

Ш.Т.Халикова, К.Қ.Мамедов

# ПСИХОЛОГИЯДАН

Семинар ва амалий машғулотларни ўтиш бўйича ўқув-  
услубий қўлланма

Тошкент – 2006

## Аннотация

Ўқув – услубий қўлланма олий ўқув юртлири нопедагогик йўналиши бакалавриатура босқичидаги талабаларга «Психология» фанидан олган назарий ва амалий билимларини мустаҳкамлаш, уларнинг психологик кўникма ва малакаларини шакллантиришга хизмат қилади.

Қўлланмада психология фанидан семинар ва амалий машғулотлар мавзулари ва шу мавзулар бўйича қисқача назарий маълумотлар, айрим методикалардан намуналар ва амалий топшириқлар ҳамда тавсия этилаётган адабиётлар рўйхати берилган.

Психология фанлари доктори, ТошДАУ Педагогика, психология ва ўқитиш методикаси кафедраси мудир, профессор К.Қ.Мамедовнинг умумий таҳрири остида.

Тақризчилар: Г.Ж.Бердиев - ТошДАУ «Педагогика ва психология» кафедраси доценти, психология фанлари номзоди.  
Н.Г.Комилова - Низомий номли ТДПУ доценти, психология фанлари номзоди.

Махсус муҳаррир: М.С.Пирматова

ТошДАУ – «Педагогика, психология ва ўқитиш методикаси» кафедраси

Ўзбекистон Республикаси  
Олий ва Ўрта махсус таълим Вазирлиги

Ўзбекистон Республикаси Қишлоқ ва  
Сув Хўжалиги Вазирлиги

Тошкент Давлат Аграр Университети

## ПСИХОЛОГИЯДАН

Семинар ва амалий машғулотларни ўтиш бўйича ўқув-  
услубий қўлланма  
(тўлдирилган II нашри)

Энг озу  
Қишлоқлар  
22.11.06.

ТошДАУ – 2006

## КИРИШ

Ўзбекистон Республикасининг мустақилликка эришиши халқ таълими муассасаларининг олдига янги демократик давлатнинг фуқароларини шакллантиришдек муҳим вазифани қўйди.

«Таълим тўғрисида»ги қонунда ҳам «Кадрлар тайёрлаш миллий дастури»да ҳам Олий таълим тизимидаги талабаларда касбга оид билимларни, зарур кўникма, малакаларни шакллантириш лозимлиги қайд этилган. Маълумки, бу ишларни амалга ошириш семинар ва амалий машғулотларда амалга оширилади. Ҳар бир талаба амалий машғулотларда фаол иштирок этиши, маърузаларда олган назарий билимларини амалда қўллай олиш кўникмаларига эга бўлишлари зарур. Республикамиз халқ хўжалигининг турли тармоқларида фаолият кўрсатадиган олий маълумотли мутахассисларни тайёрлашда психология фанининг ўз ўрни мавжуд. Қишлоқ хўжалигининг турли соҳаларида меҳнат қиладиган мутахассислар учун психологик билимларнинг зарурияти, бу билимларни мукамал ўрганиш эҳтиёжи кун тартибидеги долзарб муаммолардан ҳисобланади. Психология фанидан амалий машғулотларда бўлажак мутахассислар меҳнат жамоаларида юзага келиши мумкин бўлган шахслараро муносабатларга киришишнинг психологик йўлларини, психологиянинг умумий қонуниятлари, методларини кенг ўрганишлари даркор.

Шу нуқтаи назардан олиб қараганда, ҳукуматимизнинг ушбу масалага бераётган эътибори алоҳида аҳамиятга эга. Жаҳон илм-фан тажрибаларининг кўрсатишича, қаердаки, инсон шахсига, унинг руҳиятига, руҳий дунёсига чуқур эътибор берилса, ўша жойда барча соҳаларда ютуқларга эришиш кўзга ташланмоқда.

Юқоридагиларни инобатга олган ҳолда, ҳамда аграр тизим учун махсус психологик адабиётларнинг етарли эмаслигини назарда тутиб, биз онгли тарзда ушбу ўқув - услубий қўлланманинг ичида ҳар бир мавзуга оид назарий материалларни ҳамда топшириқларни беришни жоиз деб топдик.

## I БОБ. ПСИХОЛОГИЯ ФАНИНИНГ УМУМИЙ МАСАЛАЛАРИ.

Мавзу. Психология фанининг предмети, мақсади ва вазифалари. Илмий тадқиқот методлари.

Режа:

1. Психология фани ҳақида тушунча.
2. Фаннинг предмети, мақсади ва вазифалари.
3. Ҳозирги кунда психология фанининг жамият ҳаётида тутган ўрни.
4. Фаннинг илмий тадқиқот методлари.
5. Аграр соҳа мутахассислари учун психологик билимларнинг аҳамияти.

Психология сўзи иккита грекча сўздан «psyche»-жон, руҳ ва «logos»-таълимот, илм сўзларидан иборат бўлиб, инсон руҳий дунёсига оид барча ҳодисалар ва жараёнларни ўрганади.

Психология фанининг предмети аниқ бир шахс, унинг жамиятдаги хулқ-атвори ва турли ички кечинмалари, амаллари ва фаолиятларининг ўзига хос тарзда онг томонидан акс эттирилишидир. Руҳ ҳақидаги ғоялар қадимги дунё олимлари Суқрот, Платон, Арастуларнинг фалсафий қарашларида шаклланган. Бугунги кунда бозор муносабатларига босқичма-босқич ўтилаётган Ўзбекистон Республикасида ҳам психология фанининг тутган ўрни, роли ортиб бормоқда. Психология фани ҳам ўз тадқиқот методларига эга. Психика бу объектив оламнинг субъектив тарзи, воқеликнинг инсон миясидаги аксидир. Психика миянинг хусусиятидир. Сизги, фикр, онг махсус тарзда ташкил тошган материянинг олий маҳсулидир. Организмнинг психик фаолияти тананинг кўп сонли махсус аъзолари воситасида амалга ошади. Онг ижтимоий маҳсул бўлиб, у фақат инсонгагина хосдир. Инсон ҳаёт фаолиятида унинг руҳий ҳолатлари бир-бири билан чамбарчас боғлиқ. Руҳий жараёнлар шахснинг ижтимоий жиҳатдан тақозо этилган онгли фаолиятида ўзаро боғлиқ ҳолатда юзага келади.

Инсон руҳияти табиатини ва онгини рус физиолог олимлари И.М.Сеченов ўзининг «Бош мия рефлекслари» асарида инсон руҳий ҳолатининг ташқи оламга боғлиқлигини исботлаб берди. И.П.Павлов инсон олий асаб фаолиятига бағишланган илмий тадқиқотларида одамнинг барча онгли (ихтиёрий) хатти-ҳаракатлари асосида қўзғалиш ва тормозланишдан иборат бўлган асаб (тола) механизмлари мавжудлигини аниқлади. Бош мия катта ярим шарлари психик фаолиятни таъминловчи органнинг асоси сигналлар тизими ҳисобланади. Одамнинг руҳий фаолияти ушбу тизимининг фаоллиги билан боғлиқ.

Инсонда иккинчи сигналлар тизими, яъни сўз, нутқ билан боғлиқ тизим алоҳида аҳамият касб этади. Иккинчи сигналлар тизими туфайли инсон турли шароитларни чамалаб кўриши, ўз ҳаракатларини ахлоқ қоидалари билан мослаштириши ва пировард натижада бир қарорга келиши мумкин. Ҳаёт давомида ривожланиши ва она тилини ўрганиб, ўзлаштириши туфайли боланинг ташқи олам билан муносабат доираси кенгайди ва руҳий фаолияти муҳим ўзгаришларга учрайди. Боланинг руҳий фаолияти таҳлил ва тасниф қилувчи, умумлаштирувчи, мавҳумлаштирувчи, онгли мақсадга қаратилган характерга эга бўла бошлайди.

Психология фанининг вазифаси психологик фактлар ва қонуниятларни ўрганиш ва психик фаолиятнинг механизмларини аниқлашдан иборат. Психология – воқеликнинг миядаги образи сифатида содир бўлувчи психик фактлари, қонуниятлари ва руҳият механизмлари тўғрисидаги фандир.

Психология фани ҳозирги кунда баркамол ишсонни шакллантиришда муҳим аҳамият касб этади. Чунки ҳар қандай касб эгаси ҳар доим инсон омилига дуч келадилар. Ҳозирги кунда жамиятнинг ҳар бир ривожланиш босқичида инсон руҳиятини мукамал билиш кўникмасини шакллантириш зарур шартлардан биридир. Шунинг учун ушбу фанни давр талабидаги ҳар қандай соҳа мутахассисларининг ўрганиши муҳим аҳамиятга эгадир.

Психикани-руҳиятни ўрганиш усуллари ва йўллари турли-тумандир. Методология – юнонча *methodos* – билиш,

излаш йўли, *lodos* – тушунча, таълимот деган маъноларни беради. Барча фанлар сингари психология фани ҳам ўз илмий тадқиқот методларига эга. Таҳлилни тақозо этувчи маълумотларни тўплаш методларидан кузатув ва эксперимент методлари ҳам мавжуд.

Кузатиш ва эксперимент методлари психологиянинг асосий методларидан ҳисобланади. Эксперт баҳолаш, анкета, суҳбат, ўз-ўзини кузатиш, тестлар эса ёрдамчи методлардир. Кузатиш - бунда хулқ-атвор, хатти-ҳаракатлар қайд этилиб, субъектив ҳодисалар ҳақида маълумотлар олинади. Кузатиш уч турга бўлинади: а) бевосита; б) узлуксиз; в) ўз-ўзини кузатиш унинг объекти бўлиб, субъектининг психик ҳолатлари хизмат қилади.

Психология фанининг асосий методларидан ҳисобланган эксперимент ҳам икки турлидир: лаборатория ва табиий эксперимент. Лаборатория эксперименти у суъний шароитда таъсир этувчи барча омиллар назорат қилинади. Табиий экспериментда синалувчиларнинг ўзларига билдирилган ҳолда бирор бир фаолият (ўқув, ўйин, меҳнат) текширилади. Психологик илмий тадқиқотларда ёрдамчи методлардан ҳам фойдаланилади, булар: анкета, суҳбат, биографик метод, интервью, социометрия, тест ва бошқалар.

Психологик билимларнинг жамият ҳаётидаги тутган ўрни, турли касблар учун унинг аҳамияти, хусусан қишлоқ хўжалиги ходимлари учун зарурдир. Ушбу машғулотларда талабаларда дастлабки психологик амалий кўникмалар, тушунчалар шаклланиши учун мунтазам равишда объект билан субъектнинг ички психик ҳолатига шунинг ташқи таассуротлар натижасида вужудга келадиган ўзгаришлар жараёнини батафсил ўргатилади.

Мавзу. Психология фанининг юзага келиш тарихи,  
Антик давр, ўрта асрлар ва ҳозирги кундаги ҳолати.

Режа:

1. Антик даврдаги психологик қарашлар.
2. Психологик билимлар ўрта асрлар даврида.
3. Психологиянинг шарқ мутафаккирлари  
изланишларида тадқиқ этилиши.
4. Психология фанининг ҳозирги кундаги ҳолати.

Психология фани ҳам бошқа фанлар сингари юзага келиш, ривожланиш ва шаклланиш тарихига эга. Тарихий маълумотларнинг кўрсатишича, илмий психологик билимлар, психология фани 300 йиллик тарихга эга экан. Лекин, бу дегани психологик билимлар тарихи 300 йилдан иборат экан, деган тасаввурнинг пайдо бўлишига сабаб бўлмаслиги лозим. Ёзма манбалардан маълумки, инсон руҳияти ҳақидаги билимлар антик даврлардаёқ, эрализгача бўлган даврларда ҳам, эрализнинг дастлабки асрларида ҳам юзага келган. Буларга мисол қилиб Суқрот, Платон, Арасту, Гипократ ва бошқаларнинг ўзига хос тарздаги қарашларини кўрсатиши мумкин. Психологик билимлар дастлаб ўзига хос шаклда, ўзига хос кўринишда ва ўзига хос аъзолар функцияси деб талқин қилинган. Айрим манбаларга қараганда, руҳиятнинг манбаи юракда, ошқозонда, жигарда каби маълумотлар кўзга ташланади.

Руҳиятнинг ривожланишига оид қимматбаҳо материаллар ўрта асрнинг уйғониш даврларига тўғри келади. 17 аср биологик ва психологик билимлар тараққиётида янги даврни очиб берди. Танага нисбатан ҳам руҳга нисбатан ҳам қарашларда туб бурилиш юз берди. Инсон танаси машинага ўхшатилади, техника қурилмаларининг тузилиши қандай тамойилга асосланган бўлса, тана тузилиши ҳам шу тамойилга асосланган деб тасаввур этилади. Ўрта асрлар даври психологиясига француз олими Декартнинг ҳам муносиб ҳиссаси бор. У хулқ-атворнинг рефлатор (ғайриихтиёрий) табиатга эгаллигини кашф этди. Олим юракдаги мушакларнинг ишлаши қон айланишининг ички механикаси билан бошқарилиб турилганлиги каби хулқ

атворининг ҳамма даражаларидаги бошқа мушакларнинг ишлаши ҳам худди соат милларига ўхшаса керак, деб тахмин қилган эди. Худди шундай ушбу асрларда немис мутафаккири Лейбниц, нидерландиялик олим Спиноза, Гоббс ва билар ҳам ўзларининг қимматбаҳо фикрлари билан психология фанининг тараққиётига ўзларининг муносиб ҳиссаларини қўшганлар.

Инсон руҳияти масаласи нафақат европа олимларини балки шарқ мутафаккирларини ҳам қизиқтириб келган. Ўз навбатида шуни айтиш мумкинки, буюк алломаларимиз Ал Ҳоразмий, Беруний, Ибн Сино, Фаробий, Фарғонийлар психология, инсон руҳияти, унга таъсир этувчи объектив ва субъектив омиллар, руҳиятнинг ўзгариш масалалари бўйича изланишлар олиб борганлар ҳамда қимматли маълумотларни қолдирганлар.

Ушбу маълумотлар талабаларда ушбу фаннинг юзага келиши, ривожланиши ва тараққий қилиши ҳақида реал тарихий тасаввурлар шакллантиришга хизмат қилади. Шу нарсани таъкидлаш жоизки, талабаларда тарихий билимлар тўғрисида, ўтмишимиз ҳақида, инсон шахсининг тарихий ривожланиши тўғрисида – филогенезида, ҳамда конкрет бир шахснинг, индивиднинг ривожланиш тарихида – онтогенезида такомиллашишини тўғри шакллантира билмоғимиз зарур. Акс ҳолда тарихийлик тамоили бузилиши мумкин.

Шунинг учун талабаларга дастлабки психологик билимларнинг фалсафа, тиббиёт каби фанларнинг ичида бўлганлигини тушунтира билишимиз зарур.

## Мавзу. Руҳий тараққиётнинг табиий ва ижтимоий детерминацияси

### Режа:

1. Инсон ва ҳайвонлар руҳияти ҳақида.
2. Инсон руҳиятининг филогенезда ривожланиши.
3. Инсон руҳиятининг онтогенезда ривожланиш хусусиятлари.
4. Руҳий тараққиётнинг ижтимоий детерминацияси.
5. Шахс руҳий тараққиёт босқичлари.

Руҳият аталмиш феномен шундай бир мураккаб, жумбоқли, мавҳум нарсадирки, у ҳақида хатоларсиз фикрлаш, ўйлаш ва гапириш анча қийин кечади. Дунёвий билимларнинг кўрсатишича, физика, химия, биология, тиббиёт... ва бошқа фанлар эришган ютуқлар асосида фикрласак, мушоҳада қилсак планетамизда ҳаётнинг пайдо бўлиши, хусусан ҳайвонлар ва одамнинг юзага келиши ўзига хос узоқ даврлик ривожланиш тарихига эга. Манбалардан маълумки, ҳаёт дастлаб бир хужайралилар ундан сўнг кўп хужайралилар тарзида ривожланиш асосида юз берган. Шу жиҳатдан олиб қараганда, инсон ва ҳайвонлар психикаси-руҳияти ўртасида маълум ўхшашликлар, фарқлар кўзга ташланади.

Ҳайвонлар психикаси асосан инстинктлардан иборат бўлиб, шартли ва шартсиз рефлекслардан иборатдир. Ҳайвонлар психикаси асосан мавжуд манбалар асосида, қўлга киритилган ютуқлар негизда таъкидлаш мумкинки, шартсиз рефлекслардан иборат экан. Шу билан бирга маълум шартли рефлексларни ҳам тарбиялаш имконияти мавжуд.

Шуни алоҳида таъкидлаш лозимки, «Homo sapiens»-«ақлли зот» тушунчасини ўзида ифода этувчи жонзотнинг пайдо бўлганига тахминан 40 минг йилдан ошибди. Бу даврда олимларнинг эътироф этишларича, 16 минг авлод алмашган эмиш. Ч.Дарвин таъбири билан айтганда, табиий танланиш жараёнида ер юзида сақланиб қолган минглаб миллат ва элатларнинг кейинги даврдаги тараққиёти кўпроқ биологик омиллардан кўра, ижтимоий-социал омиллар

таъсирида рўй бермоқда. Шунинг учун ҳам ҳар бир индивидни ёки шахсни ўрганиш масаласи унинг бевосита ижтимоий муҳити ва унинг ижтимоий нормалари доирасида ўрганишни тақозо этади.

Социал ёки ижтимоий муҳит – бу инсоннинг аниқ мақсадлар ва режалар асосида фаолият кўрсатадиган дунёсидир. Мазмунан ҳар бир инсоннинг шу ижтимоий олам билан алоқаси унинг инсоният тажрибаси, маданияти ва қабул қилинган, тан олинган ижтимоий хулқ нормалари доирасидаги ҳаракатларда намоён бўлади.

Демак, ҳар бир шахснинг феъл-атворида атрофдаги дўст-ёрлари, оиласи, тарихий замон, давр, давлат тузуми ва ўша жамиятдаги сиёсат, иқтисодиёт ва мафкуранинг таъсири бўлиб, бу таъсир унинг яхлит дунёқараши, фикрлаш тарзи, тафаккурида ўз аксини топади. Бундай таъсирларнинг икки хили фарқланади:

- *макро босқичидаги таъсирлар*, яъни кенг маънодаги ижтимоий-маънавий, сиёсий ҳамда иқтисодий муҳит таъсирлари;

- *микро босқичдаги таъсирлар*, ёки одамни бевосита ўраб турган муҳитдаги ижтимоий мулоқот ва муомаладан таъсирланиши. Бошқача қилиб айтганда, бундай таъсирларни шахс бевосита оила муҳити, таълим муассасалари, маҳалла-куй, меҳнат жамоасидаги ҳамда дўстлари даврасидаги мулоқотлардан олади.

Ҳайвон ва одамлар психикаси ривожланиши, тараққий этиши ва такомиллашиши жиҳатидан бир-бирларига шаклан анча ўхшаб кетади. Ҳозирги кунда ҳайвонлар психологияси-зоопсихологияси айрим чет элларда бирмунча ривожланган. Қатор ўзига хос тадқиқотлар қилинган. Сўнги маълумотларнинг кўрсатишларига қараганда, юқори даражада шакланган айрим ҳайвонларда инстинктлардан ташқари айрим мураккаброқ руҳий жараёнлар ҳам мавжудлигини кўрсатмоқда.

Инсон руҳияти ўзининг филогенетик ва онтогенетик тараққиёт босқичларида бирмунча юксак чўққига эришган. Филогенетик тараққиёт деганда одам зотининг тарихий ривожланиш даври тушунилади. Онтогенетик тараққиёт эса

конкрет бир шахснинг ҳомилалик давридаги ривожланиш босқичини очиб беради. Бошқача қилиб айтганда онтогенетик тараққиёт қисқа муддатда (9 ой) филогенетик тараққиётни такрорлайди деган фикрлар мавжуд.

Психологик ва бошқа маълумотларнинг исбот қилинича, инсон руҳияти ҳомилалик давридан бошлаб, чақалоқлик, мактабгача ёш давр, мактаб ёши, ўсмирлик, балалар ёшларида жадал ривожланар экан. Ундан кейинги ривожланиш мазмун, моҳиятни ташкил қилар экан. Инсон руҳияти атроф муҳитнинг боғлиқлигида жамбарчас таъсирида юз беради. Инсон руҳиятининг атроф муҳит билан жамият билан боғлиқ тарзда ривожланиши-детерминацияси юзага келар экан. Демак, шахс якка ҳолда, изоляция қилинган ҳолатда руҳан ривожланмайди.

Руҳий тараққиётнинг ижтимоий детерминациясини психиканинг ривожланиш босқичлари, асаб тизимининг ривожланиши, тил ташкил қилади.

Инсон психикаси эволюциянинг бутун жараёни давомида тайёргарликда ўтади. Психика ривожланишининг таҳлили онгнинг пайдо бўлишида биологик шарт-шароитларнинг аҳамиятини очиб имконини беради. Ривож топаётган меҳнат фаолияти ижтимоий муносабатларнинг жамиятнинг ривожланишига, ижтимоий муносабатларнинг ривожига эва меҳнат фаолиятининг такомиллашувига ўз таъсирини кўрсатади. Жонли мавжудотларнинг ҳаёт кечириш муҳити ҳамма жойда бир хил бўлганида ер юзиде бир хил турдаги жониворлар кўпайиши юз берган бўлар эди. Ер юзидеги ҳодисалар ранг-баранг бўлса ҳам уларнинг алмашинуви мавжуддир. Оддий таъсирчанликдан бошланган ўз-ўзини бошқариш қобилияти одамнинг ижодий ақл-идрокида юксак даражадаги тараққиётга эришди.

Инсоният тарихида тил туфайли акс эттириш имкониятларининг қайта қурилиши юз берди: борлиқ киши миёсида янада равшан акс этади. Алоҳида ҳар бир киши тил туфайли жамиятнинг кўп асрлик тажрибасида орттирилган тажрибадан фойдаланади, у ўзи шахсан ҳеч қачон учратмаган ҳодисалар ҳақидаги билимларга эга бўлиш мумкин. Бундан

ташқари тил кишига кўплаб ҳиссий таассуротларнинг пайдо бўлиши, моҳияти ҳақида ҳисоб бериш имконини яратди.

Инсоннинг сифатида дунёга келган киши алоҳида ижтимоий фазилат касб этади, яъни шахс бўлиб етишади. Инсонда ҳали гўдаклигидаёқ, тарихан таркиб топган ижтимоий муносабатлар муҳитига жалб этилади. У бу муносабатларнинг таъбир ҳолда учратади. Ижтимоий муносабатларнинг таъбирида ўнда мужассамлаштириш субъект деган маънони билдиратади. Катта ёшдаги кишилар билан ўзаро муносабатларга жалб этилган бола аввало улар фаоллиги субъект тарзида субъектга айланади.

Шахснинг фаолиятини йўналтириб турадиган ва мавжуд муносабатларга нисбатан боғлиқ бўлмаган барқарор мотивлар пайдо бўлиши шахснинг йўналганлиги ҳисобланади. Талабаларда пайдо бўлиши чуқурроқ амалий кўникма ва малакаларни шакллантириш мақсадида, агар имкони бўлса, маълум ҳайвонларни кузатиш, маълумотларни таҳлил қилиш мақсадида мувофиқ.

### Мавзу: Онг ва фаолият

#### Режа:

1. Психика ва онг тараққиёти ҳақида тушунча.
2. Инсон онгининг ҳайвонлар психикасидан фарқи.
3. Кишиларнинг меҳнат фаолияти ва унинг инсон онги тараққиётидаги роли.
4. Фаолият турлари.

Психика бу миёнинг маҳсули бўлиб, у объектив оламни акс этишида намоён бўлади. Онг фақат инсонгагина хосдир. Онг мақсадга йўналган иш фаолиятида намоён бўлади. Бу фаолият атроф-муҳитни ўзгартиришга, бунда хатти-ҳаракатлар ҳақида фикр юритиш, бажариладиган ишларни режалантириш йўллари ва усуллари, пировард натижасини олдиндан кўра билиш натижасида юзага келади. Ҳайвонлар психикасининг пайдо бўлиши ва тараққиёт жараёни инсон онгининг тарихидан олдинги даврини ташкил этади. Ҳар

қандай тирик мавжудотининг дастлабки хусусияти таъсирчанликдир. Таъсирланувчанликнинг пайдо бўлиши тирик организмлар ҳаётида муҳим ҳодисадир. Акс эттиришнинг бу биологик шакли содда (бир ҳужайрали) организмларга хосдир. Ҳайвонлар психикаси хулқ-атворининг икки хил шаклида намоён бўлади: тур (туғма шаклда) ва индивидуал (ҳаёт давомида орттирилган шаклда). Ҳайвон қанчалик ривожланган бўлса, хулқ-атворнинг ҳаёт давомида орттирилган шакллари шунчалик катта аҳамиятга эга. Инстинктларнинг физиологик механизмлари мураккаб шартсиз рефлексор фаолиятдан иборат ва улар жуда хилма-хилдир. Инстинктлар доимо муҳим биологик эҳтиёжлар билан боғлиқдир. Инсон онги эса психик тараққиётнинг юксак босқичидир. Инсон онгининг пайдо бўлиши ва тараққий этиши фақат биологик жиҳатларгагина эмас, балки ижтимоий – тарихий тараққиёт даражасига ҳам боғлиқ. Шунинг учун ҳам инсон онгининг тараққиёт жараёни инсоният жамияти тараққиётининг ривожига билан аниқланади. Инсон онгининг пайдо бўлиши ва ривожланиши учун ҳал қилувчи омил меҳнатдир.

Меҳнат фаолияти меҳнат ҳуролларини ясашни ва бу фаолиятда қатнашувчиларнинг янги ижтимоий муносабатларга киришишларини тақозо этади. Бу меҳнат жараёни фаолият сифатида даставвал мақсадни англашни талаб этади. Меҳнат – бу инсонни атроф-муҳит, табиат билан боғлайдиган, унга таъсир кўрсатадиган жараёндир. Меҳнат фаолияти ривожлантирувчи характерга эга бўлиб, ишлаб чиқариш жараёнида амалга оширилиб, ўз маҳсулида намоён бўлади, яъни инсон яратган нарсаларда унинг маънавий кучи ва қобилиятлари ўз аксини топади. Фаолият – бу инсонга хос бўлган онгли фаоллик бўлиб, у эҳтиёж натижасида юзага келади ва у ташқи оламни билишга ва уни ўзгартиришга қаратилгандир. Психик жараёнлар, ҳолатлар ва инсоннинг психик хусусиятлари ҳақида одамнинг фаолиятини кузатиб, ўрганиб бирор бир фикр, хулоса қилиш мумкин. Инсон фаолият жараёнида ҳаракатларни ижро этишда, назорат қилиш ва бошқариб туришда фойдаланадиган йўл-йўриқлар ушбу фаолиятнинг усуллари дейилади. Мақсадга мувофиқ

тарздаги саъи-ҳаракатларни ижро этиш ва бошқаришнинг шу тарзда қисман автоматлашувига малака дейилади.

Ҳаётнинг илк даврларида болаларда фаолиятнинг оддий шаклларини ўзлаштириши учун дастлабки шарт – шароитлар таркиб топа бошлайди. Улардан биринчиси ўйин фаолияти ҳисобланади.

Таълим фаолияти кишининг ҳаракатлари муайян билимлар, кўникмаларни ўзлаштириб олишга қаратилган онгли мақсад билан идора қилинган жойдагина юз беради. Таълим ўзига хос инсоний фаолиятдир. Ҳайвонларда эса фақат ўрганиш бўлиши мумкин. биз юқорида меҳнат фаолиятни ҳақида сўз юритдик. Меҳнат маълум бир ижтимоий фойдали моддий ёки маънавий маҳсулотни ишлаб чиқаришга йўналтирилган фаолият, кишининг энг етакчи фаолиятидир.

## II БОБ. БИЛИШ-РУҲИЙ ЖАРАЁНЛАР

Мавзу. Сизги ва идрок.

Режа:

1. Сизгилар ҳақида тушунча, унинг турлари.
2. Сизгиларнинг инсон ва ҳайвонлар ҳаётидаги аҳамияти.
3. Жонли мавжудотларнинг барчасида сизгиларнинг тутган ўрни.
4. Идрок, унинг турлари ва хусусиятлари.
5. Идрокнинг билишдаги тутган ўрни.

Инсон вужуди сезги аъзолари ёрдамида сезгилар шаклида ташқи ва ички муҳитнинг ҳолати ҳақида турли ахборотларни олиб туради. Сезги-бу оддий психик жараён бўлиб, у моддий оламдаги нарса ва ҳодисаларнинг айрим хусусиятлари аксидан, шунингдек моддий қўзғатувчилар тегишли рецепторларга бевосита таъсир этганда организмда ҳосил бўладиган ички ҳолатлардан таркиб топади. Сезги аъзолари ахборотни қабул қилиб олади, саралайди, жамлайди ва мияга етказиб беради. Мия ҳар дақиқада ахборотларнинг тинимсиз оқимини қабул қилади ва қайта ишлайди. Бунинг натижасида атрофдаги оламнинг ва



организмнинг хусусан ўз ҳолатининг айнан бир хил акси ҳосил бўлади.

Инсон танаси ҳаракатини тўғрилаб туришга, овқат ҳазм қилувчи аъзоларнинг, ҳаракат мускулларининг, ички секреция безларининг ишига, сезги аъзоларининг ўзларини йўналтириб туришга маъсул бўлган ижро аъзоларига келадиган асаб сигналлари шаклланади. Бирзумда рўй берадиган минглаб жараёнлардан иборат бу мураккаб иш мунтазам давом этади. Сезги аъзолари ташқи оламнинг инсон онгига кириб келадиган ягона йўллари дир. Сезгининг пайдо бўлиши учун сезги аъзосига таъсир кўрсатилиши зарур. Сезгилар доимо сезги аъзоларига таъсир этиш асосида рўй беради. Сезги аъзоси-рецептордан иборат сезувси асаб қисми бўлиб, у орқали қўзғалиш анализаторнинг периферик қисми орқали марказга узатилади, мия катта ярим шарлари пўстлоғидаги махсус қисмларда психик ҳодиса- сезги юзага келади.

Анализатор периферик бўлимларининг муайян ҳужайралари мия қобиғидаги ҳужайраларининг айрим қисмларига мос бўлади. Қўрув анализатори одам марказий асаб тизимининг ташқи муҳитдан оладиган маълумотларини қабул қилувчи 5 та анализатордан энг муҳими ҳисобланади. Чунки у инсон маънавий ҳаётини бойтадиган ташқи муҳитнинг хилма-хил кўринишлари ва тўрт фаслнинг ўзига хос манзараларини кўриш орқали инсонга завқ бағишловчи мўъжизадир. Буюк олим Абу Али ибн Сино «Эшитиш каналидаги сиқилган ҳаво оқими асаб толаларининг учларига бориб урилади. Бунинг натижасида биз эшитиш актини идрок этамиз» деб таъкидлаганлар.

Сезгиларнинг акс эттириш хусусиятларига ва рецепторларнинг жойлашган ўрнига қараб 3 гуруҳга бўлинади.

1. Ташқи муҳитдаги нарса ва ҳодисаларнинг хусусиятларини акс эттирадиган ҳамда тананинг юзасида рецепторлари бўлган экстероцептив (ташқи) сезгилар (эшитиш, қўрқиш, ҳид, маза билиш).

2. Тананинг ички аъзоларида ва тўқмаларида жойлашган ҳамда ички аъзолар ҳолатини акс эттирадиган рецепторларга

эга бўлган интероцептив (ички) сезгилар (оғриқ, чанқаш, оч қолиш, тўйиш, қониқиш, кўнгил айнаш, ич кетиш).

3. Рецепторлари мушакларда ва пайларда ўрнашган сезгилар, улар инсон гавдаси ҳаракати ва ҳолати ҳақида ахборот бериб туради. Ҳаракатни сезувчан проприоцептив сезги тури кинестезик деб аталади.

Сезгилар бизга дастлабки ахборотларни етказиб берувчи каналлар бўлиб хизмат қилади. Барча аъзолардаги сезгирлик ўзининг муайян чегарасига эга бўлади. Сезги абсолют, мутлақ, фарқ қилиш, юқори чегарага эга бўлади.

Мутлақ - эшитиш сезгисиде товушлардаги энг нозик ўзгаришларни сезиш тасаввур қилиш ва эсда қолдира билишдан иборат нодир истеъдод, мусиқий қобилиятнинг асосий қисмини ташкил этади.

Адаптация ёхуд мослашув-сезги аъзолари сезгирлигининг қўзғатувчи таъсири остида ўзгариши демакдир. Анализатор сезувчанлигининг бошқа сезги аъзоларининг қўзғалиши таъсири остида ўзгариши сезгиларнинг ўзаро муносабати деб аталади.

Анализаторлар ўзаро муносабати ва машқ қилиш натижасида сезувчанликнинг ортиши сенсбилизация деб аталади. Анализаторларнинг марказий бўлмалари жойлашган бош мия қобиғида қўзғалишнинг тарақалиши (иррадиациялашуви) ва тўпланиши (концентрациялашуви) жараёнлари сезгилар ўзаро муносабатининг физиологик механизми ҳисобланади. Анализаторнинг сезувчанлиги иккинчи сезгиларга мансуб қўзғатувчилар таъсири остида ўзгариши мумкин. Масалан, синалувчиларга «худди аччиқ қалампирдек» ибораси айтилганда, бу сўзларга жавобан кўз ва тилнинг электр сезувчанлиги ортанлиги кузатилган. Сенсбиллаштиришга машқ йўли билан эришиш ҳам мумкин.

Синестезия - бир анализаторнинг қўзғалиши таъсири остида бошқа анализаторга хос сезгининг ҳосил бўлишидир. Синестезия сезгиларнинг ҳар хил турларида кузатилади. Сезги аъзолари сезувчанлигининг ошишига олиб келадиган икки соҳани ажратиш мумкин.

1) Сенсор нуқсонларнинг (кўрлик, карлик) ўрнини тўлдириш заруриятидан келиб чиқадиган сенсбилизация;

2) Субъект фаолияти туфайли касбига хос талаблардан келиб чиқадиган сенсбилизация.

Амалий, семинар машғулот саволларига жавоб беришда қуйидагиларга эътибор берилади. Семинар саволларига жавоб беришда сезгиларнинг умумий қонуниятлари, одамдаги сенсор уюшқоқлик хусусиятлари, сезиш аъзолари-тарихий тараққиётининг маҳсули эканлиги ҳақида маълумот берилади, сезгилар турлари ва уларнинг ўзаро боғлиқлиги ҳақида тушунчалар берилади, адаптация ҳодисасига тасниф берилади ва унинг турлари хусусида фикр юритилади, одамнинг сезувчанлиги шахснинг алоҳида хусусияти эканлиги ҳақида, сенсбилизация ва синтестезия ҳодисаларининг таснифи ва юзага келиш жараёнларига тавсифнома берилади.

Нарсалар ёки ҳодисаларнинг сезги аъзоларига бевосита таъсир қилиш жараёнида киши онгида акс этиши *идрок* деб аталади. Идрок- онгимизнинг бирламчи образидир. Идрок туфайли биз миянинг ўзимиздан ташқарида мавжуд бўлган буюмларни ва воқелик ҳодисаларини акс эттира олиш қобилиятини қайд этамиз. Идрок қилиш бу бизнинг онгимиз фактига айланган ташқи қўзғовчининг энергиясидан иборат. Идрок нарсаларни умуман, унинг барча хусусиятлари билан биргалликда акс эттиради.

Идрокнинг муҳим хусусиятлари предметлилик, яхлитлилик, структуралилик, барқарорлик, англанганликдан иборат. Предметлилик идрокнинг белгиси сифатида хатти-ҳаракатни бошқаришда алоҳида роль ўйнайди.

Идрокнинг яна бир хусусияти унинг яхлитлигилар. Сезги аъзоларига таъсир этадиган нарсаларнинг айрим хусусиятларини акс эттирадиган сезгидан фарқ этилиб, идрок нарсанинг яхлит образи ҳисобланади. Бу яхлит образ нарсанинг айрим хусусият ва белгилари ҳақидаги билимларни умумлаштириш негизида таркиб топади. Идрокнинг яхлитлиги унинг структуралилиги билан боғлиқдир. Идрок маълум даражада одамнинг бир лаҳзалик сезгисига жавоб бермайди ва уларнинг оддий йиғиндиси ҳам эмас. Биз шу сезгилардан амалда мавҳумлашган ва бирмунча давомида шаклландиган умумлашган тузилмани идрок

этамиз. Идрокнинг яхлитлиги ва структуралиги манбалари, бир томондан, акс эттириладиган нарсаларнинг ўзига хос хусусиятларида, иккинчи томондан, инсоннинг конкрет фаолиятида гавдаланади. Идрокнинг киши психик ҳаёти мазмунига, унинг шахсига хос хусусиятларга боғлиқлиги апперация дейилади.

Идрок ҳам сезги каби рефлектор жараёнларидир. Физиолог олим И.П. Павлов шартли қўзғатувчилар сифатидаги омиллар узлуксиз ва ранг-баранг тарзда ўзгариб турадиган, табиат билан уйғунлашган ҳолда гоҳо тана учун ўта майда қисмлар тарзидаги ярим шарлар бўлиб ажралиб туришар (таҳлил этилар), гоҳо қўллаб турли-туман комплексларга қўшилиб кетишар эди (тасниф этилади) деб ёзган эди. Идрок сезгиларга қараганда миянинг анча юксак даражадаги таҳлил қилиш - умумлаштириш фаолияти ҳисобланади. Таҳлил қилмасдан туриб, идрокнинг англанган бўлиши мумкин эмас. Идрокнинг негизи асаб боғланишларининг иккита туридан битта анализатор доирасида ҳосил бўладиган боғланишлардан ва анализаторлараро боғланишлардан таркиб топади. Эшитиш анализаторларига таъсир қиладиган алоҳида товушларнинг ўзига хос бирикмасидан иборат бўлган куй ана шундай қўзғатувчи бўлиши мумкин.

Идрок – идрок этилаётган нарсани текшириш ва унинг ўзига айнан ўхшаш нусхасини яратишга йўналтирилган ўзига хос ҳаракатдир. Идрокнинг муҳим қисми ҳаракатлантурувчи (мотор) жараёнларидан иборат. нарсани пайпаслаб ҳис этадиган қўллар ҳаракати, нарсанинг кўринадиган шаклини кузатувчи қўллар ҳаракати, эшитиладиган овоз чиқарадиган ҳиқилдоқнинг ҳаракати ҳам мисол бўлиши мумкин. Ихтиёрий идрокнинг муҳим шакли-кузатишдир, у нарсаларни ёки теварак-атрофдаги олам ҳодисаларини кўра олиш, режали тарзда идрок этишдан иборат.

Кузатишда идрок этиш мустақил фаолият сифатида намоён бўлади. Сезги аъзоларини ишлатишни, тери орқали сезишни, кўра билишни, тўғри эшитишни ҳамма ўрганиши лозим. Нарсаларнинг шаклини, ўлчамини, бир-бирига нисбатан эгаллаган ўрнини, бир жойдан бошқа жойга кўчишини аниқлаш ва бир пайтда ўз гавдасини атрофдаги

нарсаларга нисбатан ҳолатини таҳлил қилиш организмнинг ҳаракатлантирувчи фаолияти жараёнида юз беради, ва фазодаги таҳлил деб аталади.

Аккомодация – кўз гавҳарининг эгрилигини ўзгартириш йўли билан унинг аксини синдириб қайтариш қобилиятини ўзгартириш демакдир. Инсон ёши улғайган сари кўз гавҳарининг ҳаракатлари камаю боради ва мослашув, яъни узоқдаги нарсаларга қараганда ўз шаклини ўзгартириш қобилиятини йўқотади. Аккомодация одатда конвергенция билан, яъни кўриш ўқларини қайд қилинаётган нарсага йўналтириш билан боғлиқ. Иккита қўзғатувчи нарсанинг кўз тўрпардасидаги тасвири аккомодация ҳам конвергенция натижасида кўзда мушакларнинг зўриқиши ўлчамлари бир-бирига мосланган ҳолда бирга қўшилиши идрок этилаётган нарсанинг ҳажми ҳақидаги шартли рефлекс тарзидаги сигнал ҳисобланади.

Нарсаларнинг чуқурлиги ва олислиги бинокуляр кўриш орқали идрок қилинади. Вақт ҳам макон каби оламнинг асосий ҳаёт кечирини шаклларида биридир. Вақтнинг идрок қилиниши воқелик ҳодисаларининг объектив равишда давомийлигини, тезлигини ва изчиллигини акс эттириш демакдир. Вақтни идрок этилиши одамга ўзини ўраб турган муҳитдан мўлжал олиш имконини беради. Вақтни билиш фақатгина инсонлар учун эмас, балки ҳайвонлар учун ҳам мослашувчанлик фаолиятининг муҳим қисми ҳисобланади. Инсонда вақтни чамалаш мия қобиғи бўлмалари ёрдамида рўй беради. Вақтнинг идрок этилиши негизини қўзғалиш ва тормозланишнинг ритмик тарзда алмашинуви, марказий асаб тизимида, бош миянинг катта ярим шарларида қўзғалиш ва тормозланиш жараёнларининг сусайиши ташкил этади. Вақтнинг давомли даврларини идрок этиш кўп жиҳатдан ички кечинмаларнинг хусусияти билан белгиланади. Қизиқарли, чуқур асосланган фаолият билан банд қилинган вақт ҳаракатсизлик билан ўтказилган вақтга нисбатан қисқароқ бўлиб туюлади.

Ҳаракатнинг идрок қилиниши – нарсаларнинг фазода эгаллаган ҳолати ўзгаришининг акс эттирилишидир. Ҳаракатни идрок этишда кўриш ва кинестезик анализаторлар

муҳим роль ўйнайди. Ҳаракатнинг параметрлирига ҳаракатнинг характери (эгилиш, итариш, чўзилиш ва б.), шакли – (эгри, тўғри, думалоқ), амплитудаси, йўналиши (чапга, ўннга, юқорига ва б.), давомийлиги (узоқ ва қисқа муддатли, тезлиги (тез ёки секин)) киради.

Идрок тезлиги – идрок этишнинг бошланишидан уни англаш бўлиб, у мингдан 1 секунддан то 1 секундгача чўзилиши мумкин.

Идрок саволларига жавоб беришда, идрок жараёнига таъриф, идрокнинг турлари, предметларини, муносабатларни, ҳаракатларни, фазони, вақтни, одамни идрок қилиш ҳақида сўз юритилади. Сўнгра апперция идрокнинг инсон психик ҳаёти мазмунига, унинг шахсига хос хусусиятларига боғлиқлиги ҳақида тушунчалар берилади, аккомодация ҳодисасининг идрок жараёнидаги роли ва унинг таърифи берилади, идрокнинг хусусиятлари, идрокнинг тушуниб англаниши ва умумийлиги, танланувчанлиги, идрокнинг константлиги, унинг табиати, нутқ ҳақида кенг маълумотлар келтирилади.

#### Мавзу: Хотира

##### Режа:

1. Хотира руҳий жараён сифатида.
2. Хотира турлари.
3. Хотира жараёнлари.
4. Хотирадаги индивидуал фарқлар.
5. Хотирани ривожлантириш ва тақомиллаштириш муаммолари.

Индивиднинг ўз тажрибасини эсда олиб қолиши, эсда сақлаши ва кейинчалик қайта эсга туширишига хотира дейилади. Хотира инсон руҳий ҳаётининг муҳим белгилувчи хусусияти ҳисобланади. Инсон шахсининг бирлигини ва яхлитлигини таъминлайди. Психиканинг муҳим хусусияти индивид ташқи таассуротларининг акс эттирилишидан ўз хатти-ҳаракатларида домий равишда фойдаланади. Индивидуал тажриба ортиб бориши ҳисобига хулқ-атвор

секин аста мураккаблашиб боради. Агар ташқи оламнинг мия қобиғида ҳосил бўладиган образлари беиз йўқолиб кетаверса, тажрибанинг шаклланиши мутлақо мумкин бўлмай қолар эди.

Хотира жараёнини қуйидаги ўлчовлар билан турларга бўлиш мумкин:

1) Инсон фаолиятида кўпроқ сезилиб турадиган руҳий фаоллик хусусиятига қараб хотира-ҳаракат, ҳиссий-образли ва сўз-мантиқ турларига бўлинади;

2) Фаолиятнинг мақсадлари хусусиятига кўра ихтиёрсиз ва ихтиёрий хотира турларига бўлинади.

3) Материални қанча вақт эсда олиб қолиш ва эсда сақлаш муддатига кўра қисқа муддатли, узоқ муддатли ва оператив хотира турларига бўлинади.

**Ҳаракат хотираси** – турли хилдаги иш ҳаракатлари ва уларнинг тизимини эсда олиб қолиш, эсда сақлаш ва яна қайта эсга туширишдан иборат.

**Ҳиссий** (эмоционал) хотира – ҳис туйғуга хос хотира ҳисобланади. Ҳис-туйғулар доимо бизга эҳтиёжларимиз ва қизиқишларимиз қандай қондирилаётгани, атроф-муҳитдаги оламга муносабатимиз қандай йўлга қўйилганлиги ҳақида хабар бериб туради. Шунинг учун ҳам ҳиссий хотира ҳар бир инсон ҳаёти ва фаолиятида муҳим аҳамият касб этади. Ҳис этилган ва хотирада сақлаб қолинган туйғулар ҳаракатга чорловчи ёки ўтмишда салбий кечинмаларга сабаб бўлган ҳаракатлардан ўзини тийишига ундовчи сигналлар тарзида амал қилади.

**Образли хотира** – тасаввурларни, табиат ва ҳаёт манзараларини, ҳидларни, товушларни, маъза-таъмларни эсда олиб қолишдан иборат хотирадир. Образли хотира ёзувчиларда, шоирларда, умуман адабиёт, санъат билан шуғулланадиган кишиларда яхши ривожланган бўлади.

Хотиранинг **эйдетик**–яъни кўргазмали образлари ташқи қўзғатувчи билан ҳис-туйғу аъзоларининг қўзғатилиши натижасидир. Инсоннинг ўй-фикрлари сўз-мантиқ хотиранинг мазмунини ташкил этади. Ўй-фикрлар нутқсиз мавжуд бўла олмайди, шунинг учун ҳам уларга оид хотира

ҳам фақатгина мантиқий деб эмас, балки сўз-мантиқ хотира деб аталади.

Таълим-тарбия жараёнида сўз-мантиқ хотира етакчи роль ўйнайди. Бирор нарсани эсда олиб қолиш ёки эслаш учун махсус мақсад бўлмаган ҳолда эсда олиб қолиш ва қайта эсга тушириш ихтиёрсиз хотира деб аталади. Инсон ўз олдига мақсад қўйиб эсда олиб қолгада эса ихтиёрий хотира дейилади (Масалан шеър, қўшиқ магнини ёд олиш). Хотира мураккаб, аммо яхлит ва узлуксиз руҳий жараёндир. Онг доимо хотиранинг хизматига таянади. Фаол ақлий иш олиб боришга ундайдиган материал ихтиёрсиз равишда яхшироқ эсда олиб қолинади.

Ихтиёрий эсда олиб қолиш – махсус мнемик ҳаракатлар яъни асосий мақсади эсда олиб қолишдан иборат бўлган ҳаракатлар маҳсулидир. Таниш бирор бир объектни такроран идрок қилиш шароитида қайта эсга тушириш демакдир. Таниш ўзининг аниқлиги, яққоллиги ва тўлалигига кўра ҳар хил бўлади.

Инсон хотирасида индивидуал фарқлар хотира жараёнларининг хусусиятларида, яъни ҳар хил одамларда эсда олиб қолиш ва қайта эсга тушириш қандай амалга оширилишида ва хотира мазмунининг хусусиятларида намоён бўлади (нималар эсда олиб қолинишида). Хотира жараёнларида индивидуал фарқлар эсда олиб қолишнинг тезлигида аниқлигида, мустаҳкамлигида ва қайта эсга тушириш тайёргарлигида ифодаланади. Эсда олиб қолиш тезлиги у ёки бу киши учун маълум ҳажмдаги материални эсда олиб қолишга талаб қилинадиган такрорлаш миқдори билан белгиланади. Эсда олиб қолишнинг мустаҳкамлиги ёд олинган мавзунинг қанча вақт эсда сақланиши ва унутиш тезлиги даражаси билан ифодаланади. Хотиранинг тайёргарлиги одам ўзига зарур бўлган нарсаларни керак бўлган пайтда қанчалик осон ва тезлик билан эслай олишида ифодаланади. Бу фарқлар маълум даражада юксак асаб фаолияти турларининг хусусиятлари билан, қўзғатиш ва тормозланиш жараёнларининг кучли ва ҳаракатчанлиги билан боғлиқдир. Хотиранинг тайёргарлиги билим олиш ва уларни мустаҳкамлашнинг доимийлиги билан ҳам боғлиқ.

Хотирлаш – ўтмишимизнинг вақт ва фазодан муайян ўрин олган тимсолларини қайта эсга туширишдан иборат. Пухта мустаҳкамланган маълумот узоқ вақт эсда сақланиб қолади ва кам унитилади. Мустаҳкамланаётган нарсага қизиқишнинг бўлиши материални узоқроқ эсда сақлашга олиб келади. Инсон хотирасида индивидуал фарқлар хотира жараёнларининг хусусиятларида, яъни ҳар хил одамларда эсда олиб қолиш ва қайта эсга тушириш қандай амалга оширилишида ва хотира мазмунининг хусусиятларида намоён бўлади (нималар эсда олиб қолинишида). Хотира жараёнларида индивидуал фарқлар эсда олиб қолишининг тезлигида, аниқлигида, мустаҳкамлигида ва қайта эсга туширишга тайёрлигида ифодаланади. Эсда олиб қолиш тезлиги у ёки бу киши учун маълум ҳажмдаги материални эсда олиб қолишга талаб қилинадиган такрорлаш миқдори билан белгиланади. Эсда олиб қолишнинг мустаҳкамлиги ёд олинган мавзунинг қанча вақт эсда сақланиши ва унутиш тезлиги даражаси билан ифодаланади. Хотиранинг тайёрлиги одам ўзига зарур бўлган нарсаларни керак бўлган пайтда қанчалик осон ва тезлик билан эслай олишида ифодаланади. Бу фарқлар маълум даражада юксак асаб фаолияти турларининг хусусиятлари билан, қўзғатиш ва тормозланиш жараёнларининг кучли ва ҳаракатчанлиги билан боғлиқдир. Хотиранинг тайёргарлиги билим олиш ва уларни мустаҳкамлашнинг доимийлиги билан ҳам боғлиқ.

Инсон руҳий жараёнлари ўзининг қатор хусусиятлари: эгилувчанлиги, мўртлиги, ривожланишга мойиллиги, такомилланишга имконияти мавжудлиги ва бошқа томонлари билан ажралиб туради. Инсон руҳиятини бир бутунлигича ва жараёнлар бўйича ҳам шакллантириш мумкин. Бунинг учун қайси руҳий шакллантирилаётганлиги эътиборга олинishi лозим. Бунинг учун шахсдан бир нарса талаб қилинади. Шахс қайси руҳий жараённи шакллантиришни хоҳласа ва унга эришишни истаса, иродали бўлмоғи талаб қилинади. Демак, хоҳиш-истак ирода билан мустаҳкамланмаса, истаклигича қолиб кетиши мумкин. Шу боис ўз хотирасини ривожлантиришни хоҳлаётган шахслар иродали бўлишлари талаб этилади.

Мавзу: Диққат руҳий жараён сифатида.

Режа:

1. Диққат ҳақида умумий тушунча.
2. Диққат турлари, уларнинг хусусиятлари.
3. Диққат руҳий жараён сифатида.
4. Диққат шахсий сифат тарзида.
5. Диққатнинг физиологик механизмлари.

Диққат руҳий ҳолатлар орасида ўзининг махсус ўрнига эга. Диққат нима? Руҳий жараёнми? Ёки руҳий ҳолатми? Ёки бўлмаса, шахснинг маълум бирор сифати? Қатор психологик адабиётларда, дарсликларда диққат масаласида тугалланган, охирги фикр, мулоҳазалар учрамайди. Масалан, 1982 йилда Тошкентда чоп этилган «Болалар психологияси» (М.Воҳидов) дарслигида 3 қисм «Психик жараёнлар» деб номланади. Шу қисмнинг бошланиш 7-боби «Диққат» руҳий жараёнига бағишланган. Муаллиф диққатни бошқа руҳий жараёнлар сингари батафсил баён этган. Агарда шу дарсликка асосланиб иш тутадиган бўлсак, унда биз ҳам диққатни руҳий жараён сифатида очиб беришимиз лозим бўлади. 1980 йилда Москвада чоп этилган психология дарслигида (В.А.Крутецкий) эса, диққат темаси «Шахс ва фаолият» қисмида баён этилган. 1986 йилда Москвада чоп этилган «Психология умственно отсталого школьника» ўқув қўлланмасида (С.Я.Рубинштейн) «Диққат» темаси билиш жараёнларига киритилган. Бу қўлланмада руҳий жараёнлар ҳақида гап бормасдан, балки билиш жараёнлари ҳақида маълумотлар берилади. Бунинг тўғри ёки нотўғрилиги ҳақида фикр юритишдан узоқмиз. 1987 йилда Москвада чоп этилган «Хрестоматия по психологии» ўқув қўлламасида қуйидаги маълумотлар келтирилган. «...Психология алоҳида фан сифатида шаклланган даврдан бошлаб, турли соҳа психологлари диққатни мустақил руҳий фаолиятнинг шакли эканлигини бир овоздан инкор этмоқдалар. ...Диққат ҳеч қаерда мустақил жараён сифатида намоён бўлмайди. ...Диққат ўзининг алоҳида, махсус маҳсулига эга эмас. У қайси фаолиятга бирлашса, ўша фаолиятни яхшилайдди».

Диққат — индивиднинг ҳиссий, ақлий ёки ҳаракатлантирувчи фаоллиги даражасининг оширилишини тақозо этадиган тарзда оннинг йўналтирилганлиги ва бир нарсага қаратилганлигидир. Ҳосил бўлиш хусусиятига ва амал қилиш усулларига кўра диққатнинг иккита асосий тури-ихтиёрсиз ва ихтиёрий турлари мавжуд. Ихтиёрсиз диққат кишининг англашилган ниятлари ва мақсадларидан мустасно тарзда ҳосил бўлади. Ихтиёрий диққат эса онгли равишда бошқариладиган ва тартибга солинадиган диққат эътибордир. Ихтиёрий диққат ихтиёрсиз диққат асосида ҳосил бўлади. Диққатни кучли қўзғатувчилар (баланд овоз, кучли ҳид, ёрқин нур ва бошқалар ўзига жалб этади. Ихтиёрсиз диққатда бевосита қизиқишнинг роли катта. Ҳиссиётга бой, завқли, қизиқарли нарсалар диққатни узоқ вақт ушлаб туриш имконини беради. Диққатда одам психикасининг мослаштирувчи роли акс этади. Агар диққат бўлмаса, аниқ мақсадга қаратилган амалий фаолият ҳам бўлмайди. Диққат муайян шароитларда мўлжал олиш имконини беради.

Диққатни тарбиялаш инсон шахсининг шаклланиши билан, унинг моддий оламга, одамларга бўлган муносабати билан, интизомлилик, уюшқоқлик, сабр-тоқат, қатъият ва ўз-ўзини бошқара билиш сингари хусусиятларни таркиб топтуриш билан чамбарчас боғлиқдир.

Ихтиёрий ва ихтиёрсиз диққатдан ташқари унинг яна бир алоҳида турини кўрсатиш мумкин, бу ихтиёрийдан сўнгги диққат. Бу тушунча Н.Ф.Добринин томонидан психология фанига киритилган.

Диққатнинг физиологик мезанизмларини тушуниб етишда доминанта (наслдан-наслга ўтувчи асосий белги) тамойили алоҳида аҳамиятга эга. А.А.Ухтомский доминантани юксак даражадаги қўзғалиш марказлари констелляцияси (мавжуд аҳволи) деб таърифлайди. Бу олим физиологик механизмлар устида илмий тадқиқотлар олиб борган ва диққатнинг физиологик механизмини қуйидаги жадвал бўйича тушунтириб беришга ҳаракат қилган.

Кучи		Кенглиги		Динамикаси	
Концентрацияси	Интенсивлиги	Ҳажми	Тақсимланиши	Барқарорлиги	Давомийлиги

Концентрация (жамланганлик) — диққат доимо аниқ объектга жамланади. Масалан, китоб ўқиш. Диққатнинг юқори даражадаги концентрацияси ўрганилаётган объектнинг чуқур ўрганилишини таъминлайди. Фаолиятнинг ҳар хил турларида диққат хилма-хил интенсивликда (турлича кучда) бўлади.

Диққатнинг барқарорлиги ва интенсивлиги шартлари саккизта бўлиб, улар қуйидагилардан иборат:

1. Нерв тизими фаолияти;
2. Объектнинг мазмуни;
3. Фаолият мазмугни;
4. Ушбу фаолият амалга ошириладиган шароит;
5. Ҳис-туйғунинг намоён бўлиши;
6. Иродага зўр бериш;
7. Шарт-шароит;
8. Қизиқиш.

Диққат турлича сифат кўринишлари билан таърифланади. Диққатнинг бу кўринишларини диққатнинг сифати ёки хусусиятлари дейилади. Диққатнинг барқарорлиги, кўчиши, тақсимланиши ва кўлами шулар жумласига киради.

Барқарорлик — жадал диққатни сақлаб туришнинг давомийлиги билан белгиланади. Инсон фаолиятининг нисбатан узоқ вақт юксак унумлилиги барқарорликнинг кўрсаткичи ҳисобланади. Диққатнинг ҳаракатчанлик хусусиятларидан бири унинг ўзгарувчанлигидир (флуктуация). Диққатнинг кўчиши субъектнинг бир фаолиятдан иккинчи фаолиятга, бир ҳаракатдан иккинчи ҳаракатга, бир объектдан иккинчи объектга ўтишида намоён бўлади. Диққатнинг кўчиши билан бир қаторда унинг бўлиниши ҳам алоҳида кўрсатилади. Диққатнинг бўлиниши деганда унинг асосий фаолиятдан муваффақиятли тарзда бажариш учун аҳамиятсиз объектларга ихтиёрсиз кўчирилиши тушунилади.

Диққатнинг тақсимланиши икки ва ундан кўпроқ фаолият турларининг (бир қанча ҳаракатларнинг) айна бир вақтнинг ўзида муваффақиятли бажариш имконияти билан боғлиқ хусусиятдир. Диққатнинг салбий жиҳатларидан бири

паришонхотирликдир. Паришонхотирлик диққатни узоқ вақт давомида жадал бир нарсага қаратишга лаёқатсизликда, диққатнинг тез-тез бўлинишида кўринади. Паришонхотирликнинг сабаблари ҳар-хилдир, у шахснинг барқарор хислати сифатида ихтиёрий диққатнинг суствлиги кўрсаткичи ҳисобланади.

Диққат жараёни бошқа руҳий жараёнлардан алоҳида фарқ қилиб, бу жараёнга қайси нуқтаи назардан қарашимизга боғлиқ. Бир вазиятда диққат руҳий жараён бўлиб келса, иккинчи бир ҳолатда шахснинг ўзига хос сифатлари тарзида намоён бўлади. Шу жиҳатлари билан диққат бошқа руҳий жараёнлардан таъбир жоиз бўлса, маълум устунликка ҳам эга.

#### Мавзу: Таффакур

#### Режа:

1. Таффакур ҳақида тушунча ва унинг турлари.
2. Таффакур жараёнлари.
3. Таффакур шакллари.
4. Таффакур хусусиятлари ва унга оид турли қарашлар.

Таффакур деб номланган руҳий жараён бошқа руҳий жараёнлар ичида энг юқори ва етакчи ўринга эгадир. Айнан таффакурнинг ўзи, унинг кўриниши, хусусиятлари, жараёнлари, турлари, шакллари мавжудлиги боис, инсонни бошқа ҳайвонот дунёсидан фарқ қилдиради. Чунки бошқа руҳий жараёнларнинг айримлари ҳайвонларда ҳам бўлиш эҳтимоли мавжуд.

Таффакур тўғрисида жуда кўп қарашлар, жуда кўп йўналишлар бўлишига қарамасдан, «таффакур бу-ўйлашдир, фикрлашдир» (М.Воҳидов) талқини назаримизда энг содда ва тушунарли изоҳдир.

Таффакур – жиддий равишда янгиликни қидириш ва очишга ижтимоий жиҳатдан боғлиқ, алоқадор руҳий жараёндир. Унинг таҳлили ва таснифи жараёнида воқеликни

бевосита ва умумлаштириб акс этириш жараёнидир. Таффакур амамли фаолият асосида ҳиссий билишлардан пайдо бўлади ва ҳиссий билиш чегарасидан анча ташқарига чиқиб кетади. Билиш фаолияти сезиш ва идрок қилишдан бошланади ва кейин таффакурга ўтиб кетиши мумкин. Бироқ исталган таффакур, ҳатто энг ривожланган таффакур ҳам ҳамиша ҳиссий билиш билан, яъни идрок ва тасаввурлар билан боғлиқ бўлади. Таффакур сезгилар ва идрок қилиш жараёнлари орқали ташқи олам билан бевосита боғланади ва шу тариқа оламни акс этиради. Таффакур тил билан узвий, чамбарчас боғлиқлиги инсон таффакурининг ижтимоий тарихий моҳиятини очиб беради. Киши ўз фикр-мулоҳазаларини бошқалар учун овоз чиқариб ифодалаб берар экан, айни вақтда бу мулоҳазаларни ўзи учун ҳам ифодалайди.

Логика - таффакурнинг мантиқий шакллари, тушунчаларни, ҳукмларни ва ҳулосаларни ўрганади.

Тушунча - шундай бир фикрки, унда воқеликдаги нарса ва ҳодисаларнинг умумий, муҳим, фарқ қиладиган белгилари акс этирилади. Тушунчаларнинг мазмуни ҳукмларда очилади, ҳукмлар доимо сўз шаклида, яъни оғзаки ёки ёзма шаклда, овоз чиқариб ёки ўз ичида ифодаланади.

Ҳукм - воқеликдаги нарса ва ҳодисалар ўртасидаги ёки уларнинг хусусиятлари ва белгилари ўртасидаги боғланишларнинг акс этирилиши демакдир. Ҳукмлар умумий, жузъий ва якка-ёлғиз бўлади. Умумий ҳукмларда мазкур гуруҳдаги барча нарсалар ҳақида нимадир тасдиқланади ёки инкор қилинади. Масалан, ёввойи ҳайвонлар табиатда эркин яшайдилар ёки отлар тез чопадилар. Жузъий ҳукмларда тасдиқ ёки инкор қилиш барча нарсага тегишли бўлмай, балки айрим нарсаларга тааллуқли бўлади, масалан «талабаларнинг баъзилари астойдил ўқийдилар». Якка-ёлғиз ҳукмларда тасдиқлаш ёки инкор қилиш фақат битта нарсагагина тегишли бўлади, масалан «бу талаба дарсда қатнашмаган».

Ҳукмлар иккита асосий усул билан ҳосил қилинади.

а) бевосита усул билан, бунда идрок қилаётган нарсалар ифодаланади;

б) билвосита усул билан, яъни хулоса чиқариш ёки мулоҳаза юритиш йўли билан.

Умумий хулосалар асосида чиқариладиган хулосанинг содда ва типик шакли *силлогизм* деб аталади. Қуйидаги мулоҳазалар силлогизмга мисол бўлиши мумкин: *барча мебеллар ёғочдан ясалади. Эман дарахти ҳам ёғоч, демак ундан ҳам мебел яшаш мумкин.* Фикрлар фаолияти учун силлогизм ва барча мантиқий шакллар зарур.

Тафаккурнинг ривожланиши нутқ билан чамбарчас боғлиқдир. Нутқ ва тафаккурнинг боғлиқлиги, унинг ўзаро таъсири, бир-бирларига муносабатлари, бирининг иккинчисига қисман қарамлиги муаммолари қатор мутахассислар, хусусан психологлар ишларида очиб берилган. Таъкидлаб ўтиш жоизки, тафаккурнинг нутққа тўлиқ боғлиқлиги, тафаккурнинг нутқ билан ўлчаниши бизнинг назаримизда ҳар доим ҳам тўғри чиқавермайди.

Психологик адабиётларда тафаккурнинг турлари, жараёнлари, шакллари ҳақидаги маълумотлар ҳам шакллан ҳам моҳиятан бир хил баён этилмаган. Бу табиий ҳол. Ҳар бир муаллифнинг ўз дунё қараши мавжуд.

Тафаккурни жараён сифатида психологик таҳлил қилиш у ёки бу билиш натижаларининг ҳосил бўлишига олиб келадиган ички, яширин сабабаларини ўрганиш демакдир. Тафаккур жараёни аввало таҳлил, тасниф ва умумлаштиришдир. Таҳлил деб объектнинг у ёки бу томонларини, элементларини, хоссаларини, боғланишларини, муносабатларини ва бошқа шу кабиларни ажратиб олиб, ўрганилаётган объектни ҳар хил таркибий қисмларга (компонентларга) бўлишига айтилади.

Бир бутун нарсани таҳлил қилиш натижасида ажратилагн қисмларини бирлаштириш эса таснифдир (синтез). Таҳлил ва тасниф доимо ўзаро боғлиқ. Улар орасидаги ажралмас бирлик таққослаш билан боғлиқ бўлган билиш жараёнида намоён бўлади. Турли объектлар таққослаш йўли билан билиб олинади. Таққосланаётган нарсаларни умумлаштиришда уларни таҳлил қилиш натижасида қандайдир умумийлик бўлади. Таҳлил, тасниф ва

умумлаштириш тафаккурнинг асосий ички ва ўзига хос қонуниятларидир.

Психология фанида тафаккурнинг уч тури тўғриси маълумотлар берилади:

1. Кўргазмали-ҳаракат;
2. Кўргазмали-образли;
3. Мавҳум (назарий) тафаккур.

Инсоннинг боғчагача, яъни уч ёшгача бўлган даврда асосан кўргазмали-ҳаракат тафаккури бўлади. Боғча ёшидаги болаларда (4-7ёш) кўргазмали-образли тафаккур содда шаклда намоён бўлади. Болалар амалий ва кўргазмали-ҳиссий тажрибалари асосида уларнинг мактаб ёшидаги даврларида аввал содда шаклдаги мавҳум тафаккур, яъни мавҳум тушунчалар шаклидаги тафаккур ривожланади. Бу ўринда фақат амалий ҳаракатлар ва кўргазмали-образ шаклида эмас, балки мавҳум тушунчалар ва муҳокамалар, мулоҳазалар шаклида намоён бўлади. Ҳар қандай тафаккурнинг энг муҳим белгиси, унинг айрим индивидуал хусусиятларидан қатъий назар, муҳим томонларини ажратиб, мустақил равишда табора янги умумлаштиришларга кела билишдан иборатдир.

Тафаккур жараёнларидан умумлаштириш мазмунига кўра, тушунчали умумлаштириш ва яққол кўргазмали ёки элементар умумлаштиришга ажратилади. Тушунчали умумлаштириш орқали объектив қонуниятларни муҳим белгилари бўйича бирлаштириш амалга оширилади. Умумлаштириш қуйидаги асосий икки турга бўлинади ва бу икки тур ўз навбатида бир нечта майда турларга бўлинади:

I. Мазмунига кўра:

- а) Элементар;
- б) Эмперик;
- в) Тушунчали;
- г) Назарий.

II. Фикрнинг йўналишига кўра:

- а) Хусусийдан умумийга;
- б) Умумийдан хусусийга;
- в) Яккадан умумийга ва ундан хусусийга;
- г) Умумийдан хусусийга ва ўша умумийдан умумийга;



- д) Камроқ умумийдан яна умумийга;
- е) Ягона умумий ҳолатдан янада умумийроққа.

Инсон тафаккурининг ривожланишида нутқнинг роли ва аҳамияти ҳақида фикр юритилади. «Кадрлар тайёрлаш миллий дастури»да қўйилган талабларга жавоб берувчи, фикрловчи мутахассислар тайёрлашнинг негизи айнан шу соатларда, айнан шу мавзуларда амалга ошириши зарур. Чунки фикрлаш, фикр юритиш ҳақидаги психологик маълумотларга фақатгина ушбу фан тўғри жавоб бера олади. Шу боис бу машғулотни алоҳида эътибор билан ўтказиш талаб қилинади.

Мавзу: Хаёл.

Режа:

1. Хаёл ҳақида тушунча.
2. Хаёл ва унинг турлари.
3. Хаёл жараёнларининг физиологик асослари.
4. Аглютинация ҳолати.
5. Инсон ҳаётида хаёлнинг роли.

Хаёл инсон ижодий фаолиятининг зарур элементи бўлиб, меҳнатнинг охирги ва оралиқ маҳсулотларида ўз ифодасини топади, шунингдек муаммоли вазият ноаниқлик кўрсатган ҳолларда хулқ-атвор дастурини тузишни таъминлайди. Хаёлнинг руҳий жараён сифатидаги биринчи ва муҳим вазифаси шундан иборатки, у меҳнатни бошламасдан олдин унинг натижасини тасаввур қилиш имконини беради. Хаёл тафаккур билан маҳкам боғлиқ. Хаёл ҳам тафаккур каби муаммони топишда юзага келади.

Хаёл ўз фаоллиги билан тавсифланади. Амалга ошмайдиган ва кўпинча амалга ошириб бўлмайдиган иш ҳаракат дастурини белгилайди. Хаёлнинг бундай шакли пассив хаёл деб аталади. Киши пассив хаёлни олдиндан ўйлаб юзага келтириши мумкин. атайлаб юзага келтирилган ирода билан боғлиқ бўлмаган, лекин ҳаётда гавдалантиришга қаратилган хаёлнинг шундай образи ширин

хаёл деб аталади. Пассив хаёл ўйлаб қўйилмаган тарзда ҳам юзага келиши мумкин. Бу асосан онг фаолиятининг, иккинчи сигнал тизимининг сусайишида, одамнинг вақтинча ҳаракатсизлик ҳолатида, уйқусираш ҳолатида, аффект ҳолатида, уйқуда туш кўришда, онгнинг касалликка учраб бузилишида (галлюцинация) содир бўлади.

Агар пассив хаёлни олдиндан ўйлаб ва ўйламасдан қилинган турларга бўлиш мумкин бўлса, фаол хаёлни ижодий ва қайта тикловчи хаёл турларига бўлиш мумкин. ўз асосида тасвирига мувофиқ келадиган образлар тизимини яратувчи хаёл қайта тикловчи хаёл деб аталади. Ижодий хаёл оригинал ва қимматли моддий маҳсулотларда амалга ошириладиган янги образларнинг яратилишини тақозо қилади. Хаёл жараёнлари бошқа руҳий жарёнлар каби таҳлил-тасниф характерида эга. Хаёлнинг асосий вазифаси мутлақо янги, шу пайтгача ҳосил қилинмаган вазият моделини ҳосил қилишни таъминлайдиган вазият моделини ҳосил қилишни таъминлайдиган тасаввурларни, тимсолларни қайта тузишдан иборат. Хаёлнинг моҳияти мавжуд образлар асосида янги образлар яратишдир. Хаёл, фантазия реал воқеликни янги, қутилмаган, одатдан ўзгача қўшилиш ва боғланишларда акс эттиришдан иборат. тимсолларни таснифлашнинг энг содда шакли аглютинация бўлиб, у кундалик турмушда бирлаштириб бўлмайдиган турли сифатлар, хусусиятларни «ёпиштириб-сунъий равишда» бирлаштиришдан иборат. Эртақлар аглютинация йўли билан яратилади.

Тасаввур шакллари ўзлаштириш жиҳатидан аглютинацияга яқин турувчи-гиперболизациядир. Гиперболизация нарсаларни фақат катталаштириш ёки кичиклаштириш билан эмас, балки нарсалар қисмларининг миқдорини ва уларнинг ўрнини алмаштириш билан ҳам ажралиб туради (етти бошли аждар, кўп қўлли худодлар ва б.). Хотира жараёнларида пайдо бўлган боғланишлар кейинчалик яна қайта тикланса, хаёл жараёнида одам ҳаёти давоимда ҳосил қилинган боғланишлар тизими гўё бузилади ва янги тизимга бирлашади. Хаёл сурадиган одамда асаб

хужайраларининг гуруҳлари, содда қилиб айтилганда, янгидан боғланади.

Идеомотор деб аталадиган ҳаракатлар киши бирор-бир ҳаракатни тасаввур қилиши билан пайдо бўлади. Томирлар тизмининг реактивлиги идеомотор ҳаракатларга таъсир қилади. Мактабгача бўлган даврда ва бошланғич мактаб таълимининг дастлабки ҳаёл жараёнлари фаол ривожланади. Одам келажакда хоҳлайдиган тимсоллар орзу деб аталади. Орзу одамнинг воқеликни ўзгартиришга қаратилган ижодий кучларини ҳаётга тадбиқ этишнинг зарур шартларидандир. Орзу ҳаётни илмий кўра билишнинг бир қисмидир (элементи). Инсон қўли билан тайёрланган ҳар қандай нарса ўз тарихий моҳияти жиҳатидан моддийлаштирилган, амалга оширилган инсон орзусидир.

Ҳаёл илмий муаммони ўрганишнинг дастлабки босқичларида муҳим рол ўйнайди ва баъзан ажойиб фаразлар қилишга олиб келади. Таълим-тарбия жараёни самарадорлигини оширишда, кундалик турмуш тарзида ҳаёл жараёнлари ривожлантириш яхши самара бериши педагогик фаолиятда ўз исботини топган.

### III БОБ. ШАХС ВА УНИНГ ИНДИВИДУАЛ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

Мавзу: Шахс ҳақида тушунча. Унинг ривожланиш босқичлари.

Режа:

1. Шахснинг таърифи.
2. Шахснинг тузилиши.
3. Шахснинг фаоллиги ва йўналтирилганлиги.
4. Шахслараро муносабатлар масаласи.
5. Шахснинг ривожланиш босқичлари.

Шахс – ижтимоий ва шахслараро муносабатларнинг маҳсули, онгли фаолиятнинг субъекти бўлмиш индивиддир. Шахсга тааллуқли бўлган энг муҳим тасниф ҳам унинг жамиятдаги мураккаб ижтимоий муносабатларига бевосита

алоқадорлик, ижтимоий фаолиятга нисбатан ҳам объект, ҳам субъект бўлишликдир.

Шахснинг ижтимоий ҳулқига турли ташқи кучлар, ижтимоий муносабатлар мажмувий таъсир қилади: сиёсий, мафкуравий, иқтисодий, маънавий, ахлоқий ва бошқалар. Бу таъсирлар моҳиятан аслида жамият аъзолари бўлмиш шахслар ўртасидаги ўзаро муносабатларнинг айрим алоҳида йўналишларини белгилаб беради.

Шахс турли ижтимоий муносабатлар тизими таъсирида бўлади ва кўплаб ижтимоий институтлар (оила, маҳалла, ўқув масканлари, меҳнат жамоалари, норасмий ташкилотлар, дин, санъат, маданият ва бошқалар) билан боғлиқ бўлади.

Индивид сифатида дунёга келган одам жамиятда алоҳида ижтимоий фазилат кашф этади, яъни шахс бўлиб етишади. Индивид болалигидаёқ ижтимоий муносабатлар тизимига жалб этилади.

Шахс – бу оламни фаол ўзгартирувчи ва билувчи онгли субъект сифатида инсоннинг ижтимоий моҳиятини акс эттирувчи, индивидуал ҳаёт давомида ташкил топган кишидир. Жамиятда ўз ўрнини англовчи фаолиятга қодир аъзо ҳисобланади. Ҳар бир шахс жамият аъзоси бўлиб, бу унинг хатти-ҳаракати ва тафаккурида намоён бўлади.

Психология фанида индивидуалликнинг кўпгина хислатлари: мослашувчанлик, тажовузкорлик, мойиллик даражаси, ташвишланиш кабилар аниқланган. Бу хислатларнинг барчаси жамланиб, шахснинг индивидуаллигини ташкил қилади. Бу хислатлар ўзаро муносабатда бўлиб, ошкора ёки ошкор бўлмаган ҳолда муҳитнинг мавжудлигини тақозо этади. Индивидуаллик хусусияти шахс яшаётган ва шаклланаётган муҳитнинг ривожланишига ва шахслараро муносабатларнинг ифодаси ҳисобланган фаолиятнинг характери, мақсадлари, қадриятларига боғлиқ ҳолда турли хил кўринишда намоён бўлади. Мустақил Республикамиз «Таълим тўғрисида»ги қонунида ҳам ҳар томонлама етук, жамиятда юз бераётган воқеа-ҳодисаларга ўз фикрини билдира оладиган, рақобатбардош, ўз миллий қадриятларини қадрлайдиган, бағри кенглик тамойилларини тўғри тушунган шахсларни

тарбиялаш мақсад қилиб қўйилган. Бу бежиз эмас, албатта. Чунки, жамиятда яшаётган кишига таълим-тарбия бериш тўғри йўлга қўйилган тақдирдагина, ижтимоий фойдали фаолиятда шахс даражасига кўтарилиш эҳтиёжининг шаклланиши учун зарур шароитлар таркиб топади.

Кишининг теварак-атрофга муносабати, биргаликдаги фаолият ва ижодий иш жараёнида намоён бўладиган ижтимоий аҳамиятга мойил ўзгаришлар қилиш лаёқати шахснинг фаоллигидир. Шахснинг фаоллиги инсон ўз нуқтаи-назарини ҳимоя қила олишида, сўз ва иш бирлигида ифодаланади. Жамиятдаги шахс фаоллиги ижтимоий бурчга нисбатан онгли муносабатда бўлиш, илмий дунё қарашга суянган эътиқод, ижтимоий ва ахлоқий қоидаларнинг бузилишига нисбатан муросасиз бўлишни тақозо этади.

Шахснинг фаолиятини йўналтириб турадиган ва мавжуд вазиятларга нисбатан боғлиқ бўлмаган барқарор мотивлар мажмуи киши шахсининг йўналганлиги дейилади. Мотив (ички ундовчи куч) оз ёки кўп даражада анланган бўлиши ҳам мумкин. Шахснинг йўналганлигида анланган мотивлар етакчи роль ўйнайди. Истиқболни англамайдиган кишига хос таъби хиралик, кечинмаларга қарама-қарши ўлароқ руҳсизлик ҳолати фрустрация деб аталади. Бу ҳолат одам ўз мақсадларига эришиш йўлида реал тарзда бартараф этиб бўлмайди деб ҳисобланган ёки шундай деб идрок этиладиган тўсқинликларга, ғовларга дуч келган ҳолларда юз беради.

Қизиқиш – бирор бир соҳада тўғри мўлжал олишга, янгиликлар билан танишишга, воқеликни чуқур ва тўла акс эттиришга ёрдам берадиган ундовчи куч, яъни мотивдир. Қизиқишларнинг инсон фаолияти жараёнидаги аҳамияти катта. Қизиқишлар шахсни ўзида билим олиш ва англаб етиш борасида ҳосил бўлган иштиёқни қондириш йўллари ва усуллари фаол излашга ундайди. Қизиқишлар билишнинг доимий қўзғатувчиси сифатида намоён бўлади.

Шахс ўзига хос тузилишга эга. Бунга унинг йўналганлиги, қизиқишлари, атроф-муҳитга бўлган муносабатлари ва бошқалар киради.

Қизиқишлар мазмуни, мақсади, миқёси, барқарорлигига кўра ҳам тасниф-тахлил қилиниши мумкин. Қизиқишнинг

мазмунан фарқи билиш эҳтиёжларининг объектлари, уларнинг шу фаолият мақсадлари учун, шахс мансуб бўлган жамият учун аҳамиятини кўрсатади.

Қизиқишлар мақсад жиҳатидан бевосита ва билвосита бўлади. Билвосита қизиқишлар мавзунинг ҳиссий жиҳатидан жозибadorлиги туфайли юзага келади. Меҳнат ва ўқиш жараёнида етакчи аҳамият касб этадиган билвосита қизиқишларни шакллантириши муҳимдир.

Эътиқод – бу шахсни ўз қарашларига, тамойилларига, дунёқарашига мувофиқ тарзда иш олиб боришга даъват этадиган мотивлар тизимидир. Дунёқарашда инсонни атрофдаги дунёга қараш ва муҳитда ўз ўрнини англаши, атрофдаги одамларга муносабати, идеаллари, қадриятлари, эътиқодлари, яшаш тамойиллари намоён бўлади.

Идеал – бу намуна, интилишларнинг энг юқори чўққисидир. У таълим-тарбия жараёнида муҳим аҳамият касб этади.

Ҳар бир инсон муносабатга киришар экан ўзи муносабатга киришадиган одамларнинг хулқ-атвори, сўзлари, хатти-ҳаракатлари кўпроқ ёки озроқ даражада муайян бир даражада бўлишини кутади. Кишининг бошқалардан эшитишга ёки уларда кўришга таяёр бўлган нарсани улардан кутиш мумкинлиги беҳато ва аниқ тахмин қилиш қобилияти ва малакаси одоб дейилади. Шахслараро муносабатлардаги маънавий англашилмовчилик – бу айтилган талабнинг, илтимоснинг, буйруқнинг маъноси муносабат боғлашган шериклар учун мувофиқ эмаслигидир. Бу ҳол уларнинг ўзаро ҳамжиҳатлиги ва биргаликда ҳаракат қилиши учун тўсқинлик қилади.

Ўсмирлик инсоннинг балоғатга етиш даври бўлиб, ўзига хос хусусиятлари билан камолотнинг бошқа поғоналаридан кескин фарқланади. Ўсмирда рўй берадиган биологик ўзгаришлар натижасида унинг руҳий дунёсида туб бурилишлар вужудга келади. Балоғатга етиш даври бўлиб, ўзига хос хусусиятлари билан камолотнинг бошқа поғоналаридан кескин фарқланади. Ўсмирда рўй берадиган биологик ўзгаришлар натижасида унинг руҳий дунёсида туб бурилишлар вужудга келади. Балоғат даврига 11-12-15 ёшли

болалар киради. Бу даврда жисмоний ўсиш ва жинсий етилиш амалга ошади. Боланинг бўйи 11-12 ёшида 6-7-10 см ўсиши мумкин. Бу босқичда қизлар ўғил болаларга қараганда тезроқ ўсади. Ўсмир 13-14 ёшга тўлганда ҳар иккала жинс орасидаги бўй ўсиш деярли тенглашади. 15 ёшга қадам қўйганда ўғил болалар қизлардан ўзиб кетадилар. Ўсмирларда юракнинг ҳажми ва тириклик сифими ҳар йили 25% катталашади. Ўсмирлик даврида руҳий такомиллашиш, камолотга интилиш, нисбий барқарорлик бу ёш даврининг муҳим хусусиятларидандир. Ўсмир шахсининг таркиб топишида ахлоқ, ўзига хос онг алоҳида аҳамиятга эга. Ўсмирнинг идеали негизида орзу, мақсад ва уларни рўёбга чиқариш режалари намоён бўла бошлайди.

Илк ўспиринлик ёши даврига 15-18 ёшлардаги (IX-X-синф) ўқувчилар кирадилар. Бу даврда ёшлар ҳаётида таълим билан меҳнат фаолияти бир хил аҳамият касб этади. Яратилган шарт-шароитлар таъсирида ўспириннинг ақлий ва ахлоқий жиҳатидан ўсишида ўзига хос ўзгаришлар, янги хислат ва фазилатлар пайдо бўлади. Ёшлар ижтимоий турмушда фаол иштирок эта бошлайдилар. Ҳаётда ўз ўрнини топишга интилиш, касб-ҳунар эгаллаш, ихтисосликни танлаш, истиқбол режасини туза бошлайдилар.

Ўспиринда ўз руҳий дунёсини, шахсий фазилатларини, ақлу-заковатини, қобилияти, имкониятларини аниқлашга интилиш кучаяди. Бу даврда йигит ва қиз орасида муҳаббат туйғуси вужудга кела бошлайди. Муҳаббатнинг қувончли лаҳзалари, изтиробли кечинмалари ёшлар руҳиятини эгаллайди ва тобора чуқурлаша боради, улар илк ҳаёт синовларига дуч келадилар. Ўспиринларда сезгирлик, кузатувчанлик такомиллашади, мантиқий хотира, эслаб қолишнинг йўли ва воситалари таълим жараёнида етакчи роль ўйнай бошлайди. Ўспиринлар топшириқларни бажаришда, уларнинг маъноси, моҳиятини тўла англаб иш тутадилар. Диққатни кўчириш ва тақсимлаш сезиларли ривожланади, мулоҳаза юритиш маҳорати ошади, ақлий қобилият такомиллашади.

Шахс тараққиётининг ёш хусусиятлари шахс индивидуал тараққиётининг муҳим омилларидан бири унинг

ёшига боғлиқ хусусиятдир. Шахс тараққиётининг ҳар бир ёш босқичи ўзининг ривожланиш қонуниятларига, янгиликлари ва ўзгаришларига эга бўлиб, улар одамнинг характери, темпераменти, иқтидори, билиш жараёнларига ўз таъсирини ўтказиши. Ҳар бир босқичда шахснинг бирор-бир хусусияти ўзининг етуклик босқичига кўтарилади. Маслан: оламни сенсор жиҳатидан яъни, сезги ва идрок қилиш аъзолари билишнинг етуклик фазаси 18-25 ёшларда, интеллектуал, ижодий етуклик 35 ёшларда, шахснинг етуклиги 50-60 ёшларга келиб энг юқори нуқтасига кўтарилади.

Ёш давлари	Эркакларда	Аёлларда
Илк болалик	1-2 ёш	1-2 ёш
Болаликнинг 1-даври	3-7 ёш	3-7 ёш
Болаликнинг 2-даври	8-12 ёш	8-11 ёш
Ўсмирлик даври	13-6 ёш	12-15 ёш
Ўспиринлик даври	17-21 ёш	16-20 ёш
Ўрта етуклик даври 1-босқич	22-35 ёш	21-35 ёш
2-босқич	36-60 ёш	36-55 ёш
Кексалик даври	61-75 ёш	56-75 ёш
Қариллик даври	76-90 ёш	76-90 ёш
Узоқ умр кўрувчилар	90дан ортиқ	90дан ортиқ

Ушбу жадвал 1965 йил Халқаро фанлар Академиясининг махсус симпозиумида қабул қилинган (Ананьев, Эриксон, Бирренлар таклиф этган таснифга асосланган).

Ҳозирги кунда барқамол инсон шгаҳсини таркиб топтиришга психология фанининг муҳим вазифаларидан ифодаланди.

## Мавзу: Шахснинг индивидуал психологик хусусиятлари

### Режа:

1. Темперамент ҳақида умумий тушунча.
2. Руҳият билимдонлари ва Шарқ мутафаккирлари темперамент ҳақида.
3. Характер ҳақида тушунча.
4. Қобилият ва унинг турлари.
5. Таълим-тарбия жараёнида характерни такомиллаштириш масалалари.

Темперамент – лотинча – temperamentum - қисмларнинг бир-бирларига муносабати деган маънони билдириб, шахснинг индивидуал психологик хусусиятлари мажмуидир. Темперамент ҳар бир инсоннинг алоҳида умумий белгиси бўлиб, асаб тизимининг асосий тавсифидир. Темперамент шахснинг индивидуал хусусияти бўлиб, у психик жараёнларнинг динамикасида намоён бўлади. Темперамент – бу шахснинг индивидуал хусусияти бўлиб, бош мия фаолияти билан боғлиқ.

Сезиларли психик активликка эга, атрофдаги воқеаларга тез муносабат билдирувчи, таасуротларни ҳадеб ўзгартиришга интилувчи, кўнгилсизликни нисбатан енгил ўтказувчи, ҳаракатчан, мимикаси ифодали тип – сангвиник дейилади

Юраги кенг, барқарор интилишларга эга, доимий ва чуқур хис-туйғуга, ҳаракти бир хил маромида, руҳий ҳолати ташқи томондан ифода этиладиган киши – флегматик дейилади.

Ғайратли, ишга эҳтирос билан берилиш, тез ва шиддатли қизгин эмоционал портлаш ва кайфиятнинг кескин ўзгаришларга мойил, илдам ҳаракат қиладиган киши – холерик деб аталади.

Таъсирчан, чуқур кечинмали, гап кўтара олмайдиган, атрофдаги воқеаларга эътибор бермайдиган, ўз ҳаракатларини тўхтата оладиган, секин овозда гапирадиганлар – меланхоликлар дейилади.

1) Организмда суюқликнинг аралашуви – сангвиник деб аталади, қон кўп-лотинча сангвис-қон;

2) Грекча - флегма-шилимшиқ парда;

3) Грекча - холэ-ўт сўзидан – сариқ ўт холерик;

4) Грекча - мелойна холэ-қора ўт-мелонхолик (немис файласуфи Кант, рус анатоми Лесгафт тадқиқоти, Павлов, Голубева, Теплов ва бошқалар).

Психология фани тарихида характер, темперамент, унинг хусусиятлари, намоён бўлиши ва кўриниши жиҳатлари бўйича қатор алломалар, донишмандлар, мутафаккирлар, психологлар ўзларининг фикр мулоҳазаларини билдирганлар. Бу борада айниқса Аристотель, Платон, Гиппократ, Фаробий, Ибн Сино, Улугбек, Хоразмий, Алишер Навоий ва бошқалар ўзларининг жуда қимматли маълумотларини қолдирганлар. Айниқса мавзу бўйича Аристотель ва Ибн Синоларнинг қолдирган бой илмий мероси ҳар қандай таҳсинга лойиқ.

Олимнинг темперамент ҳақидаги таълимоти Гиппократ (э.р.ав. 460-379 йил) суюқликлар назариясига асосланган. Бу таълимотга кўра одам организмида 4 та суюқлик бор: қон, шилимшиқ модда, сариқ ўт ва қора ўт. Ибн Сино таъкидлайдики, «темперамент бу аралашмаларнинг ўзаро таъсири ва нисбати оқибатида юзага келади. Аралашма нисбатида қайси суюқлик кўп бўлса, темперамент типини шу суюқлик сифати билан белгиланади» деб тушунтиради олим. Аралашмада қора ҳўл ўт кўпайса меланхолик, қон кўпайса сангвиник, қуюқ, сариқ ўт кўпайса флегматик намоён бўлишини таъкидлаган. Меланхолик юзага келишида ошқозон, жигар, қора талоқ ва ички аъзоларнинг касалликлари асосий роль ўйнайди.

Характер – шахснинг барқарор индивидуал хусусиятлари йиғиндиси бўлиб, у фаолият ва мулоқотда юзага келади ҳамда шахсга хос хулқ-атвор усулларини намоён қиладиган. Характер сўзи юнонча – charakter – хусусият, белги, сифат маъносини билдиради. Характер термини фанга илк бора қадимий юнон олими ва файласуфи Теофраст томонидан киритилган (эрамаздан олдинги 372-287 йиллар). Ҳаётини тажриба асосида характер тушунчасини

икки мазмунда тушуниш мумкин: кенг ёки умумий ҳамда махсус, ўзига хос маънода. Кенг ёки умумий маънода инсон характери деганда унинг хатти-ҳаракати ва ҳулқ-атворига таъсир этувчи индивидуал яққол намоён бўлган ва сифат жиҳатидан турлича бўлган белгилари тушунилади. Тор ёки махсус маънода олинган характер деганда шахснинг психик тузилиши назарда тутилиб, у инсоннинг иродаси ва йўналганлигида намоён бўлади. Характер йўналганлигани қуйидаги гуруҳларга бўлиш мумкин: а) жамиятга бўлган муносабат; б) меҳнатга муносабат; в) бошқа одамларга муносабат; г) ўқ-ўзига муносабат.

**Қобилият** – шахс фаолиятининг муваффақиятли амалга ошириш шarti ҳисобланган ва бунинг учун зарур билим, кўникма ва малакаларни эгаллаш динамикасида юзага чиқадиган фарқларда намоён бўладиган индивидуал психологик хусусиятдир.

Қобилиятлар табиий ва махсус қобилиятларга ажратилади.

**Табиий қобилиятлар** – бу идрок, хотира, тафаккур ва бошқа психик жараёнларда намоён бўлиш қобилиятдир. Умумий қобилиятлар инсонни турли фаолият йўналишида муваффақиятини таъминлайди.

**Махсус қобилиятлар** инсонни бирор-бир махсус фаолият йўналишидаги муваффақиятини таъминлайди ва унинг намоён бўлиши учун махсус лаёқат лозим (музиқий, математик, техник).

Қобилиятлар тараққиётининг юксак боқичи истеъдод дейилади. Истеъдод – бу кишига қандайдир мураккаб меҳнат фаолиятини муваффақиятли, мустақил ва оригинал тарзда бажариш имконини берадиган қобилиятлар мажмуидир.

**Педагогик қобилиятлар:** а) дидактик қобилиятлар; б) академик қобилиятлар; в) перцептив қобилиятлар (ички дунёсига кириш); г) нутқ қобилияти; д) ташкилотчилик қобилияти; е) авторитар қобилиятлар; ж) коммуникатив қобилиятлар; з) педагогик хаёл; и) диққатни тақсимлай олиш қобилияти; к) техник қобилиятлар.

Инсонлар асосан турли типлардан ташкил топган аралаш типлардан иборатдир. Лекин ҳар бир шахсда маълум

бир тип кўриниши устунлик қилиши мумкин. Шунга кўра қайси бир тип устунлик қилса, шахс шу тип билан белгиланади.

Таълим-тарбия жараёнида характернинг шаклланиши шахснинг ривожланиш даражасига кўра хилма-хил гуруҳларга мансуб турли хилдаги шароитлар билан қўшилган ҳолда юз беради. Ривожланиш даражаси юксак бўлган гуруҳдаги каби жамоада характернинг энг яхши хислатларини ривожлантириш ва мустаҳкамлаш учун қулай имкониятлар яратилади. Жумладан ўқувчиларга жамоат топшириқларини тақсимлаётиб, уларнинг нафақат билимлари ва малакаларини балки, характерини ҳам ҳисобга олиш лозим. Масалан, бири сабр-тоқатли, меҳнатсевар, лекин бироз сусткаш, ҳаддан ташқари эҳтиёткор ва ҳ. Ўқувчининг характерини билиш педагогнинг таълим-тарбия жараёнидаги индивидуал ёндошувнинг муҳим шартларидан биридир.

#### Мавзу: Шахснинг эмоционал, иродавий хусусиятлари

##### Режа:

1. Ҳис-туйғу тушунчаси ва унинг физиологик асослари.
2. Ҳис-туйғунинг кўринишлари.
3. Ирода ҳақида тушунча.
4. Иродавий фазилатларни шакллантириш.
5. Ҳиссиётнинг бузилишлари.

Ҳиссиёт бамисоли инсоннинг кийимидир. Инсоннинг ҳиссиётига кўра, унинг ҳолати ҳақида фикр юритиш мумкин.

Ҳис-туйғулар – кишининг ўз ҳаётида нималар юз бераётганига, нималарни билиб олаётганига ёки нима билан машғул бўлаётганига нисбатан ўзича турли хил шаклда билдирадиган ички муносабатидир. Ҳис-туйғуларнинг кечиши субъект алоҳида ҳис этаётган руҳий ҳолат сифатида гавдаланади. Бунда бирон-бир нарсани идрок этиш ва тушуниб етиш, бирор нарса тўғрисида билиб олиш идрок этилаётган, тушуниб олинаётган, маълум ёки номаълум

нарсаларга нисбатан шахсий муносабати билан биргаликда рўй беради. Шу ҳолларнинг барчасида ҳис-туйғуларнинг бошдан кечирилиши хусусида, кишининг алоҳида ҳиссий ҳолати хусусида сўз юритилади.

Ҳис-туйғуни бошдан кечиришнинг турли шакллари: эмоция-ҳиссиёт, аффект, кайфият, кучли ҳаяжонланиш (стресс ҳолати) киради. Эмоциялар – руҳий ҳаяжонланиш, руҳий ҳаракатланиш деган маънони англатади (қўрқувдан титраш ва ҳ.к.). кишини тез чулғаб оладиган ва шиддат билан ўтиб кетадиган жараёнлар аффектлар (ҳиссий портлашлар) деб аталади. Улар онгнинг анчагина даражада ўзгарганлиги, хатти-ҳаракатларни назорат қилишнинг бузилганлиги, одамнинг ўз-ўзини идрок қила олмаслиги билан ажралиб туради.

Агар оддий ҳиссиёт фақат руҳий ҳаяжонланишни ифода этса, у ҳолда аффект бўрондир. Кучли зўриқиш (кўз ёш тўкиш, кулиш) натижасида майда саъи-ҳаракатлар барбод бўлади. Индуктив тормозланиш ярим шарлар қобигини тобора кўпроқ даражада эгаллай бошлайди, бу тафаккурнинг издан чиқишига олиб келади, қобик ости йўлларида қўзғалиш кучая бошлайди.

**Кайфиятлар** – анча вақт давомида кишининг бутун хатти-ҳаракатига тус бериб турадиган умумий ҳиссий ҳолатини ифодалайди. У шодлик, қайғу, жиззакилик ёки мулоимлик тарзида бўлади. Кайфиятлар одатда ўзига-ўзи ҳисоб бермаслиги ва суст намоён бўлиши билан белгиланади. Асосий ҳиссиётлар стресс ҳолати – инглизча stress – тазйиқ кўрсатиш, зўриқиш деган сўздан олинган қизиқиш (эмоция тарзида) – малака ва кўникмаларнинг ривожланишига, таълим олишига мойиллик туғдирадиган билимларни эгаллашга ёрдам берадиган ҳиссий ҳолатдир.

**Қувонч** – қизиқиш, ҳайратланиш, изтироб чекиш, ғазабланиш, нафратланиш, жирканиш, қўрқув, уялиш – булар ҳиссиётнинг асосий белги ва кўринишларидир. Кишининг фикрлари ва хатти-ҳаракатлари йўналишини белгилайдиган барқарор, чуқур ва кучли ҳис-туйғу эҳтирос деб аталади.

**Муҳаббат** – ҳиссий ижобий муносабатнинг объектини бошқаларга қараганда ажратиб кўрсатадиган, ҳамда уни субъектининг барқарор ҳаётий эҳтиёжлари ва қизиқишлари марказига қўядиган юксак даражасидир.

Таълим бериш жараёнида талабаларда интеллектуал туйғуларни шакллантириш, билишга қизиқиш ва иштиёқ уйғотиш масаласи ҳамisha долзарб ҳисобланган. Маълумки, агар талаба таълим олишида билимга иштиёқ устунлик қилмаса, агар у доимо янги нарсани билиб олаётганидан шодлик ва бахтиёрликни ҳис этиб турмаса, у ҳолда талаба ўқишда ва меҳнатда юксак натижага эриша олмайди.

**Ирода** – бу кишининг олдига қўйилган мақсадларга эришишида қийинчиликларни енгиб ўтишга қаратилган фаолияти ва ҳулқ-атворини онгли равишда ташкил қилиши ва ўз-ўзини бошқариши демакдир. Ирода – бу шахс фаоллигининг алоҳида шакли, унинг ҳулқ-атворини ташкил этишнинг инсон томонидан қўйилган мақсад билан белгиланадиган алоҳида туридир. Ирода табиат қонунларини эгаллаб оладиган ва шу тариқа уни ўз эҳтиёжларига кўра ўзгартириш имкониятига эга бўладиган кишининг меҳнат фаолиятида пайдо бўлади. Ирода ўзаро боғлиқ иккита вазифанинг ундовчи ва тормозлаш (тўхтатувчи) вазифаларнинг бажарилишини таъминлайди ва уларда ўзини намоён қилади.

Кишининг ўз фаолияти натижалари учун масъулиятни ташқи кучларга ва шароитларга қайд қилиб қўйиш ёки аксинча уларни шахсий куч-ғайратларига ва қобилиятларига мойиллигини белгилайдиган сифатлар назоратни локаллаштириш дейилади. (логинча lotus – ўрнашган жой ва французчада controle-текшириш).

Шахснинг иродавий фазилатларидан бири **таваккалчилик** бўлиб, – бу субъект учун унинг чеки номаълум ва муваффақиятсизликка дуч келганда мумкин бўладиган ноқулай оқибатлар (жазолаш, жароҳат, обрўни йўқотиш ва б.) ҳақидаги тахминлар мавжудлиги шароитидаги фаолиятнинг тавсифидир. Таваккалчилик пайтида кутилаётган нохушлик бундай ҳолатдаги муваффақиятсизлик эҳтимоли ва ноқулай оқибатлар даражасининг

уйғунлаштирилиши билан белгиланади. Таваккалчиликнинг икки тури фарқланади: оқланган ва оқланмаган.

Шахснинг иродавий фазилатларига яна бир нечта фаолият мотивлари ҳам киради. Улар:

**Интилиш** - ҳали етарли даражада анланмаган эҳтиёждан иборат фаолият мотивидир.

**Истак** - фаолиятнинг мотиви сифатида эҳтиёжнинг етарли даражада тушуниб етилганлиги билан тавсифланади. Бунда фақат эҳтиёж объекти эмас, балки уни қондиришнинг мумкин бўлган йўллари ҳам тушуниб етилади. Ироданинг кучлилиги ва кучсизлиги шахснинг индивидуал хусусиятларига киради.

Ҳиссиётнинг бузилишлари икки хил кўринишда бўлиб, улардан биринчиси:

**Абулия** - бу мия патологияси заминида юзага келадиган фаолиятга интилишнинг йўқлиги, ҳаракат қилиш ёки уни бажариш учун қарор қабул қилиш зарурлигини тушунган ҳолда бундай қила олмасликдир.

Иккинчиси: **Апраксия** - мия тузилишининг шикастланиши натижасида келиб чиқадиган ҳаракатлар мақсадга мувофиқлигининг мураккаб бузилишидир. Бу жараён иродавий ҳаракатнинг бажарилишини қийинлаштиради. Абулия ва апраксия - психикаси (руҳияти) оғир касалланган одамларга хос, нисбатан кам учрайдиган ҳодисадир.

Шахс ижтимоий ҳаётининг барча жабҳаларида унинг хулқ-атворини бошқариб турадиган ахлоқ мезонлари шу ҳис-туйғуларнинг теварак атрофдагилардан объектив равишда олиб турадиган баҳолашнинг асоси ҳисобланади. Айниқса, маънавий ҳис-туйғуларни тарбиялаш педагогик фаолиятда муҳим жиҳатлардан бири ҳисобланади.

## ПСИХОЛОГИЯ ФАНИДАН АМАЛИЙ МАШҒУЛОТЛАР

Мавзу: Сезгилар, тери ва баъорқали  
сезиш тавсифи.

(1- машғулот)

Мақсад: инсоннинг билиш фаолиятида сезгининг аҳамиятини аниқлаб кўрсатиш. Жамоат бўлиб фаолият кўрсатиш кўникма-малакаларини шакллантириш. Психологик билимларни кенгайтириш зарур асбоблар: ортача ҳажмдаги буюмлар, нарсалар.

Тажрибанинг бориши: ўқитувчи синалувчига орқага ўгирилиб, қарамай туришни таклиф этади, сўнгра синалувчининг қўлига, бармоқлари орасига кейин кафтига, бармоқлари учига қалит, тугма, ўчирғич ва бошқа бирор нарсани қўяди. Ҳар бир ҳаракат давомида «бу предмет ҳақида нима дея оласиз?» деб сўраб борилади. Синалувчининг жавобларини бутун гуруҳ ёзиб олади. Тажриба натижалари барча вариантлари таҳлил этилади.

Синалувчиларда бир-биридан ажратилган алоҳида-алоҳида сезгилар буюмнинг (предмет) нима эканлигини билишга имкон бермайди, фақат буюмнинг айрим хусусиятларини аниқлайди (юмшоқ бир нарсая, қаттиқ нарсая, пластмасса, темир, совуқ нарсая ва ҳ.к.) Экспериментни давом эттириб, синалувчи талабага буюмни ушлаб кўриш таклиф этилади ва «мазкур буюм ҳақида нима дея оласиз?» деб сўралади. Кўпинча синалувчилар буюмнинг нима эканлигини аниқ айтадилар. Чунки буюм комплекс ўқитувчи сифатида бадан орқали сезиш ёрдамида идрок этилади. Бунда фақат тери сезгиларигина эмас, балки кинесетик сезгилар ҳам ишга тушади ва билиш аппаратлари ҳаракатга келтирилади.

(2-машғулот)

Мақсад: турли изчил ранглар контрасти ҳодисасининг юзага келиш жараёни билан таништириш.

Зарур жиҳозлар: катталиги 48x64 см бўлган оқ қоғоз варақлари; уларга 15x15 см катталикда шил, қизил, кўк,



сарик рангли квадратлар қирқиб ёпиштирилган, оқ рангли экран.

Тажрибанинг бориши: тажриба кундузга ёруғлик шароитида ўтказилади. Квадратлар талабалардан 4 метргача узоқликда ўрнатилади. Талабаларга 20-40 секунд мобайнида рангли квадратга тикилиб қараш, сўнгра ўз нигоҳини оқ экранга кўчириш ва экранда рангли квадрат пайдо бўлмагунича нигоҳни узмай тикилиш таъкидланади. Шу ўринда изчил рангли контрасти кишиларда турлича кечиши тушунтирилади. Олдиндан тайёрланган барча рангдаги квадратлар билан тажрибани такрорлаш лозим, шундагина талабалар хотирасида яхши сақланиб қолади. Тажриба тугаганидан сўнг, натижаларни ёзиб олиш, ёзилаётган квадрат рангини белгилаш, изчил контрастда пайдо бўлаётган рангли кўрсатиб ёзиш лозим. Бу ўринда изчил контрастлар ҳаракатдан кейинги ҳодиса натижаси эканлигини талабаларга таъкидлаш керак. Қўзғовчи таъсирнинг тўхташи рецептордаги қўзғалиш жараёнини ва анализаторнинг мия пўстлоғи қисмидаги қўзғалишларни ўша заҳоти тўхтатмайди.

**Мавзу: Идрокнинг ўзига хослиги.  
(1-машғулот)**

Мақсад: идрокнинг билиш фаолиятида тутган ўрнини кўрсатиш, амалий малакаларни шакллантириш.

Керакли жиҳозлар: кичик ҳажмдаги турли нарсалар (ўчирғич, бўр, танга ва ҳ.к.).

Тажрибанинг бориши: синалувчи талаба кўзларини юмиб, ўртоқларининг рўпарасида туради. Бир қўлини ёнга, кафтини пастга қилиб узатади ва бошини қарама-қарши томонга узатилган қўли кўринмайдиган қилиб буради. Биринчи босқичда ўқитувчи қўлидаги буюмни талабаларга кўрсатади (синалувчи талаба кўрмаслиги шарт) ўқитувчи ёки бирор-бир талаба ушбу буюмни синалувчининг узатилган қўли орқа томонига қўяди, кейин ундан мазкур буюм тўғрисида сўзлаб беришни сўрайди. Баённома ёзаётган талаба синалувчининг сўзларини қўйидаги тизим бўйича ёзиб беради.

Предметнинг рақами	Буюм	Синалувчининг тасаввури		
		1-босқич	2-босқич	3-босқич

Буюм эҳтиёткорлик билан синалувчининг қўлидан олинади ва бошқа нарсаларни ҳам шу зайлда кетма-кет қўйиб кўрилади.

Тажрибанинг иккинчи босқичида барча буюмлар синалувчининг кафтига қўйилади. Ўқитувчи синалувчининг ортиқча ҳаракатлар қилмаслигини назорат қилиб бориши керак.

Тажрибанинг учинчи босқичида синалувчи талабага ўз кафтида турган буюмни ушлаб кўришга рухсат этилади. Синалувчи талаба буюмни ушлаб кўришидан аввал унга биринчи ва иккинчи босқичдаги маълумотлар ўқиб берилади.

Олинган маълумотларни таҳлил этиш асосида якуний хулосалар ясалади: предметлар (буюмлар) бизнинг сезги организмизга таъсир қилган вақтда бизда сезиш ҳисси ва идрок қилиш ҳодисаси пайдо бўлади. Сезиш ёрдамида буюмнинг айрим томонлари, сифатлари акс этирилади. Идрок бу сезги органларимизга бевосита таъсир этиб турган нарса ва ҳодисаларнинг онгимизда яхлит, бир бутун ҳолда акс этиши эканлигини таъкидлаш. Идрок – бу фақат сезгилар йиғиндисидан иборат эмас. Идрок этиш вақтида буюмларнинг шакли ва сифатлари ўртасидаги ўзаро муносабатларни илғаб олишда, буюмни ишлатишда одамнинг ўтмишидаги тажрибаси муҳим аҳамиятга эга.

**Мавзу: Диққат.  
(1-машғулот)**

Мақсад: Диққатнинг ҳажми ва тақсимланишини аниқлаш.

Жиҳозлар: рақамли карточкалар.

Тажрибанинг бориши: синалувчиларга 1 сония ичида бир неча рақам тасвирланган карточка кўрсатилади. Талабалар карточкада қандай рақамлар ёзилганлигини кўриб

олиши, карточка бекитилганидан сўнг ўша рақамларни бир-бирига қўшиши ва йиғиндисини ёзиб боришлари керак. Талабаларга ичига турли рақамлар ёзилган учта ҳар хил геометрик шакллар кўрсатилади. Масалан, қуйидаги шаклларни кўрсатиш мумкин.

5

Талабалар бу рақамларни қўшиб, йиғиндисини ёзиб олганларидан кейин, қайси шаклнинг ичида қандай сон ёзилган эди? деган саволга жавоб беришлари лозим. Олинган натижалар асосида диққатнинг тегишли хусусиятлари (унинг ҳажми, тақсимланиши, диққатни жалб этилишида кўрсатманинг роли) намён бўлиши хусусида хулосалар қилинади.

### 1-топшириқ:

Мақсад: кузатувчанликнинг намён бўлишини аниқлаш. Ўхшаш буюмларни топиш малакаларини таркиб топтириш.

Тажрибанинг бориши: ҳар бир талабага коптоклар шакли туширилган қоғоз берилади. Ўқитувчининг қўлида секундомер бўлади. 20 та коптокдан иккитаси бир-бирига мутлақо ўхшайди. Вазифа ана шу мутлақо ўхшаш коптокни топишдан, иборат. Ўхшаш коптокларни топганлар қўлларини кўтардилар. Ўқитувчи ҳар бир талабанинг сарфлаган вақтини қайд этиб боради.

Тажриба якунида хулосалар ясалади, яъни синалувчиларнинг кузатувчанлиги алоҳида суръат билан тавсифланади. Кузатувчанлик замирида кузатувчанлик кечишининг алоҳида хусусиятига хос бўлган мураккаб дифференцияланиш фаолияти мавжуд.

### 2-топшириқ

Мақсад: идрок кузатувчанлигининг намён бўлиш жарёнини кўрсатиб бериш. Ўхшаш кубикларни топиш.

Тажрибанинг бориши: Талабалар рўпарасига икки қатор кубиклар териб қўйилган. Уларга диққат билан қаранг. Биринчи қатордаги кубикларга ўхшаган кубикларни иккинчи қатордаги кубиклар орасидан қидириб топинг. Бир-бирига

ўхшаган кубиклар неча жуфт эканлигини ҳисоблаб чиқинг, вазифа тушунтирилади.

Тажриба ўтказиш учун 2 дақиқа вақт берилади.

### 1. Доскага жадвал чизилади.

Синалувчилар	Жуфт кубиклар миқдори				
	1	2	3	4	5
1					
2					
3					
4					
5					

### 2. Жуфт кубикларнинг қандай тасвирланиши аниқланади.

Тажриба натижасига асосланиб якуний хулосалар, кузатувчанликнинг шахс хусусиятига боғлиқлиги кўрсатилади. Тажриба жараёнида шахснинг алоҳида (индивидуал) хусусиятларига хос бўлган кузатувчанликнинг қандай ўтиши ва тезлиги намён бўлади.

### 3-топшириқ

Мақсад: талаба синалувчилар диққатининг алоҳида намён бўлаётган вақтида улардаги алоҳида хусусиятларни ўрганиш.

Тажрибанинг бориши: синалувчи талаба алифбо ҳарфларини тартиб билан айта бошлайди ва ҳар бир ҳарфни айтганидан сўнг навбатдаги ҳарф тартибига ҳар сафар уч рақамини қўшиб айтади, яъни: а-1, б-4, в-7, г-10, д-13, е-16 ва ҳ.к. то алифбонинг охириги ҳарфигача давом этаверади. Бунинг учун сарф қилинган вақт секундлар ёзиб борилади. Тажриба -3-4 синалувчи билан такрорланади. Синалувчи доскага 1 дан то 2 гача бўлган сонларни ёзиб чиқади ва айни бир вақтда шу рақамларни тескари тартибда - 20 дан то 1 гача баланд овоз чиқариб санайди. Синалувчи талаба китобдан бирор матнни овоз чиқариб ўқийди ва шу вақтнинг ўзида доскага ҳам бирор нарса ёзади. Масалан, Қ -Қ -Қ -. Барча талабалар бу икки фаолият тури қанчалик осон ва бир

меёрда кечаётганлигини кузатадилар. Тажриба яна 2-3 талаба билан такрорланади.

## (2-машғулот)

### 1-топшириқ

Мақсад: диққатнинг тақсимланишида машқларнинг аҳамиятини аниқлаш.

Тажрибанинг бориши: синалувчи талабалар бир йўла икки ишни бажарадилар. Масалан, ёзма ҳисоблар олиб борилади ва бирор шеърни ёддан айтадилар. Бундаги хатолар сони ва ҳаракат тезлиги диққат тақсимланишининг ва машқ қилиб, маҳорат оширилганлигининг кўрсаткичи ҳисобланади. Синалувчига ҳеч қандай кўрсаткичларсиз карточкага бир-бирдан 1-3 мм узоқликда тартибсиз тарзда жойлаштирилган нуқталарни тез санаш ва натижани овоз чиқариб айтиб бериш таклиф этилади. Тажриба бир неча бор такрорланади ва ҳар сафар нуқталар янгича тартибда жойлаштирилади, улар орасидаги масофа ҳам ўзгартилади. Ҳар сафар ҳам нуқталарни овоз чиқариб тез санаш таклиф этилади. Натижаларга берилган баҳо (ҳисобнинг тўғрилиги ва тезлиги) диққат машқи тезлигининг кўрсаткичи ҳисобланади.

Синалувчи талабага ўз исм-шарифини ёзиши ва бир вақтда шу сўз таркибига кирган барча ҳарфларни тескари тартибда, яъни охиридан бошига қараб овоз чиқариб айтиш таклиф этилади. Бу машқни биринчи уринишида бажариш қийин. Шунинг учун бир неча бор такрорланади. Тажрибага бутун гуруҳ талабаларининг фаол иштирок этишига эришиш лозим.

### 2-топшириқ

Мақсад: диққатнинг ҳажми ва аниқлигига оид машқлар ўтказиш. Амалий малакаларни шакллантириш.

Диққатнинг ҳажми ва аниқлигини таҳметаскоп ёрдамида бир неча хил тажрибадан ўтказиш, шунингдек Лабзина методи асосида ҳарфлар, сонлар, турли белгилар билан ҳам тажрибалар ўтказиш мумкин. Қўйида турли геометрик шакллар билан ўтказиладиган тажрибани таъсия этамиз. Ҳар

қайси 25 та жадвалдан иборат 9 та жадвал тайёрланади. Масалан, катаклар ичига турли шаклдаги 3 тадан 7 гача бўлган белгилар ҳар хил тартибда талаблар сонига қараб 9 та тоза катакли оқ карточка ёки шу шаклдаги тўртбурчаклар катакли дафтарга чиздирилади ва ҳар бир тўртбурчакка рақам қўйдирилади. Тажриба вақтида ҳар бир тўртбурчак жуда қисқа вақт давомида (1-2 секунд) кўрсатилгандан сўнг тезлик билан эсларида қолган шаклларни тоза катаклар ичига худди жадвалда кўрсатилганидек чизиб чиқилади. 9 та жадвал кўрсатилиб, ёзиб бўлингандан сўнг текширилади. Тўғри қайта тикланган шакллар ва улар ўрнининг тўғрилиги аниқлангач, ҳар қайси квадратнинг ёнига унинг сони ёзилади. Ўртача арифметик сон чиқарилиб, диққатнинг ўртача ҳажми аниқланади. Вақтни тежаш учун 5-6 жадвал устида тажриба ўтказиш ҳам мумкин.

## Мавзу: Хотира хусусиятлари

### (1-машғулот)

#### 1-топшириқ

Мақсад: эсда қолдиришнинг шахс хусусиятларига боғлиқлигини намойиш этиш.

Жиҳоз: эсда сақлаб олиш учун бериладиган сўзлар: дераза, ёмғир, хотира, совун, дўстлик, винт, гўлаҳ, доска, дарслик, висол, гугурт, учрашув, жавон, касал, мактаб, севги, қувур, ётоқхона, ҳижрон, девор, стипендия, карам, сессия.

Тажрибанинг бориши: талабалар ушбу сўзларни тинглайдилар ва кейин эсда қолганини ёза бошлайдилар. Шундан сўнг ҳар бир талабанинг сўзларни қай даражада аниқ эслаб қолганлиги текширилади ва сўзлар миқдори санаб чиқилади. Таҳлил вақтида талабаларнинг кўпчилиги айнан қайси сўзларни эслаб қолганликларига эътибор қаратилади. Хулоса қилиш жараёнида ҳиссий жозибадор сўзлар ёки синалувчи учун муҳим бўлган сўзлар инсон хотирасида яхшироқ сақланиб қолиши таъкидланади.

## 2-топшириқ

Мақсад: бериладиган кўрсатманинг эслаб қолиш муддатига таъсирини кўрсатиш.

1-қисм. Жиҳоз: эслаб қолиш учун бериладиган сўзлар: гор, арава, сув, кунчиқар, штамп, ёстиқ, гилам, това, ўчирғич, эшик, насос, парда, жавон, елпигич, тош.

Тажрибанинг бориши: талабаларга 15 та сўз ўқиб берилади. Бу сўзларни эслаб қолиш учун талабалар бир неча бор такрорлайдилар. Мазкур сўзларни барча талабалар эслаб қолгунларича кўп марта ўқиб бериш мумкин.

2-қисм. Жиҳоз: эслаб қолиш учун бериладиган сўзлар: дафтар, йўл, қишлоқ, кўча, манзара, ручка, осмон, мушук, кино, ҳовли, йўлбарс, тоғ, халқ, завод, гилам. Худди 1-қисмдагидек бу сўзларни ҳам эслаб қолиш таъкидланади. бироқ, талабаларни огоҳлантириб, бу сўзларни навбатдаги машғулотгача (бир ҳафтагача) ёдда сақлаб туриш зарурлиги уқтирилади.

Ҳар иккала тур бўйича текширув машғулоти охирида ўтказилади. Бунда ҳар бир қисмда эсда сақлаб қолинган сўзлар миқдори саналади. Якуний ҳулосада маълумотни инсон хотирасида сақланиши уни қанча муддатгача ёдда тутиш зарурлиги ҳақидаги кўрсатмага боғлиқ эканлиги талабаларга тушунтириб берилади. Бунда албатта талабаларнинг шахсий якка хусусиятларига ҳам боғлиқлик кўрсатилади.

Мавзу: Таниш ва эслашга оид тажрибалар

(1-машғулоти)

### 1-топшириқ

Мақсад: таниш ва эслашнинг фарқини кўрсатиб бериш.

Жиҳоз: катта ҳажмдаги иккита жадвал тайёрланади.

Тажрибанинг бориши: ўқитувчи талабаларга шундай топшириқ беради: «Сизларга турли геометрик шакллар тасвирланган биринчи жадвални кўрсатаман, сўнгра биринчисига нисбатан кўпроқ шакллар тасвирланган иккинчи жадвални кўрсатаман. Бу жадвалда биринчи жадвалда кўрсатилган шакллар ҳам учрайди. Сизнинг вазифангиз мана

шу иккинчи жадвалдан биринчи жадвалда кўрган геометрик шаклларни таниб олиш. Ҳозир сиз диққат билан яхшилаб кўриб олинг ва яхшироқ эслаб қолишга ҳаракат қилинг». Биринчи жадвалдаги геометрик шаклларни кўриш учун 10 секунд вақт ажратилади.

Талабалар биринчи жадвални кўриб бўлганларидан кейин жадвал олиб қўйилади. «Энди иккинчи жадвалга қараймиз. Бу ердаги барча шаклларга рақам қўйилган. Шакллар ичидан биринчи жадвалда кўрган шаклларни таниб рақамларини дафтарга ёзиб оласиз». Талабалар вазифани бажаришга киришадилар. Ўқитувчи уч минутдан сўнг текширади. Текшириш вақтида ҳар иккала жадвал ҳам очиб қўйилади. Ҳар бир талаба қанча шаклни тўғри таниб олганини ўз дафтарига ёзиб олинади. Биргаликда якуний ҳулоса чиқарилади.

## 2-топшириқ

Мақсад: таниб олишга нисбатан эслаш мураккаброқ ва қийинроқ эканлигини кўрсатиш.

Жиҳоз: учинчи жадвал тайёрланади. Бу жадвалда ҳам 9 та каталка 9 хил геометрик шакл чизилган бўлади, лекин бу шакллар аввалги икки жадвалда кўрсатилмаган, янги бўлиши лозим.

Ўқитувчи талабаларга вазифани тушунтиради: «Бу жадвалда ҳам сон жиҳатидан биринчи жадвалдагидек шакллар бор. Сизлар шаклларни диққат билан кўрасиз ва уларнинг шаклларини дафтарга эслаб чизасиз». Талабалар ўз дафтарларига 9 та каталка чизиб оладилар. Жадвал 10 секунд давомида кўрсатилади ва ўгириб қўйилади. Талабалар эсда қолган шаклларни тезда дафтарга чизиб оладилар. Қайтадан тиклаш, яъни эслаб чизиш учун уч минут вақт берилади. Вазифа бажариб бўлингач жадвал яна кўрсатилади, шакллар қиёсланади. Ҳар бир талаба ўзи тўғри акс эттирган шаклларни ҳисоблайди. Машғулоти охирида доскада таниб олиш ва эслаб қолиш устида ўтказилган тажрибалар якунлари ўзаро таққосланади. Таниб олишга нисбатан эслаб қолиш мураккаб жараён эканлиги таъкидланади.

Мавзу: Тафаккур  
(1-машгулот)  
1-топшириқ

Мақсад: умумлаштириш жараёни юзага келишини кўрсатиш.

1. Ҳар бир қатордаги сўзларни ўқиб чиқиб, «ортиқча» сўзни ўчириш ва қолган сўзларни нима бирлаштиришни айтиш лозим.

Кучук, бузоқ, эчки, кийик, мушук.

Кучук, бузоқ, эчки, кийик, от.

Жавоб: биринчи қаторда «кийик» сўзи ортиқча, қолган сўзлар уй ҳайвонлари номини билдиради. Иккинчи қаторда «кучук» сўзи ортиқча, қолган сўзлар туёқли ҳайвонларнинг номи.

2. Футбол, хоккей, қўл тўпи, баскетбол, сув полоси.

Футбол, хоккей, қўл тўпи, баскетбол, бадминтон.

Жавоб: биринчи қатордаги ортиқча сўз «баскетбол», чунки қолган барча ўйинларда дарвозабон бўлади. Иккинчи қаторда бадминтон сўзи ортиқча, чунки шундан бошқа ўйинлар гуруҳ бўлиб ўйналади, бадминтонни эса фақат икки киши ўйнайди.

Сирдарё, Амударё, Сена, Зарафшон, Қорадарё.

Сирдарё, Амударё, Зарафшон, Нил, Қорадарё, Бўзсув.

Жавоб: биринчи қатордаги ортиқча сўз «Сена», қолган барча дарёлар Марказий Осиё ҳудудидан оқиб ўтади. Иккинчи қаторда ортиқча сўз Фарғона, чунки Фарғона канал, дарё эмас.

Жавобларни умумлаштиришда барча фикрий жараёнлар ўзаро боғлиқлиги, умумлаштириш, таҳлил қилиш, таққослаш ва бошқа турли асослашнинг имкониятлари тўғрисида энг зарур асосларни танлаб олиш муҳимлигини талабаларга тушунтирилади.

2-топшириқ

Китоб жавонида танланган асарларнинг икки томи турар эди. биринчи том 300 бетдан, иккинчи жилд эса 200 бетдан иборат эди. Жавонда китоб қурти пайдо бўлиб, китобларни кемира бошлади. Қурт биринчи жилднинг биринчи бетидан

то иккинчи жилднинг сўнгги бетигача кемиради. Китоб қурти неча бетни кемиради?

Жавоб: Қурт китобнинг бир бетини ҳам зарарлай олмаган, чунки китобни оддийгина тахлаш тартибда биринчи жилднинг биринчи бети билан иккинчи жилднинг охириги бети орасида фақатгина муқова бўлади, холос. Бу ўринда масалани тўғри ечиш учун одатда китоб жавонига китоблар қандай қўйилишини тасаввур қилиб кўриш керак.

(2-машгулот)  
1-топшириқ

Мақсад: фикрлаш жараёнларининг кечими тезлигини аниқлаш берилган сўзлардаги етишмаётган товушларни топиб ёзиши.

Жиҳоз: секундомер ва 5 тадан 3 қатор берилган сўзлар.

Н-тқ,

-вқат

-аъсир

Во-га

-ошкент

Ар-оқ

-ра-ат

-ма-ми-ка

Ма-ий

М-ън-си

Гр-м-ат-ка

С-ин-ак-ис

Ф-зи-ло-тик

Т-аф-ур

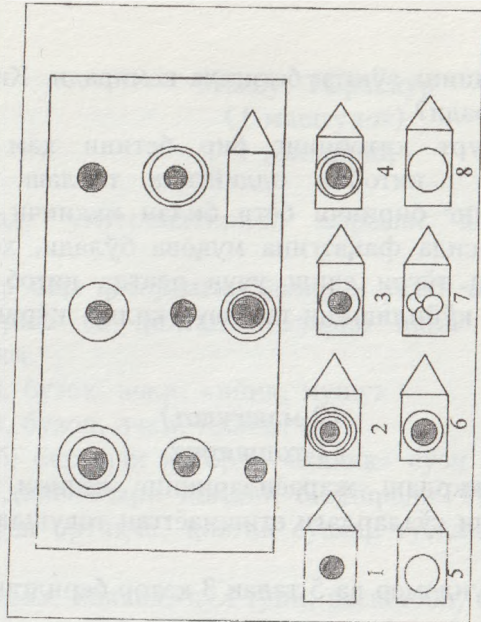
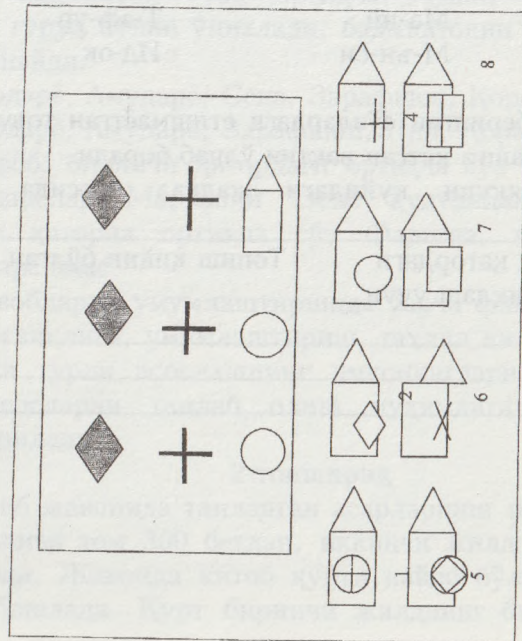
Ид-ок

Ўқитувчи берилган сўзлардаги етишмаётган товушларни топиш учун ўйлашга кетган вақтни ўлчаб боради.

Тажриба якуни қуйидаги жадвал асосида таҳлил қилинади.

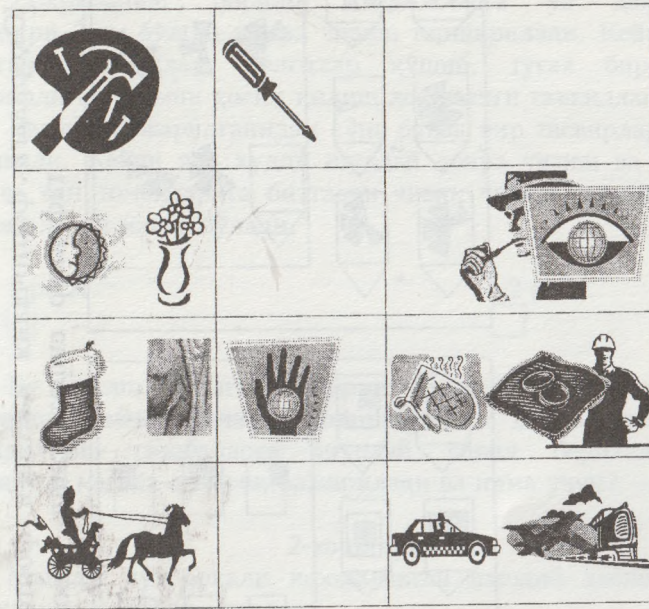
№	Белгиланган қатордаги сўзларни аниқлаш учун кетган вақт.	Топиш қийин бўлган сўзлар
1		
2		

4 -- топширик. Тафаккур сифатларини ривожлантириш

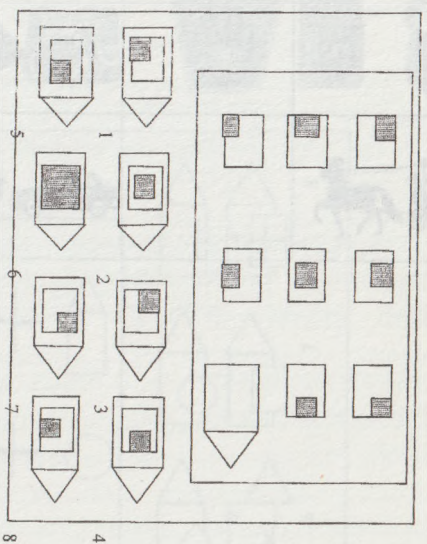
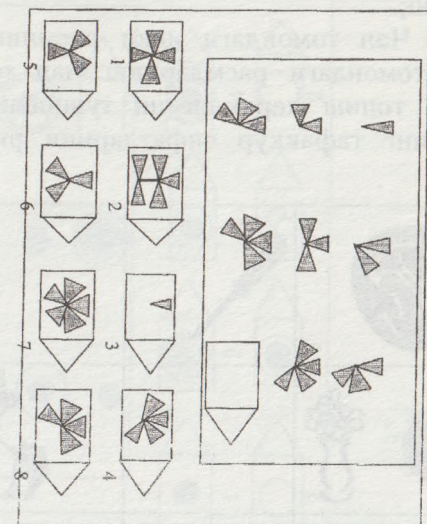


2 - топширик.

Чап томондаги икки расмнинг муносабатига қараб, ўнг томондаги расмларнинг чап томонда турганига муносибини топиш кераклигини тушинтириш. Талабаларнинг тафаккур сифатларини ривожлантириш.



3- топширик. Юқоридаги форточкани дастдаги форточкалар ичидан топиб ёпинг, мақсад тафаккур сифатларини ривожлантириш.



Мавзу: Хаёл.  
(1-машғулот)

1-топширик

Мақсад: ижодий хаёл хусусиятларини аниқлаш. Тажриба ўтказиш кўникма малакаларини шакллантиришни давом эттириш.

Тажрибанинг бориши: талабаларга ўз дафтарларига диаметри 2 см бўлган доира чизиш топширилади. Кейин доирага истаганча чизиқлар, белгилар қўшиб, тугал бир маънони англатадиган расмни ҳосил қилиш лозимлиги таъкидланади.

Вазифа бажарилганидан сўнг баъзи бир тасвирлар намойиш қилинади. Кейин яна худди шундай доира чизиш ва доиранинг ўнг ва чап томонларига биттадан чизиқ чизиш таклиф этилади. Бу дастлабки манба бўлади.

1-расм



2-расм.



Бу шаклга исталган миқдорда чизиқлар чизиш ва маъноли тасвирни ҳосил қилиш топширилади. Барча топшириқлар бажарилгач, талабаларга шундай савол берилади: қайси вариантда масала осонроқ бажарилади ва нима учун?

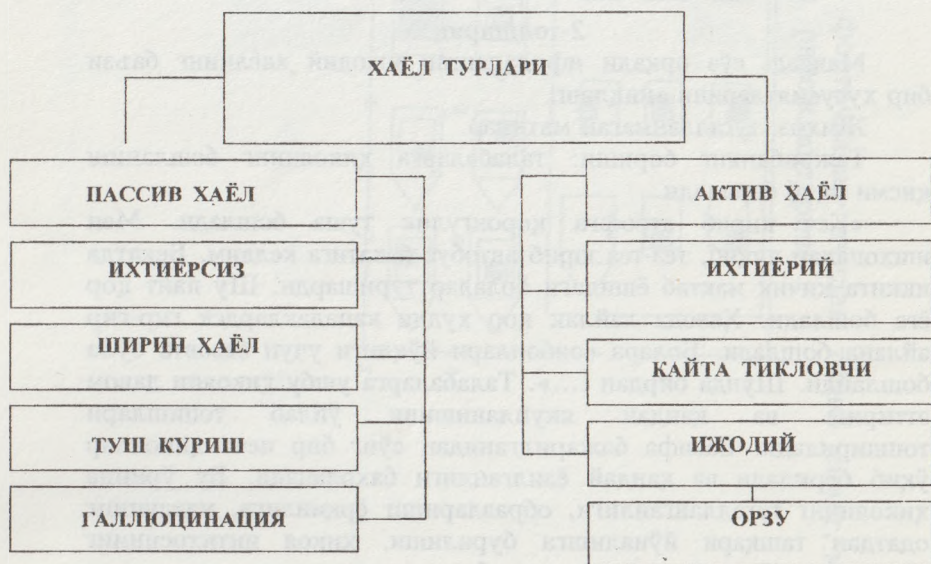
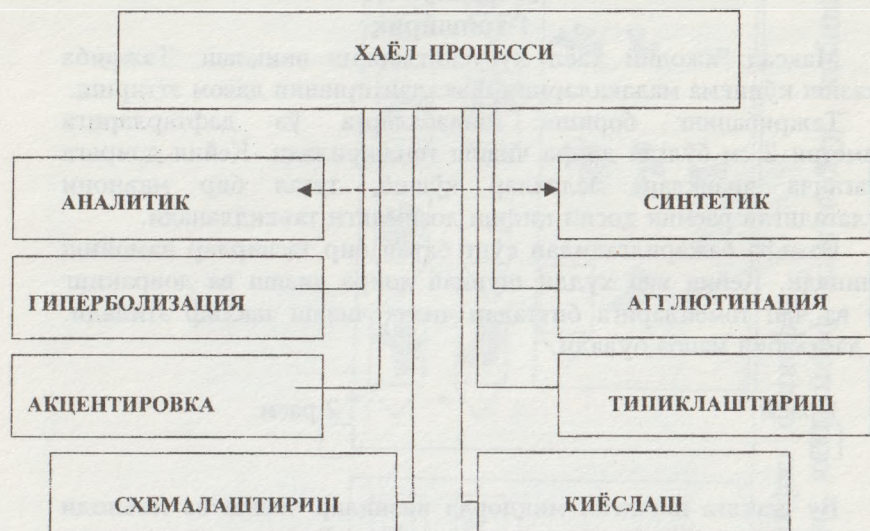
2-топширик

Мақсад: сўз орқали ифодаланган ижодий хаёлнинг баъзи бир хусусиятларини аниқлаш.

Жиҳоз: тугалланмаган матнлар.

Тажрибанинг бориши: талабаларга ҳикоянинг бошланиш қисми ўқиб берилади.

«Кеч кириб атрофга қоронғулик туша бошлади. Мен ишхонадан чиқиб, тез-тез юриб автобус бекатига келдим. Бекатда иккита кичик мактаб ёпидаги болалар туришарди. Шу пайт қор ёға бошлади. Ҳавода лайлак қор худди капалаклардек гир-гир айлана бошлади. Болара соябонлари йўқлиги учун безовта бўла бошлайди. Шунда бирдан ....». Талабаларга ушбу ҳикояни давом эттириш ва қандай якунланишини ўйлаб топишлари топширилади. Вазифа бажарилганидан сўнг бир неча ҳикоялар ўқиб берилади ва қандай ёзилганлиги баҳоланади. Бу ўринда ҳикоянинг тугалланганлиги, образларнинг ёрқинлиги, мавзунинг одатдан ташқари йўналишга бурилиши, ҳикоя интиҳосининг кизиқарли бўлишига алоҳида эътибор қаратилади.



Мавзу: Шахснинг индивидуал психологик хусусиятлари.

Темперамент.

(1-машғулот)

1-топшириқ

Мақсад: асаб жараёнларининг кучи, мувозанати ва ҳаракатчанлигини аниқлаш.

Жиҳоз: секундометр.

Машғулотларнинг бориши: талабаларга кичикроқ матни ўқиб чиқиб, уни эслаб қолиш ва ёддан ёзиш, эгани бир чизиқ билан, кесимни икки чизиқ, аниқловчини тўлқинли чизиқ, ҳолнинг тагини нуқталар билан белгилаш топширилади.

Бажарилган маълумотларни ишлаб чиқиш. Топшириқни бажариш жараёнида баённома ёзувчи ҳаракатдаги фаоллик хусусиятларини, яъни синалувчи талабаларга умумий ҳаракатчанлик хосли ёки сустканлик хослигини белгилаб боради. Ўқитувчининг тавсияларидан олдин вазифани бажаришга киришган талбаларда ички тормозланишнинг кучсизлиги намоён бўлади. Синалувчи талаба камҳаракат бўлса, топшириқни бажаришга анча кеч киришади. Ўқитувчининг кўрсатмаларини аниқ бажарилиши асаб жараёнларининг ҳаракатчанлиги ва мувозанатлилигини кўрсатади. Олий асаб фаолияти турларининг кучли ва кучсизлигига қараб, меҳнатга умумий лаёқатлилиқ ҳақида ҳукм чиқариш мумкин. Тез чарчаб қолиш асаб тизимининг кучсизлигидан дарак беради.

Диққатнинг якка хусусиятларига кўра, олий асаб фаолияти ҳақида сўз юритиш мумкин. Кучли мувозанатсиз турга диққатнинг барқарорлиги, яхши кўчиш ва кичикроқ бўлина олиш хусусияти мос келади. Кучли, мувозанатли, босиқ типга диққатнинг барқарорлиги, бўлиниши, лекин унинг кучсиз кўчувчанлиги тўғри келади. Кучли, мувозанатли, жонли турга диққатнинг яхши кўчиш ва бўлиниши, лекин кучсиз ифодаланган барқарорлиги тўғри келади. Кучсиз турга диққатнинг унча юқори даражали бўлмаган барқарорлиги, унчалик катта бўлмаган бўлиниши ва ёмон кўчиши мос келади. Синалувчи талабалар ўз ишларини таҳлил қилаётиб бир қаторли хатоларга йўл



қўядилар. қўзғолиш тормозланишдан устун келган талбалар ҳарфларга кераксиз элементлар, ортиқча бўғинлар ёзиб қўядилар. Вазифани бир турини бажаришдан иккинчи турини бажаришга ўтишдаги тезлик ва бунда йўл қўйиладиган хатолар ҳаракатчанликнинг турли даражада бўлишини кўрсатади.

### 2-топшириқ

Мақсад: шахснинг темперамент турини аниқлаш тажрибалар ўтказиш кўникма-малакаларини шакллантириш.

Жиҳоз: секундометр, 20 жуфт сўзлар: шкoлодли-ванилли, аччиқ-ширин, шотукли-лимонли, хушбўй-чириган, чучук-яхши ҳидли, ханталли-мурчли, олабула тусли, палағда-янги, сариқ-яшил, қизил-сарик, асалли-ялпизли, рангпар-ярқираган, қалампир-нордон, бинафша ранг-ним пушти, майин-ингичка, гилосли-малинали, ширин-чучмас.

Тажрибанинг бориши: ўқитувчи талабаларга бирин-кетин дақиқага 5тадан жуфт сўз беради. Талабалар берилган икки сўздан қайси бири унга ранги, ҳиди ва бошқа жиҳатдан ёққанини танлаб, шу сўз тўғрисида Қ белгисини қўйиши керак. баённомани қайд этувчи қўзғоячи берилган вақтдан то танлашга қадар ўтган вақтни ҳисоблаб боради.

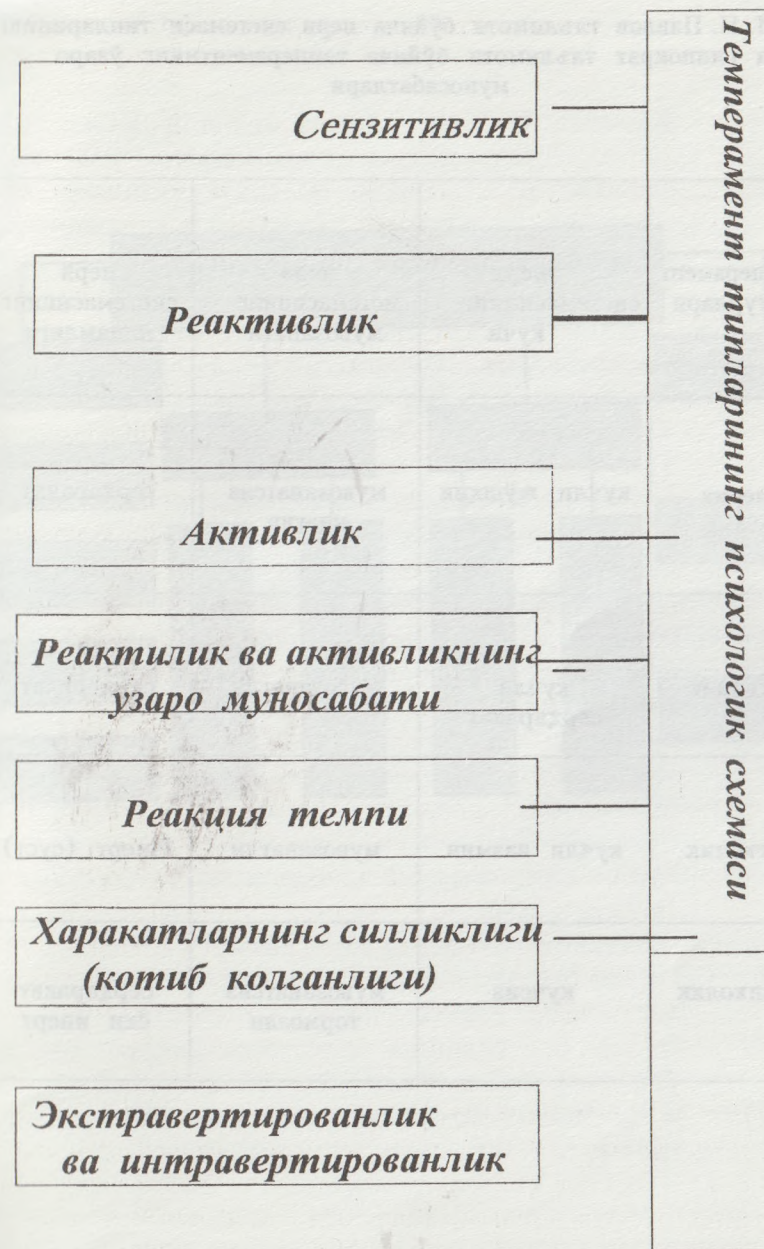
Қуйидаги жадвал бажарилган иш натижалари қайд этиб борилади.

№	Қўлланилган қўзғовчи сўз.	Реакциянинг латент вақти.
1		
2		

Сўз танлашда осон ва қийин танлаш реакцияси латент вақтини характерлайдиган нуқталар ва уларни бирлаштирувчи чизиқлар билан белгиланади. 20 та жуфт сўздан 5 тасини танлаш қийин ва осон ўтишида реакциянинг латент вақтига нисбати аниқланади. Агар шу икки вақтли кўрсаткич қарийб тенг бўлса синалувчи шахси кучли типга киради. Агар сўз танлашдаги қийинчилик вақти сўз танлашдаги осонлик латент вақтидан анча ортиқ бўлса, синалувчи шахси кучсиз типга киради.

Тажриба натижалари қуйидаги жадвалда қайд этилади.

№	Синалувчининг исм, шарифи.	Синалувчининг ҳис-туйғу хусусиятлари.	Темпераментнинг тахминий тури.
1			



И. П. Павлов таълимоти бўйича нерв системаси типларининг  
ва Гиппократ таълимоти бўйича темпераментнинг ўзаро  
муносабатлари

Темперамент турлари	нerv системасининг кучи	нerv системасининг мувозанати	нerv системасининг илдамлиги
Холерик	кучли жўшқин	мувозанатсиз кизғин	серҳаракат
Сангвиник	кучли серҳаракат	мувозанатли	серҳаракат
Флегматик	кучли вазмин	мувозанатли	Инерт (суст)
Меланхолик	кучсиз	мувозанатсиз тормозли	серҳаракат ёки инерт



## Фойдаланилган адабиётлар.

1. Каримов И.А. «Баркамол авлод - Ўзбекистон тараққиётининг пойдевори». Тошкент - 1997 й.
2. Каримов И.А. «Юксак малакали мутахассислар тараққиёт омили». Ўзбекистон нашриёти, Тошкент. 1995.
3. Даминов Қ., Отавалиева Ў., Иброҳимов Х. Психологиядан семинар ва лаборатория машғулоти. Тошкент, 1994 й.
4. Дружинин В.Н. Психология. Питер, 2000 г.
5. Каримова В.М., Акромова Ф.А. Психология. Тошкент, 2001 й.
6. Каримова В.М. Психология. Тошкент, 2002 й.
7. Давлетшин М.Г. Общая психология. Ташкент, 2003 г.
8. Давлетшин М.Г., Мамедов К.Қ. Ибн Синонинг психологик қарашлари. Тошкент, 2002 й.
9. Давлетшин М.Г., Тўйчиева С. Умумий психология. Тошкент, 2002 й.
10. Немов Р.С. Психология. Кн-1. Москва, 2000 г.
11. Петровский А.В. Умумий психология. Тошкент, 2002 й.
12. Ғозиев Э. Психология. Тошкент, 1994 й.
13. Ғозиев Э. Умумий психология. 1-2 китоб. Тошкент, 2002
14. Психология изоҳли луғат. Тошкент, 1998 й.
15. Гамезо В.М., Домашенко И.А. Атлас по психологии. Москва, 1986 г.
16. Ғозиев Э., Мамедов К.Қ. Касб психологияси. Тошкент, 2003 й.
17. К.Қ.Мамедов ва б. Махсус психология. Тошкент, 1994 й.

## МУНДАРИЖА

Кириш	-----
I БОБ. ПСИХОЛОГИЯ ФАНИНИНГ УМУМИЙ МАСАЛАЛАРИ	-----
1.1. Психология фанининг предмети, мақсади ва вазифалари. Илмий тадқиқот методлари	-----
1.2. Психология фанининг юзага келиш тарихи. Антик давр, ўрта асрлар ва ҳозирги кундаги ҳолати	-----
1.3. Руҳий тараққиётнинг табиий ва ижтимоий детерминацияси	-----
1.4. Онг ва фаолият	-----
II БОБ. БИЛИШ-РУҲИЙ ЖАРАЁНЛАР	-----
2.1. Сизги ва идрок	-----
2.2. Хотира	-----
2.3. Диққат руҳий жараён сифатида	-----
2.4. Таффакур	-----
2.5. Хаёл	-----
III БОБ. ШАХС ВА УНИНГ ИНДИВИДУАЛ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ	-----
3.1. Шахс ҳақида тушунча. Унинг ривожланиш босқичлари	-----
3.2. Шахснинг индивидуал психологик хусусиятлари	-----
ПСИХОЛОГИЯ ФАНИДАН АМАЛИЙ МАШҒУЛОТЛАР	-----
1. «Сезгилар» тери ва бадан орқали сезиш тавсифи	-----
2. Идрокнинг ўзига хослиги	-----
3. Диққат	-----
4. Хотира хусусиятлари	-----
5. Таниш ва эшлашга оид тажрибалар	-----
6. Тафаккур	-----
7. Хаёл	-----
8. Шахснинг индивидуал психологик хусусиятлари. Темперамент	-----
9. Фойдаланилган адабиётлар	-----

*[Handwritten signature]*

Қўрашнинг асослари

1. Ҳаққини қўйиб, қўлдан келтирилган кўчма нусхалар  
2. Ҳаққини қўйиб, қўлдан келтирилган кўчма нусхалар  
3. Ҳаққини қўйиб, қўлдан келтирилган кўчма нусхалар  
4. Ҳаққини қўйиб, қўлдан келтирилган кўчма нусхалар  
5. Ҳаққини қўйиб, қўлдан келтирилган кўчма нусхалар  
6. Ҳаққини қўйиб, қўлдан келтирилган кўчма нусхалар  
7. Ҳаққини қўйиб, қўлдан келтирилган кўчма нусхалар  
8. Ҳаққини қўйиб, қўлдан келтирилган кўчма нусхалар  
9. Ҳаққини қўйиб, қўлдан келтирилган кўчма нусхалар

Босишга рухсат этилди  
ТКТИ ризографида кўпайтирилди  
Буюртма \_\_\_\_\_  
Адади 300. Ҳажми 5,0 б.т.

*[Handwritten signature]*

