaxsiy xarakterlari va nuqsonlari yoshlikdagi ushalmagan orzular va bolalik traumalari bilan bog'lanadi?*	*Klinik, xususiyat, maslahatlar*
Fe'l- atvor	*Biz qanday qilib ko'z ilg'aydigan javobgarlikni o'rganamz*	*Biz qanday qilib ma'lum predmetlar yo holatlardan qo'rqish tuyg'usini sezamiz*	*Klinik, maslahat, sanoatlashgan organizatsiya*
Bilish	*Biz qanday qilib raqamlar bilan yozamiz, faoliyat yuritamiz va ma'lumotlarni qayta tekshiramiz?*	*Biz eslashda ma'lumotlardan qanday foydalanamiz? Muammolarni hal qilishdachi?*	*Bilish, klinik, maslahat.*
Ijtimoiy-madaniy	*Millatlar va holatlarda o'ylash va xulqlar qanday farqlanadi?*	*Biz insonlarning o'xshashliklarimiz va farqlarimiz nimada?*	*Taraqqiyot, klinik va ijtimoiy.*

Psixologiya fanining asosiy vazifasi – psixik hodisalarni o'rganish va ilmiy asoslashdir. Axir barcha narsalar kabi psixik hodisalar ham ma'lum qonuniyatlarga bo'ysunadi. Psixologiya shu qonuniyatlarni ochishga, ularning tarkib topishi va rivojlanishini ochishga qaratilgandir. Ushbu qonuniyatlarni bilish, ularni boshqarish, tashkil etish, ta'lim-tarbiya jarayonlarini to'g'ri olib borishga yordam beradi.

Psixologiya tarifining kalit so'zi bu - ilm. Psixologiya bu kitobda ko'plab savollarga javob beradi. Mening maqsadim shunchaki natijalarni aytish emas balki, psixologlar qanday o'yinlar o'ynashini ko'rsatib berish hamddir. Siz tadqiqotchilarning baxsli fikr va g'oyalarini qanday baholashlarini ko'rishingiz mumkin.[16]

Ilmiy psixologiyaning predmeti deyilganda avvalo psixik hayotning konkret faktlari nazarda tutiladi. Psixik xarakterga doir har bir fakt esa ham miqdor ham sifat jihatidan xarakterli

[16] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 6

xususiyatga ega. Ilmiy jihatdan bilish hodisalarni tasvirlashdan ularni tushuntirib berishga o'tishni muqarrar talab qiladi. Bu esa o'z o'rnida qonunlar mohiyatini ochib berishni talab etadi. Demak, psixologik faktlar bilan birgalikda psixologik qonunlar psixologiya fanining o'rganiladigan predmeti bo'lib yuzaga chiqadi, shuningdek psixik holatning mexanizmlarini aniqlashdan iboratdir. Ushbu muammolar fiziologiya, biofizika, bioximiya, kibernetika bilan birga ochib beriladi.

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 juda qadimiy va shu bilan birga navqiron fandir. Psixik hodisalarning ilk talqini qadimi yunon olimi Aristotel'ning «Jon haqida» nomli asarida berilgan.

O'tgan ajdodlarimiz psixologiya muammolarini izchil va atroflicha, muayyan yo'nalishda, ma'lum kontseptsiya asosida o'rgangan bo'lsalar ham, albatta, o'z asarlarida psixik holatlarning aks etishi, namoyon bo'lishi, rivojlanishi va o'zgarishlari to'g'risida qimmatli fikrlar bildirishgan. Bular 4 xil manbada uchraydi:

1) Xalq ijodiyotida – rivoyatlar, maqollar, matallar va masallar;
2) Maxsus ijodkor kishilar o'git – nasihat va hikoyatlarida;
3) Qomusiy, O'rta Osiyo mutafakkirlarining ilmiy-nazariy qarashlarida;
4) Turli davrlarda ijod qilgan shoir va yozuvchilar ijodining mahsullarida, ya'ni ilmiy-badiiy asarlarda.

2. Jonli va jonsiz tabiatda aks ettirish shakllari.

Jonsiz, noorganik materiyadan tortib to eng oliy va murakkab materiya hisoblanmish kishi miyasiga qadar barcha materiya moddiy olamning yalpi xususiyati – in'ikos etish xususiyatiga, ya'ni ta'sirotga javob qaytarish qobiliyatiga egadir.

Jonsiz tabiatda harakat jism va moddalarning mexaniq, fizikaviy yoki kimyoviy ta'siri tarzida yuz berishi mumkin. Noorganiq tabiatdagi harakatning oddiy misollariga e'tibor qiling: dengizdagi qoya suvning ta'siriga muayyan qarshilik ko'rsatadi – to'lqinlar qoyaga urilib qaytadi, lekin qoyaning o'zi ham sekin – asta emirila boshlaydi; quyosh nuri suv yuzasiga kelib urilgach, sinib qaytadi; elektr razryadlari natijasida ozon molekulalari hosil bo'ladi.

Jonli materiyaga in'ikosning biologik shakllari xos bo'lib, jonli materiyaning ma'lum bir bosqichida esa in'ikosning yangi shakli sifatidagi psixika paydo bo'ladi.

Materiya harakatining biologik shakli hayot – tabiat rivojlanishining sifat jihatidan yangi bosqichidir. O'lik materiyadan tirik materiyaga o'tishni izohlaydigan qator gipotezalar mavjud. Ulardan biri A. I. Oparinga tegishli bo'lib, unga ko'ra organiq moddalar – atomlari turli shakllarla azotning, kislorodning, vodorodning, fosfor va oltingugurtning atamalari bilan bog'langan modda uglerod negizida hosil bo'lgan birikmalarning paydo bo'lishi jonli materiya paydo bo'lishining zarur sharti hisoblanadi. Oparinning gipotezasiga ko'ra taxminan 2 mlrd yil ilgari atmosferada erkin kislorod ajralib chiqib, organik moddalarda fotoximiyaviy reaksiyaning va fotosintezning yuz berishiga olib keladi. Organik birikmalarning rivojlanishi jarayonida uglerodning juda ham murakkab birikmalari benihoya katta molekulalar paydo bo'ladi. Bu molekulalar muhit bilan doimiy modda almashinuvi bo'lib turishini taqozo qiladi. Bir-biri bilan qo'shilib kattalashuvi, yoki maydalashib ko'payib turishi mumkin deb taxmin qilinadi. Bu o'ta katta molekulalar koatservantlar deb atala boshlangan. Jarayon yana takrorlanadi: o'sish, parchalanish.

Uzoq vaqt davom etgan evolyusiya natijasida hozirgi organizmlarda in'ikosning qo'zg'aluvchanlikdan tortib, to uning ancha yuksak darajadagi shakllari–psixik hayotning ifodalanishi shakllari bo'lmish sezgilar idrok, xotira, tafakkurga qadar turli xildagi shakllarini ko'ramiz.

3. Psixik aks ettirish. Onglilik va ongsizlik.

Psixika – bu yuksak darajada tashkil topgan materiyaning sistemali xususiyati, sub’ekt tomonidan ob’ektiv borliqni faol aks ettirish, mazkur borliq manzaralarini sub’ekt o’zidan uzoqlashtirmay ifodalashi, xuddi shu asnoda o’z xulqini va faoliyatini shaxsan boshqarishdir.

Inson psixikasi – psixika taraqqiyotning eng oliy bosqichidir

Evolyusion taraqqiyot davomida psixikaning eng sodda ko’rinishidan inson ongigacha taraqqiyoti bir qancha bosqichlardan iborat bo’lgan. Tirik organizmlarda uzluksiz o’zgarib turuvchi hayot sharoitlariga muvofiqlashuvini ta’minlaydigan harakat fikrlari instinktiv, individual va harakatning intellektual shakli maydonga kela boshlagan. Tirik organizmni psixik rivojlanish jarayoni bir-biridan tamomila ajralib turuvchi 2 davrni o’z ichiga oladi: hayvonlar psixikasining rivojlanishi biologik qonuniyatlarga: irsiyat, o’zgaruvchanlik, tabiat, saralanish qonunlariga bo’ysunadi va odam ongi rivojlanadi.

Psixika (yunoncha psychiros-ruhiy) - yuksak darajada tashkil topgan materiya - miyaning funksiyasi

Psixikaning riojlanishini, umuman tirik organizmlar rivojlanishi kabi 2 reja asosida o’rganish mumkin: filogenez va ontogenez.

Filogonez

- ***organizmning oddiy shakllaridan tortib hozirgi zamon kishisiga qadar butun bir biologik rivojlanish jarayonida yuz bergan o‘zgarishdir.***

Ontogenez

- ***har bir individning hayoti davomida tug‘ilishidan tortib to hayotning oxiriga qadar sodir bo‘lgan o‘zgarish yig‘indisidir.***

Erda hayotning paydo bo’lishi materiya taraqqiyotidagi yangi bosqich, materiya tuzilishiga ko’ra ancha murakkab alohida xossalarga ega bo’lgan.

***Seskanuvchanlik** - psixikaning paydo bo’lishida zaruriy xususiyat, majburiy shart-sharoitdir.*

Hayvonlarga mansub shakllarda ta’sirlanuvchanlikning yangi turi - sezuvchanlik paydo bo’ladi. A.N. Leont’evning farazlariga ko’ra sezuvchanlik genetik jihatdan qaraganda muhitning organizmni boshqa taassurotlar bilan bog’lovchi, organizmni muhitda mo’ljal olishiga yordam beruvchi, signallik vazifasini o’tovchi ta’sirlariga javob ta’siridan bo’lak narsa emas. Ta’sirlanuvchanlikdan sezuvchanlikka o’tish hayot tarzining o’zgachaligi bilan bog’liqdir. Yuksak taraqqiyot etgan hayvonlarda sezuvchanlik oshib, sezgi organlari shakllanadi. Taraqqiyotning elementar sensor bosqichidan komplesk kuzgatuvchilarning, predmetlarning butunligiga aks ettirish bilan ifodalanadigan qobiliyatiga, ya’ni perseptiv aks ettirishga o’tish amalga oshiriladi. YAshash sharoitlarini murakkablashuvi tirik organizmlarini muhitga moslashuvi zaruriyatini, materiyani sifat jihatdan o’zgarishi aks ettirish usullarini takomillashtiruviga xatti-harakatlarini maqsadga muvofiq, epchil bo’lishiga olib keldi.

Hayvon va odam psixikasidagi farqlar umumlashgan holda quyidagi sxemada o’z aksini topgan.

Inson psixikasi – psixika taraqqiyotning eng oliy bosqichidir.

Psixika (*yunoncha psychiros-ruhiy*) - yuksak darajada tashkil topgan materiya - miyaning funksiyasi. Uning mohiyati tuyg'ular, idrok tasavvur, fikrlar, iroda va boshqalar ko'rinishida aks etirishdan iboratdir. Inson ongi o'z mohiyatiga ko'ra hayvonlarning instinktiv, individual va intellektual harakat formalaridan batomom boshqacha, nihoyatda murakkab hodisadir. Inson ongi evolyusion tarqqiyotning eng so'nggi bosqichi, ya'ni inson taraqqiyoti bosqichidan ijtimoiy-tarixiy taraqqiyot tufayli tarkib topgan.

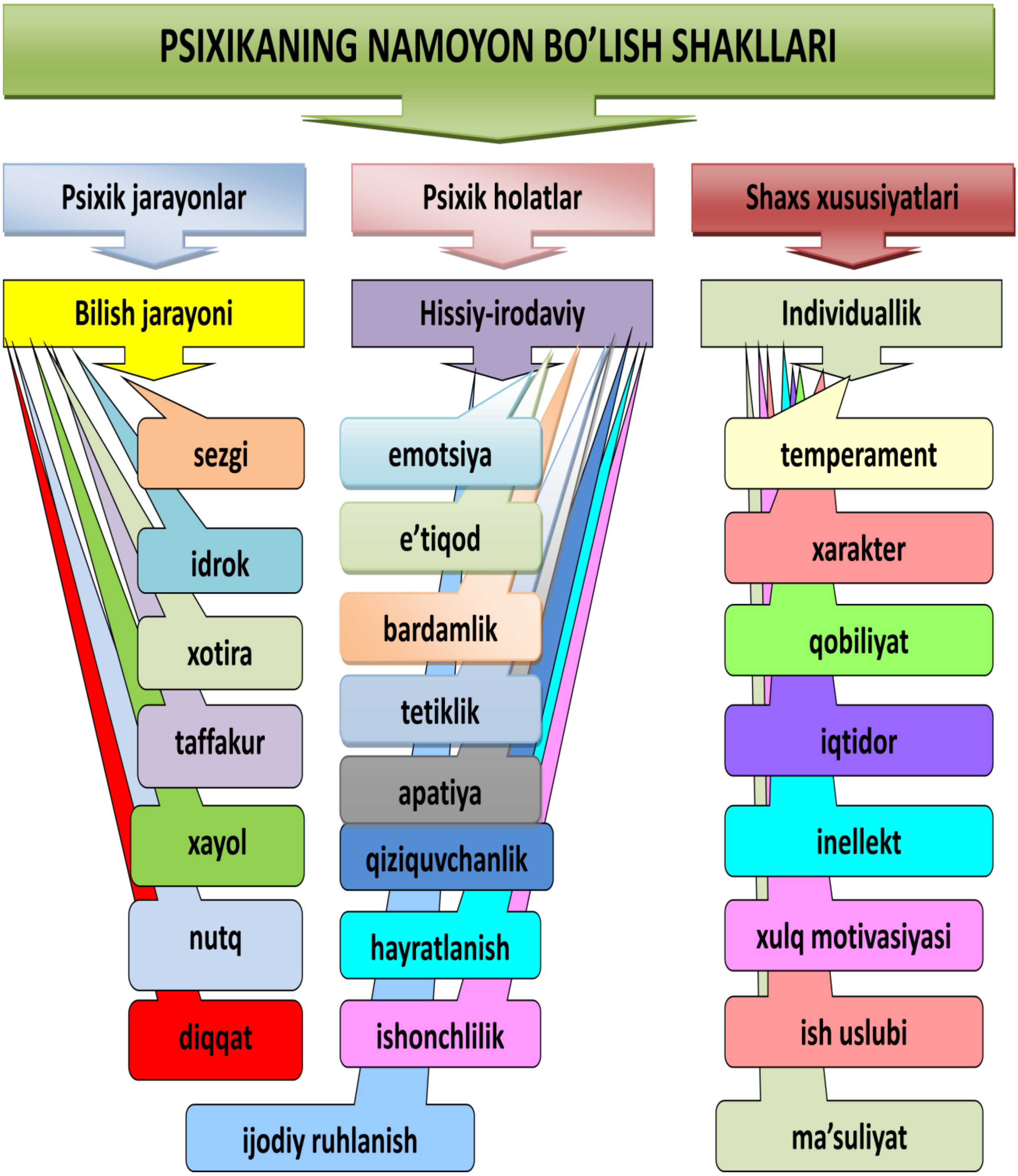
Inson ongi insonnning o'zi bilan birga, deyarli bir vaqtda maydonga kelgan. Ong tarixiy taraqqiyotning ikkinchi yo`nalishi - odamlarning amaliy faoliyatlari bilan amalga oshiriladigan va tekshirib ko'riladigan inson bilish faoliyatining doimo rivojlanish jarayonidir.

Muhim xususiyatlar	
Hayvonlar faoliyati	***Inson faoliyati***
1. nstinktiv biologik hayot faoliyati.	1. F aoliyat bilish va muloqot ehtiyoji orqali yo'naltiriladi.
2. amkorlikda faoliyat mavjud mas.	2. H ar qanday harakat insonlar uchun hamkorlik faoliyatida ma'lum darajada mazmun kashf etadi.
3. onkret vaziyatdan ko'rsatmali tasavvurga asoslanadi.	3. M avhum fikr yuritadi, narsa va hodisalar orasidan bog'liqlikni aniqlashga harakat qiladi.
4. vloddan o'tadigan harakatlar dasturi.	4. M uloqotning ijtimoiy vositalari orqali tajribani uzatish va mustahkamlash.
5. ordamchi vositalardan foydalanish mumkin lekin ularni saqlamaydi doimo ulardan foydalanmaydi.	5. M ehnat qurollarini yasash, ularni saqlash va keyingi avlodga qoldirish.
6. trof muhitda moslashadilar.	6. O 'z ehtiyojlaridan kelib chiqib, tashqi olamga ta'sir etadi, uni o'zgartiradi.

Ongning tabiati - ong odamning borliq haqiqatini aks ettirish formasi tariqasida keladi. Ongning asosiy belgilari, odam ongining psixologik xarakteristikasi, so'z va ma'noning ongni tashkil qiluvchi tushunchalar sifatida kelishi, odam ongining borliqdagi narsa va hodisalarni, ularning eng barqaror muhim belgilari va xususiyatlari ma'lum darajada so'z bilan umumlashtirib ifodalaydi, aks ettiradi. Psixika va ongning paydo bo'lishi taraqqiyoti inson ongining paydo bo'lishining dastlabki shart-sharoitlari, kishilarning birgalikdagi mahsuli- faoliyati, mehnat taqsimoti kishilar o'rtasidagi muloqotning borgan sari faollashib borishi, til asosida turli so'z signallaridan, belgilar tizimidan foydalanish, insonning moddiy va ma'naviy madaniyatini, inson boyliklarini yaratilishi, ijtimoiy tajribani

*Insonning - ijtimoiy munosabatlar mahsuli ekan ligi, yuksak psixik funksiyalarning tarkib topishning o'ziga xos qonuniyatlari mavjudligi **L.S. Vigotskiyning** nazariyasida aniq yoritib berilgan*

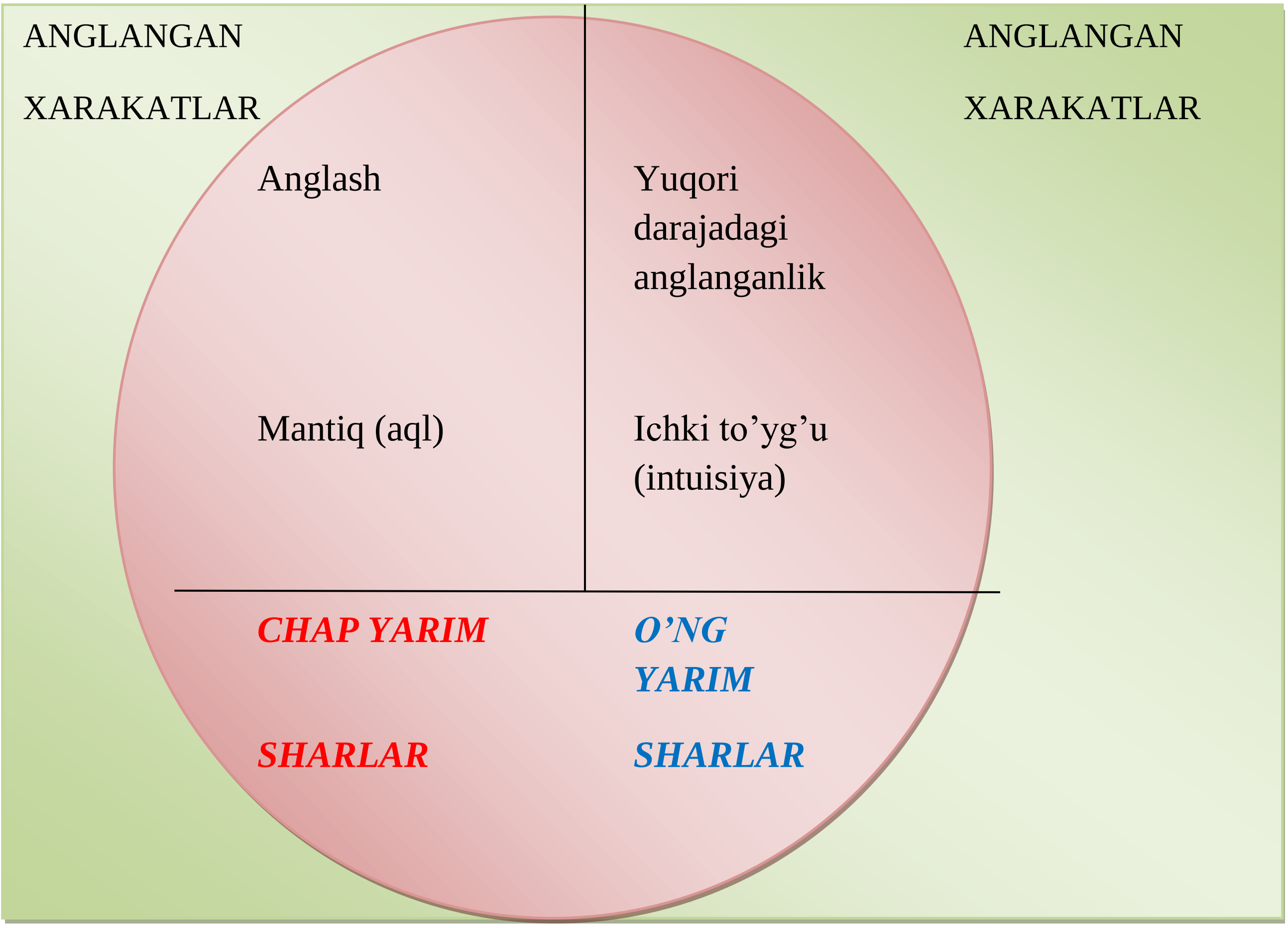
o'zlashtirish, avloddan - avlodga berish, saqlash bilan bog'liq.



Ongning paydo bo'lishi taraqqiyotida filogenetik - organizmning oddiy shaklidan tortib murakkab, to hozirgi zamon kishisiga qadar rivojlanish jarayoni juda uzoq tarixiy ijtimoiy, biologik o'zgarishlar yuz bergan davrlar bilan xarakterlanadi.

Ontogenetik taraqqiyotda har bir individ hayoti davomida murakkab o'zgarishlar tizimini bosib o'tadi. Murakkab ko'rinishdagi shart-sharoitga moslashish refleks qobiliyatini paydo bo'lishi, taraqqiyotiga olib boradi. Ongning rivojlanishini ta'minlovchi omillar: hozirgi zamon sharoitida yoshlarni har tomonlama kamol topishi, mustaqil fikrlash, atrofidagi o'zgarishlarga ochiq ko'z bilan teran fikr bilan munosabatda bo'lishi mumkin ijtimoiy o'zgarishlarda faol ishtirok etishlari lozim. Buning uchun fon yutuqlarini, umumxalq madaniyatini o'zlashtirilishi, o'z-o'zini boshqarishni yangi vositalaridan foydalanish zarur. Ishlab chiqarish korxonalarini yangi texnologiyalar bilan boyitish, bilimga bo'lgan qiziqishni ortishi kelajakdagi ijtimoiy o'zgarishlar, istiqbollar nazarda tutiladi. Shuningdek odamdagi barcha psixik jarayonlar, psixik xususiyatlar, psixik holatlar faqat ong bilan emas balki ongsizlik ong osti holatlarida ham ro'y berishi mumkin.

Odam shaxsidagi ongsizlik holatlari kishining o'zi anglamagan holda qiziqishi va ehtiyojlarini bajarishga intilishdir. Bunday xatti-harakatlar turli ixtiyorsiz reaksiyalarda, xulq atvorda, psixik hodisalarda namoyon bo'ladi. Ongsizlik holatlarini ikkinchi guruhi asosida ongsizlik holatlarining uchinchi guruhi kishining idroki, xotirasi va xayoli bilan bog'lanib ketadi. Tush ko'rish, shirin xayol, orzu. Ongsizlik xolatlari ba'zan kishining ongiga singib qolgan ahloq normalari orqali nazorat qilinishi ham mumkin. (***Psixoanaliz nazariyasi***)



9 - ma’ruza. Psixologiya fanining tarmoqlari va psixologik amaliyot vazifalari

Reja:

1. Psixologiya faning tarmoqlari rivojalnishi.
2. Psixologik sohalarning taraqqiyoti.

Psixologik ilm assotsiyatsiyasi prezidenti John Kauopo psixologiya diqqat markazidagi ilm deydi. Shuning uchun u qiziqishi kuchli insonlar uchun mukammal sohadir. Uning biologic tajribalardan tortib, madaniy solishtirishlargacha bo’lgan turli xil topshiriqlari psixologiyaning bir umumiy sohaga birlashgan qismidir. Masalan, xulqlarni tasvirlash, tushuntirish kabi. Bazi psixologlar psixologiyaninng asosiy bo’limlarini yaratish uchun tadqiqotlar olib borishmoqda. Keying sahifalarda biz shu kabi olimlarning miya va fikr o’rtasidagi biologic bog’liqlikmni aniqlashini ko’rishimiz mumkin. Bu va boshqa psixologlar amaliy muammolar keltirib chiqaradigan tajribalar olib borishi mumkin. Bazi psixologlar psixologiyaning tamoil va metodlarini tashkilot va kompaniyalarda qo’llashdi va ishchilarni tanlab tekshirib ko’rishdi. [17]

Psixologiyaning ko‘plab sohalari mavjuddir. psixologiya fanida asosiy fan deb umumiy psixologiya fanini aytsa bo‘ladi, u psixik faoliyat formalarini, psixologiya fanida poydevor vazifasini bajaradi. umumiy psixologiya tarkibida bir qator bo‘limlar mavjuddir, bular:

- evolyusion psixologiyaga kirish;
- bilish jarayonlarining tahlili (sezgi, idrok, xotira, tafakkur, xayol).
- affektiv hayotdagi jarayonlar tahlili (insonning ehtiyojlari, hissiyotning murakkab formalari).
- inson faoliyatining psixologik ko‘rinishini va uning faolligini boshqarish;
- shaxs psixologiyasini va individual farqlarni tahlil qilish.

Garchi ko’plab psixologik kitoblar psixologiya ilmiga qaratilgan bo’lsada, aslida psixologiya ko’plab amaliy masalalarni yani qanday qilib baxtli turmush yaratish, depressiyani yengish kabilarni o’rganadi. Maslahatchi psixologlar insonlarga qiyinchiliklardan chiqib ketishga yordam beradi. Va ular shaxsiy ijtimoiy vazifalarni rivojlantiradi. Klinik psixologlar esa aqliy, hissiy va hulq-atvordagi tartibsizliklarni tahlil qiladi va davolaydi. Klinik va maslahatchi psixologlar ham testlar o’tkazadi, muolajalar qiladi. Psixiatrlar hampsixioterapiya o’tkazishi mumkin va ular ham psixologik tartibsizliklar sabablarini aniqlab davolashadi.

Inson muammolari bilan tarixiy psixologiyani tebglashtirish uchun Martin Selegman va boshqa olimlar insonlarning kuchi va rivojlanishini tekshirish uchun tajribalar olib borishdi. Ularning ijobiy psixologik ilmlari, ijobiy hislari ijobiy harakterlarini aniqladi.

Birlashgan psixologlar insonlarda o’zgarishlarni izlashdan ko’ra, hamma uchun foydali bo’lgan ijtimoiy va jismoniy muhit yaratishdi. Masalan: agar maktab bezorilari muammo bo’lsa bazi psixologlar ularni o’zgartirish yo’llarini izlashadi. Jamoaviy psixologlar esa ilk o’smirlik davrida maktab tajribalariga moslashish yo’llarini izlashdi. Biologic farazlarni ijtimoiylaridan farqlash uchun psixologiya ko’plab sohalarni o’rganadi. Psixologlar tibbiyot makttablari, yuridik maktablar talabalarini o’qitishdi va ular kasalxonalar, korxonalar va offislarda ishlar olib borishdi. 18

Umumiy muammolarga quyidagi olimlarning ishlari qaratilgan: Germaniyalik V.Vundt, AQShda U.Djems, Fransiyada A.Bine, P.Jane, A.Vallon, A.Peron, P.Fress, rus olimlaridan L.S.Vigotskiy, S.L.Rubinshteyn, A.N.Leontev, A.A.Smirnov, B.M.Teplov va boshqalarUmumiy psixologiyaga biologik fanlarni ham qo‘shib o‘tiladi. bularning hammasi insonning psixik faoliyatini tabiiy ilmiy asosi sifatida tahlil qilinadi. Birinchi fan sifatida *solishtirma psixologiya yoki zoopsixologiya*ni aytishimiz mumkin. bu fan quyidagilar bilan

---

[17] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 2

[18] **David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 11**

farqlanadi: 1) evolyusiya bosqichlarida hayvonlarning o‘ziga xosligi kuzatiladi; 2) hayvonlarning tuzilishiga qarab xatti harakatlari o‘rganiladi; 3) atrof muhit ta’siridagi hayvonlarning xatti harakatlari o‘rganiladi. ikkinchi biologik guruhga *psixofiziologiya* fani kiritiladi. bu fanning asosi 19 asrning ikkinchi yarmida yaratilgan, bunda olimlar insonni o‘rganishda turli fiziologik uslublardan foydalanishgan, ular psixologik jarayonlarni fiziologik mexanizmlarini tahlil qilishgan. Aynan shu olimlar birinchilardan bo‘lib psixologik laborotoriyalar yaratishgan. Ular insonlar o‘rtasidagi individual farqlarni kuzatishgan, shu orqali psixofiziologiya fani yuzaga kelgan. Bunda ko‘plab metodlar qo‘llanilgan.

Psixofiziologiya psixologiyaning maxsus sohasi bo‘lib, u fiziologiya, fizika, biofizika, ximiya fanlariga aloqadordir. Uchinchi biologiya sohasiga bog‘liq psixologiya fani *neyropsixologiya* deb nomlanadi. Bu fanning vazifasi insondagi neyronlarning qanday ahamiyatga ega ekanligini o‘rganishdan iboratdir. Bu soha miya po‘stloqlari orasidagi holatlarni tahlil qiladi. CHap yarim sharlar va o‘ng yarimsharlar o‘rtasidagi farqlarni ham neyropsixologiya orqali o‘rganishimiz mumkin. Bu sohani quyidagi olimlar o‘rganishgan. K.S.Leshli va K.Pribram (AQSh), Zangvill (Angliya), B.Milner (Kanada) A.R.Luriya (SSSR) va boshqalar. Neyroxirurgiyaning oldiga *patopsixologiya*ni ham qo‘yishimiz mumkin, insonlarning miyalaridagi nuqsonlar ularni kasalliklarini tahlil qilish imkoniyatini beradi.

Keyingi soha *genetik psixologiya*, *bolalar psixologiyasi* hisoblanadi. bunda bolalardagi o‘zgarishlar tahlil qilinadi, ularning qobiliyatilari, individual holatlari tahlil qilinadi. keyingi soha *differensial psixologiya* deb nomlanadi, bunda bolalar va kattalar o‘rtasidagi individual farqlar aniqlanadi.

Keyingi soha *psixolingvistika* hisoblanadi, buning asosiy vazifasi muloqot vaqtida nutqiy qonunlarga amal qilishdan iboratdir.

Psixologiyaning muhim sohalaridan biri bu *ijtimoiy psixologiya*dir. Bu soha insonlarning muloqot vaqtidagi psixologik qonuniyatlarini o‘rganishadi. bunda liderlarni, kichik guruhlarning o‘ziga xos xususiyatlari va boshqalar o‘rganiladi.

Asosiy tadqiqot-ilmiy bilim bazasini oshirishga qaratilgan ilm amaliy tadqiqot-amaliy muammolarga yechim topishga mo’ljallangan ilmiy izlanish maslahat beruvchi psixologiya-psixologiyaning bir bo’limi bo’lib, insonlarga hayotdagi muammolarida yordam berib, yaxshiroq farovonlikka erishishga ko’mak beradi.

Klinik psixologiya-psixologiyaning bir bo’lagi bo’lib, insonlardagi psixologik tartibsizliklarni o’rganadi va davolaydi.

Psixiatriya- tibbiyotning bir sohasi bo’lib, psixologik tartibsizliklar bilan shug’ullanadi.

Jamoat psixologiyasi- psixologiyaning bir sohasi bo’lib, insonlar boshqa ijtimoiy muhit, odamlar va guruhlar bilan qanday aloqa qilishini o’rganadi.

Psixologiya zamonaviy madaniyatga ham tasir ko’rsatadi. Bilim bizni o’zgartiradi. Quyosh sistemasi va kasalliklarning mikroblari nazariyasini o’rganish odamlarning o’y-hayollarini va harakatlarini o’zgartiradi. Psixologiyaning kashfiyotlarini o’rganish ham odamlarni o’zgartiradi. Ular ko’pincha psixologik tartibsizliklarni aqliy muvafaqqiyatsizlik deb tushunishadi. Ular ko’pincha ayollarni erkaklardan ko’ra aqli pastroq deb hisoblashadi. Marton Hunt “har bir holatda bilim munosabatlarni va bu orqali hatti-harakatlarni o’zgartiradi” deb takidlaydi. Bir marta psixologiyaning yaxshi tadqiq qilingan miyamiz va tanamiz qanday bog’langanligi, bolaning miyasi qay tarzda o’sadi, hislarimizni qanday boshqarishimiz, qanday qilib eslab qolishimiz va unutishimiz, dunyodagi odamlar qanday farq qilishi kabi g’oyalardan habardor bo’lsangiz, sizning miyangiz hech qachon bunday hotirjam bo’lmaydi. [19]

Bundan tashqari psixologiyaning juda ko‘plab sohalari mavjuddir. Hozirgacha uning 300 dan ortiq sohasini ajratishimiz mumkindir.

---

[19] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 12

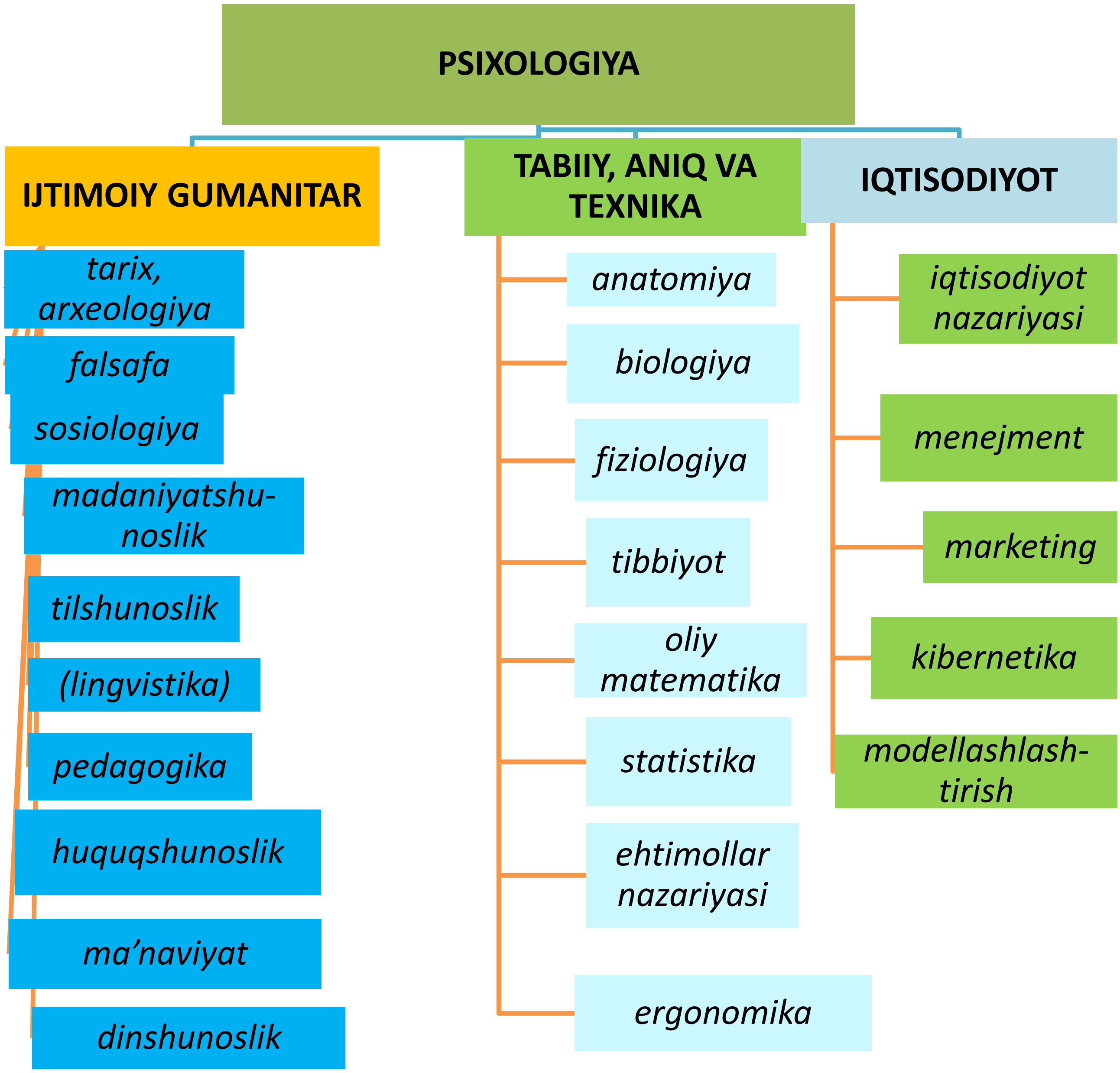
AQSh va RFdagi mavjud ba’zi psixologik tarmoqlar klassifikatsiyasi:

AQSh	RF
Muhandis-psixolog *Odam-texnika tizimidagi o‘zaro munosabatlar xususida bilimlarga ega bo‘lib, texnik moslamalarni ishlab chiqishda ishtirok etadi*	Muhandis-psixolog *Odam va texnika o‘zaro munosabatlariga oid psixologik muammolar bilan shug‘ullanadi*
Maslahatchi-psixolog *Shaxsiy muammolarni hal qilish yuzasidan tavsiyalar berib, testlar o‘tkazadi*	Siyosiy-psixolog *Siyosiy tuzilmalar a’zolariga psixologik maslahatlar berish, siyosiy dasturlarni ishlab chiqishda ishtirok etadi*
Madaniyat masalalari bo‘yicha psixolog *Turli madaniy muhit sharoitidagi odamlar ijtimoiy xulqini solishtirma tahlili bilan shug‘ullanadi*	Tibbiyotchi psixolog *Tibbiy maskanlarda psixologik profilaktika va psixogigiena masalalari bilan shug‘ullanib, bemorlarning psixologik xususiyatlarini o‘rganadi*
Klinik psixolog *Terapiya va bemorlarning hissiy emotsional kechinmalari masalalarini o‘rganadi*	Psixologiya o‘qituvchisi *Psixologiyaning turli aspektlariga oid ma’ruzalar o‘qiydi*
Ishlab chiqarish va sanoat psixologi *Ishlab chiqarish sharoitlarini ta-komillashtirish hamda xodimlarni tanlash masalalarini o‘rganadi*	Trener-psixolog *Muloqot malakalari oshirish, shaxsning o‘z imkoniyatlarini takomillashtirish bo‘yicha treninglar o‘tkazadi*
Salomatlik psixologiyasi *bo‘yicha mutaxassis* *Odamlarni sog‘lom turmush tarziga o‘rgatish va turli kasalliklarni oldini olishga o‘rgatadi*	Maktab psixologi *Maktabdagi o‘quv jarayoniga oid muammolar bilan shug‘ullanib, o‘quvchilar, ota-onalar va o‘qituvchilarga psixologi maslahatlar beradi*
Ijtimoiy psixolog *SHaxsning ustanovkalari, dunyoqarashi va biddiyatlarini, ijtimoiy guruhlararo munosabatlarni, liderlik masalalarini o‘rganadi*	Huquqshunos psixolog *Sud-psixologik ekspertizalar jarayonida qatnashadi, huquqshunoslikka oid jarayonlarning psixologik ta’minoti bilan shug‘ullanadi*
Qiyosiy psixologiya *Turli toifadagi hayvonlar xulqini qiyosiy tarzda laboratoriya sharoi-tida o‘rganadi, odam va hayvon xulqi-ga oid umumiyliklarni asoslaydi*	Psixofiziolog *Insondagi psixologik va fiziologik jarayonlarning xususiyatlarini o‘rganadi*
Psixofiziolog *Inson xulqining biologik asoslarini o‘rganadi*	Ijtimoiy psixolog *Kichik guruhlar va jamoalar rivojlanishi va psixologiyasini o‘rganadi*
Maktab psixologi *Muvaffiqiyatli o‘qishga xalaqit beruvchi omillarni diagnostika qiladi*	Zoopsixolog *Oliy toifali hayvonlar xulq-atvorini o‘rganadi*

Eko-psixolog *Inson ehtiyojlariga mos tarzda turar-joylar va binolarni loyihalashtirishga yordam beradi*	Salomatlik psixologiyasi bo'yicha mutaxassis *Psixogigiena va psixoprofilaktika, turmush darajasining infratuzilmasini oshirish masalalari bilan shug'ullanadi*

Sport psixologiyasi - sport musobakalari va mashklanish faoliyatida inson psixikasining rivojlanishi, guruxiy munosabatlarnint psixologik qonuniyatlarini tadiq qiluvchi psixologiya soxasi. Mazkur soxa XX asrning 60-70 yillarida jadal suatlar bilan rivojlana boshladi va uning ilk tadkikotlari sportchilarning individual psixologik farklarini o'rganishga karatilgan edi. Xozirgi davrga kelib esa sport psixologiyasi o'rganayotgan muammolar ko'lami kengaydi, shu boisdan uning asosiy vazifasi sportchilarning psixik va jismoniy kamolotga ta'sir o'tkazuvchi muxim shart-sharoitlarni yaratib berishdir. Bundan tashqari, sport psixologiyasi sportchilarning shaxs sifatida rivojlanishiga, erishgan yutuqlariga psixologik yordam ko'rsatish jabxalari bilan xam shug'ullanadi.

Amaliy tus kasb etayotgan psixologiya tarmoqlarining qisqacha tavsifi	
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 jihatlarini o'rganadi
Injenerlik psixologiyasi – Avtomatlashtirilgan boshqaruv sistemalari operatorning faoliyatini, inson-texnika o'rtasida funksiyalarni taqsimlash va muvofiqlashtirish 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 jihatlarini 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 jihatlarini 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


PSIXOLOGIYA
IJTIMOIY GUMANITAR
tarix, arxeologiya
falsafa
sosiologiya
madaniyatshu-noslik
tilshunoslik
(lingvistika)
pedagogika
huquqshunoslik
ma'naviyat
dinshunoslik
TABIIY, ANIQ VA TEXNIKA
anatomiya
biologiya
fiziologiya
tibbiyot
oliy matematika
statistika
ehtimollar nazariyasi
ergonomika
IQTISODIYOT
iqtisodiyot nazariyasi
menejment
marketing
kibernetika
modellashlash-tirish

10 ma'ruza. Psixologiya fanining metodlari.

Reja:

1. Psixik jarayonlarning shakllanishi va hukm surishini tekshirishning ob'ektiv metodlari.
2. Kuzatish, suhbat, inson faoliyati mahsulini tahlil qilish psixologiyaning metodlari sifatida.

1. Psixik jarayonlarning shakllanishi va hukm surishini tekshirishning ob'ektiv metodlari

Jahon psixologiyasi fanidan xulq atvor, muomala va faoliyat muvaffaqiyatini ta'minlovchi omillarning eng muhimi tariqasida insonning emotsional hayoti yotishi aksariyat nazariyotchi psixologlar tomonidan ta'kidlab o'tiladi. Aniq izlanish predmetiga ega bo'lgan har qanday fan o'sha predmetining mohiyatini yoritish va materiallar to'plash uchun maxsus usullar va vositalardan foydalanadi. Bu esa fanning metodlari deb yuritiladi. Metod – (yunoncha – metod – tadqiqot tekshirish) bilishning nazariy va amaliy o'zlashtirish usullari yig'indisi[20].

Psixologiyaning metodlari qanday usul ekanligi ular boshqa usulllardan nimasi bilan farq qilishini tahlili qilish, kuzatish, suhbat, test, anketa, sahnalashtirish, olingan natijalarni qayta ishlash, sotsiometriya, langityud, egizak, eksperiment usullari haqida talabalarga bilimlar berish. Kuzatish usuli eng qadimiy usullardan biri hisoblanib, insonning psixologik holatlarini bilish jarayonlarini aniqlashda ishlatiladi, suhbat usuli asosan ikki va undan ko'p insonlar jamosi bo'lgan holatlarda ishlatilishi mumkin. Test usuli aqliy jarayonlarni, psixologik holatlarni, individual psixologik xususiyatlarni aniqlashda ishlatiladi. Test usuli individual va guruhiy qilib o'tkazilishi mumkin, anketa usuli asosan ijtimoiy fikrlarni bilish uchun va ularning holatlarini tahlil qilishda ishlatiladi. Sahnalashtirish uchuli asosan yuridik psixologiya fanida o'tkazilishi mumkin, langityud usuli uzluksiz usul bo'lib bir ob'ektni bir necha yillar davomida o'tkazilishi natijasida yuzaga kela va tahlil qilinadi. Sotsiometriya usuli guruh ichidagilarni fikrlarini bildirish uchun o'tkaziladigan ob'ektiv usullardan biri hisoblanadi. sotsiometriya usulining eng yaxshi tomonlaridan biri bu guruhning fikri anonim tarzda olinganligi uchun guruh a'zolari o'z fikrini hech ikkilanmasdan berishlari mumkin. Proektiv usul bu rasmlar orqali tahlil qilingan usullardan biridir. Bunda tekshiriluvchilarga rasm chizish taklif qilinadi. Rasmlar orqali uning individual psixologik xususiyatlari va affektiv holatlarini aniqlashimiz mumkin. Proektiv metodikalarga Uy, odam daraxt, Mavjud bo'lmagan hayvon, Oila rasmi, Avtoportret kabi metodikalar kiradi. Eksperiment usuli bu psixologiya fanining eng qadimgi va ishonchli usullaridan biri hisoblanadi. Eksperiment usuli tabiiy eksperiment, laborotoriya sharoitidagi eksperimentlarga bo'linadi.

Tabiiy kuzatishlar kundalik hayotimizning qiziq fotosuratlarini ko'rsatadi, lekin xulq-atvorga ta'sir qiluvchi hamma omillarni ham nazorat qila olmaydi. Hayot tarzini turli xil joylarda kuzatish bu masalaning bir tomoni, boshqa tomoni esa ba'zi insonlarning boshqalardan tezroqligiga nima sababchiligini tushunib olishdir.

Bir vaqtning o'zida birdan ortiq tajribalar sodir bo'lishi mumkin.

So'rovnoma-ma'lum bir guruhning xulq-atvorini, qarashlarini aniqlash uchun savoldan tashkil topgan metod

Aholi- guruhlardagi hamma voqealar kuzatiladi va ba'zilari hisobga olinadi.

Eslatma: milliy tadqiqotlardan tashqari birorta izlanishlar mamlakatning butun aholisini qamrab ololmaydi.

Taxminiy namuna- har bir fuqoroga adolatli ravishda namoyish etiladi, chunki hammaning haqqi bor bu tajribalarda qatnashishga.

So'rovnoma:

---

[20] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 35

So'rovnoma- har bir muammoga chuqur yondashadi. Bu uslub aholidan ular xulq-atvori va fikrlarini bayon qilishni so'raydi. Savollar siyosiy fikrlardan tortib, jamoaviy fikrlargacha hammasini o'z ichiga oladi.

Yaqinda o'tkazilgan so'rovnoma:

Amerikaliklarning yarmi o'tkan kundagi qayg'u va stressdan farqli ravishda ko'proq hursandchilik va rohat haqida gapirishdi.

Kanadaliklar esa electron muloqotning yangi namunasidan foydalanadi. 2010-yilda 2008-yildagiga qaraganda 35% kamroq e-maillar qabul qilingan.

22ta mamlakatdagi har 5ta odamdan 1tasi o'zga sayyoraliklar yerda mavjudligi va huddi insonlarday oramizda yurganiga ishonh bildirishdi.

Butun aholining 68%i-ya'ni 4,6mlrd odam din ularning kundalik hayotida muhimligini ta'kidlashdi. (2011-yil Dainer)

Javoblar ko'pincha savollarning qanday tuzilganligiga va respondent ya'ni javob beruvchilarning tanlovlariga bog'liq bo'lib qoladi.

Savol tuzishdagi samaralar:

savol tuzishdayoki uning tarkibiga solishda ba'zan kichik o'zgarishlar ham katta natija beradi. Insonlar ko'pincha tinchlik, farovonlikdan ko'ra o'zlarining kamchilik va ehtiyojlariga ko'rsatilgan yordamni Afzal ko'radi. Tasdiqlovchi harakatlardan ko'ra maqullovchi muomilani, televizorda sigaret larni reklama qilishdan ko'ra ularning o'zlarini sahnaga chiqarishlarini ma'qul ko'rishadi.

2009-yilda mahalliy so'rovnomada qatnashgan 4ta Amerikalik: insonlarga ko'proq imkoniyatlar berilishini, sog'liqni sug'urta qilish va davlat boshqaruvida ishtirok etishga imkon berish kerakligini maqullashdi. Biroq boshqa bir so'rovnomada ko'pchilik amerikaliklar dederal-davlat tomonidan tuzilgan sog'liqni saqlash muassasalaridan ko'ra, shaxsiy sog'liqni sug'urtalash tashkilotlarini afzal ko'rishdi.

Savollarni mohirona tuzish shunchalik nozik masalaki, tanqidchilarning savollari insonlarning ifodalalmoqchi bo'lgan fikrlarini aks etishi lozim.

Taxminiy namuna- biz har kuni kuzatgan namunalarimizni jonli tasvirlar orqali umumlashtirishga harakat qilamiz. Talabalarni baholashga professorning began statistik xulosasi va noto'g'ri namunalar haqida jonli fikr bildirish kabilar. Noto'ri fikrlarni etiborsiz qoldirishdagi nomaqulchilik jonli ammo tadbiq qilinmagan masalalrni umumlashtirish rad etib bo'lmaydigan masaladir.

Eslatma: umumlashtirishning eng zo'r asosi bu reprezentativ misoldir. Lekin har doim ham guruhdagi hammani so'roq qilishninh imkoni yo'q. siz universitet yoki kollejingizdagi talabalrni reprezentativ misol bilan qanday qamrab olishingiz mumkin?

Odatda siz guruhning har bir a'zosi teng huquqli qatnasha oladigan taxminiy izlashingiz lozim va so'rovnomangiz ishtirokchisi bo'ladigan talabalarning ismlarini ro'yxatda raqamlab chiqingiz lozim.

Kattaroq reprezentativ namunalar kichiklaridan ko'ra yaxshi lekin kichkina namunalarning 100tasi 500ta rejalashtirilmagan namunadan yaxshiroq.

Siyotchilar mahalliy saylovlarda aynan shunday so'rovnomadan foydalanishadi. 1500 nafar tasodifiy so'rovnomalar o'tkazilgan odamlar orqali bir mamlakat aholisining fikrlari aks ettirilgan tasavvurga ega bo'lishimiz mumkin. Tasodifiy namunalarsiz boshqa namunalar, masalan telefondagi yoki televizordagi so'rovlar ko'pincha noto'gri natijalarni ko'rsatadi.

So'rovnoma natijalarini qabul qilishdan oldin tanqidiy o'ylash lozim[21]

Keyingi usul shaxs patololgiyasini aniqlashda ishlatilgan. bundan tashqari psixologik testlar usuli mavjud.

[21] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 28-29

Psixologiyaning o'zining metodlari mavjud. Ilmiy tadqiqot usuli orqali ma'lumotlar olinadi, ilmiy nazariyalar ishlab chiqiladi va ular tekshiriladi. har qanday fanning rivojlanishi uning metodlarining ishonchliligiga tayanadi.

Labaratoriya tajribalari kundalik hayotimizni oydinlashtira oladimi?

Siz labaratoriyadagi tajribalar haqida eshitgangizda insonlarning real hayotdagi xulq atvori bilan labaratoriyadagi xulqi farq qilishiga hech qiziqqanmisiz javob berishdan oldin o'ylab ko'ring. Tajriba olib boruvchi labaratoriyadagi muhitni hayotiy muhitga yaqinlawtirishni xohlaydi. Tajriba qilinuvchi shaxs esa o'zining kundalik xususiyatlarini nazorat qiladi hamda o'zini mug'ombirona boshqa ko'yga soladi. Huddi samolyot ixtirochilariga nazoratga olinga vaziyatda yangi andoza yaratish topshirilgani kabi labaratoriya tajribalari ham psixologlarga yangi muhit yaratish imkonini beradi.

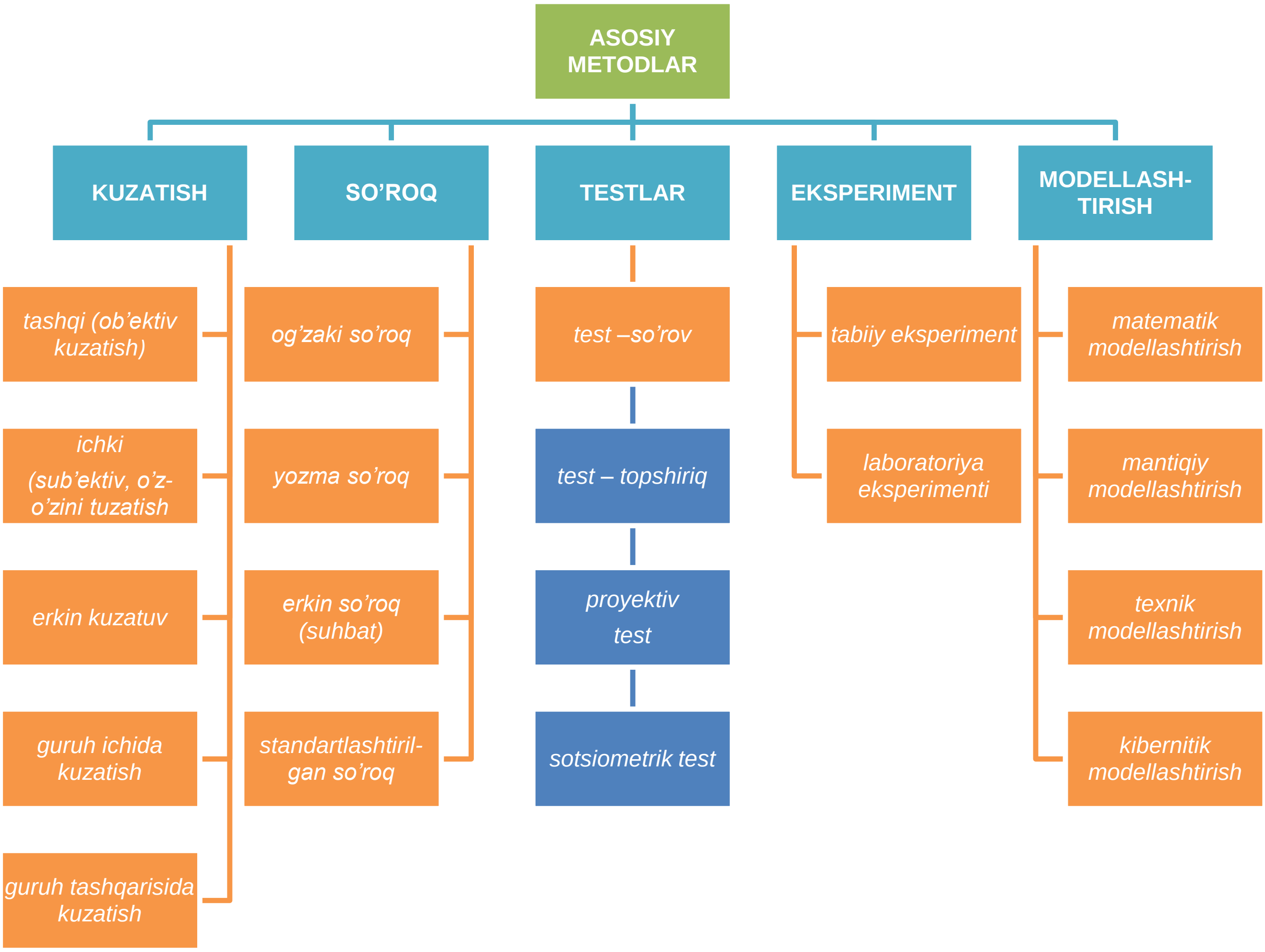
Tajriba olib boruvchining maqsadi, kundalik hayotimizdagi xulq-atvorlarni qayta yaratish emas, balki nazariy tamoyillarni tast qilishdir. Bu tamoyillar kundalik hayotimizdagi xulq-atvorni tushuntirib bera oladi. Psixologlar labaratoriyada zo'ravonlikka qarshi hujumni aniqlash uchun tajriba olib borganlarida, ular tajavvuskor xulq-atvorning nazariy tamayillari uchun test topshirdilar. Shunga o'xshash ko'rish sistemasidagi tamoyillar ham tajribalar natijasida rivojlandi.[22]

Tadqiqot metodlarini taqqoslash			
Tadqiqot metodi	***Asosiy maqsad***	***Nima Boshqarilishi***	***Kamchiliklar***
Tasvirlovchi	*Xulq-atvorni tekshirish*	*Izlanishlar olib borish, tabiiy tadqiqotlar va izlanishlar olib borish*	*O'zgaruvchanliklarni nazorat qilib bo'maslik, ba'zi voqealar haqida notog'ri tassavvur hosil bolishi.*
Bog'lovchi	*Tabiiy sodir bo'ladigan aloqalarni ochish; bir o'zgaruvchanlik boshqasiga qanday ta'sir ko'rsatishini aniqlash*	*Bir nechta o'zgaruvchanlik haqida ma'lumot yig'ish*	*Sabab va natijani aniqlolmaslik*
Tajribaviy	*Sabab va natijalarni tadbiq etish*	*Bir yoki bir nechta omilni tadbiq qilish; tasodifiy topshiriqlardan foydalanish*	*Boshqa muhitlar bilan umumlashtirib bo'lamaslik*

Tajribalar mustaqil o'zgaruvchanlikni mohirona talqin qilishni, to'be o'zgaruvchanlikni o'lchashni, tasodifiy topshiriqlarga boshqa o'zgaruvchanliklarni nazorat qilishga ruhsat berishni maqsad qiladi. Tajribani kamida ikki xil holati bor. 1) tajribaviy holat, 2) qiyosiy nazorat holati. Tasodifiy topshiriq davolash natijalari sodir bo'lgunga qadar guruhlarni tenglashtirish uchun ishlaydi. Shu yo'sinda tajribalar eng kamida bir mustaqil va bir to'be o'zgaruvchanlikning ta'sirini sinovdan o'tkazadi. Yuqoridagi 1.3-jadval psixologiyaga oid tadqiqot metodlarining xususiyatlarini taqqoslaydi.[23]

[22] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 40

[23] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 35



Psixologiya fanining asosiy metodlari

Psixologiya fanida ikkita asosiy usulni ajratishimiz mumkin. Ob'ektiv va sub'ektiv metodlar.

Sub'ektiv metodlar tekshiriluvchilarning o'zini baholashiga va o'ziga hisobat berishiga tayanadi. Sub'ektiv usullarga quyidagilar kiritiladi: kuzatish, o'z o'zini kuzatish, so'rov. Kuzatish usuli psixologiya fanidagi eng qadimiy usullardan biri hisoblanadi, u sodda usullardan biridir. Bu usul insonlarning rejali kuzutishi asosida amalga oshiriladi, bunda sinaluvchilarning hayotiga aralashmasdan amalga oshiriladi. psixologiyada kuzatish hamma jihatlarini qog'ozga qayd qilish orqali amalga oshiriladi. Kuzatish usulidan hamma insonlar foydalanishi mumkin. Biroq ilmiy kuzatish oddiy kuzatishdan farqlanadi. Ilmiy kuzatish tizimli tarzda amalga oshiriladi. kuzatish turli xil ko'rinishlarda amalga oshiriladi. Qo'shilib kuzatish bunda psixolog voqealar ishtirokchisiga aylanadi. keyingi usul o'zini o'zi kuzatish hisoblanadi. O'zini o'zi kuzatish maxsus usul bo'lib hisoblanib, faqat psixologiya fanida qo'llaniladi. Bu yutuqlar bilan bir qator kamchiliklarga ega. Birinchidan, o'z hissiyotlarini kuzatish qiyin.

Ikkinchidan, o'zini o'zi kuzatishda sub'ektiv fikrdan qochish mumkin emas.

Uchinchidan, o'zimizning hissiyotlarimizni ko'rsatib berish qiyindir. O'zini o'zi kuzatish psixolog uchun juda muhimdir. o'zini kuzatish usuli eksperiment bilan birgalikda qo'llaniladi. bunda eksperimental o'zini kuzatish deb nomlanadi.

Kuzatish metodi

Psixologiyada kuzatish odamning psixik hayotini o‘rganish metodi sifatida keng suratda qo‘llaniladi.

Kuzatish metodining o‘ziga xos xususiyati shuki, odamning tashqi ko‘rinishi (ish-harakatlari, qanday so‘zlashishi, kishilar bilan bo‘lgan munosabati, psixik holati va faoliyati) tabiiy hayot sharoitida o‘rganib boriladi.

Psixologik kuzatishning maqsadi bo‘lishi shart. Psixologik kuzatish muayyan reja yoki dastur asosida olib boriladi. Odatda psixologik kuzatuv uzoq vaqtni talab qiladi. Kuzatish qancha uzoq davom etsa, kuzatuvchi shuncha ko‘proq dalillar to‘plashi, uning psixologik xulosalari chuqur va ishonchliroq bo‘ladi.

Psixik hodisalar hayotda, ya’ni tabiiy sharoitda, odamning turli-tuman faoliyatida qanday ko‘rinishda voqe bo‘lsa, o‘sha ko‘rinishda kuzatish metodining yordami bilan o‘rganiladi.

Tashqi kuzatish.

Psixik hayot hodisalarini o‘rganishda avvalo tashqi kuzatish metodi tadbiq etiladi.

Kuzatishning asosiy hususiyati shundaki, bu metod yordami bilan psixik hayotni sezgi organlarimiz bevosita seza oladigan, o‘zimiz bevosita idrok qila oladigan faktlari aniqlanadi va tasvirlanadi. Kishining psixik hayotida: mimika, imo-ishora, nutq, turli harakatlar va umuman kishining butun xatti-harakati va faoliyatini bevosita kuzatish bemalol mumkin.

Psixik jarayonlar bilan bevosita bog‘langan ba’zi bir fiziologik hodisalar turqning o‘zgarishi, nafas olish, qon aylanish va shu kabilarning o‘zgarishi ham tashqaridan kuzatilsa bo‘ladi. Kuzatish ma’lumotlarini so‘zlar bilan tasvir etish bilan kifoyalanib qolmay, balki ko‘rsatma vositalari, suratga olish, kinoga olish, tovushni yozib olish va shu kabi yo‘llar bilan ham qayd qilish mumkin. Masalan, bolalar nutqini o‘sib borishini kuzatish yo‘li bilan tekshira olamiz. Bunda bolaning so‘z boyligi qanday qilib sekin-asta orta borishini, nutqning fonetik tomonini, grammatik tuzilishini shu bola qanday bilib olayotganini qayd qilsa bo‘ladi. Odamning tevarak-atrofdagi voqelikni o‘zgartirish va yangidan ko‘rishida duch kelgan to‘sqinlikni va qiyinchilikni engish uchun uning qanday zo‘r iroda bilan sabot-matonat ko‘rsatishini ham kuzatish yo‘li bilan ko‘zdan kechirsak va tekshirsak bo‘ladi. Psixik hayot hodisalarini o‘rganayotganda psixologning o‘z-o‘zini kuzatish metodiga ham murojaat qilib turishiga ham to‘g‘ri keladi.

O‘z-o‘zini kuzatish

Nomidan ko‘rinib turibdiki, tadqiqotchi o‘z-o‘zini kuzatish bilan o‘zidagi psixik hodisalarni tekshiradi. Bu holda tadqiqotchi psixik jarayonlar va holatlarning ichki tomoni - odamning sub’ektiv kechinmalari qanday ro‘y bersa, ularni shu holida tasvir etish va aniqlab olishga intiladi. Psixolog o‘z tadqiqotlarida tekshirilgan kishilarning o‘z-o‘zini kuzatib olgan ma’lumotlariga ham asoslanadi.

O‘z-o‘zini kuzatishda psixik hodisalarni (masalan, shodlik yoki qayg‘u hissini, tafakkur jarayonini) ham boshdan kechirish, ham shu hodisalarni o‘rganish juda qiyin ekanligi, ba’zan esa butunlay mumkin bo‘lmasligi ko‘rsatib o‘tildi.

O‘z-o‘zini kuzatish metodining cheklanganligini ham uning kamchiligi deb bilish kerak. Psixolog o‘z-o‘zini kuzatish yo‘li bilan faqat o‘z psixikasini o‘rganadi-da, axir. Shunday bo‘lgach, odam psixikasi haqidagi fan faqat psixologlarning o‘z psixologiyasiga aylanib ketadi. Bunday psixologiya madaniy taraqqiyot jihatidan yuksak darajada turgan, o‘z ixtisosiga ko‘ra o‘zini-o‘zi kuzata oladigan va o‘zini-o‘zi muhokama qila oladigan kishilar psixikasi haqidagina bilim beradi. Ammo madaniy taraqqiyotning pastroq bosqichida turgan kishilar psixikasi haqidagi ta’limot ham, bolalar psixikasi haqidagi ta’limot ham psixologiyaga qo‘shilishi kerak. Madaniy taraqqiyotning pastroq bosqichida turgan kishilar va bolalar esa fan nuqtai nazaridan o‘z-o‘zini kuzata olmasligi tabiiy. Demak, o‘z-o‘zini kuzatish yo‘li bilan odam psixik taraqqiyotining turli bosqichlari haqida bilim olib bo‘lmaydi.

I.P.Pavlov o‘z-o‘zini kuzatish yo‘li bilan aniqlab olishi mumkin bo‘lgan sub’ektiv psixik hodisalar haqida gapirar ekan, bunday deb yozgan edi: «Albatta, bu (sub’ektiv – P.I.) hikmatlar biz uchun birinchi darajali voqe’likdir, ular kundalik hayotimizni yo‘lga soladigan, inson jamiyatining

taraqqiy etishiga sabab bo‘ladi. Ammo sub’ektiv holatlarga qarab yashash boshqa-yu, ularning mexanizmini chinakamiga ilmiy tahlil qilish boshqa».

O‘z-o‘zini kuzatish yo‘li bilan sub’ektiv ravishda ko‘ngildan kechadigan faktlarni aniqlash, tasvirlash mumkin, ammo ularni har tomonlama tushuntirish mumkin emas. Psixik hodisani tushuntirish – uning sababini, nerv-fiziologik asosini topish va odam yashaydigan ijtimoiy sharoit bilan bog‘langanligini aniqlash demakdir, bularning hammasi esa o‘z-o‘zini kuzatish doirasidan tashqaridadir. Fanning vazifasi faktlarni tasvir etishdangina iborat emas, balki asosan shu faktlarni tushuntirish, ularning qonuniyatlarini kashf etishdan iborat. Ob’ektiv metoddan foydalangandagina bunga erishish mumkin.

Ammo, o‘z-o‘zini kuzatish metodining yuqorida aytilgan kamchiliklari bu metodni psixologiyada keraksiz, g‘ayri ilmiy metod deb butunlay rad etishga asos bo‘lmasligi kerak, albatta.

Bu kamchilik va qiyinchiliklarning hammasi ham o‘z-o‘zini kuzatishda uchrashi mumkin, lekin ular hamisha, o‘z-o‘zini kuzatishning har qanday bo‘lavermaydi. Avvalo, odam o‘z-o‘zini kuzatish ob’ekti bo‘lolmaydi, degan da’voni asossiz deb bilish kerak. Odam ongi taraqqiy etgan bo‘lsa, ma’lum psixik jarayonlarni baravariga boshdan kechirishi ham, kuzatishi ham mumkin, odamning hususiyati ham shundan iborat. Odam kuzatish bilangina qolmay, psixik jarayonlarga ta’sir o‘tkazishi, turli psixik jarayonlarni yuzaga chiqarishi, o‘zgartirishi, kuchaytirishi va to‘xtatishi mumkin. Bu har kimga yaxshi ma’lum bo‘lgan faktdir.

Tashqi va ichki kuzatishning birligi

Lekin odam psixikasini faqat o‘z-o‘zini kuzatish metodi bilan o‘rganib bo‘lmasa, faqat tashqi kuzatish yo‘li bilan, ya’ni o‘z-o‘zini kuzatish ma’lumotlari bilan bog‘lanmasligi ham mumkin emas. O‘z-o‘zini kuzatish metodining ahamiyatini tamomila inkor qilish – odamning yuksak darajadagi bilish qobiliyatiga, ijodiy qobiliyatiga, ongiga ishonmaslik demakdir. Boshqa kishilarni kuzatishning hususiyati shundaki, tadqiqotchi shu kishilar xulq-atvorining tashqi ko‘rinishlarini idrok etar ekan, ko‘nglidan kechayotgan hislarini bir qadar biladi. Shu sababli psixolog tashqaridan kuzatish yo‘li bilan va o‘z-o‘zini kuzatish ma’lumotlariga tayanib, odamning turli xatti-harakatlarini tasvir etish bilangina kifoyalanib qolmay, balki umuman psixik hayot hodisalari haqida, ularning tashqi va ichki (sub’ektiv) ko‘rinishlari haqida xulosalar ham chiqarishi mumkin. Tadqiqotchi psixolog kishilar bilan muomala qilishda turmush tajribasiga va ilmiy tekshirish ishlarida etarli amaliyotga ega bo‘lganida psixik hayotning tashqi ko‘rinishlarini kuzatar ekan, psixik jarayonlarning sub’ektiv suratda qanday kechishini ham ozmi-ko‘pmi ocha oladi. Masalan, tafakkurni kuzatish yo‘li bilan tekshirganimizda ko‘z, yuz muskullaridagi xilma-xil harakatlarni va turqining o‘zgarishini qayd qilibgina qolmay, balki, shu bilan birga, shu tafakkur jarayonlari qanday zabt va qanday tezlik bilan ro‘y berishini ham bir qadar bila olamiz. Modomiki tafakkur jarayonlari tashqi muhitda o‘z ifodasini topar ekan, tafakkurning mazmunini bila olamiz, tafakkur jarayoni qay shaklda ro‘y berayotganini, masala qanday kelib chiqayotgani, masalani echish jarayoni qanday borayotganini ham kuzata olamiz.

Kuzatish metodi psixik hodisalarni faqat tasvir etish imkonini berish bilangina cheklanib qolmay, balki shu hodisalarni tushuntirish, ya’ni ularning tevarak-atrofdagi muayyan tarbiyaga, odamning faoliyat xarakteriga, organizmning umumiy ahvoliga va nerv sistemasining ishlash hususiyatlariga bog‘liq ekanligini ochib tashlash imkonini ham beradi.

Odamzod faoliyatining xar xil turlarida psixikani tekshirish uchun kuzatish metodidan foydalaniladi. Kuzatish yordami bilan bolalar psixikasi ham ularning o‘yin, o‘qish va mehnat faoliyatida bemalol tekshirib o‘rganiladi. Pedagog, ta’lim va tarbiya jarayonida o‘quvchilarning yosh va individual hususiyatlarini tekshirib o‘rganishda ana shu metoddan foydalanadi.

Kishilarning psixik sifatlari: tashabbuskorligi, ijodiy tafakkur jarayoni, yangilikni bayon qilishi, o‘z oldiga qo‘ygan maqsadga etish yo‘lida sabr-matonat ko‘rsatishlari kuzatish yo‘li bilan tekshirib o‘rganiladi. Fabrika-zavod sexlarida, kolxoz dalalarida, sotsialistik xo‘jalik va madaniyatimizning boshqa sohalarida ishlayotgan sovet kishilarida biz shunday sifatlar namoyon bo‘lishini ko‘ramiz.

Psixologiyada kuzatish metodi odam hayoti va faoliyatining odatdagi sharoitidagina emas, balki shu bilan birga klinika sharoitida psixikaning kasallik oqibatida o‘zgarganligini tekshirishda ham qo‘llaniladi. Ayni vaqtda kasallikni tekshirish uchungina emas, shu bilan birga odamning normal ahvolidagi psixik hodisalarni yaxshiroq tushunib olish uchun ham klinik kuzatish ma’lumotlaridan foydalaniladi.

Kuzatish daftarga yozib boriladi, oxirida tahlil qilinib, psixologik xarakteristika yozish bilan tugatiladi.

Eksperiment metodi.

Eksperiment metodi maxsus asbob va apparatlar yordami bilan psixik jarayonlarning ro‘yo berish vaqtini ,masalan, reaksiyalarning tezligi, esda olib qolish, diqqatning ko‘chishi, bo‘linishi, o‘quv va mehnat malakalarini hosil bo‘lish tezligini juda aniq o‘lchash mumkin.

Kuzatish metodining ijobiy tomoni shundaki, bu metod yordami bilan psixik hayot faktlari ularning tabiiy suratda ro‘y berishida, borishida va o‘zgarishida olib o‘rganiladi, ya’ni xaqiqatda, kishilarning kundalik turmushida qanday ro‘y bersa, o‘shanday holida tekshiriladi.

Ammo bu metoddan foydalanganda ba’zi bir ung‘aysizlik va qiyinchiliklarni uchratishga to‘g‘ri keladi, masalan, bu erda tadqiqotchi psixologning tekshirishi uchun qaysi psixik hodisalarning yuzaga chiqishi kerak bo‘lsa, o‘sha hodisalar yuzaga chiqqan kishilarni qidirishga yoki biron kishida, ba’zan psixologning o‘zida shu hodisalarning yuzaga chiqishini kutib turishga to‘g‘ri keladi. Eksperiment metodidan foydalanganda bu ung‘aysizlik va qiyinchiliklar barham topadi yoki kamayadi. Psixologiyada eksperimentning ikki turi: laboratoriya eksperimenti va tabiiy eksperiment tafovut qilinadi.

Laboratoriya eksperimenti. Laboratoriya eksperimentining mohiyati shundaki, tekshiruvchi kishi tekshiriladigan psixik hodisani qachon kerak bo‘lsa o‘sha vaqtda ataylab vujudga keltiradi. Bunda tekshirilayotgan psixik hodisa tabiiy sharoitda birgalikda sodir bo‘ladigan boshqa psixik hodisalar kompleksidan ajratib olinishi mumkin. Tekshiriladigan psixik hodisalar eksperiment davomida o‘zgartirilishi, boshqa psixik hodisalar bilan muayyan bir suratda bog‘lanishi, kuch, tezlik, hajm va boshqa shu kabi jihatlari o‘lchab ko‘rilishi mumkin. Bu erda muayyan bir psixik hodisani vujudga keltirgan sharoit sun’iy yo‘l bilan o‘zgartirilishi, psixik hodisa davom etadigan sharoit o‘zgartirilishi mumkin. Shuning uchun ham psixik hodisalarning qonuniyatlari metodi bilan tekshirishda yaxshiroq ochiladi. Eksperimental tadqiqotlar o‘tkazishda mahsus metodik materiallar – narsa, rasm va so‘zlar, shuningdek mahsus asboblar (masalan, xronoskop) qo‘llaniladi.

Tekshiriladigan hodisalar shu material va asboblar yordami bilan vujudga keltiriladi, shuningdek, psixik hodisalarning tezligi, kuchi, hajmi va shu kabilar qayd qilinadi.

Texnika juda taraqqiy etgan hozirgi zamonda psixologik tadqiqotlar uchun (ayniqsa mehnat psixologiyasi sohasida) elektron asboblar va kibernetik metodlar, masalan, modellashtirish usuli qo‘llanilmoqda. Eksperimental tadqiqotlar asosan mahsus laboratoriya va institutlarda o‘tkaziladi. Ayrim psixik hodisalarni mukammal va aniq, o‘rganish maqsadida psixologiyaga doir ilmiy tekshirish muassasalarida mahsus binolar, masalan, tovushni va yorug‘likni o‘tkazmaydigan kabinetlar, yorug‘lik ta’sirini o‘zgartirishga moslangan kabinetlar va shunga o‘xshash xonalar quriladi. Yosh psixologiyasi bilan pedagogik psixologiyaga doir masalalar yuzasidan ko‘pgina eksperimental tadqiqotlar odatda, bolalarboqchalari va maktablarda o‘tkaziladi. Bu tadqiqotlarda bolalar o‘rganiladi. Xotira jarayonlarini tekshirishda qo‘llaniladigan quyidagi usul laboratoriya eksperimentiga misol bo‘la oladi: eksperiment qilayotgan kishi tekshirilayotgan kishining oldida o‘n ikki so‘z qilib beradi. Tekshirilayotgan kishi ana shu eshitgan so‘zlarini belgilangan vaqtdan keyin aytadi. Ana shu so‘zlarning qanchalik to‘liq, aniq, va tez aytib berilishi tekshirish natijalaridan bilinadi. Xuddi shunday eksperimentlar qilib, so‘zlarni, raqamlarni yoki qanday bo‘lmasin boshqa materialni yodlash tezligi, esda nechog‘li mahkam saqlash, unutish tezligi va shu kabilarni aniqlash mumkin.

Suhbat metodi

Bu metod juz'iy xususiyatga ega bo‘lib, u asosan tekshiriluvchining qiziqish va xavaslarini va bilish jarayonlarining ba'zi bir tomonlarini: tasavvur , xayol va tafakkurini o‘rganishda qo‘llaniladi.

Suhbatda ijobiy natijalarga erishish uchun quyidagi talablarga rioya qilish zarur:

Suhbatda mo‘ljallangan savollar tekshirish mavzusini to‘liq suratda qamrab olishi;

Savollar oldindan puxta o‘ylangan va lo‘nda bo‘lishi, tekshiriluvchiga tushunarli va javoblarni esga tushirmaydigan vaziyatlar tanlab olinishi;

Suhbat jarayonida tadqiqotchi bilan tekshiriluvchi o‘rtasida o‘zaro shunday munosabatlar o‘rnatiladiki, bunda tekshiriluvchi beriladigan savollarga samimiy va haqqoniy javob qaytaradi;

Suhbat natijalari aniq yozib boriladi.

Suhbatni o‘ziga xos tergovga aylantirib yubormaslik kerak. Suhbat samimiy, bemalol bo‘lishi, tekshiriluvchi kishilarning psixik holatiga zo‘r kelmasligi kerak.

Suhbat odam psixik hayotining bevosita kuzatish va eksperimentda aniqlab bo‘lmaydigan protsess va hollari haqida ma'lumot olishga yordam beradigan birdan-bir metoddir, deyish mumkin. Masalan, kosmosga parvoz qilish vaqtida odamning psixik faoliyat hususiyatlari haqida bilim olmoq uchun tadqiqotchi kosmonavtlarning o‘zi bilan suhbat qilishi kerak.

Suhbat metodi shaxsning individual hususiyatlarini (e'tiqodlari, havaslari, jamoaga munosabati, o‘z vazifalarini tushunish) tekshirishda, shaxsning hayoti va faoliyatidagi mahsus voqealar, qahramonlik, ijodiy maqom va shunga o‘xshashlarni tekshirishda qo‘llaniladi.

Bu metod o‘qitish va tarbiyalashning psixik asoslarini tekshirishda, masalan, bolalarning kitobxonlikka havasini, ayrim darslarga munosabatini tekshirishda, o‘quvchilarning uyga berilgan topshiriqlarni bajarishda xotirada qoldirish usullarini, ayrim o‘quvchilarning darslarni sust o‘zlashtirish sabablarini aniqlashda qo‘llaniladi.

Test metodi

Test – bu qisqa muddatli topshiriq bo‘lib, uning bajarilishi ba'zan psixik jarayonlar mukammalligining ko‘rsatkichi bo‘lib xizmat qilishi mumkin. Test metodi yordamida ayrim qobiliyatlarning, ko‘nikmalarning, malakalarning bor yoki yo‘qligini aniqlashga, u yoki bu kasb sohasida ishlash uchun layoqatlilik darajasini o‘rganish mumkin.

11 maruza. Psixikaning vujudga kelishi va uning evolyusiyasi.

Reja:	
1.	Psixikaning ob'ektiv va sub'ektiv mezonlari.
2.	Psixikani rivojlanish bosqichlari. Xatti -harakat formalari.

Uzoq vaqtlar davomida psixologiya tabiiy, ijtimoiy fanlardan ajratilib o‘rganiladigan ilm sohasi sifatida qaralgan. Buning asosiy sababi shundaki, o‘sha paytlarda psixologiya, inson ruhi idealistik nuqtai nazaridan talqin etilgan. Psixologiya oldida turgan asosiy vazifa asosan inson ichki olamini o‘rganish bo‘lib, bu ichki olamga tashqi dunyoga aloqasiz ravishda lrganizm ichida paydo bo‘ladigan ichkarida kechadigan jarayonlar, holatlar sifatida talqin etilgan. Masalan R.Dekartning ta’kidlashicha, insonning o‘zini o‘zi anglashi uning ruhiy hayotiga xos bo‘lgan narsa bo‘lib barcha psixik kechinmalarning murakkabligi faqat ana shu ichki jarayonlargagina bog‘liqdir.

Bu gipnozlangan ayol Ernest Hilgard tomonidan test qilinganda, u qo’li muzga tegizilganda og’riq his qilmagani aniqlandi. Lekin, og’riqni his qilsa, tugmachani bosish kerakligi so’ralganda, u tugmani bosdi. Hilgard uchun bu holat ajralish yoki ongning bo’linishi dalili edi. Ijtimoiy ta’sir nazariyasi hali ham davom etib kelmoqda va o’zlarini shunday tutayotgan odamlar yaxshi ro’l o’ynashga o’qitilgan.

Ongning bo’linish nazariyasi: gipnoz ongning buzilishiga olib keladi.

E’tibor muzli hammomdan boshqa tomonga burildi. Qanday?

Ijtimoiy ta’sir nazariyasi: u sovuqni qanday rad etadi?

1- fraza : eng yuqori darajadegi onglilik ham bir nechta qismga bol`inishi mumkin. Lekin ular ikki tomondan bir birini rad etadi. Villian Jeyms psixologiya tamoillari 1890-yil.

Biologic ta’sirlar:

aniq miyya faoliyati;

Hushsiz ma’lumot jarayoni;

Psixologik ta’sirlar:

Kutishlar

E’tibor

Yuqori darajadagi taklif

Odatiy sezgirlik va onglilik o`rtasidagi bog`lanish

Ijtimoiy-madaniy ta’sir:

Qonuniy muhitda hukumron odamning mavjudligi;

Ro`l o`ynash “yaxshi ish”

Bu natijalar mashhur tadqiqotchi Ernest Hilgartni hayratlantirmadi, u gipnozlar nafaqat ijtimoiy ta’sirlarni balki maxsus ajralish jarayonlarini (onglilikning turli darjalaridagi buzilish) o`z ichiga oladi deb hisoblagan. Hilgart gipnozlardagi ajralishlarn har kunlik fikr buzilishining yorqin misoli sifatida ko`rgan. Bu ma’ruza vaqtida zerikish yoki suxbat boshlayotganda yozib boshlashga o`xshaydi. Hilgart qachonki gipnozlangan odam muzli vannaga qo`lini chuqurroq solsa, gipnoz og’riq stimulini ajratadi deb tariflaydi. Holbuki muzli suv juda juda sovuq ekan, lekin og’riqli emas. Ikki tomonlama jarayonning boshqa shakli to`plangan e’tibordir. PET tekshiruvlari shuni ko`rsatadiki gipnozlar og’riqli stimul jarayonlari aks etgan qismlarda miya faoliyatini pasaytiradi. Gipnozlar ichki sezuchanlikni to`sib qo`ymaydi. Lekin u o`sha stimulga bo`lgan e’tiborimizni to`sib qo`yishimiz mumkin. Bu nima uchun musobaqaga chiqqan, jarohatlangan atletikachi o`yin oxirigacha ozgina og’riq sezishi yoki ogriqni umuman sezmasligini tushuntirishga yordam beradi. Ongning bo`linishi haqidagi gipnozlar nazariyasi mojaroli bo`lsa ham ba’zi narsalar aniq: gipnoz holatida ongli vaqtlardagiga qaraganda o`ylash va harakat qilish ko`proq bo`ladi. To`plangan e’tibor bilan boshlanuvchi ma’lumot olish jarayoni bir vaqtda bo`lgan onglilik va ongli bo`lmagan jarayonlarga bo`linadi. Hayotimizdagi gipnozlarda bizning ko`pgina harakatlarimiz aftopilot shaklida sodir bo`ladi. Bizning ikki xil fikrlarimiz mavjud Gipnozlar ongni gayritabiiy o`zgartirish

haqida ko`pgina munozaralar mavjud. Lekin dorilarning ongni gayritabiiy o`zgartirish haqida juda kam baxs munozalar mavjud.[24]

Manba:

2 Psixikani rivojlanish bosqichlari. Xatti -harakat formalari.

Materiyaning asta-sekin (evolyusion) rivojlanish jarayoni muqarrar ravishda uning eng oliy xossasi tirik organizmlarning yashashi uchun zarur narsa hisoblangan psixikaning paydo bo'lishiga olib keladi.

Tirik organizmlarning juda qadim zamonlardan buyon bosib o'tgan butun psixik rivojlanish jarayoni bir-biridan tamomila ajralib turuvchi ikki davrni o'z ichiga oladi: xayvonlar psixikasining rivojlanishi (bu rivojlanish biologik qonunlarga: irsiyat, o'zgaruvchanlik tabiiy saralanish qonuniyatlariga buisunadi) va odam ongining rivojlanishi. Odam ongi ijtimoiy tarixiy qonuniyaglarga muvofiq ravishda ham rivojlanadi.

Xayvonot olamida psixikaning rivojlanishi ruhiy jarayonlarning maydonga kelishi bilan bog'lik bo'lgan, bu ruhiy jarayonlar tevarak-atrof voqyelikni aks ettirish hamda voqyelikka moslashishning ancha takomillashgan shakllarini vujudga keltiradi.

Sezgilar rivojlanishi bilan ketma-ket ravishda xayvonlarda idrok (narsalarni ularning bir qator belgilari bilan birgalikda aks ettirish) paydo bo'ladi. Yuksak bosqichga ko'tarilgan umurtqalilarda tasavvurlar (ayni chog'da idrok etilmagan narsalarning obrazlari, chunonchi, maymun yaqindagina o'z ko'zi bilan ko'rgan, ammo ayni paytda yashirib ko'yilgan bananni axtara boshlaydi) maydonga keladi. Xayvonlarning xotirasi takomillasha boshlaydi (hayvonot olamining eng sodda vakillarida ham xotira ko'rtaklari ko'zga tashlanadi). Umurtqali hayvonlarda tafakkur belgilari mavjudligi ammo hayvonlarning tafakkuri iisonning fikrlash faoliyatiga qaraganda nihoyatda sodda tuzilishga ega. Psixikaning rivojlanishida hayvonning hayot kechirish tarzi katta ahamiyatga ega bo'lib, u o'z navbatida tevarak-atrofdagi muhitga bog'lik. Masalan, yerda yashovchi ko'pgina hayvonlarga qaraganda havoda uchib yuruvchi qushlarda, suvda yashovchi baliqlarda psixika uncha rivojlanmagai bo'ladi (buning sababi ular istiqomat qiluvchi muhitning bir xilligidadir). Ammo shunga qaramay, qushlar ko'zining o'tkirligi bilan ajralib turadi, ular o'zlariga yemish bo'lishi mumkin bo'lgan narsalarni ko'z ork;ali olis masofadan paivay oladilar. Daraxtlar ustida hayot kechiruvchi maymunlarda epchillik qobiliyati rivojlangan. Maymunlar mevalarning magzini ajratib olib iste'mol qiladi, shu tufayli ularning qo'llari nozik hamda aniq harakatlarni bajara oladi, narsalarni sinchiklab ko'zdan kechiradi, ularni paypaslab ko'ra oladi vahokazo, Shu tarzda murakkab hayot kechirish maymunlarda fikrlash faoliyati kur-taqlarining rivojlanishiga imkon yaratgan.[25]

Sobiq sovet psixologlarining fikriga ko‘ra psixika hayot faoliyatida vujudga kelmay, balki organizmning hayot faoliyatini ma’lum shart sharoitlarda vujudga keltiradi. Masalan: notirik tabiatda alohida buyumlarning o‘zaro aloqasi mavjud. Biroq bunday aloqalar ularning yashashi uchun sharoit hisoblanmaydi qoya suvdan mustaqil ravishda bo‘lishi mumkin, suv qirg‘oqdan mustaqil ravishda mavjud bo‘lishi mumkin. Masalan: kerosinda mavjud bo‘lgan kakliy ochiq havoga qo‘yilganda uchib ketishi mumkin. Erning rivojlanishi jarayonida juda murakkab qo‘shilishlar vujudga kelgan. Bu katta molekulalar konservatlar deb atalgan. Ularning asosiy xususiyatlari ularning qismlarga tez ajrala oladilar, chunki modda almashinuvi ko‘proq bo‘lar ekan. Bu molekulalar yangi moddalarni qabul qilib, o‘zlashtirishi tashqi olam maxsulotlarini sochishi kerak. Shu tariqa o‘sha katta molekulalar atrof muhitda moddalar almashinuvi uchun kerak. Moddalar almashinuvi pavssiv jarayon hisoblanmaydi. U oqsil molekulalarning hayotiy faoliyat jarayonini amalga oshiradi. Shu tariqa tirik hayot vujudga keladi. Bu hayotda mayda organizmlar

---

[24] *David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 112-113*

[25] *G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. -T. O'qituvchi. 2010 y. 10- b.*

vujudga keladi. Bu to‘qimalarning mavjudligining o‘ziga xos xususiyati shundan iboratki, ular moddlarga qo‘zg‘ovchilarni har doim topa oladilar. Shu darajada ham tirik moddalarda ehtiyojlar paydo bo‘la boshlagan. Hamma tashqi olam ko‘rinishidan hayotni qo‘llash uchun biotik ta’sir va mavjud bo‘lmagan abiotik ta’sir mavjud edi. Agar biz hayot evolyusiyasini diqqat bilan kuzatsak, ularni ma’lum bir bosqichlarga ajratishimiz mumkin. Birinchi bosqich bu o‘simliklar olami. Bu forma evolyusiyaning hamma bosqichlarida uchraydi. Sodda bir to‘qimali suv o‘tlaridan tortib, to zamonaviy o‘simliklarga qadar.

Qonuniy ravishda dorilarni ishlatuvchi inson hayotining bir kunini tasavvur qilib ko’ring. Bu kun kech uyg’onish bilan boshlanadi. Tush vaqtigacha plastic jarrohligi ofisidagi ajinlarni tekislovchi Botoks ukollarini qabul qilish uchun uchrashuvdan oldin, bir nechta sigaretlar asabni tinchlantiradi.

Ovqatdan oldingi parhez dorilari ishtaxani to’xtatadi va uning ta’sirlari keyinchalik bir stakan vino va 2ta Tylenol bilan qisman o’rni to’ldiriladi. Agar bu jarayon boyitilishi kerak bo’lsa, o’rta yoshgagi erkaklar uchun Viagra, o’rta yoshdagi ayollar uchun garmon yetkazib beruvchi moddalar, talabalar uchun Adderall diqqatni jalb qilish uchun ishlatiladi. REM-depsessiyali uyquga ketishdan oldin dori vositalarini taxminiy qabul qiluvchilar kollej talabalarining dori bo’lishishlari haqidagi habardan qo’rqib ketishadi. Ko’pchiligimiz turli xil retseptsiz dori vositalarini hayotimizga putur yetkazmagan holda qabul qilamiz. Lekin ba’zilarimiz katta ahamiyatga ega bo’lgan tartibsizlik bilan o’zimizga ziyon yetkazamiz. Ahamiyatli tomoni shundaki, odamlar idrok va kayfiyatni o’zgartiruvchi psixofaol kimyoviy moddalarni qabul qilishadi. Dorining umumiy ta’siri faqatgina uning biologic ta’sirida emas, balki qabul qiluvchining ijtimoiy muhit va vaziyatlarda farq qiladigan psixologik kutishlarida hamdir. (Ward 1994)

Agar bir madaniyatda ma’lum dori eyforiya (yoki agressiya)ni keltirib chiqaradi deb hisoblasa, va boshqa madaniyat bunday deb hisoblamasa, har bir madaniyat o’zlarining umidlarini, kutishlarini amalga oshirishi mumkin. Keyingi sahifada biz o’zaro ta’sir etuvchi kuchlarning ma’lum psixofaol dorilarni ishlatishiga va potensial iste’moliga yaxshiroq e’tibor qaratamiz.

Chidamlilik, bog’liqlik va o’rganib qolish. Nima uchun kamdan-kam alkogol iste’mol qiluvchi odam bir stakan pivoga hushini ma’lum darajada yo’qotadi, qachonki uzoq vaqtdan beri alkogol iste’mol qiluvchi odam ikkinchi stakangacha juda kam ta’sirlarni o’zida namoyon qilsa? Javob chidamlilik.

Alkogol va boshqa dori vositalarini to’xtovsiz iste’mol qilish orqali inson miyasi dorining ta’sirini o’rnini to’ldirishga moslashadi. (Bu jarayon nevromoslashish deyiladi) Bir xil natijaga ega bo’lish uchun iste’molchiga ko’proq miqdor kerak bo’ladi. Alkogol chidamliligida inson miyasi, yuragi va jigari surunkali, juda ko’p miqdordagi alkogoldan ko’rilgan zararlar “bardosh beradi”. Bu yanada ko’tarilib borayotgan dozalar sog’liq uchun jiddiy xavf solishi va o’rganib qolishga olib keladi. Inson bu moddalarni ularning nojo’ya ta’sirlariga qaramasdan, hohlaydi va ishlatadi. (Keyingi sahifadagi “Tanqidiy o’ylash va o’rganib qolish” ga qarang)

Jahon sog’liqni saqlash tashkilotining habar berishicha, dunyo bo’yicha shunday muammolardan aziyat chekayotgan 90mln odam alkogol va dori vositalariga o’rganib qolgan.

Muntzam qabul qiluvchilar o’zlarining o’rganib qolganliklarini yengishga harakat qiladilar. Lekin dori vositalari qabul qilishning behosdan to’xtatilishi nojo’ya ta’sirlarga olib kelishi mumkin. Tana dorining mavjudligiga javob qaytarsa, iste’molchi fizik og’riqni ko’rsatuvchi og’riq va jiddiy istak sezishi mumkin. Bundan tashqari odamlar alkogol kabi stressni kamaytiruvchi vositalardan foydalanib, psixologik bog’liqlikni ham keltirib chiqarishi mumkin.

Ajratish (aloqani uzish)- turli xil fikrlar va hatti-harakatlarga boshqalari bilan bir vaqtda yuz berishiga ruxsat beruvchi ongdagi buzilish jarayoni.

Psixioaktiv dori- idrok va kayfiyatni o’zgartiruvchi kimyoviy modda.

Chidamlilik-dorining bir xil miqdorini doimiy ravishda ishlatish orqali kamaytirilgan ta’sir bo’lib, iste’mol qiluvchini dorining ta’sirini tekshirishdan oldin kattaroq dozani qabul qilishga undaydi.

O'rganib qolish- nojo'ya ta'sirlariga qaramasdan dorini hohlash va qabul qilish.

Jismoniy bog'liqlik- doriga fiziologik muhtojlik bo'lib, agar dori vositalari qabul qilinishi to'xtatilsa, nojo'ya ta'sirlarga olib keladi.

Psixologik bog'liqlik- salbiy his-tuyg'ularni yengillashtiruvchi dori vositalariga psixologik muhtojlik.[26]

Hayvonlarning instinktiv xatti harakatlari

Ko'pgina olimlarning fikriga ko'ra instinktlar bu ongdagi maqsadlarning yo'qligida hayvonlarning maqsadli xatti-harakatidir. Demak instinkt bu nasldan naslga hech qanday o'zgarishiz o'tadigan tug'ma xatti-harakat formasidir. Bu xatti-harakat shakli umurtqasizlarning hayotida etakchi ahamiyat kasb etadi, masalan qusursqalarda bu xatti-harakat formasi asosiydir, quyi darajada rivojlangan umurtqalilarda ham instinktlar etakchi o'rin egallaydi faqat asta sekinlik bilan individual o'zgaruvchan xatti-harakatlarga o'rnini bo'shata boshlaydi.

Psixik rivojlanish qanday darajada bo'lishiga qarab, hayvonlarning xatti-harakatlari ham har xil shakllarda; instinktlar, ko'nikmalar, aqliy xatti-harakatlar shaklida bo'ladi.

Biz yuqqorida hayvonlar psixikasi instinktlari, ko'nikmalari, aqliy xatti-harakatlarining xususiyatlari bilan tanishib chiqdik. Ammo hayvonlar psixikasi rivojlanishining hatto eng yuksak darajasi ham odam psixikasiga tenglasha olmaydi.

Xayvonot olamining yuksak bosqichidagi vakillari maymunlar va ularning ajdodlari jismoniy hamda psixik jixatdan qay tarzda rivojlanganki, buning natijasida ular orasida eng mukammallari asta-sekin ibtidoiy odamga aylangan? Qanday qilib xayvonning miyasi millionlab yillar davomida taraqqiy etish bilan inson miyasi bo'lib qolgan?

Bizning maymunsimon ajdodlarimiz ijtimoiy xayvonlar bo'lgan. Mehnatning rivojlanishi jamiyat a'zolarining yanada jipslashishlariga imkon yaratgan, zotan shu tufayli odamlarning o'zaro ko'maklashishi, hamkorlik bilan ish bajarish xollari yanada ko'proq yuzaga kela boshlagan va bunday faoliyatning har bir kishi uchun foydaliligi ravshanroq anglangan. Shunday qilib, insonlik qiyofasini egallay boshlagach, odamlarda bir birlariga nimanidir aytish extiyoji tugildi. Maymunning hali uncha taraqqiy qilmagan hiqildog'i asta-sekinlik bilan, ammo og'ishmagan holda nutq uchun moslasha boshlaydi, og'iz bo'shlig'i og'zdagi organlar esa, asta-sekin nutq tovushlarini birin-ketin talaffo'z etishga odatlanib boradi. Avvalo mehnat, so'ngra esa burro-burro qilib so'zlash ikkita eng muhim sabab bo'ldiki, bu sabablar ta'siri ostida maymunning miyasi sekin-asta odamning miyasiga aylandi, lekin odam miyasi maymun miyasiga xar qancha o'xshasa ham, kattaligi va kamolotga yetganligi jixatdan maymun miyasidan ko'p daraja ustun turadi. Miyaning yanada taraqqiy qilishi bilan bir qatorda, uning eng yaqin qurollari bo'lmish sezgi a'zolari ham taraqqiy qilib bordi.

Nutq tufayli odamlarning birgalashib ish bajarishlari muayyan maqsadlarga bo'ysundirildi, odamlar kelishib ish ko'radigan, ularning xatti-harakatlari ma'lum darajada oldindan rejalashtiriladigan bo'ldi. Inson mehnatining chinakam oqilona mehnat bo'lishining boisi ham shundadir.

Mehnat faoliyati jarayonida bizning qadimgi ajdodlarimiz mehnat qurollarini yasaganlar va ulardan foydalanganlar. Jamoada biron bir ishni bajarish uchun ma'lum usulda foydalanishga moslashgan buyumlargina mehnat qurollari vazifasini o'tay olgan.

Maymun ham ba'zan tayoq, yashshik va hokazolardan foydalanadi. Ammo maymunning bu ishi tasodifiy hodisadir, binobarin maymun foydalangan buyum ana shu maymunda, qolaversa undan o'rnak olgan boshqa maymunlarda ma'lum maqsadlarga erishish uchun doimiy vosita bo'lib qolmaydi. Shu sababdan maymunlar hech qachon qurollar tayyorlamaydi va ularni saqlab qo'ymaydi. Mehnat jamoasi masalasiga kelsak ayrim hayvonlar (chumolilar, qunduzlar va boshqalar) birgalashib ish bajaradi-yu, ammo ularning ishini mehnat deb atash mumkin emas, ularning xatti-harakatlari instinktiv ravishda sodir bo'ladi.

---

[26] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 112-113

Real olamning in'ikosi bo'lmish psixikaning faqat odamgagina xos bo'lgan va odamda jamoa mexnati jarayoshda rivojlanuvchi oliy shakliga ***ong*** *deb ataladi.*

Hamkorlikdagi mehnat va insoniy nutqning maydonga kelishi bilan birgalikda paydo bo'lgan ong odamlarda o'zgarmay qolmagan, u avloddan-avlodga muttasil rivojlanib borgan. Og'zaki nutqdan tashqari yozma nutqning maydonga kelishi xdm ongning rivojlanishiga imkon beradi. Bir-birlaridan olis joylarda yashovchi odamlar yozma nutq tufayli o'zaro tajriba almasha oladilar, bir avlod qo'lga kiritgan bilimlar yozma nutq tufayli kelajak avlodlarga yetkaziladi. Ong faoliyatda namoyon bo'ladi va faoliyatda shakllanadi ham.

Alohida olingan odam ongining rivojlanishi hamisha ijtimoiy-tarixiy jarayonga bog'lik bo'lgan, ijtimoiy borliq, ya'ni muayyan jamiyatning turmushi tomonidan belgilangan. Moddiy ishlab chiqaruvchi kuchlar, shu jumladan mehnat qurollarining rivojlanishi ana shu ijtimoiy turmush-ning eng muhim sharoiti hisoblanadi. Chunonchi, tosh asri kishisining ongi bronza va temirdan qurollar yasash hamda. ulardan foydalanishni o'rganib olgan kishilarning ongiga qaraganda ko'p darajada sodda bo'lgan.[27]

Manba:

Agar yomg'ir chuvalchangini bosh gangliyasini olib tashlaganda u harakat qilishi ma'lum. Yomg'ir chuvalchangi uyini qishda issiq tutishi uchun va oziqlanishi uchun uyiga daraxt bargini olib kirar ekan. Tadqiqotchilar shuni kuzatishdiki yomg'ir chuvalchangi bargni oxiridan tortib uyiga olib kirar ekan. Bu xatti-harakatni ko'rganlar u aqlli xatti harakat qilayapti degan fikrga borishlari mumkin. Shuning uchun ham olimlar uni ustidan tadqiqot o'tkazib chuvalchanglarni harakatini kuzatganlar. Ular chuvalchangda shaklni idrok qilish formasi bormi yoki yo'qligini kuzatganlar. Ular fargni shakliga o'xshash shaklni bargdan kesib olganlar, bargni asosi hisoblangan barg shakli hozirda oxiri hisoblana boshlagan, shunda chuvalchang oxiri hisoblangan tomonidan uyiga torta boshlagan, demak chuvalchang boshqa omillar orqali xatti-harakatini boshqarishi ma'lum bo'lgan.

1-fraza. Kalamushlar insonlarga juda o'xshash. Faqat bitta farqi ular lotoreya chiptalari uchun pul sarflaydigan darajada ahmoq emas.

Deyv Berri, 2-iyul, 2002-yil

Odamlar murakkab. Lekin biz o'rganadigan jarayonlar kalamushlar, maymunlar va xattoki dengiz shilliqurtlarida ham mavjud. Dengiz shilliqurtlarining nerv sistemasidagi oddiylik- bu uning tushunarliligi. Bunday o'xshashliklar mavjud bo'lganligi sababli, biz hayvonlarni hurmat qilishimiz kerak emasmi? Roger Ulrich (1991) "biz o'zimizning ilmiy ishimizni insonlar va hayvonlar o'rtasidagi o'xshashliklarga asoslanib himoya qila olmaymiz, lekin ular o'rtasidagi farqlar asosida himoya qilishimiz mumkin" deb ta'kidlaydi.

Hayvonot olamini himoya qiluvchilar hayvonlarni psixologik, biologik hamda tibbiy tekshiruvlarda ishlatilishiga qat'iy e'tiroz bildirishadi. Bu mulohazalardan kelib chiqib ikkita muammo paydo bo'ladi. Bulardan asosiysi insoniyatni hayvonlardan ustun qo'yish to'g'rimi? Stress hamda rak kasalligida shichqonlarda shish paydo bo'lishi rostmi? Ba'zi maymunlar OITS vaktsinasini toppish uchun HIV virusiga solinishi shartmi? Biz hayvonlarni ishlatishimiz va iste'mol qilishimiz yirtqich qirg'iylar, mushuklar va kitlar kabi o'zimizni tutishimiz emasmi? Bu savollarga javob turlicha madaniyatlarda turlicha. Kanada va AQSh dagi tadqiqotlaarda 60% odamlar hayvonlardagi tibbiy tadqiqotlarni oddiy hol deb hisoblashdi. Britaniyada esa faqt 37% odam shu fikrda.

Agar biz inson hayotini 1-o'ringa qo'ysak, qo'riqchilr qanday qilib himoya qilishlari kerak? Hayvonlar ustida ilmiy ish olib boruvchi bir tadqiqotchi javob berdi: 98% hukumat tomonidan qo'llab-quvvatlanadigan boshqaruvlarda maymunlar, kuchuklar va mushuklar himoya qilinadi, 74% ida essa kalamushlar va sichqonlarga odamlarning g'amxo'rlik qilishini ta'minlab beradi. Ko'pgina mukammal uyushmalarda allaqachon shunday yo'riqnomalar mavjud.

---

[27] G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. -T. O'qituvchi. 2010 y. 11- b.

Britaniya psixologik jamiyati yo'riqnomasida uy hayvonlarini to'g'ri tabiiy yashash sharoitlari ostida boqishga, hamda jamoatga tegishli hayvonlarni esa hamkorlik ostida parvarish qilishga chqiriladi. Uyushma yo'riqnomasi tadqiqotchilar hayvonlarda "qulaylik, sog'lik va inson munosabatlari" ni kafolatlashi shart bo'lib, hayvonlardagi "yuqumli kasalliklar, zaharlanish va og'riqlar" ni qisqartirishi lozim deb habar qiladi. Yevropa parlamenti hozirgi kunda hayvonlar g'amxo'rlik darajasi va yashash joylari haqidagi standartlarni tuzib chiqmoqda.

Hayvonlarning o'zlari ham hayvonlar ustida olib boriladigan tadqiqotlardan manfaatdor. Ohio tadqiqotchilar guruhi har yili hayvonlar uylariga olib kelingan millionlab itlardagi stress garmonlari darajasini o'lchashdi. Ular hayvonlardagi stressni kamaytirish va itni yangi joyga moslashtirish uchun yangi usullar o'ylab topishdi. Boshqa izlanishlar hayvonlardagi g'amxo'rlik va boshqaruv darajasini oshishiga olib keldi. Bizni hayvonlar bilan hatti-harakatlarimizning o'xshashligi hamda inson miyasi shimpanze, gorilla va boshqa hayvonlarga o'xshashligining fosh etilishi hayvonlarga qayg'urish va ularni himoya qilinishining oshishiga olib keldi. [28]

Insoniy ishtirokchilar kimlar? Oq halatli olimlarni tok urishi sizni havotirga soladimi? Agar shunday bo'lsa ko'pgina psixologik izlanishlar bunday holatlardan yiroq ekanligini bilib hotirjam bo'lishingiz mumkin.

Bundan tashqari psixologik tadqiqotlar insonlar televizorda ko'rganiga solishtirganda ancha murakkabroq.

Demak chuvalchanglar ma'lum bir tug'ma xatti-harakatni amalga oshirishini kuzatishimiz mumkin. Bu xatti-harakat formalarining murakkabligi nimadan iboratligini kuzatganimizda, shunday xulosaga kelishimiz mumkinki evolyusiya jarayonida qandaydir noma'lum yo'llar bilan hayvonlarning yashashi uchun shart sharoit yaratiladi, bunda ularning tana shakllari, yashash sharoitlari hisobga olinadi. Kapalak yoki pashshaning qanoti uchish uchun eng maqbul asbob hisoblanadi. asalarining tumshug'i esa asal yig'ish uchun eng maqbulidir. Har bir qumursqalarning xatti-harakati yashash uchun eng maqbul holatdardan biri hisoblanadi. Darvinning fikriga ko'ra bu evolyusiyaning natijasida, tabiiy tanlanish vaqtida vujudga kelgan hisoblanadi. Ularning nasl qoldirishga bo'lgan xatti-harakatida ham instinkt formalarini kuzatishimiz mumkin, masalan chivinlar o'z tuxumlarini suvga qo'yadilar, agar ular quruq joyga tuxumlarini qo'ysalar tuxumlar nobud bo'lishlari mumkindir. Ipak qurti o'z ipagini katta qilib o'raydi, chunki bunda uning kapalagi o'sha joyda harakatlana olishi kerakdir. Oddiy ari tuxumini chuvalchangga qo'yadi bunda u chuvalchangni etakchi gangliyasini zararlab, tuximini qo'yada bu holatda chuvalchang halok bo'lmaydi, balki arining bolasiga em bo'ladi. Bunday murakkab xatti-harakatlar o'zining maqsadliligi jihatidan hayron qoldiradi. Asalarining in qurishi ham juda murakkab hisoblanadi, u xuddi arxitektor kabi hamma qismlarni hisobga olgan holda in qurgandek ko'rinadi. Masalan baliqlar, qushlar ma'lum bir xududda yashab ikkinchi xududga qishlash uchun keladilar. Bu xolatda murakkab xatti-harakat formalari programmalashtirilgan hisoblanadi. Instinktni to'rt asosiy xususiyatini ajratishimiz mumkin, bular quyidagilardir: nasliylik, o'qitishdan mustaqillik, birxillik, bir tomonlamalikdir. Masalan asalarilar 140 ga yaqin xidlarni ajratish xususiyatiga egadirlar. Asallarilar to'lqinlarni ham tez va oson ajrata oladilar. Inson tebranishlar chastotasini sekundiga 20 dan 20mingga yaqinini ajratadi, qumursqalar esa faqat ultrazvuk tebranishlariga javob beradi. qumursqalarda yana ko'rishi yaxshi rivojlangan. Ularning ko'zlari umurtqalilardan farqli ravishda bir necha ming aloxida bo'limchalardan iboratdir. Demak qumursqalarda yuqori darajada rivojlangan umurtqalilar kabi hamma sezgi organlari mavjuddir. Ularda qo'zg'alish aynan shu organlarda paydo bo'ladi va so'ngra oldingi gangliyaga etkaziladi. Oldingi gangliyada uchta turli xil qismlar mavjuddir: oldingi qism ko'rish retseptorining tolalari boradi, o'rta qism xid bilish retseptorlari boradi va orqa qism og'iz qismining retseptorlari boradi. Shu tariqa asalarilarda oldingi gangliyasi tasniflangan hisoblanadi, ularni esa umurtqalilar miyasi bilan ham solishtirish mumkindir. Asalarilarning gangliyasi chuvalchanglarnikiga o'xshamagan tarzda tuzilgan, ularning

[28] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 42

gangliyalari tartiblangan tarzda tuzilgandir. Bu xatti-harakatlar yorug‘lik signallariga javob berishga mo‘ljallangandir. Asalarining oldingi gangliyasi kelgan ma’lumotlarni tahlil qilish qobiliyatiga egadir, bular murakkab xatti-harakatlarni amalga oshirishga yordam beradi. Har bir hatti harakatlar instinktiv darajada tuzilganligi sababli ulardagi ma’lum o‘zgarishlarga hayvonlar javob berishmasligi mumkin. Instinktiv xatti–harakatning besh xil turi mavjud. 1)oziqlanish, 2)nasl qoldirish, 3) naslga g‘amxo‘rlik, 4)ximoyalanish, 5)in qurish va gala bo‘lib yashash. Har bir xatti harakatlar shu instinktlar asosida amalga oshiriladi. Ular murakkab holatlarga duch kelsalar instinktlar chegarasidan chiqib keta olmaydilar. Masalan o‘rgimchak to‘riga pashsha tushganini vibratsiya orqali sezadi va ozuqaga intiladi. Agar iniga boshqa narsa tushsa ham unga intiladi, chivin suvga tuxum qo‘yadi, lekin oynani ko‘rsa ham tuxum qo‘yishi mumkindir.

12-maruza.Inson psixikasining ijtimoiy-tarixiy tabiati

Reja:

- Ehtiyojlarning vujudga kelishi.
- Individ, sub'ekt, shaxs, individuallik tushunchasi.

Madaniyatimiz bizga oddiy tuyilgan xulq-atvorimizdagi harakatlarni boshqa millat vakillariga tamoman boshqacha qilib yetkazadigan vosita hisoblanadi.

1-fraza. "Hamma insonlar bir xil. Faqat ularning odatlari farq qiladi".

Ko'plab izlanishlar shuni ko'rsatdiki, laborotoriya tamoyillari kundalik hayotimizni umumlashtiradi. Psixologik o'rganishlar bir vaqtning o'zida, bir joyda Jozeph Henrich ajabtovur madaniyatdan deb hisoblagan odamlar bilan tajriba o'tkaza oladimi?

Yana vaqtga nazar tashlasak madaniyat bu-xulq-atvor va fikrlarning bir avloddan ikkinchisiga o'tishidir. Madaniyatimiz xalqimizga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Bundab tashqari madaniyat bizning samimiyligimiz, boshqalarga bo'lgan munosabatimiz, rasmiylikka moyilligimiz, muloqotimizga ta'sir ko'rsatadi. Bunday farqlardan habardor bo'lganimizdan keyin biz boshqalar ham biz bilgan narsalardan habardor bo'lishini o'z zimmamizga olishimiz kerak.

Shunisi ma'lumki biologic omillarimiz ham birlashib, har yerda insonni boshqarishi mumkin. Chunki odamlarning rivojlanishiga tashqi muhit bilan birgalikda irsiyat ham ta'sir etadi.

Tillarning xilma-xilligi madaniyatlar o'rtasida muloqot o'rnatishga to'sqinlik qilishi mumkin. Har bir til o'zining chuqur grammatikasini talqin qilsada boshqa millat vakili noto'ri tushunishi va bunu yuz ifodasida aks ettirishi mumkin.

Turli madaniyatlarda yolg'izlik har xil talqin qilinadi. Masalan: uyat, o'ziga past baho berish va h.k.

Turli millat va madaniyatlarni o'rganish ular o'rtasidagi o'xshash va farqli tomonlarni bilish imkonini beradi.

Siz bu kitobda jinslar o'rtasidagi tafovutlarni ham ko'rishingiz mumkin. Bunda ayol va erkaklarning orzulari, hissiyotlarini qanday ifoda etishlari, stress holatiga tushishlari, ovqatlanish tartiblaridagi farqlar keltirilgan. Masalan: ko'plab tadqiqotchilar ayollar muloqotni munosabatga kirishish uchun qo'llasalar, erkaklar esa ko'proq malumot berish, maslahat berish uchun qo'llaydilar degan xulosaga keldilar. Buni bilib biz kundalik tushunmovchiliklar va ziddiyatlarni oldini olishimiz mumkin.

Ammo baribir ayollar va erkaklar psixologik va biologic jihatdan bir xildir. Ayollar ham, erkaklar ham gapirishni bir xil yoshda o'rganadilar. Ular ochlik, qo'rquv, hohish kabi tuyg'ularni bir xil sezishadi va ular o'xshash aql va sog'likka ega.

Tashki obyektlarning nsixika shaklida maxsus tana a'zolari kuridmasining faol va ilgarilab in'ikos etishi sharofati bilan mazkur obyektlarning xususiyatiga mutlako mutanosib xarakatlarni amalga oshirish imkoniyati yuzaga ksladi. Shu bilan birga psixikaning vaziyat ustuvorligi va kidiruv faolliti tufayli organizmning tarkiblari urtasida yashash uchun kurash ruyobga chiqadi.[29]

Xuddi shu boisdan psixikani aniqlovchi asosiy belgilari mavjuddir: predmet muxiti obrazini aks etirish, tirik tana a'zoda xarakat qilish, ularning mazkur muhitda oriyentasiyasi u bilan aloqaga kirishi extiyojidan qoniqish, tug'ri aloqalar teskari aloqa qilish prinsipi bo'yicha aks ettirish tugriligili nazorat qilish kabilar. Insonning nazorat instansiyasi sifatida ijtimoiy amaliyot xizmat qiladi. Teskari aloqa sharofati tufayli obraz bilan xarakat natijasini taqqoslash amalga

[29] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 41

oshiriladi, paydo buluvchi holat bu natijasidan oldinroq sodir bo'ladi, chunki u borliqning uziga xos modeli sifatida yuzaga kelish imkoniyatiga ega. Genetik kelib chiqishiga binoan, psixika uzining reflektor tipiga va tarixita ega bulgan alohida siklli tizim sifatida ruyobga chiqqan[30]

2. Ehtiyojlarning vujudga kelishi

Psixologik nuqtai nazardan borliq to'g'risida mulohaza yuritilganda, tirik mavjudodlarning (oddiy tuzilishga ega bulganidan tortib, murakkabigacha) tevarak-atrof bilan hayotiy ahamiyatga ega bo'lgan, turli xususiyatli bog'lanishlarni ta'minlab turuvchi faoliyati ularning barchasi uchun umumiy bo'lgan xususiyat xisoblanadi. Ularning faolligi tufayli murakkab tuzilishli faoliyat yuzaga kelib (onglikning mahsuli sifatida), turli-tuman mohiyatli, xar xil ko'rinishdagi ehtiyojlar (ularning toifalarga aloqadorligi, kelib chiqishi jihatidan biologik, moddiy, ma'naviy va boshqalar)ni qondirish uchun xizmat qiladi. Xuddi shu boisdan faollik faoliyatining asosiy mexanizmlaridan birinchi bo'lib, tirik mavjudodlarning o'z imkoniyati darajasida tashqi olam ta'sirlariga javob qilish o'quvchanligining tarkibi sanaladi.

Borliqdagi jonli mavjudodlarning o'ziga xos tarzda, muayyan yo'nalishda. ma'lum darajadagi kuch bilan xatti-xarakatni amalga oshirishga undovchi ehtiyojlar ular uchun faollik manbai vazifasini bajaradi. Psixologik manbalarga asoslanib fikr yuritganimizda, ehtiyoj - jonli mavjudod (hayot kechirishining yaqqol shart-sharoitlariga uning shularga) tobe ekanligini ifoda etuvchi va mazkur shart-sharoitlarga nisbatan faolligini namoyon qiluvchi holat tariqasida ifodalanadi.

Insonning faolligi boshqa mavjudodlardan tub darajada xam mohiyat, xam shakl jihatdan tafovutga ega bo'lib, yuzaga kelgan ehtiyojlarning turli vaziyatlarda qondirilishida o'z ifodasini topadi. Jumladan, mavjudodlar va xayvonlar o'zlarining tanasi va uning a'zolari tuzilishiga, instinktlarning turli-tumanligiga binoan, o'z o'ljasini tutib olishga nisbatan intilishni vujudga keltiruvchi tabiiy imkoniyati uni oldindan payqash sezgirligi orqali zudlik bilan faol xarakat qiladi. Xayvonlar ehtiyojlarining qondirilishi jarayoni qanchalik maqsadga muvofiq ravishda kechgan bo'lsa, bu esa o'z navbatida, ularning qurshab olgan yashash muhitiga engillik bilan moslashuvini ta'minlaydi.

Lekin insonlarning faolligi va ularning faolligi manbai hisoblanmish insoniy ehtiyojlar tubdan boshqacha manzaraga ega bo'lib, biologik shartlanganlikdan tashqari, moddiy va ma'naviy ko'rinishlardan iboratdir. Odamning ehtiyoji unga ta'lim va tarbiya berish jarayonida shakllanadi, ya'ni insoniyat tomonidan yaratilgan ijtimoiy tajriba, ko'nikma malaka, odat, ma'naviyat, qadriyatlar bilan yaqindan tanishish, ularni o'zlashtirish orqali amalga oshiriladi. Tabiat tomonidan vujudga keltirilgan jism, narsa, buyum inson uchun biologik extiyojni qondiruvchi o'lja ma'nosini va axamiyatini yo'qotadi. Odam boshqa mavjudodlardan farqli o'laroq, ijtimoiy-tarixiy taraqqiyot davrining xususiy ehtiyojlariga xizmat qiluvchi muayyan buyumni zaruriyat talabiga binoan tubdan qayta o'zgartirishga, takomillashtirishga qodir ongli zotdir. Xuddi shu boisdan odamning o'z ehtiyojlarini qondirish jarayoni ijtimoiy-tarixiy taraqqiyot darajasi bilan o'lchanaditan faoliyat shakli va turini egallashning faol, muayyan maqsadga yo'naltirilganligi, ma'lum rejaga asoslangan ijodiy ko'rinishi sifatida alohida axamiyat kasb etadi.

«Insoniyatga xos bo'lgan ehtiyojlarning mazmuni, shakli va qondirilishi» usuli ijtimoiy-tarixiy taraqqiyot davrida rivojlanib, o'zgarib va takomillashib boradi. Xozirgi zamon kishisining ehtiyojlari va ularning qondirilishi ajdodlarnikidan xam, avlodlarnikidan xam tubdan farqlanadi, lekin etnopsixologik xususiyatlar ta'siri o'z ahamiyatini etarli darajada yo'qotmaydi. SHaxsning ehtiyojlarini to'la-tukis qondirish uni komil inson sifatida kamol toptirishning eng muhim shartlaridan biri xisoblansa-da, lekin bu uning ustuvor ekanligini bildirmaydi, chunki boshqa ta'sirchan omillar xam mavjuddir. Kamolotga erishishning muhim shart-sharoiti xisoblanmish mehnat insonning ehtiyojiga aylanmasa, u o'z ehtiyojlarining engil, oson yo'llar bilan qondirishga xarakat qilsa, inqirozga uchraydi. Engil yo'l bilan o'z ehtiyojlarini qondirish ijtimoiy qonun va

[30]G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. -T. O'qituvchi. 2010 y- 23b

qoidalarga zid xulq-atvor manbaiga aylanishiga, jinoiy xatti-xarakat kelib chiqishiga, tekinxo‘rlik illatining namoyon bo‘lishiga zamin xozirlaydi.

Ehtiyojlarning turlari

Inson bir davrning o‘zida xam individuallik, xam ijtimoiylikni aks ettirgan bo‘lganligi sababli uning ehtiyojlari shaxsiy va ijtimoiy xususiyatga egadir. Boshqacha so‘z bilan aytganda, undagi tor ma’noli shaxsiy xususiyatga ega bo‘lganday to‘ygu o‘ygotuvchi (tabiat in’omiga aloqador) ehtiyojlarni qondirish jarayoni xam ijtimoiy xamkorlik faoliyatining mahsuli (dehqonlar, ishchilar, xodimlar va boshqa kasbdagi) odamlarnish sa’i-xarakati, xamkorlikdagi mehnatining moddiy tarzdagi ifodalanishidan foydalanishida aks etadi.

Ushbu masalaga boshqacha tarzda yondashilsa, unda o‘z ehtiyojlarini qondirish uchun ijtimoiy muxit negizida yaratilgan vositalar va usullardan foydalaniladi. Natijada u yoki bu sharoitga nisbatan ehtiyoj his etadi. Masalan, yog‘ochdan boltaga dasta yasash uchun unda xoxish mavjudligining o‘zi etarli emas, balki bir qator shart-sharoitlar, dastgox, duradgordik asboblari bo‘lishi lozim. uning sifatiga nisbatan ehtiyoj xam tug‘iladi. Xuddi shu boisdan unda o‘z xoxish-istaklarini ro‘yobga chiqaradigan talab bilan imkoniyatga qaratilgan ehtiyoj vujudga keladi. Insondagi tor ma’nodagi ehtiyojlar uning shaxsiy talablarini qondirish bilan cheklanib qolmasdan, balki hamkorlik faoliyatida yuzaga keluvchi jamoaviy ehtiyojlar yakkaxolligiga oid xususiyat kasb etadi.

Psixologiya fanida ehtiyojlarni tasniflash ularni kelib chiqishi va o‘z predmetining xususiyatiga binoan amalga oshiradi. Odatda o‘zlarni kelib chiqishiga binoan ehtiyojlar tabiiy va madaniy turga ajratiladi. Tabiiy ehtiyojlarda inson faoliyatining faolligi, o‘z shaxsiy hayotini ximoya qilish, o‘z avlodi hayotini saqlash, uni qo‘llab-quvvatlash uchun zaruriy shart-sharoitlarga tortilganlik, tobelik aks etadi. Tabiiy ehtiyojlar tarkibiga odamlarning ovqatlanish, tashnalikni qondirish, jinsiy moyillik, uxlash, issiq va sovuqdan asranish, musaffo xavoga intilish, tana a’zolariga dam berish kabilar kiradi. Tabiiy ehtiyojlar uzoq vaqt davomida qondirilmasa, uning oqibatida inson halokatga mahkum bo‘ladi, o‘z sulolasi hayoti va faoliyatini xavf ostiga qoldiradi.

Real olamning in’ikosi bo’lmish psixikaning faqat odamgagina xos bo’lgan va odamda jamoa mexnati jarayoshda rivojlanuvchi oliy shakliga ***ong*** *deb ataladi.*

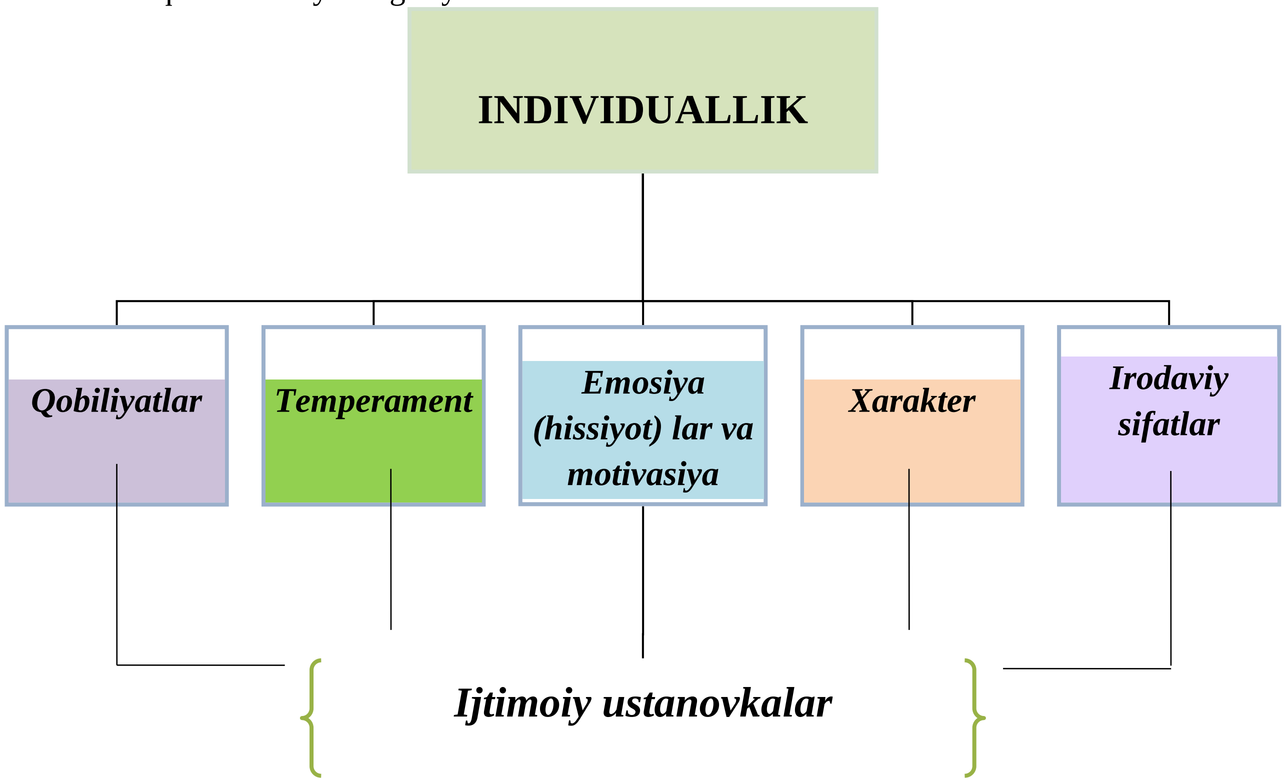
Hamkorlikdagi mehnat va insoniy nutqning maydonga kelishi bilan birgalikda paydo bo’lgan ong odamlarda o’zgarmay qolmagan, u avloddan-avlodga muttasil rivojlanib borgan. Og’zaki nutqdan tashqari yozma nutqning maydonga kelishi xdm ongning rivojlanishiga imkon beradi. Bir-birlaridan olis joylarda yashovchi odamlar yozma nutq tufayli o’zaro tajriba almasha oladilar, bir avlod qo’lga kiritgan bilimlar yozma nutq tufayli kelajak avlodlarga yetkaziladi. Ong faoliyatda namoyon bo’ladi va faoliyatda shakllanadi ham.

Alohida olingan odam ongining rivojlanishi hamisha ijtimoiy-tarixiy jarayonga bog’lik bo’lgan, ijtimoiy borliq, ya’ni muayyan jamiyatning turmushi tomonidan belgilangan. Moddiy ishlab chiqaruvchi kuchlar, shu jumladan mehnat qurollarining rivojlanishi ana shu ijtimoiy turmush-ning eng muhim sharoiti hisoblanadi. Chunonchi, tosh asri kishisining ongi bronza va temirdan qurollar yasash hamda. ulardan foydalanishni o’rganib olgan kishilarning ongiga qaraganda ko’p darajada sodda bo’lgan.

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, mijozi 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 korrelyasiyada esa ba’zi tafovutlar aniqlangan.

Shaxs – qaytarilmas, u o’z sifatlari 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.



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 sifatlari, emosiyalari, xulqiga xos motivasiya va ijtimoiy ustanovkalari kiradi. Aynan shu qayd etib o'tilgan kategoriyalar shaxsdagi individuallilikni ta'minlovchi kategoriyalardir. Uning ma'nosi shundaki, bo'yi, eni, yoshi, sochining rangi, ko'z qarashlari, barmoq harakatlari va shunga o'xshash sifatlari bir xil bo'lgan insonlarni topish mumkin, lekin xarakteri, qobiliyatlari, temperamenti, faoliyat motivasiyasi va boshqalarga aloqador sifatlari 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 sifatlarki, 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 sifatlarini 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.

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.*

Shaxs yo'nalganligining eng muhim tarkibiy qismlari

Mas'uliyat

Bu ijtimoiylashuv jarayonida shaxsning yetukligini belgilovchi muhim ko'rsatgichlardan 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'uliyatlilikning ikkinchi turi undan farqli, barcha ro'y bergan va beradigan voqyea, 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.

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 xarakteralanadi. Ularning shakllanishi va ongda o'rnashishida 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 obyekti 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 mavqyei 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 fidoiylikning 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'iyatlari, erishgan yutuqlari e'tiqodlilikning yorqin namunasidir. Bunday misollar Sharqning va g'arbning buyuk shaxslari misolida juda ko'p. Mansur Xalloj, 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 shioriga aylanadi. Haqiqiy e'tiqod sohibida sog'lom fikr bo'lib, bu fikr orqali u insoniyatning umrboqiyligini idrok etadi, o'zidan oilasiga, farzandlariga nimadir qoldirib ketishni istab yashaydi. Shuning uchun ham e'tiqodlilik – shaxsdagi jur'at, mardlik, fidoiylik, iroda, vijdon, qat'iyat, halollik, isnonparvarlik, vatanparvarlik kabi qator ijobiy sifatlar bilan bog'liqdir.

Iymon

"Iymon" 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,
Iymon bilan fikr aylasin.
Iymon bilan so'z so'zdasin,
Va iymonga amal qilsin.

Iymon keltirish yoki ishonch shunday psixologik holatki, unda shaxsning e'tiqodiga mos keladigan, biror konkret narsa va hodisalar ta'sirida ongda o'rnashib qoladigan tasavvurlar majmui yetakchi rol o'ynaydi. Iymon obyekti 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 sevmoq – iymondandir" deb zikr etilgan. Bular oddiy fuqaro bahslashmaydigan, xalq metaliteti va vijdoni-iymoni tomonidan qabul qilingan arkonlardirkim, 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.

I ymon 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.

Dunyoqarash

E 'tiqod va qiziqishlar har birimizdagi dunyoqarashni shakllantiradi. Shaxsning dunyoqarashi – 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.[31]

[31]**V.Karimova, O.Hayitov, F.Akramova, N.Lutfullayeva.** PSIXOLOGIYA: Nopedagogik va nopsixologik oliy o'quv yurtlari uchun darslik // V.Karimovaning umumiy tahriri ostida. – Toshkent.: TDIU, 2010. – 102-105 b.

13. Insonda aks ettirish darajalari. Ongning paydo bo‘lishi va rivojlanishi

Reja:

1. Ong haqida tushuncha
2. Ongning vujudga kelishida: jamoa, mehnat faoliyati va nutq.
3. Faoliyat va ong birligi prinsipi.

Ong haqida tushuncha

Psixika voqelikning kishi miyasida aksi sifatida har xil darajalar bilan farqlanadi.

Psixikaning odamga xos bo’lgan oliy darajasi ongni tashkil etadi. Ong psixikaning uni yaxlit bir holga keltiruvchi shakli bo’lib kishining mehnat faoliyatida, boshqalar bilan til yordamida muloqot qilish jarayonida shakllanishini ijtimoiy tarixiy shart-sharoitlari natijasi hisoblanadi. SHu ma’noda ong marksizm klassiklarining ta’kidlashicha ijtimoiy mahsul bo’lib anglagan borliqdan buyuk boshqa narsa emasdir.

Ongning strukturasi tuzilishi, uning muhim psixologik ta’rifi qanday.

Psixiatorlarning bemorda ong bor yoo’qligi, yo bo’lmasa buzilganligi masalalari doim qiziqtiradi, shu tufayli ular ong deganda bemorning o’z-o’ziga qaerdaligi, vaqt qachonligi, tevarak-atrofdagi vaziyat qandayligi to’g’risida o’z shaxsiy holati ham harakatlari haqida hisob berish imkoniyatlarini tushunadilar. Ong yaxshi saqlanib qolgan odam miyaga kelayotgan yangi axborotga o’zidagi mavjud bilimlarni hisobga olgan holda baho beradi va o’zini tevarak-atrofdagi muhitdan alohida ajratib, boshqa odamlarga faoliyat va vaziyatga nisbatan tarkib topgan munosabatlar sistemasini saqlab qoladi hamda ana shu barcha ma’lumotlar asosida o’z hatti-harakatini idora qiladi. Ong ijtimoiy mahsul bo’lib, faqat odamlarga xosdir. Hayvonlara esa ong bo’lmaydi. Psixikaning quyi darajasi ongsizlikdan iboratdir.

Ongsizlik-kishini o’zini tuta olmaydigan qilib qo’yadigan taaassurotlar bilan bog’liq psixik jarayonlar harakatlar va holatlar yig’indisidir. Psixik holat sifatida ongsizlik voqelikni aks ettirishning shunday bir shakli hisoblanadiki ,bunda harakat o’rni va vaqtini mo’ljal qilish, yaxlitligi yo’qoladi, hatti-harakatining nutq yordamida boshqarilshi buziladi. Ongsizlikka quyidagi psixik holatlarni kiritish mumkin: Uyqu paytida yuz beradigan psixik hodisalar (tush ko’rish) sezilmaydigan lekin haqiqatda ham ta’sir ko’rsatadigan kuzatuvchilarga javob reaktsiyalari: oldinlari ong harakat bo’lib, lekin takrorlanaverib avtomatlashib ketgan va shunga ko’ra endilikda anglanmaydigan bo’lib qolgan harakatlar faoliyatiga undovchi ammo maqsad hissidan anglanmaydigan ayrim moyillar, ongsizlik hodisalariga bemor kishining psixikasida ro’y beradigan ba’zi bir protologik hodisalarni-alahlash, ko’ziga yo’q narsalarning ko’rinishi kabilarni ham ko’rish mumkin. shularga, asoslanib ongsizlikning ongga qarama-qarshi deb hisoblash, uni hayvonlar psixikasiga tenglashtirish noto’g’ri bo’lar edi.

Ongsizlik-bu kishining xuddi ong kabi o’ziga xos psixik qiyofasidirki, u kishi miyasida borliqning etarli darajada bir xil bo’lmagan qismiga aksi tarzida inson hayotining ijtimoiy shart-sharoitlari bilan bog’liq holda bo’lgandir.

Ongning vujudga kelishida: jamoa, mehnat faoliyati va nutq.

Odam psixikasi bilan eng taraqqiy etgan hayvon psixikasi o`rtasida ham juda katta tafovut mavjud. Masalan, hayvon «tili» bilan odam tilini bir–biriga taqqoslab bo`lmaydi. Birinchidan, hayvon «tili» signal, xabar bersa, inson tili bundan tashqari o`z tajribalarini ham bayon qiladi. Ikkinchidan, tafakkurdagi tafovut. Hayvon faqat ko`rinib turganlarni idrok etiladigan vaziyat chegaralaridagina harakat qilishi mumkin. U bundan tashqariga chiqishi, shu vaziyatni mavxumlashgan xolda aks ettirib mavxum printsipni o`zlashtirishi mumkin emas. Hayvon–bevosita idrok qilinadigan vaziyat qulidir.

Kishining xulq–atvori mazkur konkret vaziyatdan abstraktsiyalashuvga (mavxumlashishga) va ushbu vaziyat munosabati bilan kelib chiqishi mumkin bo`lgan oqibatlarni oldinroq payqash layokatiga ko`ra ajralib turadi. (Kemaga suv kira boshlashi bilan teshigini tuzatish, yonilg`i

kamayishi bilan uchuvchining samolyotni yaqinrok aerodromga qo`ndirishni mo`ljallashi va xokazolar shunga misol bo`la oladi).

Hayvonlarning konkret amaliy tafakkuri ularni muayyan vaziyatdan bevosita ta'sirotga bo`ysundiradi, odamning mavxumlashgan xolda tafakkur yuritishga bo`lgan qobiliyati uning ushbu muayyan vaziyatga bevosita bog`liqligini bartaraf etadi. Kishi muhitning bevosita ta'sirinigina emas, balki uni xali ko`tayotgan ta'sirlarni ham qaytarishga qodirdir.

I. Kishi xususan o`zi anglagan zaruratga ko`ra–ongli hatti – harakat qilish qobiliyatiga ega. Bu inson psixikasining hayvon psixikasidan eng birinchi muhim farqidir.

II. Odamning hayvondan ikkinchi farqi uning qurolni yaratishga va saqlashga layoqatli ekanligidir. Hayvon qurolni konkret ko`rinib va ta'sir etib ko`rgan vaziyatda yaratadi, ishlatadi va keyin tashlab yuboradi. Muayyan vaziyatda qurol o`z rolini bajarib bo`lgandan keyin u maymun uchun qurol sifatida mavjud bo`lmay qoladi. Hayvon doimiy narsalar olamida yashamaydi, jamoa bo`lib qurol yaratmaydi. Odam esa, oldindan o`ylangan rejaga binoan qurol yaratadi, foydalanadi, saqlaydi. Inson nisbatan doimiy narsalar olamida yashaydi. Kishi quroldan birgalashib foydalanadi.

III. Inson psixik faoliyatining uchinchi belgisi–ijtimoiy tajribaning biridan ikkinchisiga o`tkazib turishidir. Turli vaziyatlarda hayvon ham, odam ham individual tajriba orttiradi. Lekin faqat odamgina ijtimoiy tajribani o`zlashtiradi. Kishi psixikasini ko`proq darajada u egallab turgan ijtimoiy tajriba rivojlantiradi.

IV. Xis–tuyg`ularni rivojlantirishda xuddi abstrakt tafakkurning rivojlanishida bo`lgani kabi, voqelikni ko`proq darajada adekvat (bir xilda) aks ettirish vositasi mujassamlashgandir. Shuning uchun xis–tuyg`ulardagi tafovut hayvon bilan inson o`rtasidagi to`rtinchi, juda muhim tafovutdir.

Inson psixikasining hayvon psixikasidan, eng muhim farqi ularning rivojlanish shart-sharoitlarida ko`rinadi. Agar hayvonot dunyosining rivojla-nishi davomida psixikaning taraqqiyoti biologik evolyutsiya qonunlariga binoan ro`y bergan bo`lsa, inson psixikasining, kishi ongining rivojlanishi ijtimoiy–tarixiy taraqqiyot qonunlariga bo`ysunadi. (Hayvonlar orasida o`sgan odam bolasi, Maugli, Tarzan, Amola va Kamola).

Inson psixikasi materiya evolyutsiyasining butun jarayoni davomida tayyorgarlikdan o`tdi. Psixika rivojlanishining tahlili bizga ong paydo bo`lishining biologik shart–sharoitlari haqida gapirishimizga imkon beradi. Demak inson–ijtimoiy munosabatlar maxsulidir. Maymunning odamga, to`daning jamiyatga aylanishiga ta'sir ko`rsatgan muhim omil–bu mehnat faoliyati, ya'ni qurollarni birgalikda yaratish va qo`llanish jarayonida odamlar tomonidan amalga oshiriladigan mehnat faoliyatidir.

Mehnat faoliyati–ijtimoiy munosabatlar rivojlanishining shart–sharoiti va natijasidir. Shunday qilib mehnatning paydo bo`lishi va kishilik jamiyatining tuzilishi odamning odamsimon ajdodlarining odamga aylanishiga sabab bo`lib hisoblanadi.

Mehnatda kishining ongi–aks ettirishning evolyutsion yo`nalishidagi eng oliy shakli–ashyoviy faoliyatning ob'ektiv barqaror xususiyatlarini ajratib olish va shu asosda atrofdagi reallikni tubdan o`zgartira olish xususiyatiga ega bo`lgan shakli ham rivojlana boradi.

Yuqorida aytib o`tilganidek, hayvonlar tasodifiy narsalar olamida yashaydi, odam esa o`ziga doimiy narsalar olamini yaratadi. Odam yaratgan o`zidan oldingi avlodlar bajargan ish jarayonlari, hatti–harakatlar va faoliyatning moddiy ifodasi hisoblanadi. Qurollar orqali bir avlod ikkinchi avlodga ish jarayonlari, hatti–harakatlari, faoliyat tarzida o`z tajribasini etkazadi.

Mehnat faoliyati davomida odamning diqqat–e'tibori yaratilayotgan qurolga va binobarin, o`z faoliyatiga qaratilgan bo`ladi. Kishining faoliyati ongli faoliyatga aylanadi.

Qurollar ishlab chiqarish qanchalik yuqori darajada bo`lsa, aks ettirish darajasi ham shunga muvofiq ravishda yuqori bo`ladi. Demak, mehnatning ijtimoiy tashkil etilishi jarayonida qurol ishlab chiqarish darajasining yuksalishi va ongli faoliyatni shakllantirishning eng muhim sharti bo`lib hisoblanadi.

Tabiatga ta'sir ko`rsatgan va uni o`zgartirgan xolda odam shu bilan bir qatorda o`zining xususiy mohiyatini ham o`zgartiradi. Odam tabiat mahsulini o`z hayoti uchun yaroqli shaklda o`zlashtirib olish uchun o`z tanasidagi tabiiy kuchlarni: qo`l va oyoqlarini, bosh va barmoqlarini

harakatga keltiradi. Shu harakat vositasida tashqi tabiatga ta'sir qilib va uni o`zgartirib odam, shu bilan birga, o`z tabiatini ham o`zgartiradi.

Mehnatning ta'siri ostida qo`lning yangi funktsiyalari qaror topdi: qo`l harakat qilishda g`oyat darajada epchillik kashf etdi, anatomik tuzilish sekin–asta takomillasha borgan sari elka va bilakning o`zaro nisbati o`zgara bordi, barcha bug`imlarning, ayniqsa qo`l barmoqlarining harakatchanligi oshdi. Biroq qo`l faqat ushlaydigan qurol sifatida ham rivojlandi. Mehnat faoliyati shunga olib keldiki, faol harakat qiluvchi qo`l asta–sekin faol (paypaslab) sezishga ixtisoslashgan organga aylana boshladi. Paypaslab sezish–olamni bilishning odamga xos bo`lgan alohida xususiyatidir.

Qo`lning rivojlanishi butun organizmning rivojlanishi bilan o`zaro bog`liq holda davom etdi. Qo`lning ish quroli sifatidagi ixtisoslashuvi tanani to`g`ri tutish, tik yurish rivojlanishiga yordam berdi. Ishlaydigan qo`llarning harakati doimo ko`z bilan nazorat qilib turiladi. Ko`rish va sezish organlari o`rtasida ko`plab bog`lanishlar hosil bo`ladi. Qo`lning faoliyati miyaning rivojlanishiga ayniqsa katta ta'sir ko`rsatdi. Mehnatning paydo bo`lishi va rivojlanishi kishining ovqatga, boshpanaga va shu kabilarga bo`lgan ehtiyojlarning beqiyos darajada muvaffaqiyatli tarzda qondirilishiga olib keldi.

Shunday qilib, mehnat kishilik jamiyati taraqqiyotiga, insoniy ehtiyojlarning shakllanishiga, faqat aks ettiruvchi emas, balki dunyoni o`zgartiruvchi inson ongini o`zgartiruvchi inson ongining rivojlanishiga sabab bo`ldi, mehnat jarayonida mehnat bilan birga aloqa bog`lashning til yordamida amalga oshiriladigan oliy shakli rivoj topdi. Ongning va voqelikni aks ettirishning ongga xos shakllari rivojlanishi bilan birgalikda shaxs sifatida odamning o`zi ham o`zgarmoqda. Mehnatda kishining ongi–aks ettirishning evolyutsion yo`nalishidagi eng oliy shakli–ashyoviy faoliyatning ob'ektiv barqaror xususiyatlarini ajratib olish va shu asosda atrofdagi reallikni tubdan o`zgartira olish xususiyatiga ega bo`lgan shakli ham rivojlana boradi.

Odam va hayvon psixik rivojlanish o`rtasidagi tafovutlarni, ayniqsa turli a'zolari takomillashuvi, mehnat qurollarini yaratish, saqlash ishlatish muammolari singarilar antropogenez (antropos–odam, genezis–tug`ilish, kelib chiqish) muammolari doirasiga kiradi.

Yuqori darajada rivojlangan hayvonlarda bosh miya po'stloqlari rivojlanadi, ular turli xil retseptorlardan kelayotgan signallarga javob berish xususiyatlariga egadirlar, yuqori darajada rivojlangan sut emizuvchilar xatti harakatini murakkab shakllarni bajara oladilar. Bu insonlar va hayvonlar o'rtasidagi farqlar yo'qoladi degan holatlarni berishi mumkin, hayvonlardagi intellektual xatti-harakatlar ularda aql bor degen taxminlarni berishi mumkin. Bu tushunchalar xato hisoblanib, inson va hayvonlar o'rtasida bir qator tafovutlar mavjud.

Hayvonlarning xatti-harakatlarida instinktiv biologik xulq atvor etakchilik qiladi, ularda biologik motivlar mavjud. Ular biologik ehtiyojlarni qondirishga qaratilgan xatti-harakat hisoblanadi. Hayvonlar biologik ehtiyojlardan tashqariga chiqa olmaydilar. Ulardagi har qanday faolyait albatta instinktlar asosida amalga oshiriladi. Insonlarning xatti-harakatlarini 10 tadan 9 tasi maqsadga qaratilmagan faoyalitga yo'naltiriladi. Demak birinchi farq hayvonlarning xatti-harakatlar instinktiv xatti harakatlar chegarasidan chiqmaydi.

Ikkinchi farq. Insonlar ham hayvonlar ham mehnat qiladilar. Biroq hayvonlar foydalangan mehnat qurollarini saqlab qo'ymaydilar. Insonlar esa mehnat qurollarini saqlab qo'yib, uni takomillashtiradilar. Hayvonlarda abstrakt ko'rgazmali vaziyatlar mavjud emas, ichki vaziyatlardan kelib chiqqan xolda mehnat qurollaridan foydalanishlari mumkin, biroq mehnat qurollarini tashlab ketaveradilar. Hayvonlar bir mehnat qurollaridan ikkinchisini yasay olmaydilar. Uch yoshli bolaga boshqa mehnat qurollaridan qanday foydalanishni ko'rsatsalar, bola darhol bu harakatni qaytarishi mumkin, hayvonlarda esa bu holat kuzatilmaydi. Hayvonlar uchun buyumlar ma'oum bir vaziyatlarda ahamiyat kasb etishi mumkin.

Hayvonlarning xatti-harakatlari aniq vaziyatlarga asoslangan bo'ladi, ular insonlarga o'xshab vaziyatlarni mavhumlashtirmaydilar. Bunga quyidagi misolni keltirish mumkin. Golland psixologik Boytendayk tomonidan o'rganilgan holat. Hayvonlarning oldiga bankalar qatori qo'yilgan, bitta bankada ozuqa bo'lgan. Hayvon ozuqani qaysi bankaga qo'yilganini ko'rgan. U

ozuqani olib istemol qilgan. Ikkinchi tajribada ozuqa ikkinchi bankaga qo'yilgan. Hayvonlar oldin birinchi bankani, so'ngra ikkinchisini ochib ko'rishgan, ular butun tajriba davomida oldin birinchi bankani so'ngra keyingi bankani ochib ozuqani ola boshlagan. Insonda esa keyingi bankaga qaratilgan faolyait mavjud bo'lgan. Ikki yarim yashar inson bolasi ham shu tajribani aniq bajara olgan. Demak hayvonlarning xatti-harakatlari faqat idrok etilgan holatlarga nisbatan bo'lar ekan.

Agar hayvonlarning xatti-harakatlarida faqat ikkita omil mavjud bo'lsa, insonlar xatti-harakatlariga yana bir holat qo'shiladi, bu hayvonlarda mavjud emas, hayvonlar nasliy xatti-harakat va shaxsiy tajribalariga suyansalar, insonlarda yana boshqa omillar ham mavjud. Insonlar jamoaviy tajribalarga ham suyanishlari mumkin, ular boshqa insonning tajribalariga ham tayanadilar. Bu ijtimoiy tajriba hayvonlarda kuzatilmaydi.

Hayvonlar tashqi shart-sharoitlarga moslashadilar, insonlar esa tashqi sharoitlarni hzlariga moslashtiradilar.

Hayvonlarda faqat ma'lum bir shart sharoitlardagina hamkorlikdagi faoliyat amalga oshiriladi, isnonlardagi faoliyatlarning hammasi hamkorlikdagi faoliyat bilan bog'langan. [32]

Insonning psixologik faoliyati hayvonlarning psixologik faolyaitlaridan tubdan farq qiladi. Insonning xatti-harakati biologik motiv va biologik ehtiyojlar asosida kechmaydi. Ularda ma'naviy ehtiyojlar ham mavjud. Hayvonlardan farqli ravishda inson o'z oldiga maqsad qo'ya oladi. Inson qanchalik och bo'lmasin hom maxsulotlarni iste'mol qilmaydi.

O'qish, mehnat faoliyatini inson ongli ravishda amalga oshiradi. Demak inson bir faoliyatni bajarishdan oldin o'ziga maqsad qo'yadi va shu maqsad sari intiladi.

Birinchi psixologik farqlardan biri inson o'z ehtiyojlaridan tashqari oldiga maqsad qo'ya oladi.

Ikkinchi psixologik farq inson va hayvonlarning atrof muhitga bo'lgan munosabatlaridir. Masalan sayrga chiqqan vaqtda inson o'z faolyaitini boshqaradi va shunga qarab harakat qiladi. Inson hatto qattiq chanqagan vaqtda ham ariqdagi iflos suvni iste'mol qilmaydi. Inson qonuniyatlarni tahlil qiladi.

Uchinchi psixologik farq u boshqa insonlar tajribasiga tayanishi mumkin. Inson o'z faolyaitini rejalashtirish xususiyatiga egadir. Insonning xatti-harakatlari quyidagi nazariyalarga tayangan holda kechadi.

Birinchi nazariya ong insonning ichki xususiyatlarini ochib berishga qaratilgan jarayondir. Shu bilan u hayvonlardan farqlanadi. Dekartning fikriga ko'ra hayvonlar mexanizmga o'xshaydilar, ular tabiat qonunlariga tayangan holda yashaydilar, inson esa ma'naviy mavjudot, u aql qonuniyati asosida yashaydi.

Ikkinchi nazariya. Ongning vujudga kelishi bu dialogik nazariya hisoblanadi. Bu nazariyada ongni hayvonlarning evolyusiyasidan chiqarishga qarilgan faolyai sifatida ko'rsatish yaqqol aks etgan. Inson hayvonlardan ijtimoiy jamoada yashayotganligi bilan farqlanadi. Insonning faolyaitida mehnatdan va mehnat qurollaridan foydalanish vujudga kelishi bilan inson faoliyatida ijobiy o'zgarishlar sodir bo'la boshlagan. Oldin mehnat urollari oddiy tosh, cho'p hisoblangan bo'lsa, ma'lum vaqt o'tib ular takomillashgan va rivojlantirilgan. Insonning mehnati hech qachon yakka holda amalga oshmagan ular jamiyatda birgalikda faolyait qilishlari bilan hayvonlarning xatti–harakatlaridan farqlanadilar.

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

[32] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 405-406

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 kirganda 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'rnashib qolganligiga e'tibor bermasdan yuqorida sanab o'tgan hissiyotlarni boshdan kechiraveramiz. Mana shularning barchasi ijtimoiy ustanovkalar bo'lib, ularning mazmun mohiyati aslida har bir inson ijtimoiy tajribasi davomida shakllanadi va uzoq muddatli xotirada saqlanib, konkret vaziyatlarda ro'yobga chiqadi.

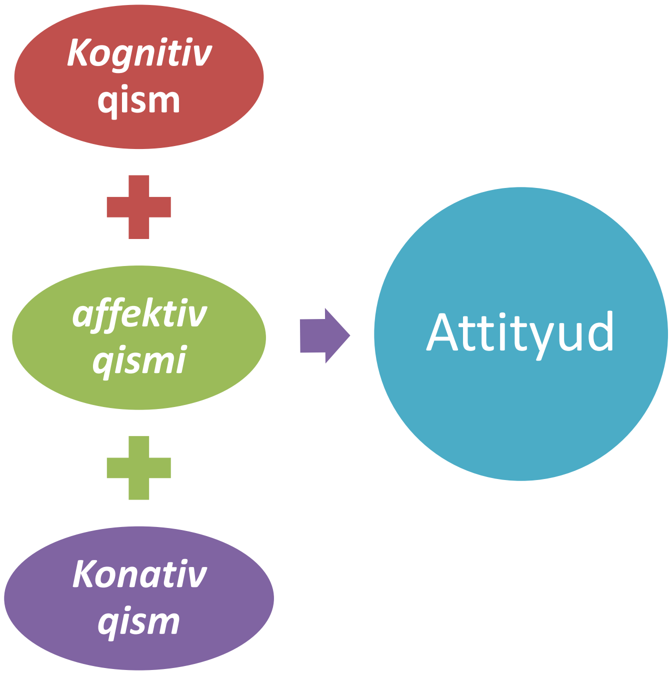
Amerikalik olim *G.Ollport* ustanovkalar orasida ijtimoiy ustanovkani alohida o'rganib, uning uch komponentli tizimini ishlab chiqqan (*7-rasm)*.

- *Kognitiv komponent* – ustanovka obyektiga aloqador bilimlar, g'oyalar,tushuncha va tasavvurlar majmui;
- *Affektiv komponent* – ustnovka obyektiga nisbatan subyekt his qiladigan real hissiyotlar (simpatiya, antipatiya, loqaydlik kabi emosional munosabatlar);
- *Harakat komponenti* – subyektning obyektga nisbatan real sharoitlarda amalga oshirishi mumkin bo'lgan harakatlari majmui (xulqda namoyon bo'lish).

Bu uchala komponentlar o'zaro bir-birlari bilan bog'liq bo'lib, vaziyatga qarab u yoki bu komponentning roli ustivorroq bo'lishi mumkin. Shuni aytish lozimki, komponentlararo monandlik bo'lmasligi ham mumkin. Masalan, ayrim talabalar talabalik burchi va tartib-intizom bilan juda yaxshi tanish bo'lsalarda, har doim ham unga rioya qilavermaydilar. "Tasodifan dars qoldirish", "jamoatchilik joylarida tartibni buzish" kabi holatlar kognitiv va harakat komponentlarida uyg'unlik yo'qligini ko'rsatadi. Bu bir qarashda so'z va ish birligi 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'lmasligiga yoshlarni o'rgatib borishimiz kerak. Bu shaxsning istiqboli va faoliyatining samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

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

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 attityudning uch komponentli tizimini ishlab chiqqan. Unga ko'ra attityudda uch qism bo'lib, bular kognitiv, affektiv hamda konativ qismlaridir *(8-rasm).*



8-rasm

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

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

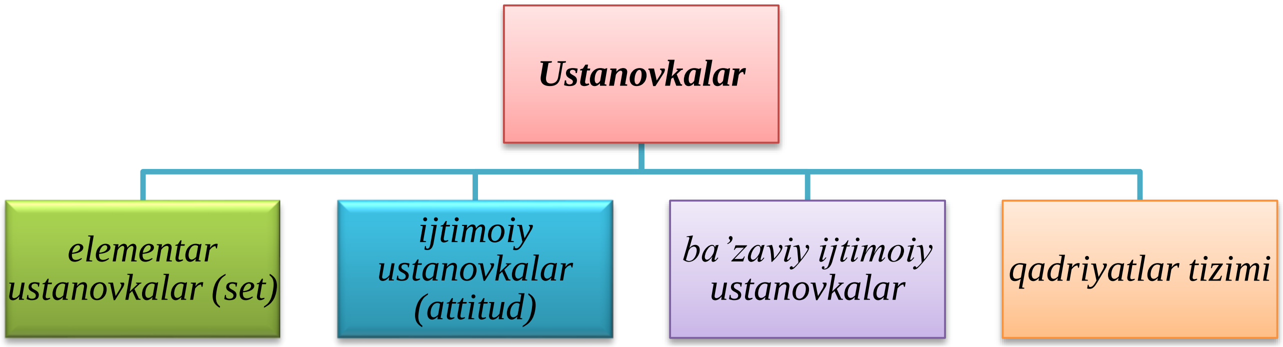
Konativ qism yoki xulq-atvor bilan bog'liq qismga esa, shu obyektga nisbatan amalga oshiriladigan hatti-harakatlar, aynan xulq-atvor kiradi.

Lekin ba'zi olimlar tahlillarida ustanovkaning aynan obyektga yoki vaziyatga nisbatan bo'lishi mumkinliga 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.
- ***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 qadrini yo'qotmay kelayotgan qadriyatlardir.



V.Yadovning dispozision konsepsiyasi bo'yicha ustanovkalar bosqichi

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.

14 ma'ruza. Psixik jarayonlarning vujudga kelishida nutqning ahamiyati.

Reja:

- Mehnat faoliyatida nutqning vujudga kelishi va rivojlanishi.
- Nutqli va nutqsiz muomala. Muomala tuzilishi.

Ongning yuqqorida ta'kidlab o'tilgan barcha funksiyalarini namoyon bulishining muqarrar sharti til va nutq hisoblanadi. Shaxs nutq faoliyati yordami bilan bilimlarini uzgargiradi, ajdoddar tomonidan ijtimoiy-tarixiy taraqqiyoti davomida yuzaga keltirilgan tajribatr majmuasi tilda mustahkamlanadi, u uzining tafakkuri orqali xayoti va faoliyatini boyitadi. Til alohida obyektiv tizim sifatida namoyon bo'lib, unda ijtimoiy-tarixiy jarayonlarda vujudga kelgan an'analar, marosimlar, qadriyatlar, g'oyalar majmuasi tariqasida ijtimoiy ongda aks ettirilgandir. Psixologik talqinglarga qaraganda, alohida, yakkahol shaxs tomonidan egallangan til boyliklari, qoidalari ma'lum ma'noda uning yaqqol, individual ongi sifatida yuzaga keladi, shaxsiy xayoti va faoliyatini muvaffaqiyatli amalga oshirishda muhim rol o'ynaydi. Til bilan nutq borliqni anglashning aloqa quroli hamda vositasi funksiyasini bajarib, shaxsning boshqa mavjudodlaridan farqlash sharti hisoblanadi va unda til bilan tafakkur birligi ong uchun moddiy negiz vazifasida ishtirok etadi, qaysidir ma'noda mexanizm rolini o'ynashi xam mumkin. [33]

Psixikaning faolligi reallik bilan bevosita muloqotga kirishish jarayonida namoyon buladi, chu yaki nerv apparatlarida xarakatlanuvchi fizikaviy, kimyoviy quzg'atuvchilarni kayta kurish kuzda tutildi. Qo'zg'ovchilarda, ularning doirasidagi xatti-xarakatlarga kuch-kuvvat beruvchi, uzluksiz ravishda intiluvchi, xulq-atvor dasturi bajarilishini ta'minlovchi, unga kiliruv jarayoni va variantlar tanlashni uzida kamrab oluvchi faolliknin! xususiyatlaridir. Psixika biologik evolyutsiyamning ma'lum bir bosqichida vujudga kelgan bo'lib, uning uzi omillarning biri sifatida organizmni ularning yashash sharoitiga tobora kuchayib boruvchi moslashunini ta'minlab turadi. Psixikaning insonda paydo bo'lishi sifat jixatdan mutlaqo yangi tuzilishga ega. chunki u ijtimoiy-tarixiy taraqqiyotning qonuniyatlari bilan shartlangandir. Faoliyat regulyatsiyasining yuksak darajasi sifatida ong vujudga keladi, psixika faolligining yuksak ko'rinishi manba tariqasida esa shaxs shakllanadi. Bizningcha, metodologik nuqtai nazardan psixika taxlil qilinganda, albatta biosferik va neosferik aloqalar natijalari, ularning ta'sirchanlik kuchi, vaziyat, muhit hamda xolatlar (xodisalar) fazoviy joylashuvi, «suniy miya»ning vujudga kelishi imkoniyati yuzasidan fikr bildirish bugungi kunda muhim ahamiyatga ega. Chunki inson aql-zakovatining quvvati yetmaydigan, payqash imkoniyatiga ega bo'lmagan bog'lshnish mo'jizalari, sirlari mavjuddir, uni hisobga olmasdan ilojimiz yo'q. Shunigdek, qarama-qarshilik mavjud ekanligini tan olish bilan birga, murosayu-madora, xatolik (betartib) xarakatlar xukm surishini uiutmaslik lozim.[34]

Psixikaning rivojlanishi-ijtimoiy muhitdan ajralgan holda vujudga kelgan jarayon deb hisoblab bo'lmaydi. Bolaning madaniy psixik rivojlanishdagi har qanday (yuksak funksiya) 2 tomonlamalikka ega

1 - ijtimoiy

2 - psixologik

Har qanday yuksak psixik funksiyalar rivojlanishiga ko'ra dastavval ijtimoiydir. Ular kishilarning o'zaro munosabati sifatida shakllanadi, shundan keyingina esa shaxsning psixik funksiyalari sifatida namoyon bo'ladi. L.S.Vigotskiyning qonuniyati so'z va predmetlariga nisbatan munosabatni namoyon etadi. So'z va predmetlar o'rtasidagi ob'ektiv bog'liqlik kattalar va bolalar o'rtasidagi muloqotni rivojlantiradi. SHuningdek, ong psixikani rivojlanishining oliy formasidir.

[33] G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. -T. O'qituvchi. 2010 y- 55 b
[34] G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. -T. O'qituvchi. 2010 y- 24b

Uning paydo bo‘lishi va rivojlanishida kishining mehnat faoliyati, ijtimoiy munosabati va muloqot (til yordamida) qilish jarayoni ya’ni ijtimoiy tarixiy shart-sharoitlar natijasidir.

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 funksiya baholanishi uchun ikki marta, ikki xil rejada paydo bo’ladi, avval ijtimoiy, keyin psixologik, shuningdek, shaxslararao 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.

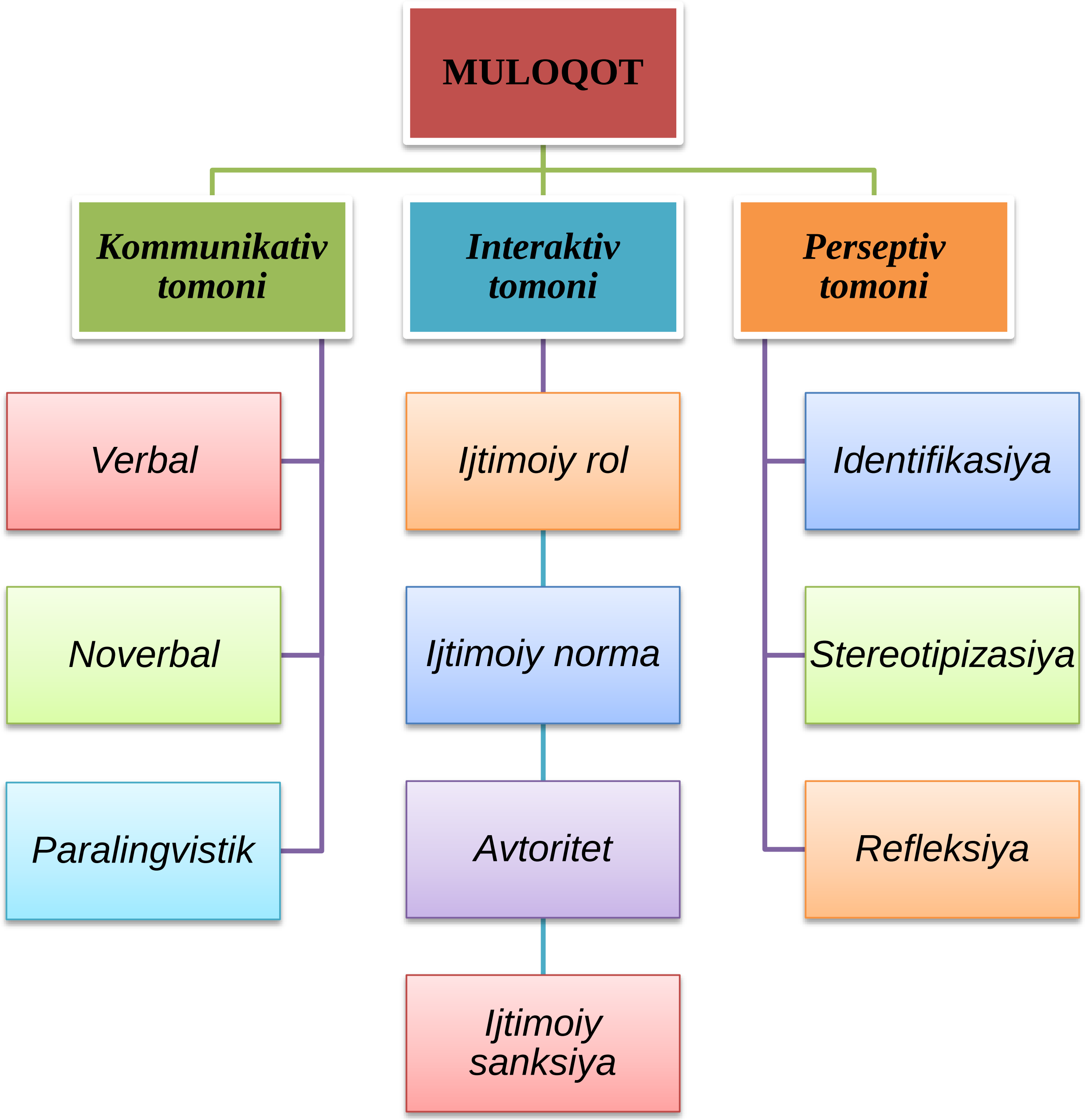
Demak, *L.S.Vigotskiy*ning muomala, shaxslararo munosabatlar psixologiyasiga oid fikrlari g’oyat qimmatli, chunki unda biz shaxs ijtimoiylashuvi jarayoni uchun muhim asos sifatida muomalani ko’ramiz va shaxs shakllanishida bu jarayonning qimmati cheksiz ekanligini yanada anglaymiz.

*V.M.Bexterev*ning boy merosida shaxslararo munosabatlar muammosi, xususan, muomala mavzusi ijtimoiy psixologik nazariya jixatidan o’rganilgandir. Uning qarashlarida insonlarning o’zaro ta’sir etishlari muhim muammo sifatida talqin etiladi.

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” xususiyatli, 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.



V.Karimova bo'yicha muloqotning tuzilmaviy tomonlari

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.

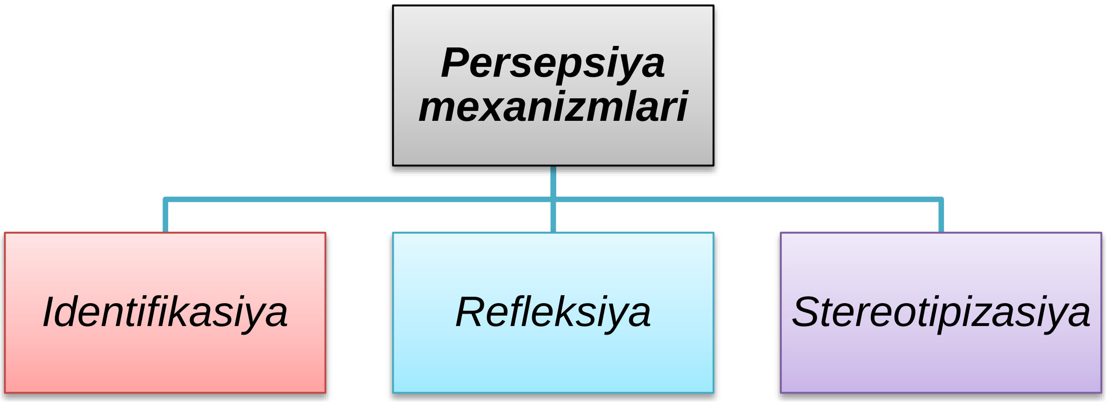
O'zaro munosabatlarda muloqotning psixologik jihatdan murakkab ekanligini *B.F.Parigin* shunday yozadi: "Muloqot shunchalik darajadagi qirrali-ki, uning tarkibiga bir vaqtning o'zida quyidagi jarayonlar kiradi:

- *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".*

Muloqotning perseptiv tomoni

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



10-rasm. A.A.Bodalev bo'yicha muloqotda idrok qilishning persepsiya mexanizmlari

Rus psixologi A.A.Bodalev boshchiligidagi laboratoriya bir-birlarini idrok qilish mexanizmlarini aniqlash borasida qator psixologik qonuniyatlarni kuzatgan (*10-rasm*).

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

Stereotipizasiya *odamlar ongida muloqotlar mobaynida shakllanib o'rnashib qolgan ko'nikib qolingan obrazlardan shablon sifatida foydalanish hollaridir.* Ijtimoiy stereotiplar har bir shaxsda u yoki bu guruhli kishilar haqida shakllangan obrazlardir. A.A. Bodalev va uning shogirdlari bunday stereotiplar ba'zan muloqotni to'g'ri yo'nalganligini ta'minlasa, boshqa hollarda esa undagi xatoliklarning sababi bo'lishi mumkinligini kuzatishgan. Idrok va tushunish borasidagi bunday xatoliklar **kauzal atribusiya** (lotinchasiga "kauza" – sabab, "atrebusio" – 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 boshlamasmikan" degan shubha paydo bo'lishi mumkin. Bu ham stereotip.

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 harakatlar bilan 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.

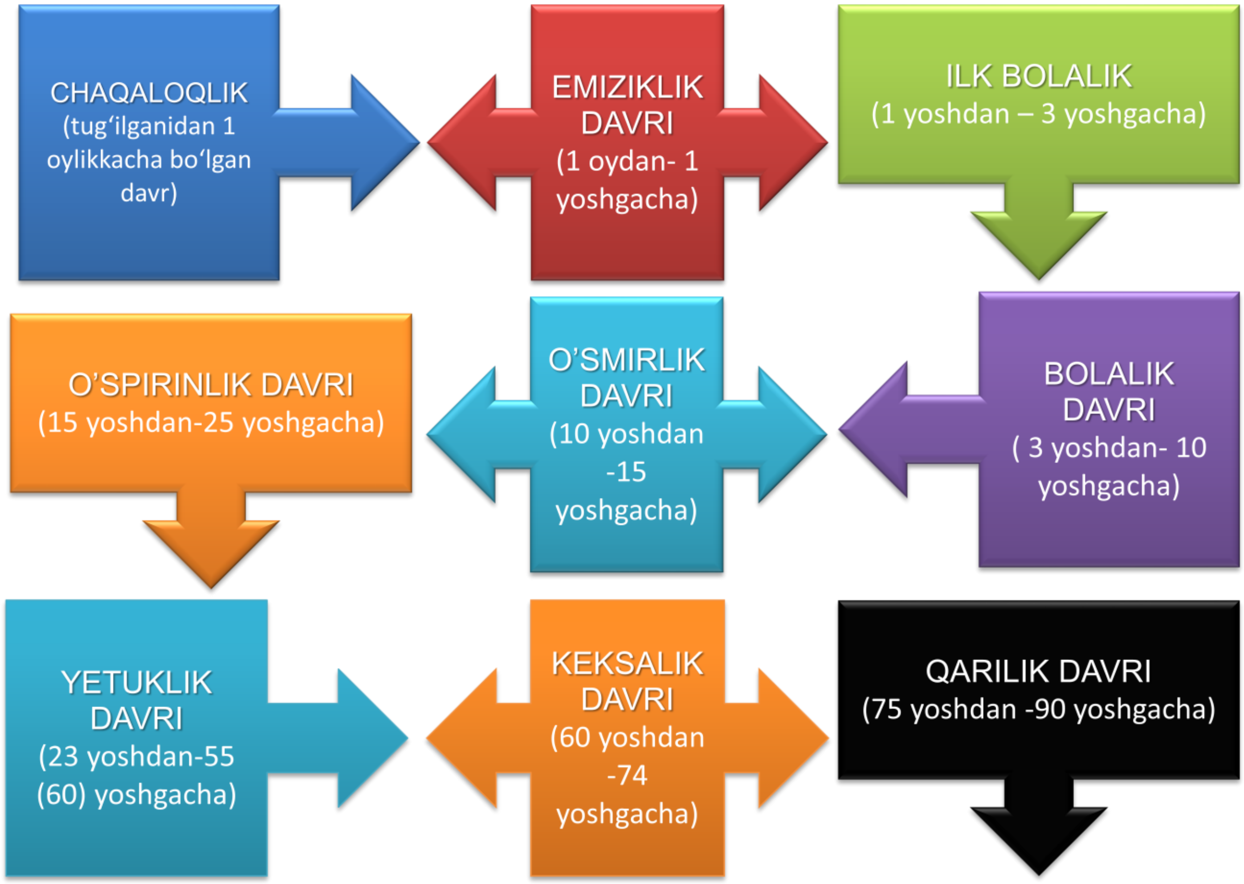
Agar biz suhbatdoshimizni yaxshi, diqqat bilan tinglasak, bu bilan biz unda o'z-o'ziga hurmatni ham tarbiyalaymiz. Demak, tinglash jarayoni ko'pchilik tasavvur qilgani kabi unchalik passiv jarayon emas ekan. Uning muloqotning samarali bo'lishidagi ahamiyati nihoyatda katta. Chunki tinglash qobiliyati 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.

15 mavzu. Ontogenezda inson psixikasining rivojlanishi

Reja:

1. Ijtimoiy-tarixiy tajribada shaxs va ongning vujudga kelishi.
2. Jarayonlarni tasniflash.
3. Sub’ekt ijodiy faoliyat natijalari.

Bolaning rivojlanish bosqichini biz ikki davrga bo‘lamiz. Birinchi davr embrionlik davri hisoblansa, ikkinchi davr tug‘ilgandan keyingi davr. Embrionlik davrida yosh bola bir xujayralilardan tortib to hozirgi kunga qadar rivojlanish bosqichlarini qaytaradi. Bola tug‘ilgandan keyingi davrlar quyidagi bosqichlarga bo‘linadi.

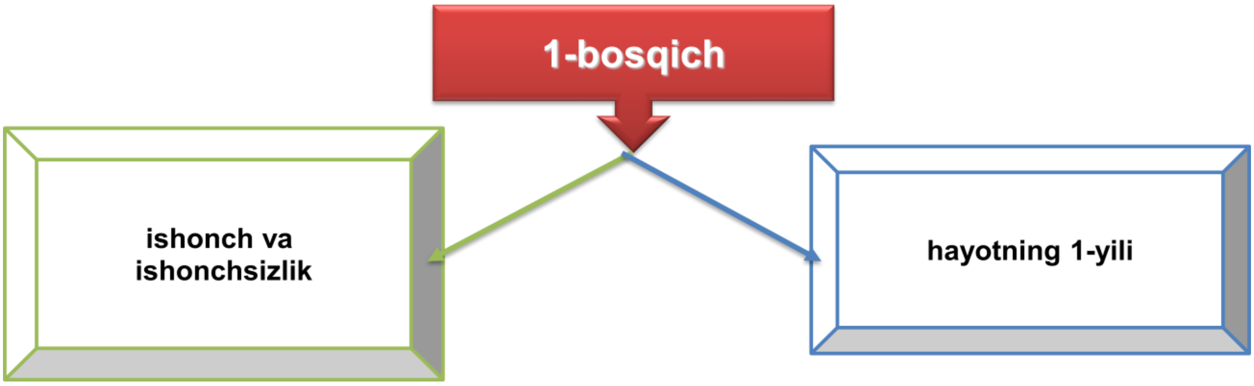


Chaqaloqlik davri. Bolaning ona qornidagi o‘sish davri onaning organizmiga uzviy bog‘liq holda kechadi. Chaqaloqning barcha xayotiy funksiyalari ovqatlanish, nafas olish, nafas chiqarish, havo haroratining o‘zgarishiga va atmosferadagi moddalar almashinuviga moslashish va hakozolar onaning organizmi orqali amalga oshadi. Chaqaloq hayvonlarning bolalariga qaraganda himoyaga muhtojroq, nochorroq bo‘lib tug‘iladi. Tug‘ilish arafasida unda nasliy yo‘l bilan mustahkamlangan ayrim mehanizmlar, shartsiz reflekslar paydo bo‘ladiki, bular yangi hayot sharoitiga moslashishni birmuncha engillashtiradi. Chaqaloqning nerv faoliyati shartsiz va shartli reflekslar ta’sirida vujudga keladi.

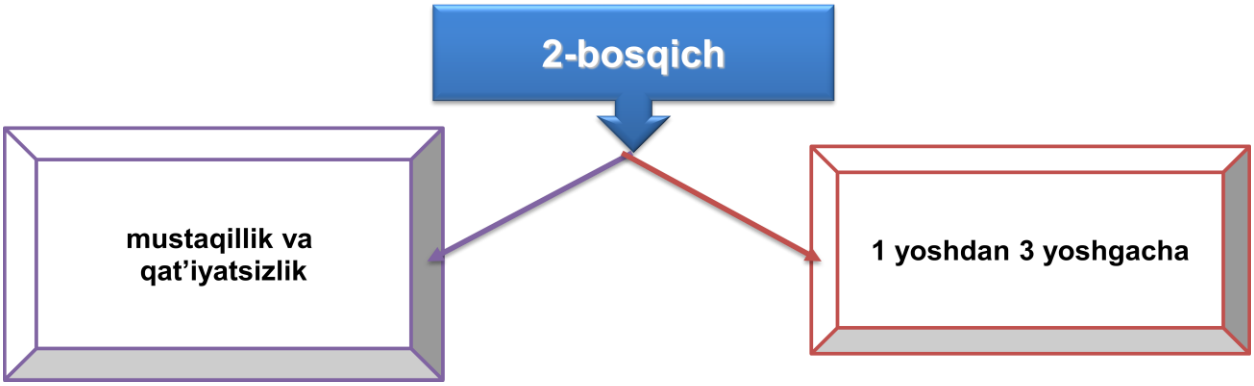
Go‘daklik davri. Go‘dakning hayotiy faoliyati va taqdiri uni qurshagan, parvarishlaydigan katta yoshdagilarga bevosita bog‘liq bo‘lib, uning barcha ehtiyoj va talablari faqat shular tomonidan qondiriladi. Go‘daklik davrida kattalar bilan faol aloqaga kirishish ehtiyoji tug‘iladi va bu aloqa nutq darvrigacha muloqotning o‘ziga xos yangi shakli sifatida bolaning o‘sishida muhim rol o‘ynaydi. Bir yoshgacha davrda paydo bo‘lgan ehtiyojning tobora chuqurlashuvi bilan nutq davrigacha muloqot cheklanganligining nomutanosibligi bir yoshdagi inqirozni keltirib chiqaradi. Go‘dak o‘sishining murakkabligi uning xilma xil faoliyati o‘zaro bog‘langanidir. Shuning uchun

katta yoshdagi odamlar bu davrda go‘dakning ehtiyojlarini to‘la qondirishga harakt qilishlari kerak. Shundagi ularning bola psixik dunyosiga muntazam va maqsadga muvofiq ta’sir etishi bola osh miya katta yarim sharlarining po‘stining faoliyatini takomillashtiradi. Go‘daklik davrida idrok, xotira jarayonlari shakllanadi.

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**
YOSh DAVRLARI	**ERKAKLARDA**	**AYOLLARDA**
O’SPIRINLIK DAVRI	**17-21 yosh**	**16-20 yosh**
O’RTA YETUKLIK DAVRI 1-BOSQIChI	**22-35 yosh**	**21-35 yosh**
O’RTA YETUKLIK DAVRI 2-BOSQIChI	**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**

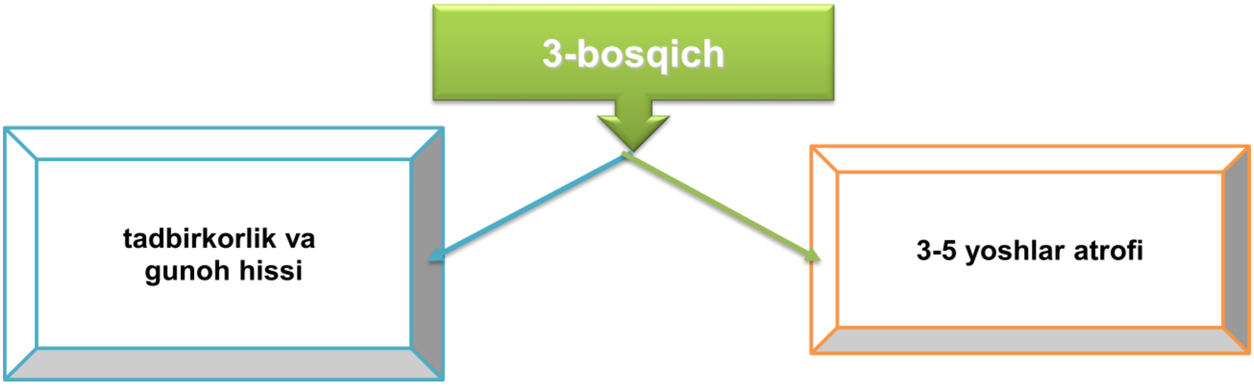


Ilk bolalik davri. Ilk bolalik davri alohida ahamiyatga ega. Bu davrda bolalarda nutq shakllanadi, yurish ko‘nikmalariga ega bo‘la boshlaydi. Ilk bolalik davri amaliy harakat tafakkuri vujudga keladigan davr hisoblanib, qo‘l operatsiyalari turli narsalar va qurilmalar bilan almashinadi. Bola ijtimoiy qurollardan foydalanish usullarini o‘zlashtirishi natijasida unda predmetli harakat ko‘nikmasi shakllanadi. Jismlar bilan turli harakatlarni o‘zlashtirishda ulardagi muhim va o‘zgarmas alomatlarni ajratish ko‘nikmasi hosil bo‘ladi, natijada umumlashtirish va umumiy tushunchalarni o‘zlashtirish jarayoni yuz beradi.



Yangi sharoitda predmetli harakatdan foydalanish bolaning aqliy oʻsishiga ijobiy ta’sir qiladi. Oʻz xatti harakatini kattalarning harakatlari bilan solishtirish va uning oʻxshash jihatlarini topish bolaning aqliy oʻsishi uchun muhim ahamiyatga ega. Aqliy oʻsishni toʻgʻri yoʻnaltirish uchun bola bilan maxsus reja asosida mashgʻulotlar oʻtkazish zarur.

Maktabgacha yosh davri. Maktabgacha yoshdagi davr oʻz ichiga 3 yoshdan 6 yoshgacha boʻlgan bolalarni qamrab oladi. 3 yoshda harakatni muvofiqlashtirish jarayonining takomillashuvi bola yugirganida, bir joyda tik turganida muvozanatni chaqlash imkonini yaratadi.

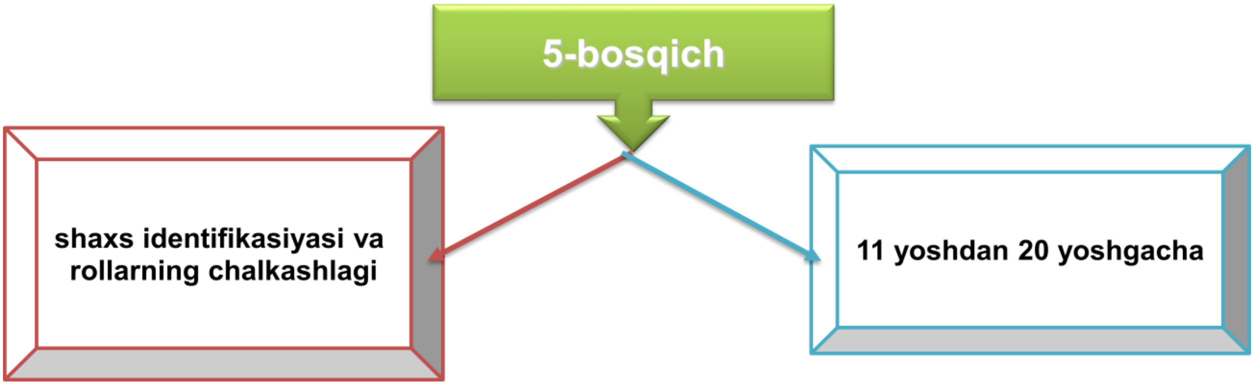


Buning natijasida bola mustaqil holda turli harakatlarni amalga oshira boshlaydi. Jismoniy jihatdan mustaqillikka erishish bolada erkin, kattalarning nazoratisiz, oʻz xolicha qandaydir ishlarni bajarish, umuman mikro va yashash istagini tugʻdiradi. Bu davrda egotsentrik eutq muhim ahamiyat kasb etadi. Rolli oʻyinlar ularning faoliyatlarida etakchilik qiladi. Rolli oʻyin faqat alohida olingan jarayon uchun ahamiyatli emas, balki bolada shaxsiy xususiyat va fazilatlarni shakllantirishda ham zarurdir.

Kichik maktab yoshi davri. Kichik maktab yoshi davriga 6-10 yoshli boshlangʻich sinflarning oʻhuvchilari kiradi. Bola maktab ta’limiga bogʻchada tarbiyalanayotganida tayyorlanadi. Kichik maktab yoshdidagi bolalarning eng muhim hususiyatlaridan biri unda oʻziga xos ehtiyojlarning mavjudligidir. Bu ehtiyojdar oʻz mohiyati bilan muayyan bilim, koʻnikma va malakalarni egallashga, tevarak atrofdagi voqelikni oʻzlashtirishga qaratilmay, balki faqat oʻquvchilik istagini aks ettirishdan iboratdir. Kichik maktab yoshidagi oʻquvchilarda ixtiyorsiz diqqat, mexanik xotira yaxshi rivojlangan boʻladi. Kichik maktab yoshidagi bolalarda “vaqt” tushunchasi bilan duch kelishadi, lekin ular kundalik tajribalari doirasidan chiqishmaydi.

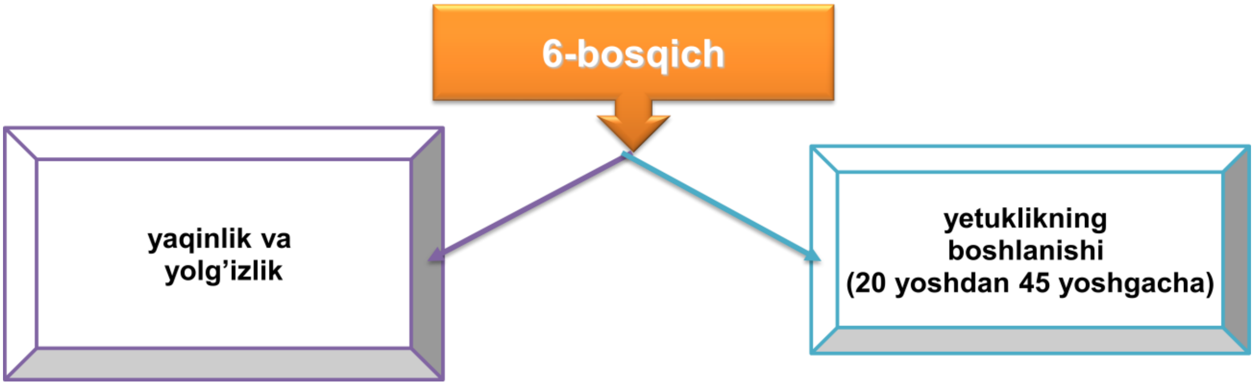
Oʻsmirlik davri. Oʻsmirlik insonning balogʻatga etish davri boʻlib, oʻziga xos xususiyati bilan kamolotning boshqa pogʻonalaridan keskin farqlanadi. Oʻsmirda roʻy beradigan biologik oʻzgarishlar natijasida uning psixik dunyosida tub burilish nuqtasi vujudga keladi. Balogʻat davriga 11-15 yoshgacha boʻlgan qiz va oʻgʻil bolalar kiradi. Bu davrda jismoniy oʻsish va jinsiy etilish amalga oshadi. Bu davrda jinsiy bezlar faoliyati kuchayadi. Oʻsmirlarda jinsiy etilish sirlarining 17 foizini ota-onadan, 9 foizini oʻqituvchilardan, 4 foizini maktab vrachi va psixologidan, qolgan

foizini oʻrtoqlaridan, tengdoshlaridan koʻcha kuydan oladilar. Oʻsmirlardagi fiziologik, psixologik nuqsonlar ularni tarbiyasi qiyin oʻsmirlar qatoriga qoʻshilishiga olib keladi.

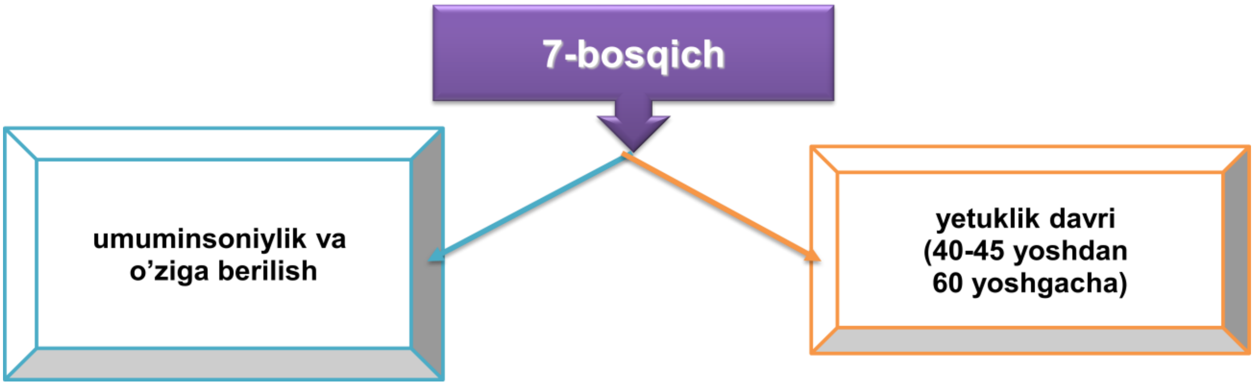


<u>Oʻspirinlik davri.</u> Oʻspirinlik davri ikkiga boʻlinadi ilk oʻspirinlik va oʻspirinlik. Ilk oʻspirinlik davri 15-18 yoshlarni qamrab oladi. Bu kollej va litsey talabalari hisoblanishadi. Oʻspirinlik davri talabalik davri hisoblanadi 19-23yoshlarni qamrab oladi. Ilk oʻspirinlik davri katta hayot ostonasida turgan yoshlar hisoblangani uchun ulardagi eng katta motivlardan biri bu kasb tanlash motivi hisoblanadi. Bu davrda mehnat faoliyati ustunlik qiladi. Oʻspirinlik davriga kelib mustaqil hayotga qadam tashlanadi, buning natijasida har bir yoshda umr yoʻldoshi tanlash vazifasi ustunlik qiladi. Bunda har motivlar asosida umr yoʻldoshi tanlanadi.

<u>Etuklik davri.</u> Etuklik davri uch bosqichga boʻlinadi: yoshlik, birinchi bosqichi va ikkinchi bosqichi. Yoshlik davri 23-28 yoshlardan iborat boʻlib, bu davrning oʻziga xos xususiyatlaridan biri ijtimoiy hayotning barcha jabhalarida kamolga erishgan shaxs sifatida faol ishtirok etish va ishlab chiqarishda mehnat faoliyatini amalga oshirishdan iboratdir. Etuklik davrining birinchi bosqichiga 28-35 yoshlar kiradi etuklik davrida odam oʻzining barcha kuch-quvvati, qobiliyati, aql-zakovati, ichki imkoniyatlarini oʻz kasbiga, ijtimoiy faoliyatiga, jamoat ishlariga toʻla safarbar qila oladi. Etuklik davrining ikkinchi bosqichi 36-55 (60) yoshlardagi erkak va ayollarni oʻz ichiga oladi. Etuklik davrining ikkinchi bosqichida qarilik alomatlari koʻproq oʻrin egallaydi, uning boshlanish nuqtasi 45-50 yoshlardir. Lekin odamlarning oʻziga xos xususiyatlariga koʻra bu, chegara turlicha, masalan, bu bir kishida 60 yoshda, boshqa birida esa 70 yoshda boʻlishi mumkin.

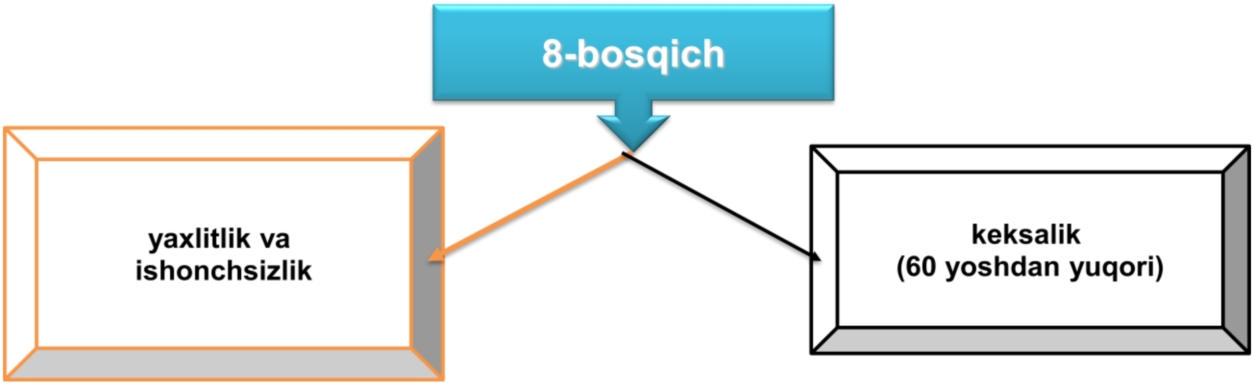


<u>Psixogerantologiya keksalik davri.</u> Keksayish davriga 61 (56) -74 yoshli erkak va ayollar kiradi. Bu davrdagi kishilar, xilma xil xususiyatlari, shaxslararo munosabatlari bilan boshqa yosh davrdagilaridan ajralib turadi. Mazkur yoshdagilarni shartli ravishda ikkiga ajratish mumkin: a)mutlaqo iste’foga chiqqan, ijtimoiy faol boʻlmagan erkak va ayollar, b)nafaqaxoʻr erkan va ayollar, lekin ijtimoiy hayotning u yoki bu jabhalarida faoliyat koʻrsatayotgan keskasik alomatlari bosayotgan odamlar.



Keksayish davrida biologik organlarning zaiflashuvi psixik jarayonlarning ham o'zgarishiga olib keladi. Ruhiy keksayish alomatlari ayollarda ertaroq paydo bo'ladi.

Keksalik davri. Keksalik 75-90 yoshdagi erkak va ayollar kiradi va bunday odamlarning boshqa yosh davrlaridagi odamlardan keskin farqlanadigan xususiyatlari yaqqol ko'zga tashlanadi.



Keksalarni jismoniy va aqliy faollikka moyil hamda passiv turmush tarziga ko'nikkan qariyalar guruhiga ajratish mumkin

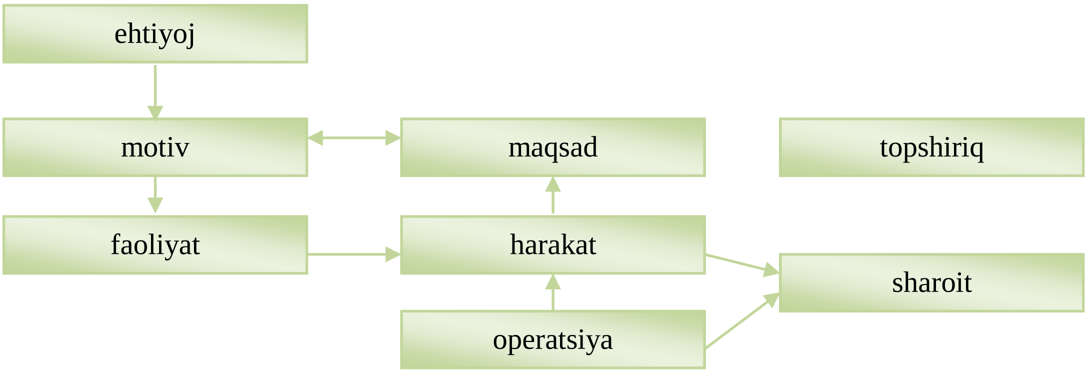
Faoliyatning o'ziga xosligi

Faoliyat jahon psixologiyasi fanining asosiy (fundamental) tushunchalaridan biri hisoblanib, ko'pincha psixologik kategoriya sifatida olib qaraladi. Shuning bilan birga ushbu tushuncha haddan ziyod keng ma'noli va ko'p ahamiyatli tarzda foydalanilganligi tufayli uning mohiyati yoyiq bo'lib boradi, natijada qiymati asl mazmunini yo'qotadi. Xuddi shu boisdan psixologiyada faoliyat uchun umumiy qabul qilingan definitsiya mavjud emas, foydalanib kelinayotgan tuzilma, ta'rif esa ko'p hollarda tanqidga uchraydi. Holbuki shunday ekan, semantik tahlil o'tkazish orqali faoliyatga nisbatan turlicha qarashlarni umumlashtirish, o'zaro taqqoslash zaruriyati aniqlangan bo'lar edi, bu esa o'z navbatida uning (faoliyatning) ilmiy psixologik ob'ektiga aylantirishi unga aloqador tushunchalar tarkibini mukammallashtirish imkoniyatini vujudga keltiradi.

Ensiklopediya, izohli lug'at va lingvistik so'zliklardagi ma'lumotlar, ilmiy matnlar tahlilining ko'rsatishicha, faoliyat tushunchasi falsafa, fiziologiya, sotsiologiya, psixologiya fanlari predmetidan kelib chiqib, o'zaro qorishish oqibatida mehnat, ish, aktivlik, xulq singari to'rt xil tavsifga ega bo'lgan.

I.M.Sechenov fiziologik organlar va tizimlar faolligi yoki ishi to'g'risida tasavvurga ega bo'lgan, shu sababdan uning asarlarida "tafakkurning faol shakli", "tafakkur faoliyati", "miya faoliyati", "muskul faoliyati" so'z birikmalari keng ko'lamda joy egallagan. I.P.Pavlov tomonidan "oliy nerv faoliyati", N.A.Bernshteyn esa "fiziologiya faolligi" atamasi fan olamiga olib kirgan. Lekin N.A.Bernshteyn faollik, faoliyat, ish, mehnat tushunchalarini ma'nosiga ko'ra farqlagan bo'lishiga qaramay, u aksariyat hollarda faollikni faoliyat ma'nosida qo'llagan.

A.N.Leontev faoliyatning psixologik nazariyasini yaratib, uning asosiy tushunchasi sifatida "predmetli faoliyat" so‘z birikmasini fanga olib kirdi. Muallif tomonidan "odamning hissiy amaliy faoliyati" so‘z birikmasi "ijtimoiy inson" sifatida talqin etiladi (*11-rasm*). Uning asarlarida "faoliyat", "xulq" tushunchalari har xil mazmunda ishlatiladi, jumladan, "teskari aloqalar vositasida xulqni boshqarish", "faoliyatning halqali tuzilishi", "faoliyatni boshqarish", "qo‘lning tuyush faoliyati", "perseptiv faoliyat", "retseptor va effektor apparatlarning hamkorlik faoliyati" kabilar.



11-rasm. Faoliyat tuzilishi
(A.N.Leontev bo‘yicha)

Psixofiziologiyada faoliyat faollikni fiziologik ma’nosi sifatida talqin qilingan bo‘lsa, ish, mehnat faoliyati "mehnat faolligi" mazmunida qo‘llanadi. Ijtimoiy psixologiyada "faoliyat-faollik-ish-mehnat", "faoliyat-xulq", "mehnat-xulq-faoliyat" ko‘rinishlari juftligi uchrab turadi. S.L.Rubinshteyn ong va faoliyat birligi prinsipini ilgari surib va atroflicha asoslab berib, faoliyat psixologiyasini yaratish zaruriyatini tushuntira oldi. Uningcha, mehnat psixologik emas, balki "ijtimoiy kategoriya", psixologiya esa "mehnat faoliyatining psixologik jabhalarini" tadqiq etadi. Psixiklilikning namoyon bo‘lishi yoki hukm surishining ob’ektiv shakli xulqda, faoliyatda ifodalanadi (aks ettirish harakati ma’nosida).

B.G.Ananev faoliyat psixologiyasini faollik psixologiyasi ma’nosida tushunadi. Uning fikricha, bilish va muomala faoliyatning birlamchi ko‘rinishidir. Tadqiqotchi "inson faoliyati", "tashkiliy ish", "tashkilotchilik faoliyati", "xulq jarayonining algoritmlari" atamalaridan har xil ma’noda foydalanadi.

3. Faoliyatni interiorizatsiyalash va ekstreoriozatsiyalash

Yuqoridagi mulohazalardan ko‘rinib turibdiki, miyani ilgarilab aks ettirish imkoniyati va hali amalga oshirilmagan harakatning natijasi inson psixikasida qay tarzda in’ikos etilishi kuchli qiziqish uyg‘otadi. Bu hodisani izohlashning yagona yo‘li – u ham bo‘lsa borliqning muhim hususiyati hisoblanmish qonuniyatning mavjudligidir. Borliqdagi qariyb (neosfera hisobga olinmaganda) barcha narsalar, munosabatlar, xususiyatlar, shart-sharoitlar, tuzilmalar bir-biri bilan doimiy bog‘liqlikka ega bo‘lib, muayyan qonuniyat asosida harakatlanadi, bu holatdan ikkinchisiga o‘tadi. Shuning uchun idishdagi suv qaynatilsa bug‘ga aylanadi, harorat pasaysa, u muzlaydi, havo isiganida esa muz eriy boshlaydi, bahor ketidan yoz keladi, narsalar ishqalansa qiziydi va hokazo. Xuddi shu bois ob’ekt bilan hodisa o‘rtasidagi o‘zgarmas, barqaror munosabatlar, ob’ektning muhim xususiyatlari hodisaning qonuniyati deyiladi. Ularda o‘zgarmas xususiyatlar va qonuniyatlarning mavjudligi o‘zgarishlarni oldindan payqash, harakatlarni muvofiq yo‘naltirish imkonini vujudga keltiradi. Tashqi, yaqqol faoliyat favquloddagi davrda ichki timsoliy (psixik) faoliyat tarzida his etiladi. Ob’ektlarga yo‘naltirilgan yaqqol harakatlar ularning muhim xususiyatlariga mo‘ljallangan timsoliy jarayon bilan almashtiriladi. Xuddi shu sababdan tashqi,

yaqqol harakatdan, ichki, timsoliy harakatga mana shu tarzda o‘tish jarayoni interiorizatsiya (ichki tarzga aylanish) deb ataladi. Interiorizatsiya muammosi rus olimlari L.S.Vigotskiy, A.N.Leontev, P.Ya.Galperin va ularning shogirdlari tomonidan turli jabhalarda tadqiqot qilingan. Interiorizatsiya sharofati bilan inson psixikasi muayyan vaqt oralig‘ida uning idrok maydonida yo‘q narsalarning timsoli (obrazi)dan foydalanish qurbiga ega bo‘ldi. Shu narsa ma’lumki, bunday o‘zgarishlarning muhim quroli bo‘lib so‘z, o‘zgarish vositasi sifatida nutqiy faoliyat xizmat qiladi. Shuning uchun so‘zlarni to‘g‘ri ishlatishga odatlanish favqulodda buyumlarning muhim xususiyatlarini axborotidan foydalanishning usullarini o‘zlashtirish demakdir.

Inson faoliyati murakkab va o‘ziga xos jarayon bo‘lib, shunchaki ehtiyojlarni qondirishdan iborat emas, balki ko‘pincha jamiyatning maqsadi va talablari bilan belgilanadi. Xuddi shu boisdan qo‘yilgan maqsadning anglanilganligi va unga erishish bo‘yicha ish harakatlari tajribasi anglanilganligi va unga erishish bo‘yicha ish harakatlari tajribasi bilan bog‘liq ekanligi inson faoliyatining o‘ziga xos belgisi bo‘lishini tasdiqlaydi.

Shuning uchun shaxs faoliyatining jismoniy (tashqi) va psixik (ichki) tuzilmalari bir-biri bilan uyg‘unlashganligi ko‘zga tashlanadi. Inson faoliyatining tashqi jabhasi uning atrof muhitga ta’sir ko‘rsatishga mo‘ljallangan sa’i-harakatlar ichki (psixik) jihatiga bog‘liq bo‘lib, ularni motivlashtiradi, bilishga undaydi va boshqaradi. Shuningdek, tashqi jabha o‘z navbatida:

a)psixik faoliyat buyumlar va jarayonlar xususiyatlarini o‘zida namoyon qiladi;

b) ularning maqsadga muvofiq tarzda qayta o‘zgartirilishini amalga oshiradi;

v) psixik andozalar o‘xshashligini, natijalar va harakatlarning kutilmalariga muvofiqligini ko‘rsatadi;

g) ularni uzluksiz ravishda yo‘naltirib va nazorat qilib turadi.

Shunga muvofiq ravishda tashqi, yaqqol faoliyatni ham ichki (psixik) faoliyatning eksteriozatsiyalashuvi (tashqi tarzga aylanishi) deb baholash maqsadga muvofiq.

16 mavzu. Psixofiziologik muammo

Reja:

1. Insonning psixik jarayonlari va miya.
2. MNS tuzilishi.
3. Bosh miya, orqa miya, periferik va vegetativ nerv sistemasi.

Pereferik nerv sistemasi- ma'lumotlarni yig'ish va boshqa tana a'zolariga yetkazish uchun javobgar. Nervlar esa markaziy nerv sistemasini mushaklar, qabul qiluvchilar va bezlar bilan bog'lovchi elektrik vositadir. Ko'z nervlari ko'z ilg'agan barcha habarlarni miyaga yuboradi. Ma'lumot nerv sistemasida 3 xil nerv orqali harakatlanadi.

Sensor nevroni

Motonevron

Oraliq nevron

1-turdagi nevronlar tana to'qimalaridagi habarlarni miyaga yuboradi.

2-turdagi nevronlar nerv sistemasidan tana muskullariga yo'riqnoma beradi.

3-turdagi nevronlar esa miya bilan ma'lumot o'rtasida aloqa vositasini bajaradi.

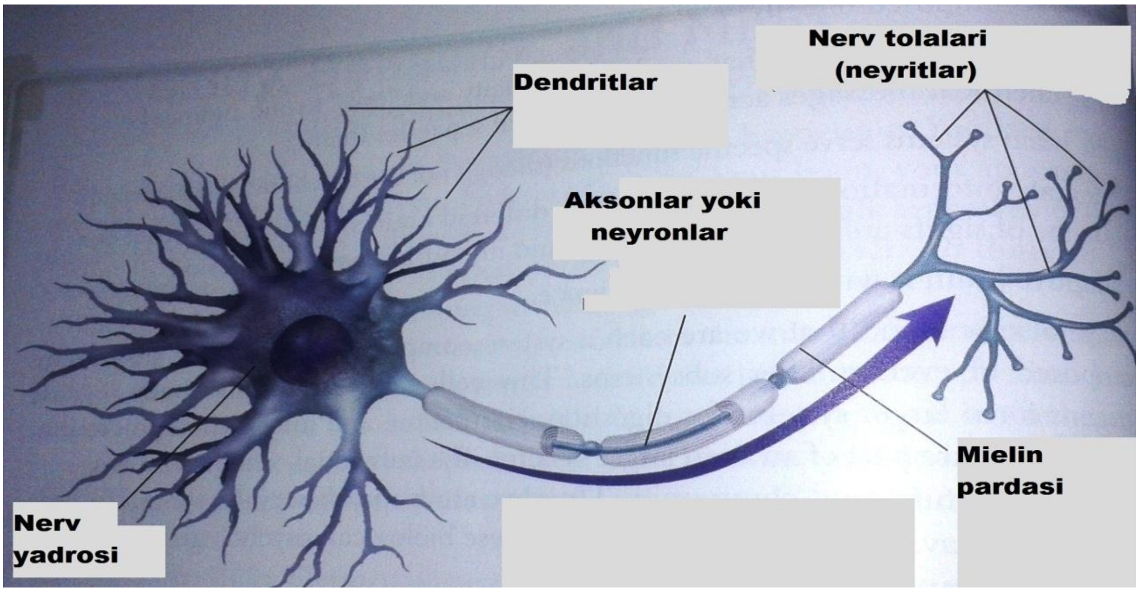
Bizning nerv sistemamizda bir necha million sensor nevronlar, bir necha million motonevronlar bor lekin oraliq nevronlar bir necha milliardni tashkil qiladi. [35]

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 sistemasi **nerv to‘qimasi**dan iborat, bu to‘qima esa **nerv hujayra**laridan tashkil topgan. Nerv hujayrasi **protoplazmadan** tuzilgan tana bo‘lib, ikki turli o‘simtalari bor, bu o‘simtalarning bir xillari kalta, boshqa bir xillari uzun bo‘ladi. Kalta o‘simtalari sertarmoq bo‘lib, **dendritlar** deb ataladi. Uzun o‘simtalari aksonlar yoki **neyritlar** deb ataladi. Har bir hujayrada bu o‘simtalar ikkitadan ortiq bo‘lmaydi. Neyrit ikkita parda bilan 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 kletkalari neyronlardan tashkil topgan. Butun nerv sistemasi oliy va pereferik nerv sistemasiga bo‘linadi. Oliy nerv sistemasiga bosh miya va orqa miyadan tashkil topgan. Ulardan chiqadigan nerv tolalalari butun tana bo‘ylab tarqalib u - perferik nerv sistemasini tashkil qiladi.
- Nerv hujayrasi, uning o‘simtalari 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 sistemasining maxsus xossalari bor, bu xossalardan asosiylari ***qo‘zg‘aluvchanlik*** va ***o‘tkazuvchanlikdir.***

---

[35] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 49



Nerv tizimining birinchi funksiyasi - odam organizmining barcha hujayra, to‘qima va a’zolari funksiyasini boshqarish, ularning bir-biri bilan bog‘lanishini ta’minlashdan iborat. Bu funksiyani markaziy nerv tizimining quyi qismlari (bosh miyaning quyi sohasida joylashgan uzunchoq, o‘rta, oraliq miya, miyacha) dagi nerv markazlari, shuningdek, orqa miya bajaradi.

Nerv tizimining ikkinchi funksiyasi - odamning tashqi muhit va atrofdagi boshqa odamlar bilan munosabati, fe’l-atvori, fikrlashi, ongi, aqliy xususiyatlarini ta’minlaydi.Nerv tizimining bu funksiyasi akademik I.P.Pavlov tomonidan *oliy nerv faoliyati* deb nomlangan. Oliy nerv faoliyati bosh miya yarim sharlarining po‘stloq qismida joylashgan nerv markazlari tomonidan boshqariladi.

Markaziy nerv sistemasi

Oddiy nevronlardan tortib murakkab nevronlargacha hammasi orqa miya va bosh miyada vujudga keladi. Miya-insonga o’ylash, his qilish va harakatlanish imkonini beradi. 10 mln nevronlar boshqa minglab nevronlar bilan aloqaga kirishib diogramma hosil qiladi. Bitta guruhga to’plangan miya nevronlari nevrotizim deb ataladi. Odamlar bir biri bilan aloqa qilgani kabi nevronlar ham o’zlariga yaqin nevronlar bilan aloqaga kiriwadi. 2.9 tasvirda keltirilgandek skripka chalishni o’rganish, chet tillarini o’qish yoki matematik masalalarni yechish fikr-mulohazalari kuchli bog’liqlikda sodir bo’ladi.

Orqa miya periferik nerv sistemasi va miya o’rtasida ikki tomonlama malumot yetkazuvchi vositadir. Yuqoriga ko’tariluvchi nerv tolalari ma’lumot yuboradi, pasayuvchilari esa ularni qaytarib jo’natadi. Nervlarimiz bizning reflekslarimizni boshqaradi, avtomatik javobgarligimizni kuchaytiradi, orqa miya faoliyatini rivojlantiradi. 2.9 tasvirda miyadagi nevronlar to’r hosil qilish uchun bir biri bilan bog’langan.

Shunga o’xshash reflex og’riqlarda ham mavjud. Masalan: qo’lingizni olovga behosdan tekkizib olganingizda og’riq orqa miyagacha yetib boradi. Bu reaksiya qo’l mushaklarida joylashgan motonevron orqali sodir bo’ladi. Bu oddiy og’riqqa bo’lgan reaksiya orqa miyaga yetib boradi va biz darhol qo’limizni olovdan olamiz. Bunda miyaga og’riq haqidagi malumot yetib brogan bo’ladi va u bizga buyruq beradi. Shuning uchun ham bunday vaziyatlarda sizni kimdir boshqarganday tuyiladi. Ma’lumot bosh miyadan orqa miyaga tomon tarqaladi. Miyaning buyrug’iga muvofiq tana jarohatdan saqlanish uchun harakatlanadi. Qachonki miya markazi tormozlansa inson qad ko’tarolmaydi va bu falajlikka olib keladi.

Endokrin tizimi qanday qilib nerv sistemasiga tasir ko’rsatadi?

Shu paytgacha biz tananing elektrokimyoviy ma’lumot tizimining tezligiga diqqatimizni qaratdik. Nerv sistemamizga bog’langa ikkinchi aloqa tizimi bu –endokrin tizimidir.endokrin bezlari garmonlar ishlab chiqaradi, bu garmonlar miyani ham o’z ichiga olgan holda butun tanaga tarqaladi. Garmonlar miyada harakatlanganda bizning har sohaga bo’lgan qiziqishimiz ortadi.

Ba'zi garmonlar kimyoviy jihatdan nevrotashuvchilarga o'xshaydi, shuning uchun ham endokrin sistemasi va nerv tizimi bir biriga juda yaqin. Ikkalasi ham malekulalar ishlab chiqaradi. Lekin ularning farqli tomonlari ham bor. Nerv sistemasi ma'lumotlarni ko'zdan miyaga, qo'ldan nerv sistemasiga juda tez sekundlarda yuboradi, endokrin tizimining ma'lumot uzatishi esa bir muncha sekinroq. Agar nerv sistemasini uyali aloqa vositasidan xabar yuborishga o'xshatsak, endokrin tizimini esa pochta orqali xat jo'natishga o'xwatish mumkin.

Lekin bazan sekin va barqarorlik g'olib chiqadi. Endokrin habarlari uzoq davom etadigan natija beradi, bu bizga bizni xafa qilgan narsalardan ogoh bo'lgach, tuyg'ularimizning sustlashib qolishini tushunishga yordam beradi. Eng ta'sirli endokrin bezlari bu giposis bezlari bo'lib u no'hat ko'rinishiga egadir. U miya hududi- gipatalamusda- boshqariladi. Giposis aniq garmonlarni farqlaydi, bulardan biri jismoniy yetilishni tezlashtirsa yana biri aksitosin garmoni bo'lib , u tug'ruq, sut kelish jarayonlarida va organism bilan bevosita aloqaga kirishadi. Giposis belari boshqa endokrin bezlariga, miya va xulq-atvorga ta'sir ko'rsatadi.

miya→ gipotalamus→boshqa bezlar→garmonlar→tana

Miya

19-asrning oxirlarida mutaxassis psihologlar Korney universitetining psixologiya kafedrasida Edvard Bred Fords titchiner miyasini tajribalardan o'tkazdilar. Titchinerning miyasida elektrokimyoviy shovqinlardan bo'lak hech narsa bo'lishi mumkin emasdi. Bu tajribani qiziquvchanlik deyish mumkin. Tassavur qiling, Titchiner o'limidan bir necha soniya oldin kimdir uning miyasini olib boyitilgan qonga slogan holda miyani tirik saqlab qoldi. Keyin esa miyasi jarohatlangan kishiga haliyam yashab turgan miya o'tkazildi.

***Miya** – ko'rish, eshitish, hid bilish, o'ylash, gapirish, orzu qilish, tush ko'rish kabilarga qodir. Bundan tashqari miya o'zini nazorat ham qila oladi. Garmonlarninig ta'siri haqidagi tajribamida keltirilganidek tanasiz miyadan fikr tug'ilmaydi. Nevropotologlarning fikricha, fikr- bu miya mahsulidir, miyada xulq- atvor, bilsh qobiliyati bir butunlikda jamlanadi.*

Boshni tekshirish.

Bir asr oldin olimlar tirik inson miyasini tekshiradigan yuqori sifatli texnologiyalarga ega bo'lmagan. Dastlabki klinik kuzatishlar shifokor va keng fikrlovchi insonlar tomonidan o'tkazilgan. Miyaning bir tomoni shikastlanishi ko'pincha karaxtlik va bir tomonning falaj bo'lishiga olib kelgan. Miyaning orqa tomoni shikastlnishi esa ko'rish a'zolariga, chap tomoni nutq apparatiga ta'sir etgan. Asta sekin dastlabki tadqiqotchilar miya xaritasini tuzishgan. Hozir yangi avlod kartograflari eng qiziqarli organ bo'lgan miyani tekshirishmoqda. Nevropotologlar ham miyaning turli qismlarini tekshira oladilar. Olimlar hatto yakka nevronlar ma'lumotiga ham nazar tashlashdi. Tadqiqotchilar yana yashirincha milliardlab nevronlarni tekshirishlari va miya harakatni rangli tasvirlarda ko'rishlari mumkin.

Hozirda sizning aqliy qobiliyatingiz elektrik, metabolic va magnit signallarni tarqatadi, bu esa nerv sistemasini o'rganuvchi olimlarga sizning miyangizni ish vaqtida tekshirish imkonini beradi. Elektrik harakatda sizning miyangizdagi nevronlar yuza qismi bo'ylab tekis harakatlanadi. Elektroentsefalografiya (EEG) shunday to'lqinlarni o'quvchi asbob. Inson miyasidagi harakatlarni EEG orqali o'rganish, mashina motorini uning shovqinini eshitib o'rganishga o'xshaydi. Miyaga hech qanday yo'l yoqligiga qaramasdan, tadqiqotchilar stimul qaytarilish va miyadagi harakatlarning stimulga bog'liq bo'lmagan jihatlarini o'rganishgan.

1746-yilda Lord Chesterfield o'g'liga yozgan maktubida " sen odamlarni o'zidan ko'ra ularning ichiga nazar tashlashing kerak" deb yozadi. EEG ga o'xshamagani holda, nevronlarni aks ettiruvchi yangi texnologiyalar miyaning ichki tomonini ko'rishga imkon beradi. PET (positron tarqatish tomografiyasi) kabi uskunalar har bir miya qismining glukoza kabi kimyoviy moddalar orqali miya harakatini tasvirlab beradi.

Glyukozalar aktiv nevronlar hisoblanadi, hamda inson radioaktiv glyukozalarni qabul qilgandan keyin berilgan vazifani bajarayotganda PET tekshiruvi gamma nurlarini kuzatib turadi. Yomg'ir yog'ishini kuzatuvchi ob-havo radariga o'xshab, PET tekshiruvi inson matematik hisob-kitob qilganda, yuz tasvirlariga qaraganda hamda orzu qilganda miyaning qaysi qismi faolroq bo'lishini ko'rsatadi.

MRI miya tekshiruvida esa inson miyasi kuchli magnitli maydonga qo'yiladi, bu esa miya molekulalaridagi atomlarni bir safga joylashtiradi. Qachonki, miya o'zining normal holatiga qaytganda, ular mayin to'qimalarning to'liq tafsilotlari haqidagi signalni qoldirib ketadi.

MRI miya tekshiruvi mukammal darajada namoyish ko'rsatadigan musiqachilarning chap yarimsharidagi asab maydonlarining ancha qismini fosh etgan. Bundan tashqari MRI tekshiruvi shizefroniya kasalligi bo'lgan bemorlarning miyalarini ham tekshirgan.

Maxsus MRI tekshiruvlari miya funksiyalarini uning strukturalari bilan birgalikda ochib beradi. Miya asosan qayerda faol bo'lsa, o'sha yerda qon aylanishi ko'proq bo'ladi. Qachonki inson biror bir tasvirga qarasa, bu ko'rishga oid ma'lumotlarni miyaga yuboradi, bunda MRI tekshiruv apparati orqa miyaga qon yo'nalganligini aks ettiradi.[36]

Manba:

Nerv tizimining tuzilishi. Nerv tizimi ikki qismdan iborat. Markaziy va periferik nerv tizimi. Markaziy nerv tizimi orqa miya va bosh miyadan iborat.

Orqa miya. Orqa miya umurtqa pog'onasi kanalida joylashgan bo'lib, uzunligi katta odamda 40-45 sm,massasi 30-40 gr bo'ladi. Orqa miyada 13 milliondan ko'proq nerv hujayralari bor. Nerv hujayralarining kattaligi 0,1 mm dan oshmaydi.Ulardan chiqadigan ayrim nerv tolalarining uzunligi 1,5 m ga etadi. Orqa miya uch qavat parda bilan o'ralgan: tashqi qavati qattiq, o'rta qavati o'rgimchak to'risimon,ichki qavati yumshoq parda. O'rta va ichki qavat pardalari orasida orqa miya suyuqligi bo'ladi.

Orqa miyaning yuqori qismi birinchi bo'yin umurtqasiga to'g'ri keladi va bosh miyaning pastki qismi bo'lgan uzunchoq miyaga tutashadi.Orqa miyaning pastki qismi 1-2 bel umurtqalari sohasida konus shaklida tugaydi. Pastga esa orqa miya ip shaklida davom etadi. Ipning yuqori qismida nerv hujayralari bo'lib, ipning uchi umurtqa pog'onasining dum qismida tugaydi.

Orqa miya 31-33 segmentdan iborat. Ularning 8 tasi bo'yin qismida, 12 tasi ko'krak, 5 tasi bel, 5 tasi dumg'aza va 1- 3 tasi dum qismida bo'ladi.

Orqa miya ko'ndalangiga kesilsa, u ikki xil moddadan tuzilganligi ko'rinadi: 1. Tashqi qismi oq modda. 2. Ichki qismi kulrang modda. Kulrang modda kapalak yoki "H" harfiga o'xshash bo'lib, u nerv hujayralaridan tashkil topgan.

Orqa miya kulrang moddasining bir juft oldingi, bir juft orqa va bir juft yon shoxlari bo'ladi. Oldingi shoxlarida harakatlantiruvchi nerv hujayralari, orqa shoxlarida sezuvchi, yon shoxlarida vegetativ nerv hujayralari joylashgan. Nerv hujayralarining kalta o'simtalari hujayralarni bir-biri bilan tutashtiradi. Ular umurtqa pog'onasining kanalidan tashqariga chiqmaydi. Nerv hujayralarining uzun o'simtalari sezuvchi, harakatlantiruvchi va vegetativ nerv tolalarini tashkil etib, ular umurtqa pog'onasidan tashqariga chiqib tananing to'qima va a'zolariga boradi.

Orqa miyaning oq moddasi nerv tolalaridan tashkil topgan bo'lib, ular orqa miyaning turli segmentlaridagi nerv hujayralarini bir biriga va ularni bosh miyaning nerv hujayralari bilan tutashtiradi. Bu nerv tolalari orqa va bosh miya nerv markazlarida yuzaga kelgan qo'zg'olish impulslarini bir-biriga o'tkazish funksiyasini bajaradi.

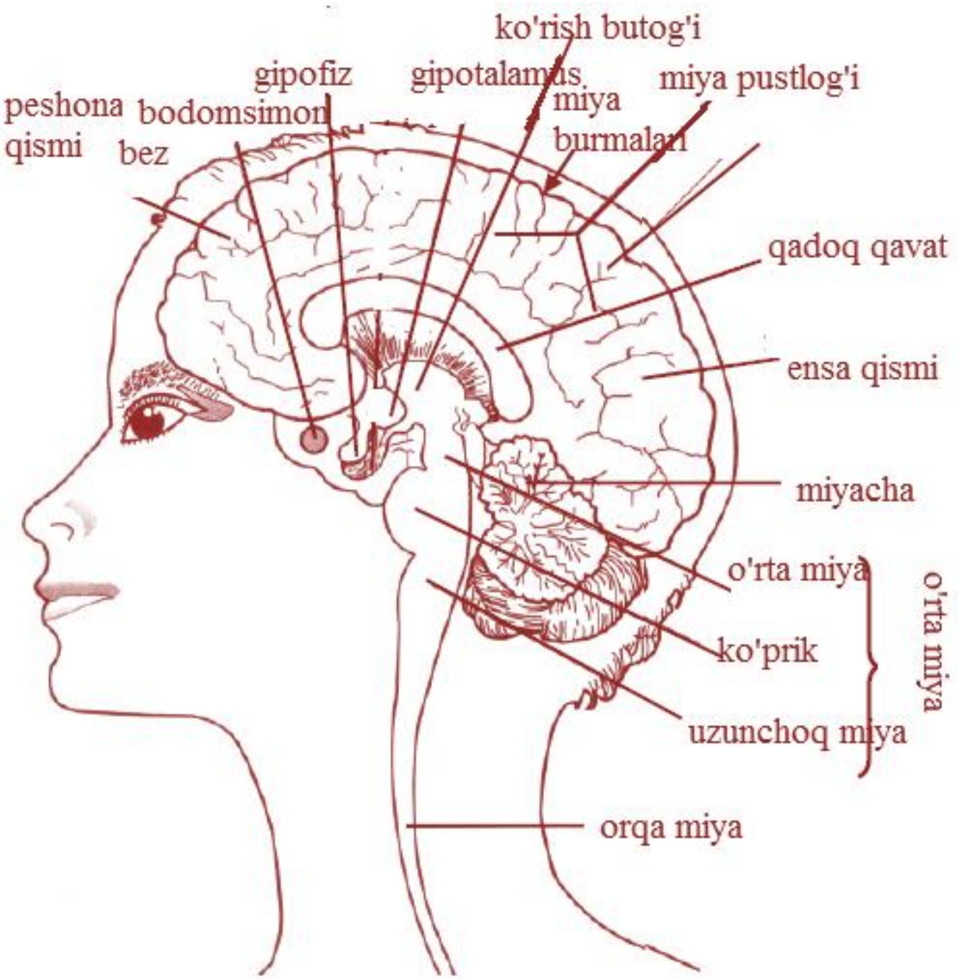
Bosh miya. Bosh miya tabiat yaratgan ajoyib mo'jizadir. Odamning bosh miyasi uning aql idroki, fikrlash qobiliyati, ongi kabi muhim psixik xususiyatlarining fiziologik asosi hisoblanadi (*12-rasm*).[37]

U tashqi va ichki muhit ta'sirini analiz -sintez qilib, ularga javob qaytaradi, tananing barcha to'qima-a'zolari faoliyatini bir-biriga bog'lab, boshqaradi.Organizm bilan tashqi muhitning aloqasini ta'minlaydi, uni muhit sharoitiga moslashtiradi.Bosh miya kalla suyagi ichida joylashgan bo'lib, uning vazni katta odamda 1020-1970 gramm. Odamning aqliy faoliyati bosh miya yarim sharlarining po'stloq qismida joylashgan nerv hujayralarining murakkab fiziologik, biokimyoviy va

[36] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 49-55

[37] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 54-55

biofizik xussusiyatlari bilan bog‘liq. Shuningdek, odam aqliy faoliyatining rivojlanishi uning yoshligidan tarbiyasi, ilm olishi, mashq qilishiga bog‘liq.

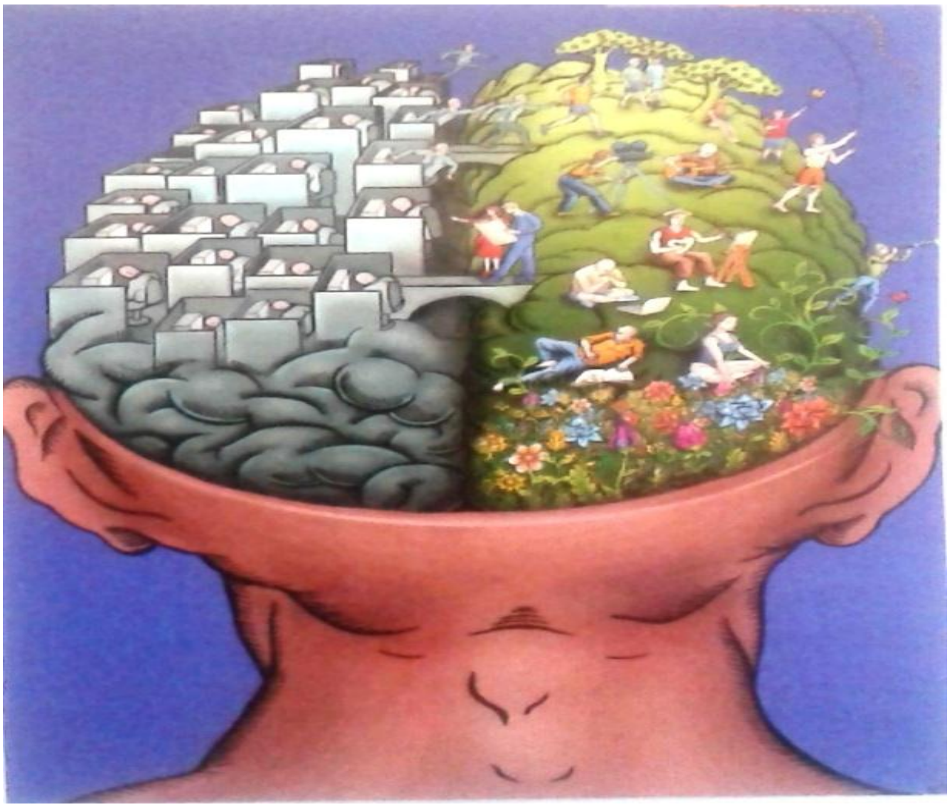


Bosh miya ikki qismdan iborat: bosh miyaning stvol, ya’ni ustun qismi va bosh miya yarimsharlari. Bosh miyaning ustun qismiga uzunchoq miya, Varoliy ko‘prigi, o‘rta miya, oraliq miya hamda miyacha kiradi.

Uzunchoq miya - bosh miyaning eng pastki qismi bo‘lib, uning quyi qismi orqa miyaga, yuqori qismi esa miya ko‘prigiga tutashgan.Uning uzunligi 3-3,5 sm, massasi 7 gramm. Uzunchoq miya reflektor va o‘tkazuvchanlik funksiyalarini bajaradi. Reflektor funksiyasi shundan iboratki, unda nafas olish, yurak ishini boshqarish markazlari joylashgan. Uzunchoq miyaning o‘tkazuvchanlik funksiyasi esa orqa miyadan kelgan impulslarni qabul qilib, bosh miyaning yuqori qismlarida joylashgan nerv markazlariga va ulardagi qo‘zg‘alish impulsini orqa miyaga o‘tkazishdan iborat. Uzunchoq miyaning shikastlanishi o‘tkazuvchanlik funksiyasining buzilishiga, ya’ni orqa va bosh miya o‘rtasidagi aloqani hamda nafas olish, yurak ishining buzilishiga olib keladi.

Miya ko‘prigi - uzunchoq miyaning yuqori tomonida joylashgan bo‘lib, yon tomonidan miyacha bilan tutashib turadi.Miya ko‘prigida uchlik nervining, ko‘z soqqasini harakatlantiruvchi nervining markazlari joylashgan. Bu nervlar orqali miya ko‘prigi reflektor funksiyani bajaradi.

O‘rta miya - miya ko‘prigining yuqorisida joylashgan. Unda to‘rt tepalik deb nomlangan nerv hujayralari to‘plami bo‘lib, tepalikning oldingi 2 tasida - po‘stloq osti ko‘rish markazi, tepalikning orqadagi 2 tasida - po‘stloq osti eshitish markazi joylashgan.



12-rasm.

O‘rta miyadagi qoramtir moddadan tashkil topgan nerv markazi ovqatni chaynash, yutish va qo‘l barmoqlarining nozik harakatlarini boshqaradi. Undagi qizil tana deb nomlangan nerv markazi tana muskullarining tarangligini ta’minlaydi.

Oraliq miya - o‘rta miyaning yuqori qismida joylashgan bo‘lib, bosh miya yarimsharlari bilan qoplanib turadi. Oraliq miyaning tarkibiy qismlariga ko‘rish do‘mboqlari (talamus) va do‘mboq osti soha (gipotalamus) kiradi. Talamus - po‘stloq osti sezish markazidir. Gipotalamus - vegetativ nerv tizimining markazidir.

Miyacha - bosh miya yarimsharlari ensa bo‘lagining ostida joylashgan. Massasi 150 gramm. Uning ikkita yarim sharlari va ular o‘rtasida chuvalchangsimon qismi bor. Miyachaning tashqi qavati kulrang rangdagi nerv hujayralari modda bilan qoplangan bo‘lib, u kichik egat va pushtalarga bo‘lingan. Miyacha odam tanasidagi barcha muskullarning tarangligini va harakatlarining tartibli bajarilishini va muvozanatda bo‘lishini ta’minlaydi. Agar miyacha shikastlansa yoki kasallansa tana muskullari bo‘shashadi va odam tik turish, yurish, sakrash, yugurish kabi harakatlarni bajarishi qiyinlashib, mast odamga o‘xshab gandiraklab harakat qiladi.

Bosh miya - o‘ng va chap katta yarimsharlardan iborat bo‘lib, ular qadoqsimon tana yordamida bir-biri bilan tutashib turadi. Bosh miya yarimsharlari ikki qavatdan iborat:

- bosh miya yarimsharlari po‘stloq qavatining qalinligi 25-30 mm bo‘lib, pushta va egatchalardan iborat. Uning sathi 1468-1670 smI ni tashkil etib, unda 14-16 mlrd atrofida nerv hujayralari joylashgan.

Bosh miya yarimsharlari po‘stloq qismi odam oliy nerv faoliyatining fiziologik asosi hisoblanadi. Odamning fikrlashi, ongi, o‘zlashtirish, xotirasi, boshqalar bilan muomalasi, madaniyati, bilim olishi, hunar o‘rganishi, murakkab harakatlarni bajarish qobiliyati kabilar bosh miya po‘stlog‘ining faoliyatidir (aniqrog‘i po‘stloq qavatda joylashgan nerv hujayralarining faoliyatidir).

Miya po‘stlog‘ining turli qismlarida har xil funksiyalarni boshqaruvchi nerv hujayralari to‘plami *oliy nerv markazlari* deyiladi. Jumladan, bosh miya po‘stlog‘ining ensa qismida-ko‘rish, chakka qismida-eshitish, peshona qismining ostki, ichkari sohasida-hid bilish, tepa qismidagi oldingi markaziy pushtasida - harakat, orqa markaziy pushtasida-teridagi sezish markazlari joylashgan.

Pereferik nerv sistemasi

Bizning pereferik nerv sistemamiz 2 ta komponentdan ya'ni, somatik va avtomatik komponentlardan tashkil topgan.

Somatic nerv sistemasi skelet muskullarini boshqarish qobiliyatiga ega. Avtomatik nerv sistemasi esa ichki organizmdagi bezlar, muskullarni nazorat qiladi, yurak urushi, hazm qilish organlarining faoliyatiga ta'sir etadi. Avtomatik nerv sistemasi 2ta muhim asosiy vazifani bajaradi.

Sezuvchi nerv sistemalari energiyani uyg'otadi va sarflaydi. Agar sizga nimadir qiyinchilik tug'dirsa yo ogohlantirsa, sezuvchi nerv sistemangiz yurak urushingizni tezlashtirib yuboradi, qon bosimingizni oshiradi, hazm qilish jarayonini sekinlashtiradi, qondagi shaker miqdorini oshiradi.

"Yaqinda men avtomatik nerv sistemasini tekshiruvdan o'tkazdim. Meni apparatga jo'natishdan oldin hodim mendan qo'rqib ketmaligimni so'radi. Men esa o'zimni dovyurak ko'rsatib, hammasi joyidaligini aytdim. Birozdan keyin orqacha yotgan holda harakatlana olmasdim. Qo'rquv meni chetlab o'tmadi, yuragim tez urib, nimadir qochib ketishga undar edi. Baqirib yuborishimga oz oldi. Keyin esa yurak urushim sal sekinlashdi, tanam yayradi. Garchi tekshiruv tugagandan so'ng 20 daqiqadan keyin uyg'ongan bo'lsam ham, hodim tekshiruv nuvaffaqiyatli o'tkanini aytdi. [38]

Periferik nerv tizimi orqa miyaning orqa va oldingi shoxlaridan chiqadigan 31 juft sezuvchi va harakatlantiruvchi somatik nerv tolalari hamda bosh miyadan chiqadigan 12 juft bosh miya nerv tolalaridan iborat. Bulardan tashqari vegetativ nerv tizimining simpatik va parasimpatik nerv tolalari ham, periferik nerv tizimi hisoblanadi. Bu nervlar bosh miyaning pastki qismi bo‘lgan o‘rta, uzunchoq miyadan hamda orqa miyaning turli sohalarini yon shoxlaridan chiqadi.

Somatik va vegetativ nerv tizimi funksiyalari. Bajaradigan funksiyasiga ko‘ra nerv tizimi ikki qismga bo‘linadi: somatik va vegetativ nerv tizimi.

Somatik nerv tizimi - odam tanasining sezgi a'zolari va skelet muskullari faoliyatini boshqaradi. Bu funksiya yuqorida aytilganidek orqa miyadan chiqadigan 31 juft sezuvchi va harakatlantiruvchi nervlar va bosh miyadan chiqadigan 12 juft bosh miya nervlari orqali bajariladi.

Vegetativ nerv tizimi - simpatik va parasimpatik nerv tolalari bosh miyaning pastki qismi bo‘lgan o‘rta va uzunchoq miyadan hamda orqa miyaning ko‘krak, bel, dumg‘aza segmentlaridan chiqadi.

Vegetativ nerv tizimi - ichki a'zolar (nafas olish, qon aylanish, ovqat hazm qilish, ayirish, jinsiy va hokazo),shuningdek,ichki sekretsiya bezlari faoliyati hamda moddalar almashinuvi jarayonini boshqaradi.

Simpatik nerv - yurak ishini tezlashtiradi, kuchaytiradi, arteriya qon tomirlarini toraytiradi, arterial qon bosimini oshiradi, me'da-ichak harakatini susaytiradi, siydik pufagi muskullarini bo‘shashtirib, siydik yig‘ilishiga sharoit yaratadi, bronxlarni kengaytirib nafas olishni engillashtiradi, ko‘z qorachig‘ini kengaytiradi, ter ajralishini ko‘paytiradi (*13-rasm*).[39]

Parasimpatik nervi - yurak ishini sekinlashtiradi, arterial qon bosimini pasaytiradi, me'da-ichak harakatini kuchaytiradi, siydik pufagi muskullarini qisqartirib, siydikning tashqariga chiqarilishini ta'minlaydi, bronxlarni va ko‘z qorachig‘ini toraytiradi, ter ajralishini kamaytiradi.

Refleks nerv faoliyatining asosi. Refleks tashqi va ichki muhit ta'siriga odam organizmning javob reaksiyasidir. Refleks markaziy nerv tizimining asosiy va maxsus funksiyasi hisoblanadi. Odam organizmining barcha faoliyati reflekslar orqali amalga oshadi (og‘riq sezish, qo‘l- oyoq harakati, nafas olish, ko‘zni yumish va ochish). Refleks ikki xil bo‘ladi: shartli va sharsiz. Shartsiz refleks orqa va bosh miyaning quyi qismlaridagi nerv markazlari ishtirokida bajariladi.[40]

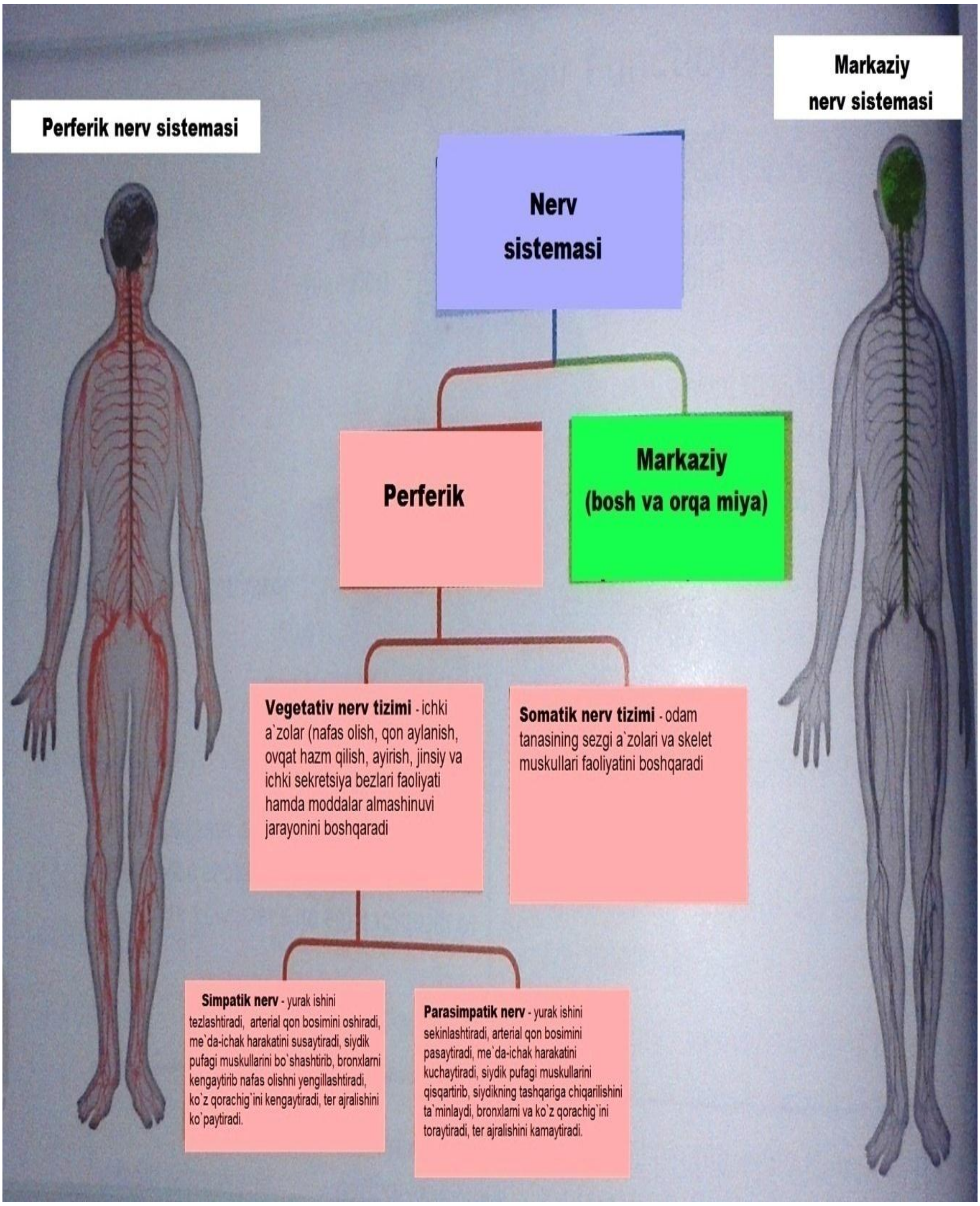
Shartsiz reflekslar - tug‘ma bo‘lib, ular odamning ixtiyorisiz bajariladi. Masalan, nafas olish, yurak urishi, ko‘zni ochib yumish, so‘lak ajralish va hokazolar.

---

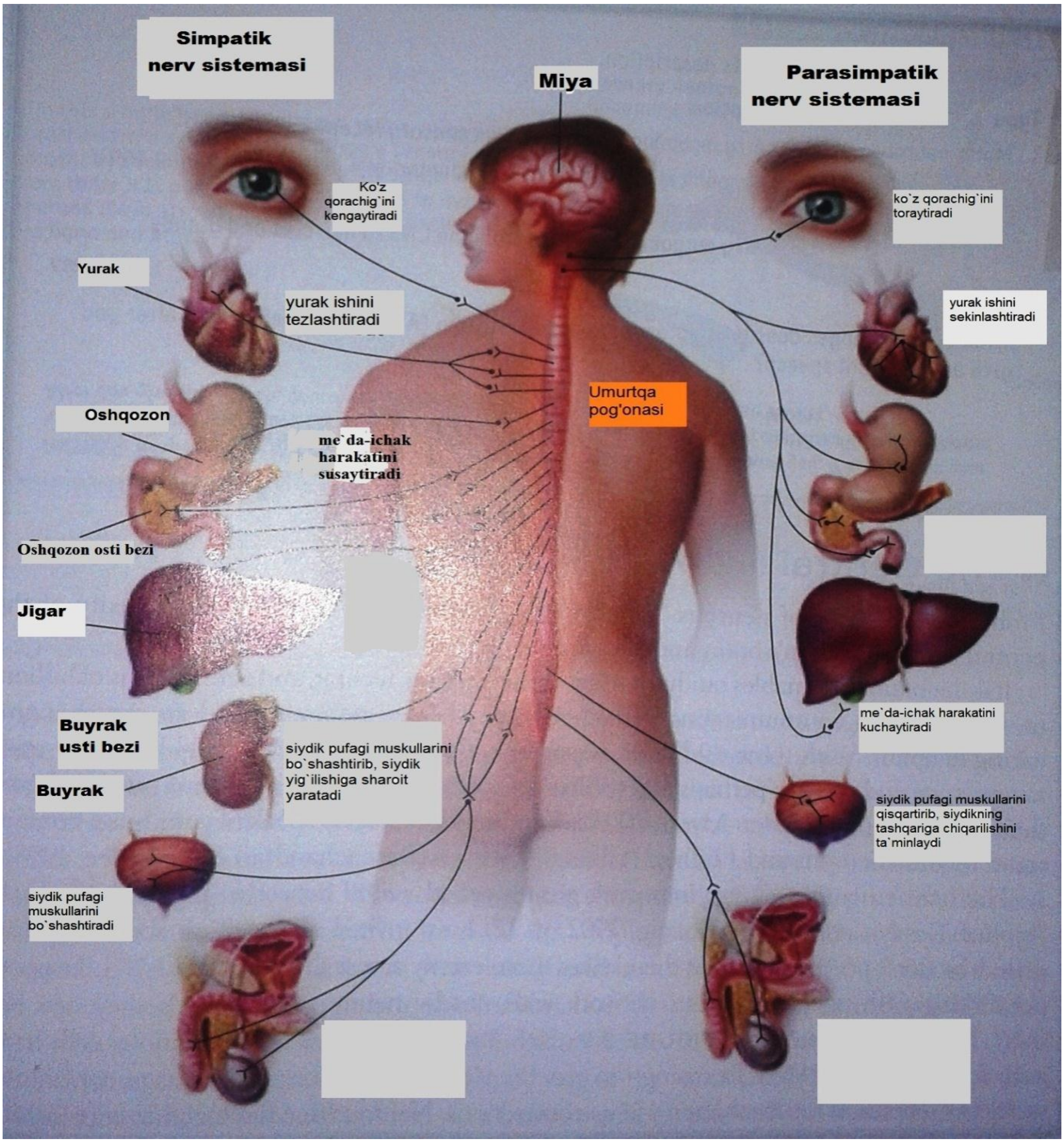
[38] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 48

[39] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 56-57

[40] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 268г269


Perferik nerv sistemasi
Markaziy nerv sistemasi
Nerv sistemasi
Perferik
Markaziy (bosh va orqa miya)
Vegetativ nerv tizimi - ichki a`zolar (nafas olish, qon aylanish, ovqat hazm qilish, ayirish, jinsiy va ichki sekretsiya bezlari faoliyati hamda moddalar almashinuvi jarayonini boshqaradi
Somatik nerv tizimi - odam tanasining sezgi a`zolari va skelet muskullari faoliyatini boshqaradi
Simpatik nerv - yurak ishini tezlashtiradi, arterial qon bosimini oshiradi, me`da-ichak harakatini susaytiradi, siydik pufagi muskullarini bo`shashtirib, bronxlarni kengaytirib nafas olishni yengillashtiradi, ko`z qorachig`ini kengaytiradi, ter ajralishini ko`paytiradi.
Parasimpatik nerv - yurak ishini sekinlashtiradi, arterial qon bosimini pasaytiradi, me`da-ichak harakatini kuchaytiradi, siydik pufagi muskullarini qisqartirib, siydikning tashqariga chiqarilishini ta`minlaydi, bronxlarni va ko`z qorachig`ini toraytiradi, ter ajralishini kamaytiradi.

13-rasm.



Shartli reflekslar - bosh miyaning po‘stloq qavatidagi nerv markazlari ishtirokida yuzaga kelib, odam tug‘ilgan vaqtda bo‘lmaydi, keyinchalik hayotiy tajribalari, tarbiya va bilim olish, hunar o‘rganish natijasida hosil bo‘ladi.

Refleks yoyining tarkibiy qismlari quyidagilardan iborat: retseptor, sezuvchi nerv tolasi, nerv markazi, harakatlantiruvchi nerv tolasi, ishchi a’zo, har bir faoliyatni bajaruvchi. Refleks hosil bo‘lishi uchun refleks yoyining barcha qismlari butun bo‘lishi kerak. Ularning birontasi shikastlansa refleks hosil bo‘lmaydi.

Orqa miyaning o‘tkazuvchanlik funksiyasida, tananing turli qismlarida joylashgan retseptorlardan sezuvchi nerv tolalari orqali miyaning nerv

markazlariga kelgan impulslar, uning oq moddasida joylashgan o‘tkazuvchi nerv yo’llari orqali bosh miyaning nerv markazlariga o‘tkaziladi. Bosh miyaning nerv markazlarida hosil bo‘lgan qo‘zg‘alish, pastga tushuvchi o‘tkazuvchi nerv yo‘llari orqali, orqa miyaning shunga taalluqli nerv markazlariga keladi va undan harakatlantiruvchi nerv tolalari orqali ishchi to‘qima va a’zolarga o‘tkaziladi.

17 mavzu. Faoliyat haqida umumiy tushuncha

Reja:
1. Faoliyat tuzilishi psixologik xususiyatlarini tadqiq etish.
2. Ichki va tashqi faoliyat.

Faoliyat tuzilishi psixologik xususiyatlarini tadqiq etish

Psixologiya fanida hayvonlarning xatti-harakati (ularning qaysi taraqqiyot bosqichidan qat'i nazar), xulq-atvorining yuzaga kelishi ko'p jihatdan ularni qurshab turgan makro, mikro va mize muhitga bog'liq. Ularning namoyon bo'lishi biologik (tabiiy) shartlangan omillar, vositalar tomonidan belgilanadi va boshqarilib turiladi. Insonni hayvonot olamining hususiyatlari bilan qiyoslashga harakat qilsak, u holda mutlaqo boshqacha voqelikning shohidi bo'lishimiz mumkin. Chunonchi shaxs o'zining faolligi bilan hayvonot olamidan farqli o'laroq ajralib turadi, mazkur harakatlantiruvchi kuch (faollik) ilk bolalik yoshidan e'tiboran ijtimoiy tarixiy taraqqiyot davomida to'plangan insoniyatning tajribasiga va jamiyatning qonun-qoidalarini egallashga yo'naltirilgan bo'ladi. Uzoq davrlar davom etgan maxsus jarayonning ta'sirida sodda tarzdagi xatti-harakatda faollik ustuvorlik qilganligi tufayli o'zining yuqori bosqichiga o'sib o'tib, yangicha mazmun, mohiyat, shakl va sifat kashf etgan. Faollik negizida paydo bo'luvchi o'zgacha sifatni, o'ziga xoslikni egallagan xatti-harakatning yuksak ko'rinishi, faqat insongagina taalluqliligi orqali u psixologiya fanida faoliyat deb nomlana boshlandi. Faoliyat faollikning shaxsga xos turi sifatida vujudga kelib, u o'zining psixologik alomatlari bilan xatti- harakatdan tafovutlanadi. Uning farqli alomatlari tavsifi yuzasidan maqsadga muvofiq mulohazalar yuritish ayni muddaodir.

Faoliyatning psixologik tizimi (*14-rasm*), undagi funksional tarkib 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;

6) psixomotor jarayonlar;

7) muhim professional sifatlar, mehnat egasining psixologik xususiyatlari, aniq mehnat jarayonida namoyon bo'ladigan individual-psixologik sifatlar, fazilatlar.

Birinchidan, faoliyatning mazmuni to'la-to'kis uni yuzaga keltirgan tabiiy, biologik va ma'naviy ehtiyoj bilan shartlanmaganligi tufayli uning psixologik mexanizmi ham o'zgacha negizga qurilishi mumkin. Mabodo ehtiyoj motiv (lotincha motiv turtki, harakatga keltiruvchi degan ma'noni anglatadi) sifatida faoliyatga ichki turtki berib, uni jadallashtirishga, faollashtirishga erishsa, u vaziyatda faoliyatning mazmuni, shakllari ijtimoiy: shart-sharoit, talablar, zaruriyat, tajriba kabilar bilan belgilanadi. Shuni alohida ta'kidlash o'tish joizki, insonni mehnat qilishga undagan motiv moddiy ovqatga nisbatan ehtiyoj vujudga kelishi tufayli tug'ilishi hodisasi muayyan darajada uchrab turadi. Aksariyat hollarda ishchi dastgohni ochlikning oldini olish uchun emas, balki jamiyat tomonidan mas'ul ijtimoiy vazifa sifatida belgilanganligi sababli boshqarishga qaror qiladi. Bundan ko'rinib turibdiki, ishchining mehnat faoliyati mazmuni moddiy ehtiyoj bilan emas, balki maqsad bilan belgilanadi, bu o'z navbatida maqsadning ijtimoiy negizida yotuvchi tayyorlash mas'ulligi bilan uyg'unlashib ketadi. Modomiki shunday ekan, odam nima uchun bunday yo'sinda xatti-harakat amalga oshirgani, uning nimani ko'zlab ish qilayotgani mos kelmaydi, chunki uni faollikka undovchi turtki, xohish-istak bilan faoliyatni yo'naltiruvchi aniq maqsad o'zaro mutanosib

emas. Binobarin, faoliyat faollik manbai hisoblanmish ehtiyoj sifatida yuzaga kelgan tarzda faollikning yo'naltiruvchisi tariqasidagi anglanilgan maqsad bilan idora qilinadi.

14-rasm. Psixologik faoliyat tizimining tuzilmaviy chizmasi

Ikkinchidan, faoliyat muvaffaqiyatini ta'minlash uchun psixika narsa va hodisalarning xususiy ob'ektiv xossalarini aks ettirishi, qo'yilgan maqsadga erishish yo'l-yo'riqlarini aniqlab berishi joiz.

Uchinchidan, faoliyat shaxsning xulq- atvorini maqsadga qaratilgan harakatlarni ro'yobga chiqarish, yuzaga kelgan ehtiyojlarni va yordamga muhtojligi yo'q faollikning imkonini beradigan boshqarishni uddalashi lozim. Shuning uchun faoliyat bilish jarayonlarisiz, irodaviy zo'r berishsiz amalga oshishi amri mahol, chunki u har ikkala omil bilan uzviy aloqaga kirishganidagina yaratuvchanlik xususiyatini kasb etadi, xolos.

Odatda faoliyatga ta'rif berilganda, birinchi galda anglashilgan maqsad bilan boshqarilishi, so'ngra psixik (ichki) va jismoniy (tashqi) faollikdan iborat ekanligi ta'kidlab o'tiladi. Lekin ushbu belgilar faoliyat ta'rifini mukammal tarzda ochib berishga qurbi etadi, degan gap emas, albatta.

Inson faolligida anglanilgan maqsad mavjudligi to'g'risida mulohaza yuritish uchun har xil xususiyatli bir qancha omillarga murojaat qilishga to'g'ri keladi. Faoliyatning motivlari, ro'yobga chiqarish vositalari, axborot tanlash va uni qayta ishlash anglanilgan yoki anglanilmagan, ba'zan anglanilganlik noto'kis, hatto u noto'g'ri bo'lishi mumkin. Jumladan: a) maktabgacha yoshdagi bola o'yin faoliyatiga nisbatan ehtiyojini goho anglaydi, xolos; b) boshlang'ich sinf o'quvchisi o'quv motivlarini hamisha ham anglash qurbiga ega bo'lmaydi; v) o'smir ham xulq motivlarini noto'kis va noto'g'ri anglashi mumkin; g) hatto voyaga etgan odam ba'zan xulq motivini noo'rin xaspo'shlashga intiladi. Bundan tashqari, hatto faoliyatni amalga oshirishni rejalashtirish, uni ro'yobga chiqarish uchun qaror qabul qilish, mahsulani taxminlash, xulosa chiqarish ham anglanilganlik kafolatiga ega emasdir. Chunki faoliyatni ro'yobga chiqaruvchi harakatning aksariyati ong tomonidan boshqarilmaydi, jumladan, velosiped uchish, kuy chalish, kitob o'qish, telefon qilish odatiy hodisadir.

Shuni uqtirib o'tish lozimki, faoliyatning jabhalarini ongda aks darajasi va mukammalligi uning anglanilganligi ko'rsatkichi mezoni hisoblanadi. Lekin faoliyatning anglanganligi darajasi keng ko'lamli bo'lishiga qaramasdan, maqsadni ko'zlash (anglash) uning ustuvor belgisi vazifasini

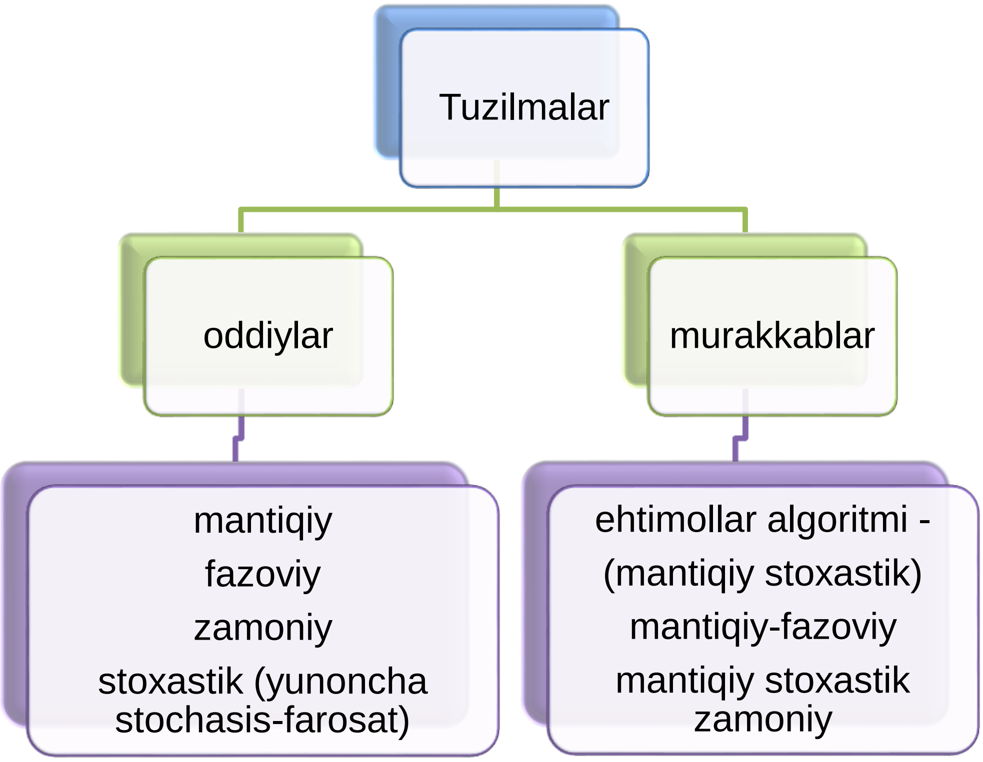
o‘ynayveradi. Faoliyatda maqsadni anglash ishtirok etmasa, unda u ixtiyorsiz(impulsiv) xatti-harakatga aylanib qoladi va bunday xolat ko‘pincha hissiyot bilan boshqariladi. Jahl, g‘azab (affekt), kuchli ehtiros holatlari yuz bergan odam ixtiyorsiz harakat qiladi. Biroq xatti-harakat ixtiyorsizligi uning anglanilmaganligini bildirmaydi, aksincha bunda inson motivining shaxsiy jabhasi anglanilgan bo‘ladi, uning ijtimoiy mazmuni esa qamrab olinmaydi.

Voqelikka nisbatan munosabatning muhim shakli sifatidagi faoliyat inson bilan uni qurshab turgan olam (borliq) orasida bevosita aloqa o‘rnatadi. Tabiatga, narsalarga o‘zga odamlar ta’sir ko‘rsatish ham faoliyatning qudrati bilan ro‘yobga chiqadi. Inson faoliyatda narsalarga nisbatan sub’ekt sifatida, shaxslararo munosabatda esa shaxs tariqasida gavdalanadi hamda imkoniyatlarini yuzaga chiqarishga musharraf bo‘ladi. Buning natijasida ikkiyoqlama bog‘lanish uzluksiz harakatga kirishishi, to‘g‘ri va teskari aloqa o‘rnatishi tufayli inson narsalarning, odamlarning, tabiat va jamiyatning o‘ziga xos xususiyatlari to‘g‘risida ma’lumot to‘playdi. Har xil xususiyatli o‘zaro munosabatlar negizida faoliyat sub’ekti uchun narsalar sub’ektlar sifatida, odamlar esa shaxs timsolida aks eta boshlaydi.

Faoliyatning asosiy jabhalari tuzilishi:

Inson faoliyatga yo‘naltirilgan maqsadga erishish uchun shu yo‘lda harakat qilishi tufayli xususiy vazifalarni bajarishga kirishadi. U o‘z oldida turgan maqsadni amalga oshirish uchun ma’lum vaqt oralig‘ida u yoki bu amalni bajaradi. Biror matnni kompyuterda tayyorlash uchun inson oldin uni elektr tokiga ulaydi, ekranni ishga sozlaydi, uning tugmachalarini bosish orqali harf va so‘zlarni teradi, so‘ngra ma’lum ma’no anglatuvchi matn paydo bo‘ladi.

Psixologiyada faoliyatning alohida bir xususiy vazifasini bajarishga mo‘ljallangan, nisbatan tugallangan qismi (unsuri), tarkibi harakat deb nomlanadi. Masalan, kompyuter texnikasidan foydalanish harakatlari amalga oshiriladigan ishlardan tarkib topadi. Harakatlar natijasida odam borliqdagi narsalar xususiyati, holati, fazoviy joylashuvini o‘zgartiradi. Mazkur jarayon nafaqat harakat yordami bilan, balki muayyan sa’i-harakatlar tufayli yuzaga keladi. Duradgor eshik yasamoqchi bo‘lsa, avval munosib material tanlaydi, ularni o‘lchaydi, unsurlarini sanaydi, randalaydi, qismlarni bir-biriga joylashtiradi, yopishtiradi, unga pardoz beradi, oshiq- moshiq qoqadi, kesaki o‘rnatadi, ochib yopilishini tekshiradi va hokazo. Keltirilgan misoldan ko‘rinib turibdiki, duradgorning gavdasi, oyoq-qo‘llari, boshining tutishi sa’i harakatlari bilan birga «tanlash», «ishlov berish», «o‘rnatish» amal qismlari majmuasi faoliyatni tarkib toptiradi. Sa’i-harakatning harakatdan farqli tomonlari uning aniqligi, maqsadga yo‘nalganligi, epchilligi, uyg‘unligi singari belgilarida o‘z ifodasini topadi.



15-rasm. Faoliyat tuzilishining tasnifi

Inson faoliyatida narsalarni oʻzlashtirishga yoʻnaltirlgan sa’i-harakatlardan tashqari: a) tananing fazoviy holati; b) qiyofaning saqlanishi (tik turish, oʻtirish); v) joy almashish (yurish, yugirish); g) aloqa vositalari sa’i-harakatlari qatnashadi. Odatda aloqa vositalari tarkibiga: a)ifodali sa’i-harakatlar (imo-ishora, pantomimika); b) ma’noli ishoralar; v) nutqiy sa’i-harakatlar kiritadi. Sa’i-harakatlarning ushbu turlarida ta’kidlab oʻtilganlardan tashqari mushaklar, xiqildoq, tovush paychalari, nafas olish a’zolari ishtirok etadi. Demak, narsalarni oʻzlashtirishga qaratilgan harakatning ishga tushishi muayyan sa’i-harakatlar tizimining amalga oshirilishini anglatadi. Bu hodisa koʻp jihatdan harakatning maqsadiga, ta’sir oʻtkaziladigan narsalarning xususiyatlariga va harakatning amalga oshishi shart sharoitlariga bogʻliq. Jumladan, a) kitobni olish qalamni olishdan boshqacharoq tarzdagi sa’i- harakatni taqozo etadi; b) avtomobilni haydash velosipedda uchishga qaraganda ayricha sa’i- harakat talab qiladi; v) ellik kg shtangani koʻtarishda bir pudlik tonnaga qaraganda koʻproq quvvat sarflanadi; g) kartonga katta shaklni yopishtirishga qaraganda kichik shaklni joylashtirish, qiyin kechadi (*15-rasm*).

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 talabaning predmetli harakati yozuvga qaratilgan bo’lib, u avvalo o’sha daftardagi yozuvlar soni va sifatida o’zgarishlar qilish orqali, bilimlar zahirasini boyitayotgan bo’ladi. Faoliyatning va uni tashkil etuvchi predmetli harakatlarning aynan nimalarga yo’naltirilganiga qarab, avvalo tashqi va ichki faoliyat farqlanadi.

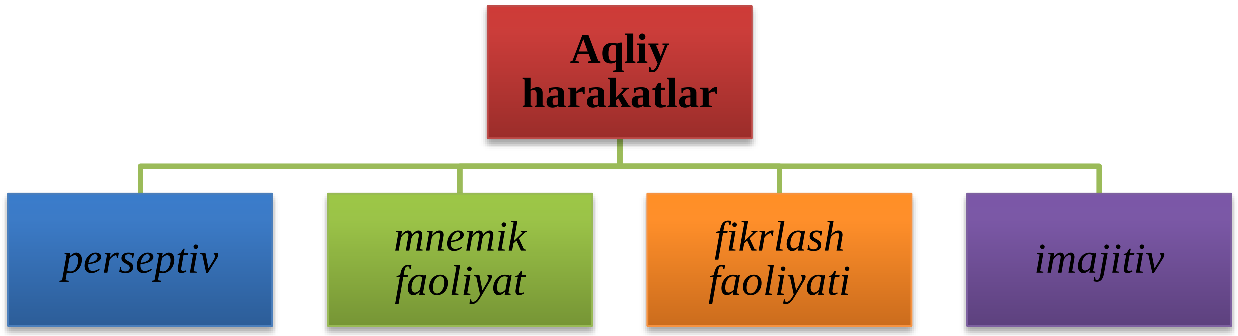
Tashqi faoliyat *shaxsni o’rab turgan tashqi muhit va undagi narsa va hodisalarni o’zgartirishga qaratilgan faoliyat bo’lsa,* ***ichki faoliyat*** *– birinchi navbatda aqliy faoliyat bo’lib, u sof psixologik jarayonlarning kechishidan kelib chiqadi. Kelib chiqishi nuqtai nazaridan ichki-aqliy, psixik faoliyat tashqi predmetli faoliyatdan kelib chiqadi. Dastlab predmetli tashqi faoliyat*

ro'y beradi, tajriba orttirib borilgan sari, sekin-asta bu harakatlar ichki aqliy jarayonlarga aylanib boradi. Buni nutq faoliyati misolida oladigan bo'lsak, bola dastlabki so'zlarni qattiq tovush bilan tashqi nutqida ifoda etadi, keyinchalik ichida o'zicha gapirishga o'rganib, o'ylaydigan, mulohaza yuritadigan, o'z oldiga maqsad va rejalar qo'yadigan bo'lib boradi.

Har qanday sharoitda ham barcha harakatlar ham ichki-psixologik, ham tashqi-muvofiqlik nuqtai nazaridan ong tomonidan boshqarilib boradi. Har qanday faoliyat tarkibida ham aqliy, ham jismoniy – motor harakatlar mujassam bo'ladi. Masalan, fikrlayotgan donishmandni kuzatganmisiz? Agar o'ylanayotgan odamni ziyraklik bilan kuzatsangiz, undagi yetakchi faoliyat aqliy bo'lgani bilan uning peshonalari, ko'zlari, 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.*[41]



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, aqlda 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-

[41] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013.

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.

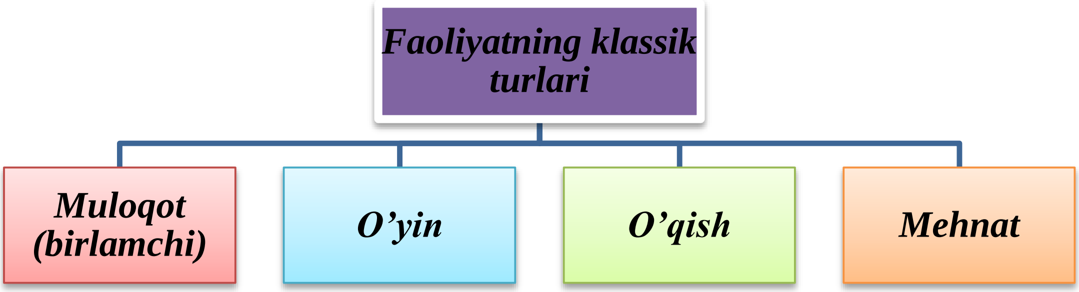
Faoliyatni klassifikasiya qilish va turlarga bo'lishning yana bir keng tarqalgan usuli – bu barcha insonlarga xos bo'lgan asosiy faollik turlari bo'yicha tabaqalashdir. Bu – muloqot, o'yin, o'qish va mehnat faoliyatlaridir (28-rasm).

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.



Faoliyatning klassik turlari chizmasi

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

18 mavzu. Xarakat inson faoliyatining birligi sifatida

Reja:

1. Harakatning maqsad sari intilish xususiyati.
2. **2.** Harakat regulyasiyasi. Harakat asosini orientirlash tushunchasi.
3. **3.** Sport faoliyatida xarakat malakalarini rivojlantirish.

Psixika faollik xususiyatiga ega bo‘lib, u mayllarda, maqbul echimni qidirishda, xatti-xarakat variantlari ehtimolligini xayoldan o‘tkazishda, undashda, turtkilarda o‘z ifodasini topadi. Shu bois psixik aks ettirish (in’ikos) sust narsa emas, balki u xarakat, xatti-xarakat, ta’sir, uzaro ta’sir kabilarni tanlash, kiyoslash, izlash, ajratish bilan bevosita aloqador shaxs faoliyatining muxim jabhasi sanaladi.

Umuman shaxs ijtimoiy xulqi motivi haqida gap ketganda, uning ikki tomoni yoki elementi ajratiladi: ***harakat dasturi*** *va* ***maqsad.*** *Harakat dasturi maqsadga erishishing 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, extiyojlar muvofiqlashtirilgan va maqsadlar va unga yetish vositalari aniq bo’lishi kerak. Shundagina ijtimoiy xulq jamiyatga mos bo’ladi.*

Xozirgi zamon psixologiyasida faoliyat, jarayon va xulq-atvorninng faol boshqarilishi teskari aloqa apparatining ishlashini taqozo etadi (P.K.Anoxin, L.N.Bernshteyn va boshqalar). Teskari aloqa tushunchasi kibernetika, fiziologiya, psixologiya fanlarida keng ko‘lamda qo‘llanilib kelinmoqda. Teskari aloqa psixologiya bilan fiziologiya fanlarida xar bir javob xdrakati xal kilinayotgan vazifa (muammo) miyada baxolanilishi tushuniladi. P.K.Anoxin nuqtai nazaricha, organizmda muayyan sikl bilan ish bajaruvchi yaxlit sistema mavjud. Mazkur sistemada markazdan javob xarakatiga buyruq berilishining birorta xam lahzasi teskari yo‘nalishda (periferiyadan markazga karab) xarakatning natijasi xakida zudlik bilan axborot (teskari aloqa) yuborilmaguncha tugallanmaydi. Teskari aloqa apparati (sistemasi) yordami bilan organizm o‘z xarakatining natijasini obraz (timsol) bilan taqqoslab ko‘radi. A.N.Bernshteyn talqinicha, natijaga nisbatan obraz oldinrok paydo bo‘ladi, voqelikning o‘ziga xos modeli tarzida uning yuz berishi to‘g‘risida oldindan (ilgarilab ketib) axborot, xabar, ma’lumot beradi («bashorat extimolligi» nazariyasi).[42]

P.K.Anoxin va A.N.Bernshteyn nazariyalariga asoslangap xolda psixikaning mavjudligi xarakatning izchil dasturini (programmasini) tuzish, oldiniga ichki rejada ish bajarish, xulq-atvordagi ehtimol ko‘rinishlarini tanlash, bosqichlarini amalga oshirish tufayli xarakat qilish imkoni tug‘iladi.

Tabiatshuios olimlarning mulohazalaricha, biologik evolyusiya jarayonida shaxs psixikasi xulq-atvorni boshqarishning alohida apparati tarzida paydo buladi, sifat jihatidan o‘zgarib boradi. Ijtimoiy muhit, shaxslararo munosabat, jamoaviy, oilaviy turmush (xayot) qonunlari, qonuniyatlari ta’siri ostida odamlar shaxsga aylana boshlaydi (ijti-moiylashuv natijasida), ularning xar birida mikromuxitning, kamol topgan tarixiy sharoitning izlari o‘z aksini koldiradi. Umumiylik (et-nik) bilan xususiylik (shaxslilik) urtasida o‘zaro uygunlik xukm sursa-da, lekin aloxida olingan insonning xulk-atvori, xatti-xarakatlari shaxeiy xususiyat kasb etadi.

Yuqorida keltirilgan misollar turlicha ob’ektlarga taalluqli bo‘lishiga qaramay, ularda harakatning maqsadi yagonadir. Ob’ektlarning turlicha ekanligi sa’i-harakatlarning oldiga va mushak faoliyati tuzilishiga har xil talablarni, tizimni qo‘yadi. Ushbu voqelik rus olimlari P.K.Anoxin, N.A.Bernshteyn, E.A.Asratyanlarning tadqiqotlarida dalillab berilgan. Ularning umumiy mulohazalariga qaraganda, mushaklarning faoliyati sa’i-harakat vazifasi bilan emas, balki

[42] G’oziyev E.G’. Umumiy psixologiya. -T. O’qituvchi. 2010 y- 63 b

mazkur sa'i-harakat ro'y beradigan shart- sharoitlar bilan boshqarilishi mumkin. Mushaklar bu o'rinda sa'i-harakatlarning yo'nalishini va tezligini ta'minlash uchun xizmat qiladi, har xil qarshiliklarni (hajm, kuch, vazn ta'siri) muayyan darajada susaytiradi.

Sa'iharakatlarning amalga oshirilishi beo'xtov ravishda nazorat qilinadi, uning mahsulasi harakatning pirovard maqsadi bilan qiyoslanadi va unga ayrim tuzatishlar kiritiladi, xuddi shu tarzda boshqaruv betinim takrorlanaveradi, harakatni nazorat qilish jarayoni esa sezgi a'zolari yordami bilan vujudga keladi. Sa'i-harakatning sensor (sezgi a'zolari yordamida) nazorat qilishning isboti uning oynadagi o'z aksiga qarab chizishda o'z ifodasini topadi. Ma'lumki, oynada qalamning odam qo'li harakat yo'nalishi bo'yicha emas, balki qarama-qarshi tomonga harakatlanayotganday tuyuladi. Inson ko'rish orqali mashqlanishi tufayli ma'lumotlardan foydalanish bilan harakatni muvofiqlashtirishni uddalaydi.

Sa'iharakatlarning nazorat qilish jarayoni va ularni boshqarish teskari aloqa prinsipiga binoan ro'yobga chiqadi. Ushbu hodisani amalga oshish imkoniyati quyidagi omillarga bevosita bog'liq holda kechadi: a) sezgi a'zolari aloqa kanali vazifasini bajargan taqdirda; b) ular axborot manbai sifatida harakat rolini o'ynaganda; v) sa'i-harakatlarni aks ettiruvchi alomatlar bu jarayonda xabar etkazuvchi sifatida qatnashganida va boshqalar. Ta'kidlab o'tilgan omillar orqali amalga oshadigan teskari aloqaning bunday shaklini (ko'rinishini) rus tadqiqotchi P.K.Anoxin teskari afferentatsiya deb atagan. Afferentatsiya (lotincha afforens keltiruvchi degan ma'no anglatadi) hamda tashqi qo'zg'atuvchilardan, hamda ichki organlardan, axborotni qabul qiluvchi hissiy a'zolardan markaziy nerv sistemasiga kelib tushuvchi nerv impulslarining doimiy oqimini bildiradi. To'g'ri aloqa- axborotlarining tashqaridan kirib borishini anglatib kelsa, teskari afferentatsiya uning aks holatini aks ettiradi. Sa'i-harakatlarning hammasi ham organlarning faoliyatini tushuntirish uchun xizmat qiladi va nazorat (boshqaruv) jarayoni qanday kechishini tahlil etish imkoniyatiga ega.

Narsaga yo'naltirilgan harakatning ishga tushishi muayyan bir tizimga taalluqli sa'i haraktlarning natijaga (maxsulaga) erishishni ta'minlash bilan cheklanib qolmaydi. Balki u (harakat), birinchidan, sa'i-harakatlarning maxsulasiga mos ravishda, ikkinchidan, harakatlar ob'ektning xususiyatlariga mutanosiblikda, uchinchidan, sa'i-harakatlarni hissiy nazorat qilishni amalga oshirgan yo'sinda ularga ba'zi bir tuzatishlar kiritadi. Ushbu jarayonni osonroq tushunish uchun uning negizi: a)tashqi muhitning holati, b)muhitda harakatlarning vujudga kelishi, v)natijalar (maxsulalar) to'g'risida miyaga axborot beruvchi hissiy mo'ljallarni egallash mujassamlashtiradi. Masalan, xaydovchi avtobusni to'xtatish tepkisini bosish kuchini, uning harakati tezligi, shoh ko'chaning holati, avtobusning vazni, harakat qatnovi, piyodalar gavjumligi bilan so'zsiz moslashtiradi.

Holbuki shunday ekan, faoliyat tarkibiga kiruvchi sa'i-harakatlar tizimi oxir oqibatda mazkur harakatning maqsadi bilan nazorat qilinadi, baholanadi va to'g'rilab turiladi. Maqsad miyada faoliyatning bo'lg'usi maxsulasining timsoli, o'zgaruvchan andazasi tarzida vujudga kelishi mumkin. Ezgu niyatga aylangan bo'lg'usi andoza bilan haraktning amaliy natijasi qiyoslanadi, o'z navbatida andoza sa'i-harakatni yo'naltirib turadi. Ana shu holatning turlicha psixofiziologik talqinlari mavjud bo'lib, ular «bo'lg'usi harakat modellari», «sa'i-harakat dasturi», «maqsadning dasturi», «miyada harakatning o'zi oldindan hosil qiladigan andozalari» singari tushunchalarda o'z ifodasini topadi. Jumladan, ularning eng muhimlari: «harakat akseptori» va «ilgarilab aks ettirish» (P.K.Anoxin), «harakatlantiruvchi vazifa» va «bo'lg'usi ehtiyoj andozasi» (N.A.Bernshteyn), «zaruriy mohiyat» va «kelajak andozasi» (Mittelshtedt, U.Eshbi) va boshqalar. Sanab o'tilgan tadqiqotchilarning talqinlari ilmiy faraz (taxmin) tarzida berilganligi tufayli ular miyada qanday aks etilishi mumkinligini mukammal bilishga qodir emasmiz. Lekin ularning miyada ilgarilab aks ettirish to'g'risidagi mulohazalari, bu borada tasavvurlarning yaratilishi psixologiya fani uchun ijobiy ilmiy voqelik bo'lib hisoblanadi.

Malakalarda ongning o'rni

Ko'pchilik tadqiqotchilar tomonidan shu narsa isbotlanganki, ixtiyoriy harakatlar malakaga aylanar ekan, ular ixtiyordan tashqari bo'lib qolmay, balki o'zgacharoq anglanadi. Bundan mehnat,

sport, maishiy va xokazo xatti-harakatlar, ya'ni xarakatlar qanchalar kishilarga yod bo'lib ketgan bo'lmasin, ularning birortasi ham ongsiz sodir etilmaydi degan hulosaga kelish mumkin.

Malakalar inson tomonidan qay darajada idrok etiladi? Bu kishi ayni paytda u yoki bu xatti-harakatni amalga oshirish chog'ida o'z oldiga qanday maqsadni qo'yganligiga bog'liq bo'ladi.

Binobarin biror bir harakat izchil ravishda takrorlanib asta-sekin avtomatlashadi va malakaga aylanadi. Bosh miya qobig'ida shakllangan mustahkam asab tolalari ushbu xatti-harakatlarni bajarishni osonlashtiradi. Natijada xarakatlanish malakasi tashkil topgandan so'ng kishidagi mazkur xarakatning bajarilishi ustidan ongning amalga oshiradigan nazorati pasayadi. Bu nazorat endi miya qobig'ining biroz tormozlangan qismlari hisobiga amalga oshiriladi. Shu sababli ham odam yurib ketayotib ham gazeta, jurnallarni o'qishi, biror bir masala xususida o'ylab borishi va xokazolarni amalga oshirishi mumkin. Biroq bu holat keskin o'zgarishi ham mumkin, masalan piyoda yurib borayotgan kishining oldiga boshqacharoq, unga muayyan masofani eng yuqori tezlikda bosib o'tish vazifasi qo'yilganda.

V.B.Chebishevaning tadqiqotlariga ko'ra, kishi o'zi uchun odatiy tarzda va o'ziga qulay sur'atlarda ishlaganda, ishning bajarilish uslublari ishchining e'tiborini o'ziga tortmaydi, ya'ni uning xatti-harakatlari miya qobig'ining biroz tormozlangan qismlari tomonidan nazorat qilinadi. Shuning uchun ham u bunday paytda bemalol boshqa narsalar haqida o'ylashi yoki suhbatlashishi va xokazo harakatlarni amalga oshirishi mumkin.

Maksimal sur'atlar bilan ishlash esa, kishidan o'ta zo'riqishni, diqqatni to'la - to'kis mazkur ishga qaratishni taqozo etadi, zero eng kichik darajadagi chalg'ish ham ish sur'atini pasaytirib yuboradi.

Ko'rinib turganidek, yuqoridagi misolda odatiy avtomatlashtirilgan harakatlar miya qobig'ining tormozlangan qismlari bilan emas, balki kuchli tarzda qo'zg'atilgan miya qobig'i qismlari orqali amalga oshiriladi. Bunday holat sport faoliyatiga bevosita xosdir.

Ushbu holatlarning barchasi kishi tomonidan agar u o'z holatini so'z bilan ifodalab bera olsa, anglanadi. Agarda so'z bilan ifodalab bera olmasa, demak, anglanmaydi.

Bu borada maxsus o'tkazilgan tajribalar (R.S.Abelskaya, D.Ya.Bogdanova va boshqalar) shuni ko'rsatdiki, bajarilgan ishlardagi, ularning eng umumiy va muhim jihatlari bilan bog'liq bo'lgan asosiy bo'g'in va o'rganilgan harakatlar bo'g'ini anglangan bo'lib qoladi. Shuningdek harakatni bajarishning umumiy yo'nalishi va amalga oshirilgan xarakatlarning me'yori ham anglanadi. Shuningdek harakatlarni bajarishda yo'l qo'yilgan xatolarning anglanishi ham keskin ko'tariladi. Zarur holatlarda harakatlarning amplitudasidan foydalanib, uning yo'nalishini, kuchini, tezligini va xokazolarni aniqlash mumkin. Bu esa, agar zaruriyat tug'ilib qolsa, harakatlarni bajarishni ixtiyoriy ravishda boshqarish imkoniyatini beradi.

Yuqorida aytilganlarning barchasi albatta, ayrim hollarda yodlanib qolingan harakatlarni bajarishda ham anglanmagan harakatlar sodir etilishi mumkinligini istisno etmaydi (uyquda, qo'rquv ostida va xokazolarda).

Sport harakat malakalari texnikasini shakllantirish va takomillashtirish, tezlik, kuch, chidamlilik, epchillik kabi jismoniy sifatlarning rivojlantirilishi bilan bevosita bog'liqdir. Binobarin biror bir mashqning texniksini ongli ravishda egallagan sportchi ayni paytda o'zida ushbu turdagi mashqni bajarish uchun zarur bo'ladigan jismoniy sifatlarni rivojlantiradi, bu sifatlarni rivojlantirish orqali esa o'rganayotgan mashqning texnikasini takomillashtiradi.

Harakat malakalari texnik tayyorgarlikning asosi sifatida

Mashqlar texnikasini egallash o'z mazmuniga ko'ra sport harakatlari malakasini egallashdan iborat.

Shuning uchun ham sportchilarni texnik tayyorlashning markaziy psixologik muammosi bu – harakat malakalarini shakllantirish va ularning ishlata bilish masalasidan iboratdir.

Harakat malakalari deyilganda nimalar tushuniladi? Harakat malakalari deyilganda mashqlar jarayonida ma'lum mukammallik darajasiga yetkazilgan, tez, aniq va vaqtni tejagan holda yuqori sifat va miqdoriy natija bilan bajariladigan yaxlit harakat tushuniladi.

Yuqoridagi ta’rifdan kelib chiqib aytish mumkinki malakalarga quyidagi hususiyatlar xosdir:

	Harkatlarni aniq bajarish, ya’ni xatolarga yo’l qo’ymaslik.	Harakatlarni bajarishdagi yengillik, bu qo’shimcha zo’riqishlar, ortiqcha kuch sarflashning yo’qligi bilan bog’liq.
	Mukammallikka erishilgan harakatlar tez bajariladi.	Malakalar hamisha yaxlitlik harakteriga ega bo’ladi.

Fiziologik mexanizmi bo’yicha malakalar dinamik harakat stereotiplaridan iboratdir. Ular faoliyatdagi borliqning birinchi va ikkinchi signal tizimlari orasidagi o’zaro munosabatlar asosida shakllanadi.

Harakat malakalarini shakllantirish jarayoni

Sportda xarakat malakalarini shakllantirish jarayoni boshidan oxirigacha ongli jarayondir. Uni o’rganilayotgan harakatning ham son, ham sifat jihatidan takomillashtirilish jarayoni, deb tushunish lozim bo’ladi. Malakalarni shakllantirish dinamikasi turli son ko’rsatkichlarida (soniyalarda, metr va santimetrlarda, kilogrammlarda, yo’l qo’yilgan xatolar sonida yoki ularning kattaligida va hokazolarda) ifodalanishi va chizma tarzida taqdim etilishi mumkin. Ularning chizma tarzidagi ifodasi “mashqning egri chizig’i” deb ataladi (A.S.Puni) Songa oid ko’rsatkichlarning tahlili asosida, mashq jarayonida malakaning shakllanishiga oid umumiy xarakteristikaga tegishli bir qator qonuniyatlar aniqlandi.

Harakat malakalarini shakllantirish bosqichlari

Harakat malakalarini shakllantirish davomiyligi turlichadir. U o’rganilayotgan harakatning murakkabligiga, uni o’rganayotgan sportchining mazkur xatti-harakatlarni o’zlashtirishga qay darajada tayyor ekanligiga va boshqa bir qator omillarga bog’liq bo’ladi. Har qanday davomiylikda ham ushbu jarayonda 3 ta bosqichni ajratib ko’rsatishadi. Bu bosqichlar quyidagilardan iborat:

O’rganilayotgan mashqni umumiy tarzda bilib olish uchun umumiy asoslarni egallashning dastlabki bosqichi.

Harakatni detallar bo’yicha uning fazoviy, vaqt, kuch, muvofiqlashtirish va boshqa tomonlariga ko’ra bajarish texnikasini egallash hamda ularni yagona yaxlit harakatga umumlashtirish bosqichi.

Harakatni egallashni mustahkamlash va mukammallashtirish bosqichi, ya’ni uni o’rganilgan harakat darajasiga, malaka darajasiga yetkazish bosqichi.

1-bosqichda mashqni o’rganayotgan sportchilar oldidagi asosiy vazifa, o’rganilayotgan mashq xaqida to’g’ri tasavvurni shakllantirishdan iboratdir. Ushbu bosqichda sportchilarning ko’rish orqali hosil bo’ladigan tasavvurlari asosiy rol o’ynaydi. Bu davrda ularning muskul—harakat sezgilari va tasavvurlari hali u qadar mukammalashmagan va mavhum bo’ladi. Sportchi o’zi bajarayotgan harakatlarning mohiyatiga yetarli darajada ahamiyat qaratmaydi, chunki uning butun diqqat e’tibori mazkur mashqni umumiy tarzda bajarishga qaratilgan bo’ladi. Agar undan ushbu mashqni bajarishdagi aniqlik haqida so’ralganda, ilk bor bu mashqni bajarayotganlar ushbu mashqdagi xatti-harakatlar ketma-ketligini aniq tavsiflab bera olmaydilar. Bu holat shundan dalolat beradiki, harakat malakalarni shakllantirishning dastlabki bosqichida sportchilar tomonidan to’g’ri xatti-harakatlar garchi bajarilayotgan mashq haqida, uning mazmuni haqida bir necha bor og’zaki tahlillar aytilgan bo’lsada, intuitiv, ya’ni o’zlari hali yaxshi anglamagan tarzda amalga oshiriladi.

Malakalarni egallashning dastlabki bosqichida harakatni to’g’ri yoki noto’g’ri ekanligini anglash jarayonining so’z va fikrga asoslanuvchi jihatlariga alohida e’tibor qaratiladi. Shuning uchun ham bu bosqichda barcha xatti-harakatlarni ko’rish orqali idrok etilishini so’z bilan tavsiflash hamda uning batafsil sxemasini qo’llash maqsadga muvofiqdir. Shuni ham doimo esda tutish kerakki, ushbu bosqichda sportchilarda faqat to’g’ri harakatlarni shakllantirmoq lozim.

2 - bosqichda muskul harakat sezgilari anchagina aniq anglana boshlaydi. Mashqni bajarishda umumiy va alohida elementlarini idrok etish shakllanadi. Sportchi bir qancha xatolaridan halos bo’ladi. Mashqning elementlari orasidagi mantiqiy aloqadorlikni tushuntirish natijasida unda

bajariladigan xatti-harakatlar to'g'risida yanada aniqroq tasavvur hosil bo'ladi. Endi asosiy e'tibor harakat va vestibulyar komponentlarga qaratiladi. Mashqlarni nazorat qilishda ko'rish analizatorining roli pasayadi.

Bu murakkab harakat timsolini yaratishda o'rganilayotgan xatti-harakatning dastlabki va keyingi tahlillari muhim rol o'ynaydi.

3-bosqichda malakaning mustahkamlanishi va mukammallashishi amalga oshiriladi. Bu bosqichda xatti-harakatlar aniq va bir–biridan keskin farqli tarzda tasavvur etiladi. Harakat komponenti asosiy o'rinni egallaydi. Ko'z bilan nazorat qilish zaruriyati yo'qoladi.

Mashqning bir qator tarkibiy qismlari avtomatlashadi, buning evaziga harakatlar tez, aniq va tejamkorlik tarzida bajariladi. Harakatlanish malakalarini rivojlantirishning 3-bosqichi o'ta barqarorligi va egiluvchanligi bilan ajralib turadi.

Harakatlarni egallashda ularni tasavvur qilishning o'rni

Xatti-harakatlarni boshqarishda harakatlarni tasavvur qilish eng muhim va birlamchi axamiyatga ega.

Jismoniy tarbiya va sportdagi mashqlar texnikasini o'rgatish o'rganilayotgan xatti-harakatlar va ular bajaradigan shart–sharoitlar haqida tasavvurni hosil qilishdan boshlanadi. Tasavvur inson egallaydigan va o'z faoliyati davomida boshqaradigan real harakatlarning ideal (ya'ni amaldagi,ongda shakllangan) obrazi bo'lib hizmat qiladi.

Aytish mumkinki, har qanday xatti- harakatni, har qanday jismoniy mashqni inson uni o'zi qanday tasavvur qilsa ana shunday bajaradi. Bu holat nafaqat uni o'rganish jarayonida, balki doim barqarordir. Masalan, odam velosipedda uchishni o'rgangan bo'lsa va oradan uzoq yillik tanaffus o'tib ketgan bo'lsa ham yana velosiped haydashi uchun barcha mashqlarini qaytadan boshlashi kerak emas, u velosipedga o'tiradi-yu barcha harakatlarni to'g'ri bajarib-ketaveradi, chunki velosipedni qanday haydash kerakligi to'g'risidagi tasavvurlar uning uzoq muddatli xotirasida saqlanib qolgan.

Sportning barcha to'rlarida tayyorgarlik mashqlarini o'tkazish uslubiga oid zamonaviy adabiyotlarda o'rganilayotgan mashqlar haqida tasavvurni hosil qilish vazifasi faqat o'quvning dastlabki jarayonlarida qo'yilmasligi lozim. Amalda har qanday mashqni bajarish texnikasi haqidagi tasavvurlarni shakllantirish va aniqlashtirish bu mashqni bajarish texnikasi mukammal darajaga erishmaguncha davom ettiriladi. Binobarin, nimani va qanday mukammallashtirish kerakligini oldindan tasavvur qilmasdan, uni amalda bajarish mutlaqo mumkin emas.

Harakatlarni tasavvur qilish funksiyalari nihoyatda hilma-xildir. Xatti-harakatlarni tasavvur qilish shunday o'ziga hos bir dastur sifatida hizmat qiladiki, ushbu dasturni sportchi muayyan harakatlar tizimida oliy darajadagi harakat orqali amalga oshirmog'i lozim. Bunda harakatlar tasavvurini dasturlash funksiyasining mazmuni yotadi. Va bu o'rganilayotgan harakatning eng asosiy jihatlardan birini ifodalaydi.

Tasavvurning dasturlovchi funksiyasi uning boshqaruv funksiyasi bilan muvofiq keladi. Xatti-harakatni bajarishdan avvalroq tasavvur ideomotor reaksiyalar mexanizmi bo'yicha organizmning turli organlarini va tizimlarini boshqaradi, sozlaydi, ta'bir joyiz bo'lsa organizmni u bajarishi lozim bo'lgan faoliyatga yoki bajaradigan xatti-harakatga mos "ish to'lqinga"muvofiqlashtiradi.

Faoliyat davomida qaytuvchi aloqa kanallari orqali bosh miyaning katta yarim sharlariga harakat bajarilishining tashqi sharoitlari va umuman harakatning o'zi haqidagi axborot to'xtovsiz ravishda kelib turadi. U dastur bilan, ya'ni namuna bilan taqqoslanadi. Agar hammasi dasturga muvofiq ketayotgan bo'lsa, harakat davom ettiriladi. Mabodo, harakatlar tizimining o'zida harakatni bajarishning tashqi shartlari yohud dastur (namuna) bilan nomuvofiqlik yuzaga keladigan bo'lsa, xatti-harakatlarga zaruriy o'zgartirishlar kiritiladi.

Harakatlarni tasavvur qilishning boshqaruv funksiyasi harakatlar tugallangandan keyin ham namoyon bo'ladi (gimnastika kombinasiyasi, belgilangan masofaga yugurish, yengil atletikaga oid uloqtirishlarda va sakrashlardagi navbatdagi urinishdan so'ng va xokazo). Harakatlarni tugatgach odatda sportchilar, o'sha harakatni bajarish chog'idagi o'zlarida paydo bo'lgan sezgilar va

ta'surotlarni tahlil qilib, qanday xatolarga yo'l qo'yganliklarini va nima sababdan yo'l qo'yganliklarini tushinishga harakat qiladilar.

Bu tahlillar bevosita dastur to'g'risidagi tasavvurlarning nihoyasiga yetkazilgan xatti-harakatlarning tasavvuri bilan o'zaro taqqoslanishiga asoslanadi. Fikrlash tarzi bu jarayonda nafaqat qanday va nima uchun xatoliklarga yo'l qo'yilganini tushunishga yordam beradi, balki harakatni keyingi bor bajarayotganda ushbu xatolarni tuzatish yo'llarini ham aniqlaydi. Bunday tahlillar ayniqsa sportning so'ngi natijalari biror bir mashqlarni bir necha bor bajarish asosida aniqlanadigan turlarida muhim ahamiyat kasb etadi (yengil atletikadagi sakrashlarda, uloqtirishlarda, og'ir atletikadagi dast ko'tarish va siltab ko'tarishda, suvga sakrash va xokazolarda).

Harakatlarni tasavvur qilishning mashqlantirish funksiyasi shunda ifodalanadiki, mazkur funksiya tufayli har qanday xatti-harakat texnikasini mukamallashtirish ustida, ularni amalda bajarmasdan turib, faqat tasavvur qilib ham mashq qilish mumkin.

Harakatlarni tasavvur qilishning bu tarzdagi qo'llanilishi ideomotor mashg'ulotlar nomini olgan. "Men hyech qachon mashqlarni fikran tasavvur qilib olmasdan turib, bajarishga kirishmayman", - deydi gimnastikachi. "Men butun masofani hayolan yugurib o'tmasdan turib, hyech qachon startga chiqmayman" - deya e'tirof etadi yugurish bo'yicha sportchi. Harakatlarni tasavvur qilishning mashqlantiruvchi funksiyasi ixtiyoriy hatti-xarakatlarning butun boshli murakkab mexanizmlari tizimining jonlanishi, hamda asab - mushak, vegetativ va boshqa bir qator mikroreaksiyalarning paydo bo'lishi oqibatida yuzaga keladi. Ular mashqni yoki xatti-harakatni amalda chindan ham bajarilgandagi mikroreaksiyalar bilan bir xil bo'lib, ularni fanda ideomotor reaksiyalar deb atashadi. Bu tasavvur qilingan harakatni yoki mashqni tashqi idrokdan yashirin holda bajarishdir. Harakatlarni tasavvur qilishning mashqlantiruvchi effekti - mashqlarning natijasidir, ya'ni ihtiyoriy harakat va mashqlarni ko'p bor hayolan takrorlash orqali ularning mexanizmlari sistemasi hayolda mustahkamlanib qoladi (A.S.Puni).

Yuqorida keltirilgan tadqiqotlardan harakatlarni tasavvur qilishni mashqlantiruvchi funksiyasining namoyon bo'lishidagi turli jihatlariga oid bir qator qoidalar kelib chiqadi:

- harakatlar qanchalik aniq va tiniq tasavvur etilsa, ularning mashqlantiruvchi effekti shunchalar aniq namoyon bo'ladi;
- ushbu effekt, harakatni tasavvur qilish jarayoni "So'z orqali ifodalab turish" bilan qo'shib olib borilsa, yanada oshib boradi;
- mashqlantiruvchi effekt ayniqsa harakatlarning fazoviy belgilarini egallashda yorqin namoyon bo'ladi, vaqt va kuchdagi belgilarini egallash chog'ida esa nisbatan kamroq ko'zga tashlanadi;
- musobaqalar chog'ida texnik harakatlarni xayolan bajarish ularning natijasini ko'tarishga xizmat qiladi;
- harakatlarni tasavvur qilishning mashqlantiruvchi ta'siri xatolarga ega bo'lsa, salbiy bo'lishi ham mumkin.

Turli sportchilarda harakatlarni tasavvur qilishning mashqlantiruvchi funksiyasi namoyon bo'lishi har xil ekanligi aniqlangan. Bu fikr mashqlantiruvchi effektning qay darajada namoyon bo'lishiga taalluqlidir (I.I.Toropchin).

1 seminar. Fanning umumiy xususiyati va vazifalari

Reja:

1. MDH mamlakatlari va chet elda psixolog mutaxassislar tayyorlash sifatining rivojlanishi.
2. Psixolog tayyorlashning rivojlanish bosqichlari.
3. O‘zbekistonda psixologiyani rivojlanishiga hissa qo‘shgan olimlar.

Psixologiya faninig rivojlanishiga nazar

(Ushbu jadvalni talaba mashg’ulot davomida to’ldiradi)

	1 bosqich	3 bosqich	3 bosqich
AQSH			
FRANSIYA			
MDH			
O‘ZBEKISTON			

Mustahkamlash uchun savollar?

1. O’zbekistonda birinchi laboratoriya qachon tashkil qilingan?
2. O’zbekistonda birinchi psixologiya kafeedrasi qaerda va qachon tashkil qilingan?
3. O’zbekistonda psixologiyani rivojlanishiga hissa qo’shgan olimlar? M.Voxidov va M. Davletshinning ilmiy maktabiga ta’rif berin?

1-MAVZU: 2 SOAT	Fanning umumiy xususiyati va vazifalari
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Jahon psixologiyasi fanining boy tajribasida amaliy psixologlar tayyorlash bo'yicha nazariy va amaliy ahamiyatga molik ijobiy, tatbiqiy ma'lumotlar muayyan darajada umumlashtirilgan. Yigirmanchi asrning 60-yillaridan boshlab AQSH, Angliya va boshqa shu kabi rivojlangan mamlakatlarda psixologik muammolarga juda katta e'tibor qaratila boshlandi. Hozirgi kunga kelib har bir sohada psixologlar jalb qilingan. Har bir sohada psixolog maslahatiga ehtiyoj sezilmoqda. Bu narsa ma'lumotlar almashinuvi orqali ro'y beradi. Pedagogik muloqot jarayonidagi ma'lumotlar almashinuvi asosan uch shakldа amalga oshiriladi: ■ monolog; ■ dialog; ■ polilog.
O'quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o'qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o'tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o'tkazish qoidalari.
O'quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og'zaki bayon qilish, "Bahs-munozara"interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o'tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma'lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O'qituvchi:** Ma'ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o'zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg'otadi. O'z oldiga qo'ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo'lib ishlashni o'rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko'p ma'lumotga ega bo'ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o'zgarishlar)	**O'qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o'zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O'z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog'lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o'rganish. O'z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg'onadi.

2 seminar. Kasb olamining psixologik muammolari

Reja:

1. Kasb olamida psixolog mutaxassislarning o‘rni va roli.
2. Psixologning ijtimoiy xodimlar bilan munosabati.
3. Kasbning psixologik klassifikatsiyasi.

Psixlog kasbiga ta’rif bering?

(Ushbu jadvalni talaba mashg’ulot davomida to’ldiradi)

Psixolog	
Psixolog	
Psixolog	
Psixolog	

Mustahkamlash uchun savollar?

1. Psixologning ahloqiy jihatlarini sanag?
2. **E.A. Klimov** tomonidan taklif etilgan kasblar klassifikatsiyasi?
3. Kasblarning maqsadiga ko‘ra sinflari?
4. Mehnat vosita – qurollarining asosiy belgilariga ko‘ra kasb bo‘limlari?
5. Mehnat sharoitiga ko‘ra kasb guruhlari?

2-MAVZU: 2 SOAT	Kasb olamining psixologik muammolari
Maqsad va vazifalar	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Psixologik xizmat AQSH da 1800 yillardan boshlab rivojlana boshladi. AQSH ning birinchi amaliyotchi psixologlari o‘z-o‘zini tarbiyalash muammosini o‘rgangan eksperimental psixologlar edilar. Amerika maktablarida aqliy taraqqiyot koeffitsentini aniqlash keng tarqalib, keyinchalik «Gaydens» xizmatining rivojlanishiga olib keldi. Fransuz maktab psixologiyasining otasi Alfred Bine bo‘lib, u bu sohada 1894 yildan boshlab ish boshlagan. 1905 yilda Fransiya ta’lim vazirligi Binega umumiy dastur bo‘yicha o‘qiy olmaydigan bolalarni tekshirish muammosi bilan murojaat qiladi va shu tariqa aqliy taraqqiyotda orqada qolgan bolalarni ajratadigan Bine-Simon testi yaratildi.
O‘quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o‘qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o‘tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o‘tkazish qoidalari.
O‘quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og‘zaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o‘tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O‘qituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o‘zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg‘otadi. O‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo‘lib ishlashni o‘rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko‘p ma’lumotga ega bo‘ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o‘zgarishlar)	**O‘qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O‘z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog‘lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o‘rganish. O‘z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg‘onadi.

3 seminar. Amaliy sport psixologi faoliyatining xususiyatlari

Reja:

1. Amaliy sport psixologining statusi va etikasi.
2. Bo‘lg‘usi psixologda muomala uslubini shakllantirish.
3. Psixolog muomalasining tuzilishi va shakllari.

O‘zbekiston psixologlari oldiga psixologik xizmat bilan bog‘liq quyidagi vazifalarni amalga oshirish mas’uliyatini yukladi:

-Aholi o‘rtasida psixologik savodxonlikni oshirishga qaratilgan qator tadbirlarni belgilash va uni amalga oshirish;

-Xar bir shaxs imkoniyatini jamoadagi ijtimoiy-psixologik iqlimni O‘zbekistonda olib borilayotgan ijtimoiy-iqtisodiy va etnopsixologik tamoyillariga moslashtirilgan eng ilg‘or testlar,metodikalar, asosida o‘rganish, tahlil qilish va bu borada tegishli xulosalar chiqarish;

-Xodimlarni tanlash va psixologik imkoniyatlari asosida turli sohalarga yunaltirishda ma’muriy tashkilotlarga ko‘maklashish, shuningdek barcha bulindagi rahbar xodimlarning mamlakatdagi ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyot talabiga mos psixologik savodxonligini oshirish maqsadida qisqa muddatli “ijtimoiy psixologiya” kurslarini tashkil etish;

-Fuqarolarning kasbiy yo‘nalishlarini aniqlash va mehnat birjalari faoliyatini rejalashtirishda faol yordam ko‘rsatish;

-Qator yo‘nalishlarda aholiga sotsial-psixologik xizmat ko‘rsatilishini ta’minlash:

1. Individual psixologik xizmat;
2. Ishlab chiqarish va mehnat jamoalariga psixologik xizmat;
3. Oilaviy hayot tizimida psixologik xizmat;
4. Xalq ta’limi tizimida psixologik xizmat;
5. Ichki ishlar tizimida psixologik xizmat;
6. Sport va sog‘lomlashtirish tizimlarida psixologik xizmat;
7. Tibbiyot tizimida psixologik xizmat;
8. Transport tizimida psixologik xizmat.

3-MAVZU: 2 SOAT	**Amaliy psixolog faoliyatining xususiyatlari**
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Amaliy psixolog statusiga ega bo‘lishni istagan insonna bir qator talablar qo‘yiladi ularning birinchisi u oliy ma’lumotli psixolog bo‘lishi zarur. Bunday diplom oliy o‘quv yurtini bitirganda yoki ikkinchi mutaxassislik orqali olinadi. Bundan tashqari amaliy psixolog albatta psixoterapiya, psixokorreksiya, pato psixologiya, defektologiya, psixologik maslaxat, tibbiyot, pedagogika, sotsiologiya, huquq fanlaridan habardor bo‘lishi talab qilinadi. U albatta bolalar bilan muloqot qila olishi talab qilinadi. amaliy psixolog albatta psixologik maslahat sirlaridan habardor bo‘lishi lozim. Amaliy psixolog albatta hamma sohalarda ishlaydi.
O‘quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o‘qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o‘tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o‘tkazish qoidalari.
O‘quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og‘zaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o‘tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O‘qituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o‘zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg‘otadi. O‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo‘lib ishlashni o‘rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko‘p ma’lumotga ega bo‘ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o‘zgarishlar)	**O‘qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O‘z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog‘lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o‘rganish. O‘z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg‘onadi.

4 seminar. Sport psixologining eng muhim kasbiy xislatlarini shakllantirish va uning rejasi

Reja:

3. Psixolog kasbining professiogrammasi.
4. Ixtisos sifatida shakllanishining bosqichlari (bakalavr, magistr) va ularning o‘ziga xos xususiyatlari.

Professiografiya deb, mehnat sub’ektining 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 ob’ektiv 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-gigienik, ijtimoiy-psixologik, estetik);
5) faoliyatni tashkillashtirish (ish yuklamasining ko‘rinishi va xajmi, ish va dam olish rejimi);
6) faoliyat sub’ekti (funksional xolatlar, kommunikativ sifatlar, vazifalarga taalluqlilik).

Faoliyat psixogrammasi mehnat egasining kognitiv, emotsional-irodaviy, motivatsion, individual-psixologik va boshqa kasbiy muhim bo‘lgan sifatlarga qo‘yiladigan talablar hamda xarakteristikalaridan iborat bo‘lishi kerak.

4-MAVZU: 2 SOAT	Sport psixologining eng muhim kasbiy xislatlarini shakllantirish va uning rejasi
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Psixolog albatta quyidagi xususiyatlarga ega bo‘lishi talab qilinadi. U mutaxassis sifatida ma’lum bir darajalarga ega bo‘lishi kerak. O‘z mas’uliyatini amaliy psixolog albatta hamma sohalarda ishlatishi mumkin. psixologda ijtimoiy himoya bo‘lishi talab qilinadi, u o‘zini himoyalangan deb hisoblashi kerak. Bugda u psixologlarning jamiyatiga murojaat qilishi kerak bo‘ladi. Bu manzilda amaliy psixologlar uchun himoya beriladi. Psixologlar bakalavr mutaxassisliklarida umumiy psixologiya, eksperimental psixologiya, ijtimoiy psixologiya, psixodiagnostika, sotsial trening, yosh davrlari psixologiyasi, oilaviy munosabatlar psixologiyasi, differensial psixologiya, etnopsixologiya, sport psixologiyasi, psixologiya tarixi, pedagogik psixologiya, oliy maktab psixologiyasi, din psixologiyasi, marketing psixologiyasi va boshqa psixologik sohalardan ilmiy nazariy ma’lumotlarga ega bo‘lishadi. Ularning nazariy ma’lumotlari ma’lakaviy bitiruv ishlarida amaliy tahlil qilinadi.
O‘quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o‘qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o‘tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o‘tkazish qoidalari.
O‘quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og‘zaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o‘tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O‘qituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o‘zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg‘otadi. O‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo‘lib ishlashni o‘rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko‘p ma’lumotga ega bo‘ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o‘zgarishlar)	**O‘qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O‘z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog‘lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o‘rganish. O‘z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg‘onadi.

5 seminar. Sport psixologi tadqiqotchisining faoliyati oldiga qo‘yiladigan asosiy talablar

Reja:

3. Psixologning ixtisoslikka o‘z o‘zini-o‘zi tayyorlashning mazmuni va shakl.
4. Psixologiya institutlari ilmiy faoliyatining xarakteristikasi (Sport federatsiyalari, olimpiya zahiralar kelejjlari, ilmiy muammoli laboratoriyalari).
5. Psixologiya fanning yirik namoyandalari to‘g‘risida talabalar bilan suhbat uyushtirish.

Kasb tushunchasi nima ekanligini aniqlab olishimiz zarur. Taniqli psixolog E.A.Klimov kasbning turli xil holatlarini tahlil qilib chiqqan:

6. Kasb bu insonlarni ma’lum bir holatlaridagi bir xilligidir. To‘g‘ri turli xil kasb egalarining yashash sharoitlari turlicha bo‘lishi mumkin. Hattoki bitta kasbda ham yashash darajasi turlicha bo‘lishi mumkin. Bunda ularning oldiga qo‘ygan maqsadlari ham muhim o‘rin tutadi, biroq kasblaridagi boshlang‘ich qadriyatlar bir biriga yaqin bo‘ladi.

7. Kasb insonlarning xatti –harakatlarini ajratadigan holatdir. Bunda psixolog mutaxassis sifatida o‘zini qanday namoyon qilishi ko‘zda tutilgan. Ma’lumki psixologiya sohasi xali ham o‘rganilayotgan va qarimaydigan sohalardan biri hisoblanadi. Ularning usullari ham takomillashib bormoqda.

8. Shaxs xususiyatlarini aks ettiradigan kasb faoliyatidir. Biz ko‘pgina holatlarda psixolog qandaydir xizmatlar ko‘rsatishini sezib, uni o‘zini shakllantirishda kerak ekanligini unutib qo‘yamiz.

9. Kasb bu tarixiy rivojlanuvchi tizim hisoblanadi. “professiya” so‘zi lotinchadan olingan bo‘lib barchani oldida gapirmoq so‘zini beradi. Kasbning o‘zi insonlarning yashash sharoitlariga qarab o‘zgaradi. Asosan psixologiya kasbi mashhur bo‘lgan shaxslarning hayoti bilan bog‘liq holda amalga oshirilgan.
Psixologiya kasbi reallikdir, bu sub’ektning o‘zini shakllanish imkoniyatini yaratadi.

5-MAVZU: 2 SOAT	Psixolog tadqiqotchining faoliyati oldiga qo‘yiladigan talablar
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Mutaxassis psixologning asosiy faoliyati albatta mehnat faoliyati bilan bevosita bog‘liqdir. Inson o‘zining mehnat orqali namoyon qilishi mumkin. Psixologning mehnati haqidagi tasavvurlarni keltirib o‘tamiz: 5. “engil mehnat” ideali. Bunda inson mehnat qilmasdan ko‘proq maosh olishni o‘ylaydi. Bu aynan psixologlar uchun noto‘g‘ri bo‘lgan faoliyatlardan biri hisoblanadi. Chunki ulardan mehnatdan zavqlanishlari zarur. 6. Noniqlik tushunchasini kamaytirishga qaratilgan faoliyat. (antientropizm) murakkab ob’ektlarni osonlashtirish qobiliyati hisoblanadi. Bunday vaziyatlarda ijodiy faoliyat uchun o‘rin qolmaydi. 7. Qalban ko‘rlik. Ular boshqa insonlar bilan xursand va xafa bo‘la olishmaydi.
O‘quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o‘qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o‘tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o‘tkazish qoidalari.
O‘quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og‘zaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o‘tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O‘qituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o‘zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg‘otadi. O‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo‘lib ishlashni o‘rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko‘p ma’lumotga ega bo‘ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o‘zgarishlar)	**O‘qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O‘z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog‘lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o‘rganish. O‘z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg‘onadi.

6 seminar. Psixologiya fakultetlari va bo‘limlari hayoti va faoliyati to‘g‘risida ma’lumot berish

Reja:

4. **Chet elda psixologlar tayyorlash tarixi.**
5. **MDH mamlakatlarida psixologlar tayyorlashning rivojlanishi.**
6. **O‘zbekistonda psixologlar tayyorlash hayotidan lavhalar**

Psixolog mutaxassislik albatta ikkita savolga javob berishi zarurdir:

Birinchidan, psixologiya tushunchasi inson faoliyatida kerakligi aniqlanishi zarur. Bu faoliyat o‘zining maxsus holatlariga ega bo‘lishi talab qilinadi, u boshqa fanlardan ajralgan holda bo‘lishi zarur.

Ikkinchidan, shu soha bilan shug‘illanadigan insonlar jamiyati bo‘lishi zarur.

Uchinchidan, mutaxassislarni tayyorlash tizimi bo‘lishi talab qilinadi.

O‘zbekiston psixologiyasida quyidagi holatlarni qayd qilishimiz mumkin.

1. Rus psixologlaridan Ivanovning O‘rta Osiyo Davlat Universitetida dars berishi.
2. Mantiq kafedrasi qoshida psixologiya fanining o‘qitilishi.
3. 1972 yildi Toshkent davlat Universiteti qoshida psixologiya kafedrasini tashkil topishi.
4. Birinchi professorning paydo bo‘lishi M.G.Davteshin, B.R.Qodirov, E.G‘.G‘oziev, G‘.B.SHoumarov, V.M.Karimova
5. O‘zbekistonda Oliy attestatsiya komissiyasining paydo bo‘lishi va fan nomzodlari ximoyasining O‘zbekistonda o‘tkazilishi.
6. Psixologlar jamiyatini paydo bo‘lishi

Psixologiya fanini tizimlashtirish haqida 1900 yilda 4 Xalqaro konferensiyada qayd qilingan.

6-MAVZU: 2 SOAT	**Psixologiya fakultetlari va bo‘limlari hayoti va faoliyati to‘g‘risida ma’lumot berish**
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Bu Leypsig eksperimental psixologiya laborotoriyasi hisoblanadi u 1879 yilda ochilgan. Mana shu holatdan so‘ng psixologiya boshqa fanlar tizimidan ajralib chiqqan. Rossiyada ham psixologiya fani tezlik bilan rivojlana boshlagan. V.M.Bexterev Rossiyada birinchi bo‘lim ekperimental psixologiya laborotoriyasini tashkil qildi (1857-1927), Sankt-Peterburgdagi psixonevrologik laborotoriya G.I.CHelepanov (1862-1936), birinchi psixologiya institutini tashkilotchisi N.N.Lange (1858-1921), gruzin psixologiya maktabi D.N.Uznadze (1886-1950) va boshqalar psixologiya fanining ravnaqiga katta xissa qo‘shishgan. Nazariy psixologiyani rivojlanishi bu asrlar davomida shakllanib ma’lum bir tizimga kelgan. Arastuni psixologiya fanining otasi deb hisoblashadi. U ruh haqidagi qarashlari bilan mashhurdir. Gippokrat va boshqa yunon olimlari bilan bir qatorda O‘rta Osiyo olimlari ham psixologiya fanining rivojlanishiga katta xissa qo‘shishgan. Ulardan Ibn Sino, Farobiy, Farg‘oniy va boshqalar.
O‘quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o‘qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o‘tkazish. Baxs turlari. YOzma baxsni o‘tkazish qoidalari.
O‘quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og‘zaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o‘tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O‘qituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o‘zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg‘otadi. O‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo‘lib ishlashni o‘rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko‘p ma’lumotga ega bo‘ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o‘zgarishlar)	**O‘qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O‘z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog‘lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o‘rganish. O‘z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg‘onadi.

7 mavzu. Xalq ta'limi sohasida faoliyat ko'rsatayotgan amaliy maktab psixologlarining ish mazmuni va ularning tadqiqotchilik xususiyatlari

Reja:

3. Maktab psixologining faoliyat dasturi.
4. Ta'lim va tarbiya samaradorligini oshirishda amaliy psixologning roli.

Psixologik xizmatning umumiy maqsadlaridan kelib chiqib, psixolog umumiy o'rta ta'lim maktabida quyidagi vazifalarni bajarishi talab etiladi:

1. Bolalarning har-bir yosh bosqichida shaxs sifatida va intellektual jihatdan to'laqonli rivojlanishini ta'minlash, ularda o'z-o'zini tarbiyalash va rivojlantirish qobiliyatini shakllantirish:

2. Har bir bolaga indivudual yondashuvni va uning psixologik- pedagogik o'rganilishini taminlash:

3. Bolaning intellektual jihatdan va shaxs sifatida rivojlanish jarayonida yuz berishi mumkin bo'lgan chetga chiqishlarni profilaktika qilish.

Maktabdagi ilk qadamlardanoq psixolog ma'muriyatga ularning faoliyat doirasiga nimalar kirmasligini,mo'jizalar ko'rsatish uning qo'lidan kelmasligini tushuntirishi lozim.

Maslahat berish – psixologik xizmatning asosiy yo'nalishlaridan biridir. Lekin psixologik maslahat o'zi nimaligi haqida yagona tushuncha yo'q. Psixolog aniq o'quv muassasasidagi o'qituvchilar va o'quvchilar orasidagi munosabatning ijobiy va salbiy tomonlarini rivojlanadigan ijtimoiy muhitning ichida bo'ladi. U har bir o'kuvchi yoki o'qituvchining o'zinigina emas, shaxslararo munosabatning murakkab sistemasini ham ko'radi, boshqa ish turlari bilan birgalikda vaziyatni hal qiladi.

Yuqoridagi usulda ish olib borganda psixolog va o'kituvchi o'z sohasini yaxshi biluvchi mutahassislar sifatida namoyon bo'ladi.

1. O'quvchi muammolari bo'yicha ularning hamkorligi bilimlarining birikuviga imkon beradi va muammolarni hal qilish uchun keng ijodiy imkoniyatlar yaratadi. Maslahat berishning asosiy ahamiyati ana shunda.

2. Psixolog o'quvchilar va talabalarning psixologik xususiyatlari, ularning qiziqishi, mayli, ilk iqtidori kabilarni o'rganadi, mutaxassis va etuk shaxs sifatida shakllanishiga yordam ko'rsatadi.

3. Maktabgacha yoshdagi bolalar, o'quvchilar, hunar bilim yurti tinglovchilari yangi tipdagi maktab, oliy o'quv yurti talabalarida uchraydigan o'quv malakalari va ko'nikmalarini egallashdagi nuqsonlar xulq-atvordagi kamchiliklar, intellektual tarqqiyot va shaxs fazilatlaridagi buzilishlarni diagnostika qiladi.

4. Boshqa sohaning mutaxassislari bilan birgalikda psixik rivojlanishlagi nuqsonlar xilma-xilligini hisobga olgan holda differensial diagnostikani amalga oshiradi. Assotsial xulq-atvor sabablarini va shakllarini belgilaydi. Giyohvandlik va taksionmanlik, alkogolizm, o'g'rilik, daydilikning ijtimoiy psixologik ildizlarini tekshiradi, omillarni tahlil qiladi.

7-MAVZU: **2 SOAT**	**Xalq ta'limi sohasida faoliyat ko'rsatayotgan amaliy maktab psixologlarining ish mazmuni va ularning tadqiqotchilik xususiyatlari**
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Psixolog ishini nimadan boshlashi kerak? Bugungi kunda ko'pchilik umumiy o'rta ta'lim maktablari o'zining psixologlariga ega. Biroq shunga qaramay direktor va o'qituvchilar ko'pincha psixologning qo'lidan nima kelishi mumkinligini yaxshi tasavvur etolmaydilar. Ularga psixolog hamma muammolarini bir zumda hal qilib beradigandek tuyuladi. Ammo psixologning maktabda ish boshlaganidan keyin maktabda tashqi jihatdan hech narsa o'zgarmaganini ko'rishgach, ularda «Maktab psixologining o'zi nima keragi bor?» degan tipdagi savollar tug'iladi. Shuni alohida ta'kidlash kerakki, maktabdagi amaliy ish uchun psixolog o'rgangan nazariy bilimlar etmay qoladi. Maktabga kelib qolgach, psixologlar ko'pincha amaliyotning ular oldiga qo'ygan muammolaridan dovdirab qoladilar. SHunday ahvolga tushib qolmasligi uchun psixolog avvalo maktabga nima maqsadda borayotganligini aniqlashtirib olishi kerak.
O'quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o'qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o'tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o'tkazish qoidalari.
O'quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og'zaki bayon qilish, "Bahs-munozara"interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o'tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma'lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O'qituvchi:** Ma'ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o'zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg'otadi. O'z oldiga qo'ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo'lib ishlashni o'rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko'p ma'lumotga ega bo'ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o'zgarishlar)	**O'qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o'zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O'z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog'lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o'rganish. O'z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg'onadi.

8 seminar. Psixika haqida umumiy tushuncha

Reja:

1. Psixologiya predmeti haqidagi tasavvurlar rivojlanishining asosiy bosqichlari.
2. Jonli va jonsiz tabiatda aks ettirish shakllari.
3. Psixik aks ettirish. Onglilik va ongsizlik.

Psixik hodisalarni o‘rganuvchi fan – psixologiya deb ataladi. Psixologiya (yunoncha, psyxe – ruh, logos – bilim, ilm, fan) insonning ob’ektiv borliqni sezgi, idrok, tafakkur, his-tuyg‘u va boshqa psixik holatlar orqali aks ettirish jarayonlari va qonuniyatlarini o‘rganadigan fandir. Psixologiyaning predmeti konkret shaxs, uning jamiyatdagi xulq-atvori va turli faoliyatlarning o‘ziga xos tomonlaridir. Psixologiya konkret fan sifatida asixik faoliyat qonuniyatlarini, uning ro‘y berishi mexanizmlari va omillarini o‘rganuvchi fandir.

Psixologiya fanining asosiy vazifasi - psixik hodisalarni o‘rganish va ilmiy asoslashdir. Axir barcha narsalar kabi psixik hodisalar ham ma’lum qonuniyatlarga bo‘ysunadi. Psixologiya shu qonuniyatlarni ochishga, ularning tarkib topishi va rivojlanishini ochishga qaratilgandir. Ushbu qonuniyatlarni bilish, ularni boshqarish, tashkil etish, ta’lim-tarbiya jarayonlarini to‘g‘ri olib borishga yordam beradi.

Ilmiy psixologiyaning predmeti deyilganda avvalo psixik hayotning konkret faktlari nazarda tutiladi. Psixik xarakterga doir har bir fakt esa ham miqdor ham sifat jihatidan xarakterli xususiyatga ega. Ilmiy jihatdan bilish hodisalarni tasvirlashdan ularni tushuntirib berishga o‘tishni muqarrar talab qiladi. Bu esa o‘z o‘rnida qonunlar mohiyatini ochib berishni talab etadi. Demak, psixologik faktlar bilan birgalikda psixologik qonunlar psixologiya fanining o‘rganiladigan predmeti bo‘lib yuzaga chiqadi, shuningdek psixik holatning mexanizmlarini aniqlashdan iboratdir. Ushbu muammolar fiziologiya, biofizika, bioximiya, kibernetika bilan birga ochib beriladi.

Abu Nasr Forobiyning inson va uning psixikasi haqidagi qarashlari «Ideal shahar aholisining fikrlari», «Masalalar mohiyati», «Falsafiy savollar va ularga javoblar», «Jism va aksidentsiyalarning shakllariga qarab bo’linishi», «Sharhlardan», «Hikmat ma’nolari», «Aql ma’nolari to’g’risida» kabi qator asarlarida bayon etilgan.

Abu Rayhon Beruniy o’zining «O’tmish yodgorliklari» kitobida inson hayotiga doir xilma-xil ma’lumotlarni keltiradi.

Ibn Sinoning 5 tomlik «Tib qonunlari» asarida organizmning tuzilishi, undagi nervlar va nerv yo’llari, fiziologik jarayonlar bilan bog’liq psixik jarayonlar haqida ancha muhim ma’lumotlar bor. Uning «Odob haqida» risolasi ham inson shaxsini shakllantirish to’g’risidagi jiddiy asardir.

Yusuf Xos Xojibning «Qutadg’u bilig» asaridagi bosh masalalardan biri komil insonni tarbiyalashdir.

Abdurahmon Jomiyning «Bahoriston», «Xiradnomai Iskandariy», «Tuhfatul ahror», «Sisilatuz zaxob» va boshqa asarlarida ilm–ma’rifat, ta’lim-tarbiya, kasb–hunar o’rganish, yaxshi xislatlar va odoblilik haqidagi fikrlar ifodalangan.

Devoniy o’zining «Axloqi Jaloliy» nomli asarida insoniy fazilatlarni to’rtga bo’ladi va bular donolik, adolat, shijoat va iffatdir.

Psixika haqidagi qarashlar ma’lum vaqt (salkam 5 asr) kun tartibidan olib qo’yildi va XIX asr oxiri va XX asr boshlarida G’arbiy Yevropa mamlakatlarida va AQShda yana turli munozaralarga sabab bo’la boshladi. (I.M.Pavlov, N.E.Ribakov, K.N. Kornilov, P.P. Blonskiy, A.S. Vigotskiy – Rossiya, U. Djems, S.Xoll – AQSh, va boshqalar).

8-MAVZU: **4- SOAT**	**Psixika haqida umumiy tushuncha.**
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Psixikaning asl ma’nosi nimani anglatishini va inson psixikasiga uning ta’sirini aniqlashimiz lozim. Psixologiya fanining tarixi, uning boshqa fanlar bilan aloqasi, psixologiyani vujudga kelishi fan sifatidagi faoliyatini boshlashini tahlil qilish kerak. Psixologiya fanining qadim yunonlarda, rimliklarda, O‘rta Osiyoda rivojlanishi tarixi haqida talabalarning ongiga singdirish. Yunon olimlaridan Aflotun, Arastu, Greklit, Suqrot, Gerodotning psixologiya faniga qo‘shgan xissalari haqida so‘z yuritish. Ibn sino, Farobiy, Beruniy ishlarining tahlilda psixologiya fanining asoslarini tushuntirish.
O‘quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o‘qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o‘tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o‘tkazish qoidalari.
O‘quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og‘zaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o‘tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O‘qituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o‘zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg‘otadi. O‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo‘lib ishlashni o‘rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko‘p ma’lumotga ega bo‘ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o‘zgarishlar)	**O‘qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O‘z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog‘lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o‘rganish. O‘z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg‘onadi.

9 seminar. Psixologiya fanining tarmoqlari va psixologik amaliyot vazifalari

Reja:

3. Psixologiya faning tarmoqlari rivojalnishi.
4. Psixologik sohalarning taraqqiyoti.

AQSh va RFdagi mavjud ba’zi psixologik tarmoqlar klassifikatsiyasi

AQSH	RF
Muhandis-psixolog	Muhandis-psixolog
Maslahatchi-psixolog	Siyosiy-psixolog
Madaniyat masalalari bo‘yicha psixolog	Tibbiyotchi psixolog
Klinik psixolog	Psixologiya o‘qituvchisi
Ishlab chiqarish va sanoat psixologi	Trener-psixolog
Salomatlik psixologiyasi bo‘yicha mutaxassis	Maktab psixologi
Ijtimoiy psixolog	Huquqshunos psixolog

Qiyosiy psixologiya	Psixofiziolog
Psixofiziolog	Ijtimoiy psixolog
Maktab psixologi	Zoopsixolog
Eko-psixolog	Salomatlik psixologiyasi bo‘yicha mutaxassis

Psixologiyaning ko‘plab sohalari mavjuddir. psixologiya fanida asosiy fan deb umumiy psixologiya fanini aytsa bo‘ladi, u psixik faoliyat formalarini, psixologiya fanida poydevor vazifasini bajaradi. umumiy psixologiya tarkibida bir qator bo‘limlar mavjuddir, bular:

- evolyusion psixologiyaga kirish;
- bilish jarayonlarining tahlili (sezgi, idrok, xotira, tafakkur, xayol).
- affektiv hayotdagi jarayonlar tahlili (insonning ehtiyojlari, hissiyotning murakkab formalari).
- inson faoliyatining psixologik ko‘rinishini va uning faolligini boshqarish;
- shaxs psixologiyasini va individual farqlarni tahlil qilish.

Umumiy muammolarga quyidagi olimlarning ishlari qaratilgan: Germaniyalik V.Vundt, AQShda U.Djems, Fransiyada A.Bine, P.Jane, A.Vallon, A.Peron, P.Fress, rus olimlaridan L.S.Vigotskiy, S.L.Rubinshteyn, A.N.Leontev, A.A.Smirnov, B.M.Teplov va boshqalar.

9-MAVZU: **4- SOAT**	**Psixologiya fanining tarmoqlari va psixologik amaliyot vazifalari .**
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Uzoq vaqtlar davomida psixologiya tabiiy, ijtimoiy fanlardan ajratilib oʻrganiladigan ilm sohasi sifatida qaralgan. Buning asosiy sababi shundaki, oʻsha paytlarda psixologiya, inson ruhi idealistik nuqtai nazaridan talqin etilgan. Psixologiya oldida turgan asosiy vazifa asosan inson ichki olamini oʻrganish boʻlib, bu ichki olamga tashqi dunyoga aloqasiz ravishda lrganizm ichida paydo boʻladigan ichkarida kechadigan jarayonlar, holatlar sifatida talqin etilgan. Masaslan R.Dekartning ta’kidlashicha, insonning oʻzini oʻzi anglashi uning ruhiy hayotiga xos boʻlgan narsa boʻlib barcha psixik kechinmalarning murakkabligi faqat ana shu ichki jarayonlargagina bogʻliqdir. Oʻtgan asrda ana shu ichki olamni tashqi olamga qarshi qoʻyib, uni ajratgan holda talqin etish gʻoyalariga qarshi kurash avj olib ketgan edi bundan 100 yilcha muqaddam I.M.Sechenov tomonidan his etiladigan va amalga oshiriladigan psixologik faoliyatlarning oʻrganishi kerak deb aytadi.
Oʻquv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol oʻqitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni oʻtkazish. Baxs turlari. YOzma baxsni oʻtkazish qoidalari.
Oʻquv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** ogʻzaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida oʻtkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**Oʻqituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan oʻzlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uygʻotadi. Oʻz oldiga qoʻygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh boʻlib ishlashni oʻrganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida koʻp ma’lumotga ega boʻladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, oʻzgarishlar)	**Oʻqituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni oʻzlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. Oʻz ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bogʻlash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni oʻrganish. Oʻz fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uygʻonadi.

10 seminar. Psixologiya fanining metodlari.

Reja:

3. Psixik jarayonlarning shakllanishi va hukm surishini tekshirishning ob’ektiv metodlari.
4. Kuzatish, suhbat, inson faoliyati mahsulini tahlil qilish psixologiyaning metodlari sifatida.

Jahon psixologiyasi fanidan xulq atvor, muomala va faoliyat muvaffaqiyatini ta’minlovchi omillarning eng muhimi tariqasida insonning emotsional hayoti yotishi aksariyat nazariyotchi psixologlar tomonidan ta’kidlab o‘tiladi. Aniq izlanish predmetiga ega bo‘lgan har qanday fan o‘sha predmetining mohiyatini yoritish va materiallar to‘plash uchun maxsus usullar va vositalardan foydalanadi. Bu esa fanning metodlari deb yuritiladi. Metod – (yunoncha – metod – tadqiqot tekshirish) bilishning nazariy va amaliy o‘zlashtirish usullari yig‘indisi[43].

Psixologiyaning metodlari qanday usul ekanligi ular boshqa usulllardan nimasi bilan farq qilishini tahlili qilish, kuzatish, suhbat, test, anketa, sahnalashtirish, olingan natijalarni qayta ishlash, sotsiometriya, langityud, egizak, eksperiment usullari haqida talabalarga bilimlar berish. Kuzatish usuli eng qadimiy usullardan biri hisoblanib, insonning psixologik holatlarini bilish jarayonlarini aniqlashda ishlatiladi, suhbat usuli asosan ikki va undan ko‘p insonlar jamosi bo‘lgan holatlarda ishlatilishi mumkin. Test usuli aqliy jarayonlarni, psixologik holatlarni, individual psixologik xususiyatlarni aniqlashda ishlatiladi. Test usuli individual va guruhiy qilib o‘tkazilishi mumkin, anketa usuli asosan ijtimoiy fikrlarni bilish uchun va ularning holatlarini tahlil qilishda ishlatiladi. Sahnalashtirish uchuli asosan yuridik psixologiya fanida o‘tkazilishi mumkin, langityud usuli uzluksiz usul bo‘lib bir ob’ektni bir necha yillar davomida o‘tkazilishi natijasida yuzaga kela va tahlil qilinadi.

[43] David G. Myers. Psychology. Tenth Edition // Hope College Holland, Michigan. – NY.: Worth Publishers, 2013. – P. 35

10-MAVZU: **4- SOAT**	**Psixologiya fanining metodlari**
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Jahon psixologiyasi fanidan xulq atvor, muomala va faoliyat muvaffaqiyatini ta’minlovchi omillarning eng muhimi tariqasida insonning emotsional hayoti yotishi aksariyat nazariyotchi psixologlar tomonidan ta’kidlab o‘tiladi. Aniq izlanish predmetiga ega bo‘lgan har qanday fan o‘sha predmetining mohiyatini yoritish va materiallar to‘plash uchun maxsus usullar va vositalardan foydalanadi. Bu esa fanning metodlari deb yuritiladi. Metod – (yunoncha – metod – tadqiqot tekshirish) bilishning nazariy va amaliy o‘zlashtirish usullari yig‘indisi. Psixologiyaning metodlari qanday usul ekanligi ular boshqa usulllardan nimasi bilan farq qilishini tahlili qilish, kuzatish, suhbat, test, anketa, sahnalashtirish, olingan natijalarni qayta ishlash, sotsiometriya, langityud, egizak, eksperiment usullari haqida talabalarga bilimlar berish.
O‘quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o‘qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o‘tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o‘tkazish qoidalari.
O‘quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og‘zaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o‘tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O‘qituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o‘zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg‘otadi. O‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo‘lib ishlashni o‘rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko‘p ma’lumotga ega bo‘ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o‘zgarishlar)	**O‘qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O‘z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog‘lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o‘rganish. O‘z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg‘onadi.

11 seminar. Psixikaning vujudga kelishi va uning evolyusiyasi.

Reja:

3. Psixikaning ob'ektiv va sub'ektiv mezonlari.
4. Psixikani rivojlanish bosqichlari. Xatti -harakat formalari.
5. Hayvonlar intellektual xatti xarakat formalari.

Uzoq vaqtlar davomida psixologiya tabiiy, ijtimoiy fanlardan ajratilib o'rganiladigan ilm sohasi sifatida qaralgan. Buning asosiy sababi shundaki, o'sha paytlarda psixologiya, inson ruhi idealistik nuqtai nazaridan talqin etilgan. Psixologiya oldida turgan asosiy vazifa asosan inson ichki olamini o'rganish bo'lib, bu ichki olamga tashqi dunyoga aloqasiz ravishda lrganizm ichida paydo bo'ladigan ichkarida kechadigan jarayonlar, holatlar sifatida talqin etilgan. Masaslan R.Dekartning ta'kidlashicha, insonning o'zini o'zi anglashi uning ruhiy hayotiga xos bo'lgan narsa bo'lib barcha psixik kechinmalarning murakkabligi faqat ana shu ichki jarayonlargagina bog'liqdir.

O'tgan asrda ana shu ichki olamni tashqi olamga qarshi qo'yib, uni ajratgan holda talqin etish g'oyalariga qarshi kurash avj olib ketgan edi bundan 100 yilcha muqaddam I.M.Sechenov tomonidan his etiladigan va amalga oshiriladigan psixologik faoliyatlarning o'rganishi kerak deb aytadi.

I.M.Sechenov tomonidan taklif qilingan reflektor nazariya konsepsiyasi dualizm qarashlarini psixik hayotga tadbiq etish bo'yicha birinchi ilmiy qarash bo'lmagan.

Rivojlanishni quyi bosqichidagi hayvonlarning xatti-harakatida faqat tug'ma xususiyatlar ustunlik qiladi deb aytiladi. Bu tug'ma xususiyatlar ma'lum bir o'zgarmas shart sharoitlar uchun adekvat xisoblanadi. Agar yashash sharoiti tez-tez o'zgarib tursa, tug'ma instinktiv xatti harakatlar noadekvat hisoblanadi. Bu xatti-harakatlarning asosiy kamchiligi, bu ularni har xil shart sharoitlarga moslasha olmasligidir. Shuning uchun ham hayvonlarda individual o'zgaruvchan xatti harakatlarga nisbatan ehtiyojlar paydo bo'la boshladi. Evolyusion taraqqiyotning quyi bosqichidagi hayvonlarda etakchi o'rinni egallagan tug'ma xususiyatlar, sut emizuvchilarga kelganda ikkinchi planga o'tadi.

11-MAVZU: 2- SOAT	**Psixikaning vujudga kelishi va uning evolyusiyasi**
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Uzoq vaqtlar davomida psixologiya tabiiy, ijtimoiy fanlardan ajratilib o'rganiladigan ilm sohasi sifatida qaralgan. Buning asosiy sababi shundaki, o'sha paytlarda psixologiya, inson ruhi idealistik nuqtai nazaridan talqin etilgan. Psixologiya oldida turgan asosiy vazifa asosan inson ichki olamini o'rganish bo'lib, bu ichki olamga tashqi dunyoga aloqasiz ravishda lrganizm ichida paydo bo'ladigan ichkarida kechadigan jarayonlar, holatlar sifatida talqin etilgan. Masaslan R.Dekartning ta'kidlashicha, insonning o'zini o'zi anglashi uning ruhiy hayotiga xos bo'lgan narsa bo'lib barcha psixik kechinmalarning murakkabligi faqat ana shu ichki jarayonlargagina bog'liqdir. O'tgan asrda ana shu ichki olamni tashqi olamga qarshi qo'yib, uni ajratgan holda talqin etish g'oyalariga qarshi kurash avj olib ketgan edi bundan 100 yilcha muqaddam I.M.Sechenov tomonidan his etiladigan va amalga oshiriladigan psixologik faoliyatlarning o'rganishi kerak deb aytadi.
O'quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o'qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o'tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o'tkazish qoidalari.
O'quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og'zaki bayon qilish, "Bahs-munozara"interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o'tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma'lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O'qituvchi:** Ma'ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o'zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg'otadi. O'z oldiga qo'ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo'lib ishlashni o'rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko'p ma'lumotga ega bo'ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o'zgarishlar)	**O'qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o'zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O'z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog'lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o'rganish. O'z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg'onadi.

12 seminar. Inson psixikasining ijtimoiy-tarixiy tabiati

Reja:

1. Ijtimoiy ishlab chiqarish inson hayotining usuli sifatida.
2. Ehtiyojlarning vujudga kelishi.
3. Individ, sub’ekt, shaxs, individuallik tushunchasi.

«Insoniyatga xos bo‘lgan ehtiyojlarning mazmuni, shakli va qondirilishi» usuli ijtimoiy-tarixiy taraqqiyot davrida rivojlanib, o‘zgarib va takomillashib boradi. Xozirgi zamon kishisining ehtiyojlari va ularning kondirilishi ajdodlarnikidan xam, avlodlarnikidan xam tubdan farklanadi, lekin etnopsixoloshk xususiyatlar ta’siri o‘z ahamiyatini etarli darajada yo‘kotmaydi. Shaxsning ehtiyojlarini to‘la-tukis qondirish uni komil inson sifatida kamol toptirishning eng muhim shartlaridan biri xisoblansa-da, lekin bu uning ustuvor ekanligini bildirmaydi, chunki boshqa ta’sirchan omillar xam mavjuddir. Kamolotga erishishning muhim shart-sharoiti xisoblanmish mehnat insonning ehtiyojiga aylanmasa, u o‘z ehtiyojlarining engil, oson yo‘llar bilan qondirishga xarakat kilsa, inkirozga uchraydi. Engil yo‘l bilan o‘z ehtiyojlarini qondirish ijtimoiy qonun va qoidalarga zid xulq-atvor manbaiga aylanishiga, jinoiy xatti-xarakat kelib chiqishiga, tekinxo‘rlik illatining namoyon bo‘lishiga zamin xozirlaydi.

Jadvalni to’ldiring?

Individ,	
Sub’ekt	
Shaxs,	
Individuallik	

12-MAVZU: **2- SOAT**	**Inson psixikasining ijtimoiy-tarixiy tabiati**
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Rivojlanishni quyi bosqichidagi hayvonlarning xatti-harakatida faqat tug'ma xususiyatlar ustunlik qioadi deb aytiladi. Bu tug'ma xususiyatlar ma'lum bir o'zgarmas shart sharoitlar uchun adekvat xisoblanadi. Agar yashash sharoiti tez-tez o'zgarib tursa, tug'ma instinktiv xatti harakatlar noadekvat hisoblanadi. Bu xatti-harakatlarning asosiy kamchiligi, bu ularni har xil shart sharoitlarga moslasha olmasligidir. SHuning uchun ham hayvonlarda individual o'zgaruvchan xatti harakatlarga nisbatan ehtiyojlar paydo bo'la boshladi. Evolyusion taraqqiyotning quyi bosqichidagi hayvonlarda etakchi o'rinni egallagan tug'ma xususiyatlar, sut emizuvchilarga kelganda ikkinchi planga o'tadi. Endi hayvonat olami tashqi muhitga moslashishga harakat qiladilar va bu xatti harakatlar individual o'zgaruvchan xatti harakatni vujudga kelishiga zamin yaratadi. Hattoki bir xujayrali xayaonlarning xatti-harakatida ham individual o'zgaruvchan faoliyatni kuzatishimiz mumkin.
O'quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o'qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o'tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o'tkazish qoidalari.
O'quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og'zaki bayon qilish, "Bahs-munozara"interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o'tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma'lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O'qituvchi:** Ma'ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o'zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg'otadi. O'z oldiga qo'ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo'lib ishlashni o'rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko'p ma'lumotga ega bo'ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o'zgarishlar)	**O'qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o'zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O'z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog'lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o'rganish. O'z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg'onadi.

13 seminar. Insonda aks ettirish darajalari. Ongning paydo bo‘lishi va rivojlanishi

Reja:

4. Anglanilgan va anglanilmagan psixik hodisalar.
5. Ustanovka tushunchasi (D.N.Uznadze).
6. Ongning vujudga kelishida: jamoa, mehnat faoliyati va nutq. Faoliyat va ong birligi prinsipi.

Hayvon va odam psixikasidagi farqlar umumlashgan holda quyidagi sxemada yozing.

Muhim xususiyatlar		
№	Hayvonlar faoliyati	Inson faoliyati
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		

13-MAVZU: **2- SOAT**	**Insonda aks ettirish darajalari. Ongning paydo bo‘lishi va rivojlanishi**
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** O‘qish, mehnat faoliyatini inson ongli ravishda amalga oshiradi. Demak inson bir faoliyatni bajarishdan oldin o‘ziga maqsad qo‘yadi va shu maqsad sari intiladi. Demak birinchi psixologik farqlardan biri inson o‘z ehtiyojlaridan tashqari oldiga maqsad qo‘ya oladi. Ikkinchi psixologik farq inson va hayvonlarning atrof muhitga bo‘lgan munosabatlaridir. Masalan sayrga chiqqan vaqtda inson o‘z faolyaitini boshqaradi va shunga qarab harakat qiladi. Inson hatto qattiq chanqagan vaqtda ham ariqdagi iflos suvni iste’mol qilmaydi. Inson qonuniyatlarni tahlil qiladi. Uchinchi psixologik farq u boshqa insonlar tajribasiga tayanishi mumkin. Inson o‘z faolyaitini rejalashtirish xususiyatiga egadir. Insonning xatti-harakatlari quyidagi nazariyalarga tayangan holda kechadi.
O‘quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o‘qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o‘tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o‘tkazish qoidalari.
O‘quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og‘zaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o‘tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O‘qituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o‘zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg‘otadi. O‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo‘lib ishlashni o‘rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko‘p ma’lumotga ega bo‘ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o‘zgarishlar)	**O‘qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O‘z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog‘lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o‘rganish. O‘z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg‘onadi.

14 seminar. Psixik jarayonlarning vujudga kelishida nutqning ahamiyati.

Reja:

1. Mehnat faoliyatida nutqning vujudga kelishi va rivojlanishi.
2. Nutq funksiyalari.
3. Nutqli va nutqsiz muomala. Muomala tuzilishi.

Psixikaning rivojlanishi-ijtimoiy muhitdan ajralgan holda vujudga kelgan jarayon deb hisoblab bo‘lmaydi. Bolaning madaniy psixik rivojlanishdagi har qanday (yuksak funksiya) 2 tomonlamalikka ega 1 - ijtimoiy, 2 - psixologik har qanday yuksak psixik funksiyalar rivojlanishiga ko‘ra dastavval ijtimoiydir. Ular kishilarning o‘zaro munosabati sifatida shakllanadi, shundan keyingina esa shaxsning psixik funksiyalari sifatida namoyon bo‘ladi. L.S.Vigotskiyning qonuniyati so‘z va predmetlariga nisbatan munosabatni namoyon etadi. So‘z va predmetlar o‘rtasidagi ob’ektiv bog‘liqlik kattalar va bolalar o‘rtasidagi muloqotni rivojlantiradi. Shuningdek, ong psixikani rivojlanishining oliy formasidir. Uning paydo bo‘lishi va rivojlanishida kishining mehnat faoliyati, ijtimoiy munosabati va muloqot (til yordamida) qilish jarayoni ya’ni ijtimoiy tarixiy shart-sharoitlar natijasidir.

Inson ongi ijtimoiy chuqur tabiatga ega. U predmetli faoliyat jarayonida, bolaning kattalar bilan muloqotida, kattalarning bir birlari bilan muloqot jarayonlarida shakllanadi va boshlanishidan ijtimoiy xarakterga ega. Muloqot jarayonida bolaga umuminsoniy tajribalarning asosi beriladishuning uchun individual psixologik, alohida shaxs psixologiyasi ijtimoiy holat hisoblanadi. Agar umuminsoniy tajribani berish jarayonida so‘zlar alohida ahamiyat kasb etsa, iboralar ham insoniy tajribalarni etkazishida muhim rol o‘ynaydi.

14-MAVZU: 2- SOAT	**Psixik jarayonlarning vujudga kelishida nutqning ahamiyati.**
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Inson ongi ijtimoiy chuqur tabiatga ega. U predmetli faoliyat jarayonida, bolaning kattalar bilan muloqotida, kattalarning bir birlari bilan muloqot jarayonlarida shakllanadi va boshlanishidan ijtimoiy xarakterga ega. Muloqot jarayonida bolaga umuminsoniy tajribalarning asosi beriladishuning uchun individual psixologik, alohida shaxs psixologiyasi ijtimoiy holat hisoblanadi. Agar umuminsoniy tajribani berish jarayonida so‘zlar alohida ahamiyat kasb etsa, iboralar ham insoniy tajribalarni etkazishida muhim rol o‘ynaydi
O‘quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o‘qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o‘tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o‘tkazish qoidalari.
O‘quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og‘zaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o‘tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O‘qituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o‘zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg‘otadi. O‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo‘lib ishlashni o‘rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko‘p ma’lumotga ega bo‘ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o‘zgarishlar)	**O‘qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O‘z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog‘lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o‘rganish. O‘z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg‘onadi.

15 mavzu. Ontogenezda inson psixikasining rivojlanishi

Reja:

4. Ijtimoiy-tarixiy tajribada shaxs va ongning vujudga kelishi.
5. Jarayonlarni tasniflash.
6. Sub'ekt ijodiy faoliyat natijalari.

Bolaning rivojlanish bosqichini biz ikki davrga bo'lamiz. Birinchi davr embrionlik davri hisoblansa, ikkinchi davr tug'ilgandan keyingi davr. Embrionlik davrida yosh bola bir xujayralilardan tortib to hozirgi kunga qadar rivojlanish bosqichlarini qaytaradi. Bola tug'ilgandan keyingi davrlar quyidagi bosqichlarga bo'linadi.

Yosh davrlarning nomlanishi	Yoshi	Psixik xususiyati
Chaqaloqlik davri		
Go'daklik davri		
Ilk bolalik davri		
Maktabgacha yoshdagi davr		
Kichik maktab yoshi davri		
O'smirlik davri		
O'spirinlik davri		
Etuklik davri		
Keksayish davri		
Keksalik davri		
Uzoq umr ko'ruvchilar		

15-MAVZU: 2- SOAT	Ontogenezda inson psixikasining rivojlanishi
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Bolaning rivojlanish bosqichini biz ikki davrga bo‘lamiz. Birinchi davr embrionlik davri hisoblansa, ikkinchi davr tug‘ilgandan keyingi davr. Embrionlik davrida yosh bola bir xujayralilardan tortib to hozirgi kunga qadar rivojlanish bosqichlarini qaytaradi. Bola tug‘ilgandan keyingi davrlar quyidagi bosqichlarga bo‘linadi. 1. Chaqaloqlik davri: (tug‘ilganidan 1 oylikkacha bo‘lgan davr) 2. Go‘daklik davri (1 oydan- 1 yoshgacha) 3. Ilk bolalik davri (1 yoshdan – 3 yoshgacha) 4. Maktabgacha yoshdagi davr (3 yoshdan- 7 yoshgacha) 5. Kichik maktab yoshi davri (7 yoshdan -10 yoshgacha) 6. O‘smirlik davri (10 yoshdan-15 yoshgacha) 7. O‘spirinlik davri (15 yoshdan-21 yoshgacha) 8. Etuklik davri (23 yoshdan-55 (60) yoshgacha) 9. Keksayish davri (60 yoshdan -74 yoshgacha) 10. Keksalik davri (75 yoshdan -90 yoshgacha) 11. Uzoq umr ko‘ruvchilar (70 yosh va undan yuqori)
O‘quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o‘qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o‘tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o‘tkazish qoidalari.
O‘quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og‘zaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o‘tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O‘qituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o‘zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg‘otadi. O‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo‘lib ishlashni o‘rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko‘p ma’lumotga ega bo‘ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o‘zgarishlar)	**O‘qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O‘z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog‘lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o‘rganish. O‘z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg‘onadi.

16 seminar. Psixofiziologik muammo

Reja:

1. Insonning psixik jarayonlari va miya.
2. MNS tuzilishi.
3. Bosh miya, orqa miya, periferik va vegetativ nerv sistemasi.

Psixika – bu bosh miya katta yarim sharlar po‘stloq qismining mahsulidir. Bu faoliyat oliy nerv faoliyati deb yuritiladi. Buni I.M. Sechenov va I.P. Pavlovlar tomonidan ochilgan.

Psixika va miyaning o‘zaro aloqasini tushunish uchun inson nerv sistemasi funksiyalarini va tuzilishini haqidagi tassavurlarini bilishimiz kerak. **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 sistemasi **nerv to‘qimasi**dan iborat, bu to‘qima esa **nerv hujayra**laridan tashkil topgan. Nerv hujayrasi **protoplazmadan** tuzilgan tana bo‘lib, ikki turli o‘simtalari bor, bu o‘simtalarning bir xillari kalta, boshqa bir xillari uzun bo‘ladi. Kalta o‘simtalari sertarmoq bo‘lib, **dendritlar** deb ataladi. Uzun o‘simtalari aksonlar yoki **neyritlar** deb ataladi. Har bir hujayrada bu o‘simtalar ikkitadan ortiq bo‘lmaydi. Neyrit ikkita parda bilan 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 kletkalari neyronlardan tashkil topgan. Butun nerv sistemasi oliy va pereferik nerv sistemasiga bo‘linadi. Oliy nerv sistemasiga bosh miya va orqa miyadan tashkil topgan. Ulardan chiqadigan nerv tolalalari butun tana bo‘ylab tarqalib u - perferik nerv sistemasini tashkil qiladi.
- Nerv hujayrasi, uning o‘simtalari va ularni qoplovchi pardalar birgalikda ***neyron*** deb

1 - topshiriq

Inson bosh miya bo’limlarining faoliyati		
Bosh miya bo’laklari	O’ziga xos xususiyati	Bajaradigan funksiyasi
Uzunchoq miya		
Miyacha		
Old miya		
O’rta miya		
Voroley ko’prigi		

16-MAVZU: 2- SOAT	**Psixofiziologik muammo**
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Psixika – bu bosh miya katta yarim sharlar po‘stloq qismining mahsulidir. Bu faoliyat oliy nerv faoliyati deb yuritiladi. Buni I.M. Sechenov va I.P. Pavlovlar tomonidan ochilgan. Psixika va miyaning o‘zaro aloqasini tushunish uchun inson nerv sistemasi funksiyalarini va tuzilishini haqidagi tassavurlarini bilishimiz kerak. Nerv tizimining birinchi funksiyasi - odam organizmining barcha hujayra, to‘qima va a’zolari funksiyasini boshqarish, ularning bir-biri bilan bog‘lanishini ta’minlashdan iborat. Bu funksiyani markaziy nerv tizimining quyi qismlari (bosh miyaning quyi sohasida joylashgan uzunchoq, o‘rta, oraliq miya, miyacha) dagi nerv markazlari, shuningdek, orqa miya bajaradi. Nerv tizimining ikkinchi funksiyasi - odamning tashqi muhit va atrofdagi boshqa odamlar bilan munosabati, fe’l-atvori, fikrlashi, ongi, aqliy xususiyatlarini ta’minlaydi.Nerv tizimining bu funksiyasi akademik I.P.Pavlov tomonidan *oliy nerv faoliyati* deb nomlangan.
O‘quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o‘qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o‘tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o‘tkazish qoidalari.
O‘quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og‘zaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o‘tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O‘qituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o‘zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg‘otadi. O‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo‘lib ishlashni o‘rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko‘p ma’lumotga ega bo‘ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o‘zgarishlar)	**O‘qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O‘z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog‘lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o‘rganish. O‘z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg‘onadi.

17 seminar. Faoliyat haqida umumiy tushuncha

Reja:

3. Faoliyat tuzilishi psixologik xususiyatlarini tadqiq etish.
4. Ichki va tashqi faoliyat.
5. Faoliyatni interiorizatsiyalash va ekstreoriozatsiyalash

Psixologiya fanida hayvonlarning xatti-harakati (ularning qaysi taraqqiyot bosqichidan qat'i nazar), xulq-atvorining yuzaga kelishi ko'p jihatdan ularni qurshab turgan makro, mikro va mize muhitga bog'liq. Ularning namoyon bo'lishi biologik (tabiiy) shartlangan omillar, vositalar tomonidan belgilanadi va boshqarilib turiladi. Insonni hayvonot olamining hususiyatlari bilan qiyoslashga harakat qilsak, u holda mutlaqo boshqacha voqelikning shohidi bo'lishimiz mumkin. Chunonchi shaxs o'zining faolligi bilan hayvonot olamidan farqli o'laroq ajralib turadi, mazkur harakatlantiruvchi kuch (faollik) ilk bolalik yoshidan e'tiboran ijtimoiy tarixiy taraqqiyot davomida to'plangan insoniyatning tajribasiga va jamiyatning qonun-qoidalarini egallashga yo'naltirilgan bo'ladi. Uzoq davrlar davom etgan maxsus jarayonning ta'sirida sodda tarzdagi xatti-harakatda faollik ustuvorlik qilganligi tufayli o'zining yuqori bosqichiga o'sib o'tib, yangicha mazmun, mohiyat, shakl va sifat kashf etgan.

Faoliyatning asosiy jabhalari tuzilishi:

17-MAVZU: 2- SOAT	Faoliyat haqida umumiy tushuncha
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Faoliyatning mazmuni to‘la-to‘kis uni yuzaga keltirgan tabiiy, biologik va ma’naviy ehtiyoj bilan shartlanmaganligi tufayli uning psixologik mexanizmi ham o‘zgacha negizga qurilishi mumkin. Mabodo ehtiyoj motiv (lotincha motiv turtki, harakatga keltiruvchi degan ma’noni anglatadi) sifatida faoliyatga ichki turtki berib, uni jadallashtirishga, faollashtirishga erishsa, u vaziyatda faoliyatning mazmuni, shakllari ijtimoiy: shart-sharoit, talablar, zaruriyat, tajriba kabilar bilan belgilanadi. SHuni alohida ta’kidlash o‘tish joizki, insonni mehnat qilishga undagan motiv moddiy ovqatga nisbatan ehtiyoj vujudga kelishi tufayli tug‘ilishi hodisasi muayyan darajada uchrab turadi. Modomiki shunday ekan, odam nima uchun bunday yo‘sinda xatti-harakat amalga oshirgani, uning nimani ko‘zlab ish qilayotgani mos kelmaydi, chunki uni faollikka undovchi turtki, xohish-istak bilan faoliyatni yo‘naltiruvchi aniq maqsad o‘zaro mutanosib emas. Binobarin, faoliyat faollik manbai hisoblanmish ehtiyoj sifatida yuzaga kelgan tarzda faollikning yo‘naltiruvchisi tariqasidagi anglanilgan maqsad bilan idora qilinadi.
O‘quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o‘qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o‘tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o‘tkazish qoidalari.
O‘quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og‘zaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o‘tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O‘qituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o‘zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg‘otadi. O‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo‘lib ishlashni o‘rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko‘p ma’lumotga ega bo‘ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o‘zgarishlar)	**O‘qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O‘z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog‘lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o‘rganish. O‘z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg‘onadi.

18 seminar. Xarakat inson faoliyatining birligi sifatida

Reja:

1. Xarakatning maqsad sari intilish xususiyati.
2. Harakat regulyasiyasi. Harakat asosini orientirlash tushunchasi.
3. Sport faoliyatida xarakat malakalarini rivojlantirish.

Psixika faollik xususiyatiga ega bo‘lib, u mayllarda, maqbul echimni kidirishda, xatti-xarakat variantlari ehtimolligini xayoldan o‘tkazishda, undashda, turtkilarda o‘z ifodasini topadi. SHu bois psixik aks ettirish (in’ikos) sust narsa emas, balki u xarakat, xatti-xarakat, ta’sir, uzaro ta’sir kabilarni tanlash, kiyoslash, izlash, ajratish bilan bevosita aloqador shaxs faoliyatining muxim jabhasi sanaladi.

Xozirgi zamon psixologiyasida faoliyat, jarayon va xulq-atvorninng faol boshkarilishi teskari aloqa apparatining ishlashini taqozo etadi (P.K.Anoxin, L.N.Bernshteyn va boshqalar). Teskari aloqa tushunchasi kibernetika, fiziologiya, psixologiya fanlarida keng ko‘lamda qo‘llanilib kelinmoqda. Teskari aloqa psixologiya bilan fiziologiya fanlarida xar bir javob xdrakati xal kilinayotgan vazifa (muammo) miyada baxolanilishi tushuniladi. P.K.Anoxin nuqtai nazaricha, organizmda muayyan sikl bilan ish bajaruvchi yaxlit sistema mavjud. Mazkur sistemada markazdan javob xarakatiga buyruq berilishining birorta xam lahzasi teskari yo‘nalishda (periferiyadan markazga karab) xarakatning natijasi xakida zudlik bilan axborot (teskari aloqa) yuborilmaguncha tugallanmaydi. Teskari aloqa apparati (sistemasi) yordami bilan organizm o‘z xarakatining natijasini obraz (timsol) bilan taqqoslab ko‘radi. A.N.Bernshteyn talqinicha, natijaga nisbatan obraz oldinrok paydo bo‘ladi, voqelikning o‘ziga xos modeli tarzida uning yuz berishi to‘g‘risida oldindan (ilgarilab ketib) axborot, xabar, ma’lumot beradi («bashorat extimolligi» nazariyasi).

P.K.Anoxin va A.N.Bernshteyn nazariyalariga asoslangap xolda psixikaning mavjudligi xarakatning izchil dasturini (programmasini) tuzish, oldiniga ichki rejada ish bajarish, xulq-atvordagi ehtimol ko‘rinishlarini tanlash, bosqichlarini amalga oshirish tufayli xarakat qilish imkoni tug‘iladi.

18-MAVZU: 2- SOAT	Xarakat inson faoliyatining birligi sifatida
Maqsad va vazifalar	**Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari.** Xozirgi zamon psixologiyasida faoliyat, jarayon va xulq-atvorninng faol boshkarilishi teskari aloqa apparatining ishlashini taqozo etadi (P.K.Anoxin, L.N.Bernshteyn va boshqalar). Teskari aloqa tushunchasi kibernetika, fiziologiya, psixologiya fanlarida keng ko‘lamda qo‘llanilib kelinmoqda. Teskari aloqa psixologiya bilan fiziologiya fanlarida xar bir javob xdrakati xal kilinayotgan vazifa (muammo) miyada baxolanilishi tushuniladi. P.K.Anoxin nuqtai nazaricha, organizmda muayyan sikl bilan ish bajaruvchi yaxlit sistema mavjud. Mazkur sistemada markazdan javob xarakatiga buyruq berilishining birorta xam lahzasi teskari yo‘nalishda (periferiyadan markazga karab) xarakatning natijasi xakida zudlik bilan axborot (teskari aloqa) yuborilmaguncha tugallanmaydi. Teskari aloqa apparati (sistemasi) yordami bilan organizm o‘z xarakatining natijasini obraz (timsol) bilan taqqoslab ko‘radi. A.N.Bernshteyn talqinicha, natijaga nisbatan obraz oldinrok paydo bo‘ladi, voqelikning o‘ziga xos modeli tarzida uning yuz berishi to‘g‘risida oldindan (ilgarilab ketib) axborot, xabar, ma’lumot beradi («bashorat extimolligi» nazariyasi).
O‘quv jarayonining mazmuni	Auditoriya bilan ishlashning ijtimoiy psixologik shartlari. Faol o‘qitish metodlari va ularni tashkil etish. Darsda munozara, breynshtorming va treninglarni o‘tkazish. Baxs turlari. Yozma baxsni o‘tkazish qoidalari.
O‘quv jarayonini amalga oshirish texnologiyasi	**Metod:** og‘zaki bayon qilish, “Bahs-munozara”interfaol metodidan, jamoatchilik fikriy faoliyati, ijodiy tanqidiy va tahliliy yondoshuv asosida o‘tkaziladi. **Shakl:** Auditoriya-dars shakli, jamoada ishlash. **Vosita:** Tarqatma materiallar: matnlar, ma’lumotnoma. **Usul:** Yozma materiallar va chizmalarni aniq ajratish va belgilash asosida. **Nazorat:** Savol-javoblar.
Kutiladigan natijalar	**O‘qituvchi:** Ma’ruzani qisqa vaqt ichida barcha talabalar tomonidan o‘zlashtirilishiga erishadi. Talabalar faolligini oshiradi. Talabalarda darsga nisbatan qiziqish uyg‘otadi. O‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga erishadi. **Talaba:** Yangi bilimlarni egallaydi. Yakka holda va guruh bo‘lib ishlashni o‘rganadi. Nutq rivojlanadi va eslab qolish qobiliyati kuchayadi. Qisqa vaqt ichida ko‘p ma’lumotga ega bo‘ladi.
Kelgusi rejalar (tahlil, o‘zgarishlar)	**O‘qituvchi:** Pedagogik texnologiyalarni o‘zlashtirish va darsda tadbiq etish, takomillashtirish. O‘z ustida ishlash. Mavzuni hayotiy voqealar bilan bog‘lash. Pedagogik mahoratni oshirish. **Talaba:** Matn bilan mustaqil ishlashni o‘rganish. O‘z fikrini ravon bayon qila olish. Erkin fikrlash, har bir masalaga ijodiy yondoshish, fanga, tanlagan kasbiga nisbatan qiziqish uyg‘onadi.

GLOSSARIY

ATAMANING O'ZBEK TILIDA NOMLANISHI	ATAMANING INGLIZ TILIDA NOMLANISHI	ATAMANING RUS TILIDA NOMLANISHI	ATAMANING MA'NOSI
Abstraksiya (mavhumiylik)	Abstraction	Абстракция	Narsalapning o'ziga xos belgi va xususiyatlarini, ular o'rtasidagi bog'lanishlarni predmetlarning muhim bo'lmagan belgi va xususiyatlaridan ajratib olishga qaratilgan fikrlash operasiyasidir.
Abuliya	Abulia	Абулия	Eng oddiy, osongina masaladar buyicha ham ma'lum qapopga kelish qobiliyati yo'qligida namoyon bo'ladigan o'ta irodasizlikdir.
Adaptasiya	Adaptation	Адаптация	Tashqi sharoitlarga moslashish bo'lib, buning o'zi analizatorlarning o'zidagi o'zgarishlarni sezish bilan bog'lik fiziologik adaptasiya va yangi go'ruhlardagi yangi faoliyat turiga moslashishidagi ijtimoiy-psixologik adaptasiyalarga ajratiladi.
Anketa	Questionnaire	Анкета	Tez va qisqa muddatda amalga oshiriladigan metod.
Apatiya	Apathy	Апатия	Kishining og'ir kechinmalar, yoki kasalliklardan tolikishi natijasida kelib chiqadigan, hamda uning tebarak-atrofdagi olamga nisbatan hyech qanday qiziqishlarsiz befarq qarashlarda ifodalanadigan psixik holat.
Asab hujayra	Neuron	Нервная клетка	Markaziy asab tizimining asosiy elementi bo'lib, organizmni qo'zg'atish vazifasini bajaradi.
Assosiasiya	Association	Ассоциация	(Lot.-birlashtiraman, bog'layman, qo'shaman) psixologiyada - psixika hodisalarining bog'lanishi tufayli ongimizda paydo bo'ladigan muayyan tasavvurlar: o'xshashlik yoki

			qapama-qarshi belgilarga ko’ra boshqa tasavvurlarni hosil qilish.
Bilish	Knowledge	Знание	Psixik aks ettirish jarayoni bo’lib, bilimlarni egallash va uni o’zlashtirishni ta’minlaydi
Bixeviorizm	Behaviorism	Бихевиоризм	Xx asr boshlarida aqshda maydonga kelgan psixologiyaning mexanik yo’nalishi bo’lib, psixologiyani o’rganish predmeti qilib faqat odamning xulq-atvori olingan. Ular faqat odamning tashqi ta’sirlar natijasida paydo bo’lgan xatti-harakatlari, xulq-atvorni o’rganish mumkin deb hisoblaydilar. Bunda ongning roli inkor qilinadi. Bu yo’nalishlarning asoschilari-d.uotson. E.torndayklardir.
Bosh miya	Brain	Головной мозг	Psixikaning moddiy asosidir
Diqqat	Attention	Внимание	Inson psixik faoliyatini ahamiyatga ega bo’lgan biror bir buyum va hodisaga yo’naltirilishi na unda to’xtashi.
Eksperiment	Experiment	Эксперимент	Asbob-uskunalar yordamida amalga oshiriladi
Empatiya	Emphatic	Эмпатия	(Ang.-hamdardlik.o’zini boshqalar o’rniga qo’ya olish) inson boshqalar his-hayajoni, g’am-tashvishi, qiyinchiliklariga emosional javob bera olish qobiliyati.
Etika	Ethics (morality)	Этика	Ahloqiy qoidalar
Etiologik tashxis	Diagnostics etiological	Этиологический диагноз	(Kelib chiqish sabablari) biror xususiyatning mavjudligigina emas, balki uning vujudga kelish sabablari ham hisobga olinadi.
Etnopsixologiya	Ethno psychology	Этнопсихология	
Evolyusiya	Evolutions	Эволюция	Dunyoning rivojlanish jarayoni
Faoliyat motivlari	Motives activity	Мотивы деятельности	O’qitish samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Faoliyat	Activity	Деятельность	Insongagina xos, ong bilan boshqaradigan ehtiyojlar tufayli paydo bo'ladigan va tashqi olam bilan kishining o'z-o'zini bilishiga, uni qayta qo'rishga yo'valtirilgan faolligidir.
Filogenez	Phylogenies	Филогенез	Dunyoni rivojlanish boshlanishidan to hozirgi kunga qadar davri
Gipofiz	Hypothesis	Гипофиз	(Grekcha - o'simta) - pastki miya o'simtasi. U ichki sekretsiya bezi bo'lib hayvon va odamning bosh miya umirtqasida joylashgan. Gipofiz gormonlari organizmning ish faoliyatda muhim rol o'ynaydi. Gipofiz funksiyasining buzilishi organizmning shakllanishi va rivojlanishiga ta'sir etadi, bunda gormonlarning ortib ketishi yoki kamayib ketishi kuzatiladi. Gipofiz buzilishida bolalarning bo'yi o'smaydi, moddalar almashinuvi buziladi, jinsiy bezlarning rivojlanishi buzilishi natijasida semirib ketish hollari kuzatiladi, bola psixikasida intellektning buzilishini xotiraning yomonlashishi yuz beradi.
Gipoteza (taxmin)	Hypothesis	Гипотеза	Ma'lum masalani yechishning taxmini, uning loyihasi.
Gippokamp	Hippocampus	Гиппокамп	Bosh miya qobig'ining qo'yi qismida joylashgan chiziq bo'lib, oriyentasiya reaksiyasi va o'rganishning fiziologik mexanizmlarida ishtirok etadi.
Gnostik faoliyat	Gnostic activity	Гностическая деятельность	O'z bilim va tajribalarini oshirish maqsadida pedagogik faoliyat va shaxsiyatining yutuq va kamchiliklarini tahlil qilish.
Identifikasiya	Identification	Идентификация	Bunda kasbdoshlar to'g'ri idrok qilish uchun o'zlarini bir-birlarining o'rniga qo'yib ko'rishga harakat

			qiladilar.
Ijtimoiy psixologiya	Social Psychology	Социальная психология	Odamlarning ijtimoiy guruxlarga birlashishini, bu guruxiy tavsifni, shaxsning guruxiy faoliyati va xulq-atvorini. ijtimoiy psixologik qonuniyatlar, holatlar, xodisalar, ijtimoiy ustanovka kabilarni tadqiqkot qiluvchi psixologiya soxasi.
Individual izlanish		Индивидуальное исследование	“Men” obrazi asosida o’ziga xos o’zlikni anglash.
Individuallik	Individuality	Индивидуальность	O‘ziga xos bo‘lgan xususiyat
Insayt	Inside	Инсайд	Miyaga echimning tezda kelishi
Instinkt	Instinct	Инстинкт	Nasldan nasl o‘zgarishsiz o‘tadigan tug‘ma xususiyat
Intellekt	Mind	Разум	Aqliy taraqqiyot darajasi
Introversiya	Introversion	Интроверсии	Shaxsni o’z fikrlari, sezgisi, kechinmalari, ya’ni o’z-o’ziga tayanishi.
Iroda	Will	Воля	Insonni biror bir harakatlarni bajarishga qaratilgan maqsad sari ongli intilishi.
Kasb	Profession	Профессия	Mehnat faoliyatining bir shakli
Kasbga o’qitish	Professional education	Прфессиональное обучения	Kasblar tizimiga asoslanib o’qitishdir.
Kasbiy anglash		Профессиональ ная осознанность	Kasbkorlikda o’z mavqyeini belgilash.
Kasbiy faoliyat	Professional activity	Профессиональная деятельность	Kasbiy faoliyatning o’ziga xos psixologik qonuniyatlarini qamrab oladi.
Kasbiy imkoniyat	Professional possibility	Профессиональная возможность	Mutaxassisning egallab turgan lavozimi va talab etayotgan malaka toifasiga mosligini namoyon etish.
Kasbiy nomutanosiblik	Professional incompatibility	Профессиональная несовместимость	Kasbiy layoqat tufayli diskvalifikasiya hollarini alohida kasb etishi.

Kasbiy tanlov	Professional choice	Профессиональный отбор	Ishchilar malakasiga, layoqaiga qo'yiladigan talablar (kasbiy bilim, ko'nikma va malakalar, shuningdek, sifatlar va kobiliyatlar).
Kommunikativ faoliyat	Activity communicative	Коммуникативная деятельность	Har bir talabaga individual yo'l topishi va ular bilan hamkorlik darajasida ishonchli munosabat o'rnatishi
Kompetentlik	Competence	Компетентность	Kasbiy faoliyatga mos tushish, o'z-o'rnini topish.
Konsepsiya	Concept	Концепция	(Lot-idrok etmoq) - qarashlar sistemasi, farazlar yig'indisi.
Konstruktiv faoliyat	Constructive activity	Конструктивная деятельность	O'qituvchining har bir mashg'ulotni o'tkazish uchun reja asosida (ishchi reja) senariy tuzish .
Kuzatish	Watching	Nablyudeniye	Tabiiy xususiyatga ega bo'lgan metod.
Mavqe	Status	Статус	Jamiyatdagi tutgan o'rni
Motiv	Motive	Мотив	Faoliyatga undovchi turtki, omil..
Motivasiya	Motivation	Мотивация	Motivdan kengroq tushuncha bo'lib, "nega", "nima uchun", va "qanday" degan savollarga javob qidiradi..
Mutaxassislik	Qualification	Квалификация	Kasbkorlikning, muayyan sohaga yo'naltirilganligi.
Muxandislik psixologiyasi	Engineering psychology	Инженерная психология	Bu psixologiya fani sohasi bo'lib, kishi mehnatining psixologik xususiyatlarini faoliyat jarayonida texnika vositalari bilan munosabatda bo'lishida o'rganadi. Shu bilan birga bu soha mashina va uskunalar loyihasini yaratishda inson omillarini hisobga olish talablarini ishlab chiqadi.
Nutq	Language	Речь	Odamlarning til vositasida muloqotda bo'lish jarayonidir.
O'qituvchining imkoniyatlari		Преимущества преподавателя	O'qituvchi o'zining faoliyatini bosqichma-bosqich amalga oshirishidir .

O'yin	Game	Игра	Faoliyat turlaridan biri bo'lib, bu bolalarning kattalar faoliyatini, ularning ish-harakatlarini, kishilar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarni aks ettirishda ifodalanadigan va tebarak-atrofdagi borlikni bilishga qaratilgan faoliyatdir.
Ong	Reflections Consciousness	Сознание	Psixikaning obyektiv va subyektiv tarzda aks etishidir. Psixikaning oliy darajasi bo'lib, uni yaxlit holga keltiruvchi tuzilmadir.
Ontogenez	Ontogenesis	Онтогенез	Ma'lum bir turning rivojlanish bosqichlari
Parapsixologiya	Parapsychology	Парапсихология	Xozirgi zamon fanining chegarasidan tashqaridagi, tushuntirish qiyin bo'lgan psixik xodisalarni urganadi. Ekstrosensorika - unga sezuvchanlik, telepatiya-fikrni masofaga uzatish, kelajakka bashorat qilish va xokazo. Parapsixologiya muammosi baxsga molik sohadir.
Patopsixologiya	Pathopsychology	Патопсихология	Psixologiya tarmoqlaridan bo'lib, turli kasalliklar natijasida psixik taraqqiyotining izdan chiqishini o'rganadi.
Pedagogik psixologiya	Educational psychology	Педагогик психология	Psixologiya tarmoqlaridan bo'lib ta'lim va tarbiya qonuniyatlarini o'rganadi.
Professiografiya	Professiographics	Профессиография	Kasblar va ularning bir – biridan farqlanuvchi ixtisosliklar tomonidan inson oldiga qo'yiladigan talablarni bayon qilish majmuasi
Psixik jarayonlar	The mental Processes	Психические процессы	Shaxs psixikasining aks ettirish shakli bo'lib, atrofdagi voqyelikni bilish demakdir.
Psixik taraqqiyot	Psychic development	Психическое развитие	Insonning psixik jihatdan rivojlanishi.
Psixika	Rsyche	Психика	Tashqi olamni ongimizda aks ettirilishidir.

Psixodiagnostika	Psychodiagnostiks	Психодиагностика	**"Psixologik tashxis qo'yish"** degan ma'noni anglatib, shaxsning ruhiy holatida to'liq yoki biror bir alohida xususiyati haqida xulosa chiqarishdir.
Psixogramma	Psycho gram	Психограмма	Kasbning psixologik portreti bo'lib, u anik kasbda dolzarb bulgan psixologik funksiyalar guruhi bilan namoyon bo'ladi.
Psixolingvistika	Psycholinguistics	Психолингвистика	Psixologiyaning sohasi bo'lib nutq davrida psixologik holatlarni o'rganadi
Psixologik holatlar	Psychological properties	Психологические свойства	Psixikaning namoyon bo'lish shakli bo'lib, shaxs hulqida hissiy kechinmalarning va irodaviy sifatlarni ifodalaydi.
Psixologiya	Psychology	Психология	«Psixo» -ruh, «logos»- ta'limot. Odamning obyektiv borliqni sezgi, idrok, tafakkur, tuyg'u-hissiyot va boshqa psixik hodisalari orqali aks ettirish jarayonini o'rganadigan fandir.
Psixometriya	Psychometric	Психометрия	Psixologik o'lchamlar
Qobiliyat	Capability	Способность	Shaxsning ma'lum faoliyatdagi muvaffaqiyatlarni va osonlik bilan biron faoliyatni egallay olishini ta'minlaydigan yakka psixologik xususiyatlaridir.
Reaksiya	Reaction	Реакция	(Lot.-qarama-qarshi, hapakat) - psixologiya va fiziologiyada ichki va tashqi muhitning turli ta'sirlariga organizmning javob harakati.
Refleksiya	Reflection	Рефлексия	Boshqa odamning idrokiga taalluqli bo'lib o'ziga birovning ko'zi bilan qarashga intilishdir.
Sezgi	Sensations	Ощущения	Sezgi organlariga bevosita ta'sir etib turgan narsa va hodisalarning aloxida xususiyatlarini aks ettiruvchi jarayon.

Stimul	Stimulus	Стимул	(Lot.-qyvlashmachoq) - biror-bir harakatga yndamoq, turtki. Reseptorlarda qo'zg'alishni vujudga keltiradigan tashqi ichki ta'sirdir.
Strategiya	Strategy	Стратегия	Kasbiy faoliyatini asoslovchi o'ziga xos uslub yoki tamoyildir.
Stress (tanglik ќolati)	Stress	Стресс	Kuchli quzg'ovchilar ta'sirida yuzaga keladigan jiddiylik holati.
Sport psixologiyasi	Sport psychology	Психология спорта	Sport musobaqalari va mashqlanish faoliyatida inson psixikasining rivojlanishi, guruxiy munosabatlarnint psixologik qonuniyatlarini tadqiq qiluvchi psixologiya soxasi.
Tafakkur	Thought	Мышления	Psixik aks ettirishning ancha umumiy va bevosita usuli bo'lib, bu narsa va hodisalar o'rtasidagi o'zaro bog'lanish va munosabatlarni bilib olishida ifodalanadi
Tamoyil	Principle	Принцип	Ma'lum qonun-qoidlarga asoslanishdir.
Tanlov xulosasi	The conclusion of choice	Заключение отбора	Bu mutaxassislarga ular kasbiy darajalariga muvofik malaka toifalarini berish to'g'risidagi qarorni qabul qilishdir
Tasavvur	Imaginations	Воображение	Sezgi organlarga qachonlardir ta'sir etgan predmetlar va hodisalarning yaqqol hissiy obrazi.
Tashkilotchilik faoliyati	Organizational activity	Организационная деятельность	Har bir mashg'ulotni o'tkazishda har qanday to'siqqa qaramay, o'zining oldindan o'ylab qo'ygan rejasini amalda joriy etish
Temperament	Temperament	Тамперамент	Shaxsning yakka psixologik xususiyatlari majmui bo'lib, bu kishi faoliyati va xulq-atvorining dinamik va emosional tomonlari bilan xarakterlanadi.

Tipologik tashxis	Diagnostics typological	Типологический диагноз	Sinaluvchi shaxsning tushida olingan natijalarning ahamiyati va o'rni aniqlanadi
Turkumlash	Classification	Классификация	Kasblar yoki mehnat turlarini tuglarga ajratib o'rganish
Ustanovka	Setting	Установка	Kishining tevapak-atrofdagi odamlarga yoki obyektlarga nisbatan qanday munosabatda bo'lish, ularni ma'lum darajada idrok qilish, sezish, ularga baho berish va qandaydir harakat qilishga tayyorligini anglamagan holati.
Yuridik psixologiya-	Law psychology	Юридическая психология	Xuquq doirasidagi munosabatlar odamlarning psixik faoliyatini xuquqiy boshqarish mexanizmlari va qonuniyatlarini urganuvchi psixologiya soxasi.
Ziddiyat.	Conflict	Конфликт	Kasbiy faoliyatdagi jismoniy va ruhiy zo'riqishlarining namoyon bo'lishi
Zoopsixologiya-	Zoopsychology	Зоопсихология	Psixologiya tarmoqlaridan bo'lib, hayvon psixikasining taraqqiyotini o'rganadigan sohadir.