

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA'LIM, FAN VA
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

TOSHKENT IQTISODIYOT VA PEDAGOGIKA UNVERSTET

XALIKOVA SHAXODAT TUXTAYEVNA

MIRZAHMATOV BAHODIR BAHROMBOY O'G'LI

“UMUMIY PSIXOLOGIYA” FANIDAN

(o'quv qo'llanma, I semestr uchun, I bo'lim)



O'quv qo'llanma 60110500 - Boshlang'ich ta'lim yo'nalishining (kunduzgi ta'lim) talabalari uchun tayyorlangan.

Tuzuvchilar:

- | | |
|-------------------------|--|
| Xalikova SH.T. | Toshkent iqtisodiyot va pedagogika instituti
“pedagogika, psixologiya va boshlangich ta'lim”
kafedrasi dotsenti, psixologiya fanlari nomzodi |
| Mirzahmatov B.B. | Toshkent iqtisodiyot va pedagogika instituti,
Pedagogika fakulteti, “pedagogika, psixologiya va
boshlangich ta'lim” kafedrasi katta-o'qituvchisi |

Taqrizchilar:

- | | |
|----------------------|--|
| Asqarova N.A. | Toshkent tibbiyot akademiyasi “Pedagogika va
psixologiya” kafedrasi dotsenti, psixologiya fanlari
bo'yicha falsafa doktori (PhD) |
| Tilavov B.A. | Toshkent iqtisodiyot va pedagogika instituti,
Pedagogika fakulteti, “pedagogika, psixologiya va
boshlangich ta'lim” kafedrasi dotsenti |

Toshkent iqtisodiyot va pedagogika instituti ilmiy kengashining 2025 yil
____ – ____dagi yig'ilishida tasdiqlangan va nashrga tavsiya etilgan (____- sonli
majlis bayonnomasi).

“Antik davrda Yunonistonda yongan ilm mash’alasi to’qqizinchi - o’n ikkinchi asrlarda Markaziy Osiyo hududida qayta porladi. Bu davrda yurtimiz hududida birinchi Renessans yuzaga keldi va u butun dunyo tan oladigan mashhur daholarni yetishtirib berdi”

O‘zR Prezidenti Shavkat Mirziyoyev

KIRISH

Zamonaviy dunyoda psixologiya fani har bir insonning hayotida o‘ziga xos o‘ringa ega. XXI asrning birinchi choragida kishilik jamiyati olamshumul o‘zgarishlarni boshidan kechirmoqda. Inson ruhiy olami, uning yuzaga kelishi bosqichlarini o‘rganishga bo‘lgan qiziqish tobora ortib bormoqda. Bizning respublikamizda ham psixologiya fani jadal suratlarda rivojlanmoqda. Xususan, oliy ta’lim tizimida ham o‘z kasbining mohir mutaxassislarini tayyorlashga alohida e’tibor qaratilmoqda, chunki, hayotimizning barcha sohalarida psixologik bilimlarga bo‘lgan ehtiyoj kuchayib bormoqda. Barkamol insonni voyaga yetkazish, inson psixikasini rivojlanish xususiyati, uning ruhiyati va ichki kechinmalarini bilish, o‘rganish muhimligi hozirgi kundagi dolzarb masalalardan biridir. Xususan, oliy ta’lim jarayonida boshlang‘ich ta’lim yo‘nalishi talabalariga psixologik jarayonlar, psixologik hodisalar, qonuniyatlar, mexanizmlar haqidagi tushunchalarni tarkib toptirish zarur. Shaxsdagi turli g‘oyalar, fikrlar va mafkuraviy munosabatlar tizimi ta’sirida shakllanib, ular bevosita oila, bog‘cha, maktab, boshqa o‘quv va tarbiya muassasalari orqali ongga singdiriladi. Agar bu ta’sir uning e’tiqodi darajasida ko‘tarilsa, va unda yana yangidan - yangi fikrlar va g‘oyalarning paydo bo‘lishi, o‘rishiga olib kelsa, shaxs taraqqiyoti jarayonida shunday faoliyat sohasini tanlaydiki, o‘z qobiliyatlari, malaka va ko‘nikmalarini rivojlantira borib, ziyoli sifatida yo o‘qituvchi, yoki vrach, yoki olim, kashfiyotchi, muhandis bo‘lib, el-yurtiga xizmat qiladi. Kelajakda millat kelajagi bo‘lgan yosh avlodga ta’lim-tarbiya beradigan mutaxassislar inson ruhiyati qonuniyatlarini yaxshi bilishlari, bevosita bolaning bilish jarayonlaridagi o‘ziga xoslikni inobatga olgan holda o‘z faoliyatlarini amalga oshirishlari maqsadga muvofiqdir. So‘ngi

yillarda mamlakatimiz yoshlari ongiga milliy qadriyatlarimiz, vatanparvarlik, adolat, milliy gʻurur, Ona -Vatanga sadoqat hislarini tarbiyalanish, yosh avlodda oʻzligini anglash, jamiyatimiz hayotida faol boʻlish kabi hislarni tarkib toptirish davr talabidir. Ertangi kunimizning porloq boʻlish bugungi talabalarimizning qay darajada bilimli, zukko insonlar, salohiyatli kadrlar boʻlib etishishiga bogʻliq. Talabalarimizga sifatli taʼlim berish, zamonaviy makonda oʻz oʻrniga ega boʻlgan mutaxassislarni tayyorlash muqaddas burchimizdir.

I BOB. PSIXOLOGIYA FANINING PREDMETI VA RIVOJLANISH

TARIXI

1.1. Psixologiyaning fan sifatida rivojlanish tarixi

Hozirgi kunda barcha sohalarida taraqqiyot o'z yo'lida jadal rivojlanmoqda Zamonaviy jamiyatda bo'lajak o'qituvchilarni tayyorlash hamda ularning psixologik bilimlarini rivojlantirish, ta'lim jarayoniga samarali moslashuvini amalga oshirish, umumiy psixologiya fanida qo'lga kiritilgan yutuqlar, yangiliklarni amalda qo'llay bilishga o'rgatish muhim vazifalarimizdandir. Yangi O'zbekiston yoshlarida yangicha tafakkurni shakllantirishga qaratilgan bilimlarni kengaytirish, kerakli ko'nikma malakalarni tarkib toptirish lozim. Bugungi kunda hayotimizning deyarli barcha sohalarida inson omili katta ahamiyatga ega ekan, demak umumiy psixologiya barcha fanlar bilan uzviy hamkorlikda taraqqiy etadi.

Qomusiy olim Abu Nasr Farobiy o'zining "Fozil odamlar shahri", "Aql ma'nolari to'g'risida" kabi asarlarida inson ruhiy holatlarining namoyon bo'lishi, rivojlanishi, o'zgarishi haqidagi turli qimmatli fikrlarni yozib qoldirgan. Inson va uning ruhiyatiga oid axloqiy-falsafiy fikrlarni bayon etgan. "Mavjud narsalar xillari qanday tafakkur etilishini, bir-biri bilan tutashishlari va ajralishlarining sabablarini tushuntiradi". [Abu Nasr Farobiy. "Fozil odamlar shahri" - Toshkent, A.Qodiriy nomidagi xalq merosi nashriyoti, 1993, -63 b].

Buyuk bobokalonlarimizdan Abu Rayhon Beruniy o'z asarlarida inson ruhiyatiga to'xtaladi, olamni bilish, fikr yuritish va ijtimoiylashuv jarayonlari haqida ma'lumotlar keltiradi. Inson ruhiyati jamiyat a'zolari bilan munosabatda takomillashib borishini ta'kidlab o'tadi. Ruhiyat, ong va tafakkur barcha hodisalarning ta'siriga bog'liq, ammo inson narsa va hodisalarning nafaqat sifat hamda xususiyatlari haqida bilim beruvchi hissiy bilish darajasida to'xtab qolmaydi, balki narsalarni chuqur va atroflicha bilish, shu narsalar xususida fikr yuritishni talab qiladi. O'z faoliyati davomida inson narsa va hodisalarni bir-biri bilan solishtirib, taqqoslab ko'radi, o'z bilimlarining chinligini aniqlaydi, ya'ni shaxsiy bilimlarining voqelikka mosligini tekshirib ko'radi. Beruniyning ruh haqidagi qarashlari tabiiy va ilmiy falsafaga asoslangandir.

Beruniy ruh va ruhiyat masalalariga ham zo'r qiziqish bilan qaraydi. Buning

sababi bor, albatta. Beruniy oʻzidan avval yashab oʻtgan Yunon va Rim, Sharq olimlari, jumladan, Muhammad Xorazmiy, Farobiy va boshqa olimlarning asarlarini qunt bilan oʻrgangan va ruhiyatga doir qarashlarining ahamiyatini tushunib yetgan. Beruniy ruhiy jarayonlarni barcha hayvonlarga va odamlarga xos deb bildi. Hayvon ruhiyati ongsiz xarakterda, insonda esa ongli, inson mantiqiy fikrlashga, mantiqiy xulosalar chiqarishga qodir, odamda faol asab xizmatlari mavjud deb koʻrsatadi. Beruniy ruhiyatga oid qarashlarini ruh olimi sifatida emas, balki yirik faylasuf sifatida talqin etgan. Uning “Hindiston”, “Minerologiya” (“Kitob-ul javohir-fi-maʼrifat-ul javohir”), (“Hislar bilan seziladigan va aql bilan bilinadigan bir kitobning tarjimai”), “Umrni aniqlashda hindlar tutgan yoʻlning hikoyasi haqida”, “Atrafxim” (“Munajjimlik sanʼatidan boshlangʻich tushunchalar”) degan kitob va risolalarida oʻzining ruh haqidagi qarashlari, ruhiyatning baʼzi muhim masalalarini bilish va tafakkur jarayonlari haqida bir talay qimmatli fikr-mulohazalar mavjud.

Olim insondagi ruhiy jarayonlarni, avvalo, tabiatda oliy mavjudot - insonning bilish jarayonini, inson bilimlarini boyitish, maʼrifatli boʻlishidagi roli jihatidan oʻrganishga va talqin etishga harakat qilgan. Shu sababli uning yuqorida qayd etilgan asarlarida sezgilar va aqliy bilish, oʻzini tuta bilish, xotira, tasavvur, diqqat, his-tuyqu, idrok, qobiliyat, malaka kabi shaxsiy xislatlarini olamni bilish jarayonlari bilan bogʻliq tarzda bayon etadi. [Beruniy A. Tanlangan asarlar. 2-tom. -T.: 1965, - 35 b]. Beruniy oʻz qarashlari bilan Xorazmiy, Farobiy, Ahmad Fargʻoniyilar ishlab chiqqan ruhiyat metodlarini yanada boyitdi, bu qarashlarni ijodiy rivojlantirdi. U ruhiyat koʻrinishlarini rostgoʻylik bilan aniq koʻrsatib, ilmiy xulosalar chiqarib, shunday yozadi: “Voqelikda biror narsani kuzatish mumkin boʻlmagan taqdirda, uni u yoki bu holatda tasavvur qilish mumkin boʻlmasa kerak, ammo barcha jismlarni bir butunicha tasavvur qilish, garchi u butunligicha odatdagi holatda uchramasligi ham mumkindir. Demak, ayrim jismlar aslida mavjud boʻlsa, ularni fikran yiqib, bir butun holda koʻz oldiga keltirish mumkin, lekin aslida umuman yoʻq narsani tasavvur qilish mumkin emas”. Mutafakkir olim oʻz oldiga ham, ilm oluvchilar oldiga ham shu talabni qoʻydi. Beruniy olamni reallik, inson irodasidan tashqarida, mustaqil ravishda mavjud

bo'lgan borliq sifatida qaraydi. Kishi ongi, tafakkuri, ruhiyatini moddiy jismdan keltirib chiqargan holda tasavvur etadi. Beruniy qadimgi hind mutafakkurlari singari tashqi olamning asosini moddiy borliq tashkil etganligini tan oladi. U o'zining Abu Ali Ibn Sino bilan bo'lgan munozaralarida barcha narsalarning asosida 5 ta element, ya'ni suv, olov, havo, yer, borliqni bilish jarayonida bilimlarimizning manbaini sezgi a'zolarimiz va ular orqali qabul olgan hissiy bilimimiz tashkil etadi, deb ta'kidlagan. Zamonaviy psixologiya faniga sezgilarning to'qqiz turi ma'lum. Beruniy badandagi to'qqiz eshik haqida gapirar ekan, insondagi ichki va tashqi sezgilarni umumiy holda ko'ra olgan ruhni nazarda tutgan. Sezgi uyg'otadigan muhim turtki tabiatdagi bor narsalardir. Bu narsalarni o'ylash, fikrlash, his ilish orqali aql bilan ongli bilish, bilim olish yo'li bilan mumkinligini tushuntiradi. Inson sezgilariga to'g'ridan to'g'ri ergashib borish emas, balki fikrlab, mushohada qilib, miyani, aqlni ishga solishni maslahat beradi.

Beruniy sezgilarning tabiati, ularning paydo bo'lishini bevosita tashqi tabiatning inson sezgi a'zolariga (ko'z, quloq, burun, teri, til) ta'sir etishi bilan bog'laydi. Har bir sezgining qo'zg'atuvchisi bor, deb sezgi organlarini tabiiy-ilmiy nuqtai nazardan tushuntiradi. Sezgiga ta'sir etuvchi o'z qo'zg'atuvchilari bo'ladi. Agar u me'yorda bo'lsa, yoqimli va zararsiz, bordi-yu, haddan tashqari me'yorsiz bo'lsa, halokatga olib keladi. Beruniy eshitishga nisbatan ko'rib idrok qilish va eslab qolishning afzalligini uqtirar ekan, shunday yozadi: "Xabar ko'z bilan ko'rgandek bo'lmaydi" degan kishining so'zi to'g'ridir. Chunki, ko'rish va qarash payti, narsa vaqtning bir bo'lagi bilan cheklanadi. Xabar esa narsaning (qarovchiga) ko'ringan vaqtdan ilgari o'tgan va keyin keladigan hollaridan darak beradi, ana shuning uchun xabar bor narsalardan ham, yo'q narsalardan ham darak beraveradi. Beruniy insonning barcha mavjudotdan ustunligini uning tafakkuri orqali ekanini izohlaydi. Shuning uchun ham yerdagi barcha hayvonlar unga bo'ysunadilar, aks holda inson eng kichik hayvondan ham ojiz bo'lar edi. [Beruniy A. Tanlangan asarlar. 2-tom. -T.: 1965, - 74 b].

Kishi tafakkurining qudrati shundaki, uning yordamida voqea va hodisalarni bir-biriga chog'ishtirish, tahlil qilish orqali rostni yolg'ondan, adolatni adolatsizlikdan, yaxshini yomondan, haqiqatni esa nohaqlikdan ajratish mumkin

bo'lishi haqida ta'lim beradi. Beruniy bu fanning rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatishini isbotlaydi.

Ruhiyat, ong va tafakkur barcha hodisalarning ta'siri bilan bog'liq. Inson tafakkuri voqelikni bilishga qaratilgandir. "Ammo inson, - deydi, Beruniy - narsa va hodisalarning faqat sifat hamda xususiyatlari haqida bilim beruvchi hissiy bilish darajasida to'xtab qolmaydi, balki narsalarni chuqur va atroflicha bilish, shu narsalar haqida fikr yuritishni talab qiladi". Tafakkur aql tufayli inson narsa va hodisalarni biri-biri bilan qiyoslab ko'radi, o'z bilimlarining chinligini aniqlaydi. Beruniy inson tafakkurini ulug'laydi. [Turaqulov S., Rahimov S., Abu Rayhon Beruniy - Ruhiyat va ta'lim-tarbiya haqida.-T.: "O'qituvchi", 1992, -23 b]. Beruniy ruhiy jarayonlar haqida gapirganda biologiya, fiziologiya va fikrlash jarayonlariga asoslanadi. U biologiya barcha tirik tanaga, fiziologiya jarayoni - barcha hayvonlarga, fikrlash va aqliy jarayon - ong faqat insonga xos deb to'g'ri tushungan.

Beruniy asarlari mavzu jihatidan rang-barang, turli sohalarni Qamrab olgan o'z zamonasining va bugungi kunning butun bir qomusidir.

Buyuk mutafakkir bobomiz Ibn Sino (980-1057) ilmiy merosida ruhiyat masalasi keng yoritilgan. Olim o'zidan oldin o'tgan olimlar - Abu Nasr Farobiy, Al-Kindiy, Ar-Roziy va boshqalarning ruhiyat sohasidagi ta'limotlarini o'rgandi, ularga doir asarlar yozdi. Jumladan, "Jon to'g'risida", "Tushni yo'yish kitobi", "Tib qonunlari", "Shifo beruvchi kitob", "Najot beruvchi kitob", "Donishnoma" va boshqa asarlarida ham ruhiyatga doir ko'pgina muammolarni hal qilishga harakat qilgan.

Agar har handay narsa va hodisa ichki yoki tashqi sabablar bilan harakatga keladigan bo'lsa, demak, insonning yashashi, harakatida ham birorta sabab bo'lishi kerak, bunday sabablardan biri "ruhiy quvvatlar" deb ko'rsatadi olim. Ibn Sino ruhiyat hayvon va insonga xos narsa deb ta'kidlar ekan, hayvon ruhiyatining instinktiv mohiyatga ega ekanligini, inson esa ongli fikrlovchi zot ekanligini uqtiradi. "Instinkt, - deydi olim, - shunday quvvatdirki, bu hayvon ongida mantiqsiz vujudga keladi". [Ibn Sino. Tib qonunlari. I-kitob, -T.: "Medisina", -135 b].

Kishining ongli va mantiqiy fikrlashida asosiy markaz miya ekanligiga tushunib yetdi, “miya seziluvchi sur’atlarni idrok qiladi yoki saqlaydi. Xayolda saqlangan suratlarni birlashtiradi. Shuning bilan birga sezgi orqali kelgan suratlarga o’xshagan turli suratlarni vujudga keltiradi”. [Raximov S. Xalilov M. Umumiy psixologiya. -Samarqand: 1978, 1-qism, SamDU, -16 b].

Olimning fikricha, nervlar vositasi bilan bu jarayonlar sodir bo’ladi. Nervlarning boshlanish joyi bosh miya bo’lib, organizmning barcha tomonlariga tarqaladi va shu tufayli odam tashqi olamda bo’ladigan taassurotga javob qaytarish qobiliyatiga ega bo’ladi, deydi. Bu bilan buyuk olim psixologiya fanining keyingi taraqqiyotiga katta hissa qo’shdi.

Abu Nasr Farobiyning (874-950) ruhiyatga oid qarashlari uning falsafiy fikrlari bilan chambarchas boqlangan. Farobiy materiya haqida fikr yuritir ekan, uning real narsa va hodisalarning asosini tashkil etishi, uning paydo bo’lishida hech qanday ilohiy kuch aralashmaganligi va keyinchalik mustaqil rivojlanganligini isbotlashga harakat qiladi. Farobiy o’zining “Ideal oamlar shahri” asarida ruhiy jarayonlar to’g’risidagi ta’limotini asoslab shunday yozadi: “Inson tug’ilganidan oziqlantiruvchi birinchi quvvat paydo bo’lib, uning yordamida inson ovqatlanadi; ikkinchidan, sezish quvvati paydo bo’lib, bu quvvat yordamida inson issiq, sovuq kabilarni sezadi; uchinchidan xayol quvvati bo’lib, hissiy qabul etilgan obrazlarni turli tartibda kombinatsiya qilish funksiyasini bajaradi; to’rtinchisi - aqliy quvvat vujudga kelib, uning yordamida inson ongli va abstrakt (mavhum) fikr yuritadi, san’at va fan haqida bilishga ega bo’ladi, aqli yetadigan narsalar bilan shug’ullanadi, go’zallikni xunuklikdan ajratish qobiliyatiga ega bo’ladi. [Xayrullayev M. “Farobiy ruhiy jarayonlar va ta’lim-tarbiya to’g’risida” - T.: “O’qituvchi”. 1967, -46 b]. Farobiy ruhiy quvvatlarni ikkiga ajratadi; tashqi va ichki quvvatlar. Bularning turlarini ko’rsatadi va ularga tavsifnoma beradi. Tashqi quvvatni: 1. Teri sezgisi; 2. Ta’im bilish sezgisi; 3. Hid bilish sezgisi; 4. Eshitish sezgisi; 5. Ko’rish sezgisi kabi besh turga bo’lib, ularning bevosita tashqi ta’sir natijasida sezgi a’zolari orqali vujudga kelishini ta’kidlaydi.

Bularning insonga ham, yuqori tashkil topgan hayvonga ham xos ekanligini ko’rsatib o’tadi.

Ichki quvvatlar quyidagilardan iborat:

1. Xotira - tasavvur quvvati; 2. Xayol quvvati; 3. Tuyqu quvvati; 4. Nutq quvvati; 5. Mantiqiy fikrlash quvvati.

Xayol qilish va so‘zlash, fikr yuritish, aql quvvatini Farobiy faqat insongagina xos deb tushunadi. Inson o‘zining shu quvvatlari, qobiliyatlari bilan hayvonot olamidan tubdan farq qiladi”. [Raximov S. Xalilov M. Umumiy psixologiya. - Samarqand: 1978, 1-qism, SamDU, -13 b].

Olim hayvon ruhiyati bilan inson ruhiyatining bir tomondan umumiyligini, ikkinchi tomondan ular o‘rtasidagi farqni to‘g‘ri tushuna oldi. Ruhiyatning vujudga kelishi tashqi dunyoga boqliqligini, inson tanasining dunyodagi barcha narsa va hodisalar ta’siriga javob qaytarishini tushunib yetdi va har bir ruhiy jarayonning moddiy asosi borligini ta’kidladi. Bu masalada u ilmiy pozisiyada turadi. Insondagi beshta sezgi organlari va ularning har qaysisi alohida vazifani bajarishi to‘g‘risida va tashqi muhitdan olgan taassurotlarini markazga uzatib, markaz ularni umumlashtirishi haqida mukammal fikr yuritadi. Farobiyning fikricha, odam organizmining markazi yurakdir. Chunki yurak butun tana va uning a’zolarini qon bilan ta’minlaydi, qon yurak orqali butun organizmga tarqaladi. Ikkinchi markaz miyadir. Miya ham qon bilan tirik bo‘lganligi sababli yurakka buysunadi, ya’ni yurakdan qon oladi, lekin shu bilan birga, u butun organizm va uning a’zolariga rahbarlik qiladi, o‘z buyrug‘iga bo‘ysundiradi, ularni ma’lum mo‘tadillikda ushlab turadi. Inson tanasi va ruhiy quvvatlarning o‘zaro munosabatlarini xuddi materiya va shakl alohida-alohida yashay olmagan kabi inson tanasi va ruhiy jarayonlar ham alohida yashay olmaydi, ular tanaga bog‘liqdir.

1.2. Psixologiyada aqliy taraqqiyot muammosi.

Psixologiyaning alohida fan sifatida dunyoga kelishi va rivojlanishi ilmiy adabiyotlarda yoritib berilgan. Psixologiyaning Fan sifatida rivojlanishida nemis psixologi va fiziolog olimi Vilgelm Vundtning (1832-1920)ning xizmatlari kattadir. 1879-yilda Leypsig Universitetida nemis fiziologi va psixologi Vilgelm Vundt tomonidan birinchi psixologik laboratoriya tashkil etilib, unda ilmiy asosda turli tajribalar o‘tkazish boshlangandan keyin mustaqil fan sifatida tan olingan.

Rossiyalik psixolog olim R.S.Nemov uch jilddan iborat “Psixologiya”

kitobida psixologiya atamasi 16-asrda birinchi marta qo'llanilganligini, ong va o'zini kuzatish tufayli inson o'zidagi psixik holatlarni o'rgana borganligini, keyinchalik insonning faoliyati sohasida shu psixik jarayonlarni o'rganish zarurati yetilganligini izohlab bergan.

E.G'oziyevning 2 jilddan iborat "Umumiy psixologiya" hamda S.M.Tuychiyeva tomonidan yaratilgan o'quv adabiyotlarida psixologiya fanining predmeti, vujudga kelishi, asosiy sohalari va ularning o'ziga xos xususiyatlari, psixologiyaning metodologiyasi va prinsiplari, faoliyat, uning tuzilishi, shaxs va uning tuzilmasi, shaxs psixikasining namoyon bo'lish shakllari, shaxsning psixologik xususiyatlaridan qobiliyat, temperament, xarakter kabilar keng va batafsil yoritib berilgan.

O'zbek psixologiyasida shaxsning rivojlanishida faoliyat, faoliyat tuzilmasi, kasbiy faoliyat xususiyatlari M.G.Davletshin tomonidan o'rganilgan. Shaxsning ijtimoiy ta'sirlar mahsuli ekanligi, shaxs va jamiyat munosabatlarining o'ziga xos tomonlari, jamiyatning bir bo'lagi sifatida oila institutining psixologiyasi masalalari G'.B.Shoumarov, N.A.Sog'inov, B.M.Umarov ishlarida o'rganilgandir. liderlik, muloqot, samarali ta'sir mexanizmlari, guruh va shaxs psixologiyasi muammolarini, umumiy psixologiyaga aloqador tafakkur, uni rivojlantirish usullarini, shaxsda mustaqil tafakkurni namoyon bo'lishi va uni samaradorligiga oid masalalarni ko'rsatib bergan

1.3. Psixologiyaning predmeti va vazifalari

«Psixologiya» termini ikkita grekcha so'zdan - «psyche» - ruh, jon, va «logos»- ta'limot, so'zlaridan olingan bo'lib, an'anaviy ma'noda inson ruhiy dunyosiga aloqador barcha hodisalar va jarayonlar uning predmetini tashkil etadi. Boshqacha qilib aytganda, psixologiyaning predmeti har birimizning tashqi olamni va o'z-o'zimizni bilishimizning asosida yotgan jarayonlar, hodisalar, holatlar va shakllangan hislatlar tashkil etadi.

Psixologik bilimdonlikning murakkabligi aynan shundaki, atrofimizdagi narsalar va hodisalarning mohiyatini bevosita his qilib bilishimiz mumkin, lekin psixikaga aloqador bo'lgan jarayonlarni, o'zimizda, miyamiz, ongimizda ro'y berayotgan narsalarning mohiyatini bilvosita bilamiz.

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

Demak, psixologiyaning predmeti konkret shaxs, uning jamiyatdagi xulq - atvori va turli faoliyatlarining o'ziga xos tomonlaridir, deb ta'riflash mumkin. Psixikaning turli shakllarda ko'rinishlari: psixik jarayonlar, psixologik xolatlar, xususiyatlar mavjud bo'lib, psixik aks ettirish bir qator xususiyatlari bilan ajralib turadi, ya'ni shaxs individualligi orqali namoyon bo'ladi; shaxsning faoliyati jarayonida yuzaga keladi; atrofdagi voqelikni to'g'ri aks ettirish imkoniyatini beradi. Psixikaning namoyon bo'lish shakllari va ularning o'zaro bog'liqligi. 16 - rasmda psixik jarayonlarning namoyon bo'lish shakllari, ular o'rtasidagi o'zaro bog'liqliklar aks ettirilgan. Psixologiya fanining predmeti masalasida psixika va uning namoyon bo'lish shakllari zamonaviy psixologiyaning umumiy psixologiya sohasiga aloqador bo'lib, ko'plab olimlar o'z ilmiy adabiyotlarida bu jihatni muhim sifatida qaraydilar. Psixikaning namoyon bo'lish shakllarini biz (mualliflar) tomonidan tasnifi rasmda keltirilgan.

Insonning sezgisi, idroki, xotirasi, tafakkuri, nutqi, xayoli, diqqati va irodasi psixik jarayonlar deb ataladi. Sezgi - odamning tegishli sezgi organlariga moddiy olamdagi narsa va hodisalar ta'sir ko'rsatgan paytida ulardagi ayrim xossalarning aks ettirilishidan iborat bo'lgan eng sodda psixik jarayondir.

Sezgi, asosan, eksteroseptorlar, interioseptorlar hamda proprioseptorlardan tashkil topadi. O'z navbatida ularning har bir tarmoqlanish xususiyatiga ega hisoblanadi.

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

Tasavvur - biz ilgari idrok qilgan narsa va hodisalar obrazini ayni choqda fikran qayta tiklashimizdir. Tasavvurlar idrok bilan o'xshash bo'lib, idrok asosida maydonga keladi, ammo ular, odatda, idrokka qaraganda birmuncha hiraroq,

rangsiz bo‘ladi va unchalik to‘liq bo‘lmaydi.

Tafakkur - fakt va hodisalarni mavhumlashtirgan, umumlashtirgan holda va vositali ravishda aks ettirishdan, ular o‘rtasiga aloqa hamda munosabatlarni aniqlashdan iborat bo‘lgan bilish jarayonidir.

Xotira - o‘tmish tajribalarimizda nimaiki hodisa yuz bergan bo‘lsa, shuni esda olib qolish, esda saqlash va keyinchalik esga tushirish yoki tanishdir. U esda olib qolish, o‘zlashtirilgan materialni esda saqlash, tanish va esga tushirishdan iboratdir.

Xayol - biz ilgari idrok qilmagan predmet va hodisalarni yaratishdan iborat bo‘lgan psixik jarayondir.

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

Diqqat - ongning biron-bir predmet, hodisa yoki faoliyatga qaratilishi hamda to‘planishidir.

Nutq - kishilarning til vositasida o‘zaro munosabatda bo‘lish jarayonidir. Shaxsning his-tuyg‘ular (emosiyalar)i, e‘tiqodi, qiziqishlari, bardamligi, tetikligi, apatiyasi, hayratlanishi, ishonchliligi, ijodiy ruhlanishi kabi holatlari, fanda uning psixik holatlarini anglatadi.

Shaxs individual xususiyatlari - shaxsning iqtidori, xulqi, temperamenti, xarakteri, qobiliyatlari, layoqati, yo‘nalishlari, mas’uliyati kabi qator xususiyatlari, psixologiyada individual xususiyatlar mohiyatini yoritib beruvchi omillar sanaladi.

Qobiliyat - shaxsdagi shunday individual, turg‘un sifat hisoblanib, turli xil faoliyatdagi ko‘rsatgichlar, yutuqlar va qiyinchiliklar sabablarini tushuntirib berishdir.

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

Xarakter - shaxsning alohida insonlar va insonlar guruhi, o‘z-o‘ziga, vaziyatlar, narsalar va hodisalarga nisbatan munosabatlaridan orttiradigan xususiyatlaridir.

Iqtidor - insonning o'z xatti-harakatlari, bilimlari, imkoniyatlari, malakalariga nisbatan sub'ektiv munosabatidir.

Xulq motivasiyasi - inson xulq-atvori, uning bog'lanishi, yo'nalishi va faolligini tushuntirib beruvchi psixologik sabablar majmuini bildiradi.

Yo'nalish - ijtimoiylashuv jarayonida shaxs faoliyatini yo'naltirib turadigan va real vaziyatlarga nisbatan turg'un, barqaror motivlar majmuiga ega bo'lishlikdir.

1.4. Psixologiyaning tarmoqlari

Psixologiya va falsafa. Tabiat, jamiyat va inson tafakkurining rivojlanishiga oid bo'lgan umumiy qonuniyatlarni va tamoyillarni psixologiya falsafaning bazasidan oladi va shu bilan birga o'zi ham inson ongi va tafakkuri qonuniyatlari sohasidagi yutuqlari bilan falsafani boy ma'lumotlarga ega bo'lishiga yordam beradi. Shuni alohida ta'kidlash joizki, mustaqillik mafkurasi va milliy ongning shakllanishiga taalluqli umumiy ilmiy qonuniyatlarni izlashda ham yurtimiz sharoitida bu ikkala fan - falsafa va psixologiyaning hamkorligi bevosita sezilmoqda. Bu bog'liqlik avvalo yangicha tafakkur va dunyoqarashni shakllantirish muammosi ko'ndalang turgan tarixiy davrda milliy mafkura va milliy g'oyani shakllantirish kabi dolzarb vazifani bajarishga xizmat qilmoqda.

Milliy dasturda e'tirof etilgan yangicha modeldagi shaxsni kamol toptirish, uning chuqur bilimlar sohibi bo'lib yetishishi, barkamolligini kafolatlovchi shart - sharoitlar orasida yangi pedagogik texnologiyalarini ta'lim va tarbiya jarayonlariga tadbiq etishda pedagogikaning o'z uslub va qoidalari yetarli bo'lmaydi. Shuning uchun ham psixologiya u bilan hamkorlikda yosh avlod ongining ta'lim olish davrlaridagi rivojlanish tendensiyalaridan tortib, toki yangicha o'qitish texnologiyalarini bola tomonidan o'zlashtirilishi va undagi aqliy hamda intellektual qobiliyatlarga nechoglik ta'sir ko'rsatayotganligini o'rganish va shu asosda ishni tashkil etish psixologiyadagi metodlarni didaktik metodlar bilan uyg'unlashtirishni taqozo etadi. Ayniksa, ma'naviy barkamollik tamoyillarini maktabda va yangi tipdagi ta'lim muassasalarida joriy etish ham shaxs psixologiyasini teran bilgan xolda o'qitishning eng ilg'or va zamonaviy shakllarini amaliyotga tadbiq etishni nazarda tutadi. Shaxsga ta'lim va tarbiya berishning

alohida emas, birgalikda qaralishida pedagogika va psixologiya fanlarining o‘zaro uzviyligi muhimdir.

Psixik jarayonlar haqida tushuncha :Inson ruhiy olamining o‘ziga xos tomonlaridan biri psixik jarayonlarning yuzaga kelish hodisasidir. Psixologiya fani fanlar tizimidagi turli sohalar bilan hamohang tarzda rivojlanib bormoqda. Psixologiyaning 300 dan ortiq tarmoqlari fan sifatida rivojlanayotganligi hozirgi kunda psixologiyaning fanlar tizimida yanada mustahkamlanayotganligidan dalolat beradi:

Yosh davr psixologiyasi - turli yoshdagi odamlarning tug‘ilgandan to umrining oxirigacha psixik rivojlanish jarayonini, shaxsning shakllanishi va o‘zaro munosabatlari qonuniyatlarini o‘rganadi;

Mehnat psixologiyasi - kishi mehnat faoliyati psixologik xususiyatlarini, mehnatni ilmiy asosda tashkil etishning psixologik jihatlarini o‘rganadi;

Tibbiyot psixologiyasi - shifokor faoliyati psixologiyasini, bemor xulq-atvorining psixologik jihatlarini o‘rganadi.

Umumiy psixologiya - psixologiyaning barcha masalalarining o‘ziga xos jihatlarini o‘rganadigan maxsus sohasi;

Pedagogik psixologiya - kishiga ta’lim va tarbiya berishni psixologik qonuniyatlarini o‘rganishni o‘z predmeti deb biladi;

Rivojlanish psixologiyasi - turli yoshdagi odamlarning tug‘ilgandan to umrining oxirigacha psixik rivojlanish jarayonini, shaxsning shakllanishi va o‘zaro munosabatlari qonuniyatlarini o‘rganadi;

Ijtimoiy psixologiya - odamlarning jamiyatdagi birgalikdagi ish faoliyatlari natijasida ularda hosil bo‘ladigan tasavvurlar, fikrlar, e’tiqodlar, hissiy kechinmalar va xulq-atvorlarini o‘rganadi;

Injenerlik psixologiyasi - avtomatlashtirilgan boshqaruv sistemalari operatorning faoliyatini, odam-texnika o‘rtasida funksiyalarni taqsimlash va muvofiqlashtirishning xususiyatlarini o‘rganadi.

Yuridik psixologiya - huquq sistemasining amal qilishi bilan bog‘liq masalalarning psixologik asoslarini o‘rganadi;

Harbiy psixologiya - kishining harbiy harakatlar sharoitida namoyon bo'ladigan xulq-atvorini, boshliqlar bilan ijro etuvchilar o'rtasidagi munosabatlarning psixologik jihatlarini o'rganadi;

Savdo psixologiyasi - jamiyatda tijoratning psixologik sharoitlari, ehtiyojning individual, yoshga oid, jinsga oid xususiyatlarini, xaridorga xizmat ko'rsatishning psixologik omillarini aniqlaydi, modalar psixologiyasi kabi masalalarini ko'radi.

Nazorat uchun savollar:

1. Psixologiya fanining predmeti nima?
2. Psixologiyaga asos solingan yil?
3. Psixologiya so'zining ma'nosi qanday?
4. Psixologiya fani o'rganadigan jarayonlar?
5. Psixikaning namoyon bo'lish shakllari qanday ko'rinishga ega?
6. Psixologiya qaysi fanlar bilan o'zaro bog'liq?

II BOB. UMUMIY PSIXOLOGIYA FANINING ILMIY - TADQIQOT METODLARI

2.1. Psixologiyaning tadqiqot metodlari

Tashqi kuzatuv mohiyatan kuzatiluvchi xulq-atvorini bevosita tashqaridan turib, kuzatish orqali ma'lumotlar to'plash usulidir. Usulning o'ziga xosligi shundaki, tadqiqotchi kuzatiluvchining faoliyatiga aralashmagan va unga halaqit bermagan tarzda, uning tashqi xulq-atvori, nutqi, o'zgalarga munosabatini "zimdan ko'zatib", qayd qilib boradi. Kuzatishning ikki asosiy turi bo'lib, tashqi-obyektiv kuzatish va ichki - o'z-o'zini kuzatish farqlanadi. O'z-o'zini kuzatish birovlarini tashqaridan kuzatishdan farqli, odamning o'zida kechayotgan biror o'zgarish yoki hodisani shaxsan o'rganishi maqsadida ma'lumotlar to'plash va qayd etish usulidir.

Erkin kuzatuv ko'pincha biror ijtimoiy hodisa yoki jarayonni o'rganish maqsad qilib qo'yilganda qo'llaniladi. Ijtimoiy hamda pedagogik psixologiyada guruhij jarayonlarning shaxs xulq-atvoriga ta'sirini o'rganish maqsadida bevosita ichkaridan kuzatuv tashkil qilinadi, bunda kuzatuvchi shaxs o'sha guruh yoki oila hayotiga tabiiy ravishda qo'shiladi va zimdan kuzatish ishlarini olib boradi. Bu bir qarashda kontrrazvedkachilarning faoliyatini ham eslatadi. Shu yo'l bilan olingan ma'lumotlar bir tomondan tabiiyligi va mufassalligi bilan qimmatli bo'lsa, ikkinchi tomondan, agar kuzatuvchida konformizm hislati kuchli bo'lsa, o'zi ham guruh hayotiga juda kirishib ketib, undagi ayrim hodisalarni sub'ektiv ravishda qayd etadigan bo'lib qolishi ham mumkin. Guruhij fenomenlarni tashqaridan kuzatish buning aksi - ya'ni kuzatuvchi guruhga yoki kuzatilayotgan jarayonga nisbatan chetda bo'ladi va faqat bevosita ko'zi bilan ko'rgan va eshitganlari asosida xulosalar chiqaradi. Umuman, kuzatish metodining ijtimoiy hayot, professional ko'rsatgichlarni qayd qilishda so'zsiz afzalliklari bor, lekin shu bilan birga kuzatuvchining professional mahorati, kuzatuvchanligi, sabr-qanoatiga bog'liq bo'lgan jihatlar, yana to'plangan ma'lumotlarni sub'ektiv ravishda tahlil qilish xavfi bo'lgani uchun ham biroz noqulayliklari ham bor, shuning uchun ham u boshqa metodlar bilan birgalikda ishlatiladi. Umuman kuzatish vositasida ma'lumotlar to'plashga qaror qilgan kimsa har doim ham aniq kuzatuv obyektni ajratib olishi, undan nimalarni kutayotganligini tasavvur qilishi, kuzatuv daftarini

tutib, kuzatilayotgan odam yoki guruhning faoliyatini ma'lum muddat davomida bosqichma-bosqich izchil tarzda qayd qilib borishi, izlanishlari nihoyasida esa barcha tuplangan ma'lumotlarni psixologik jihatdan tahlil qila olishi kerak.

Eksperimentning mohiyati shundaki, aynan shu yo'l bilan bir omilning ta'siri ikkinchi bir omil ta'sirini ta'minlashi yoki hodisaning ro'y berishiga olib kelganligi isbotlanadi. Ya'ni, eksperiment psixik hodisalarning sabablarini aniqlash va ilmiy farazlarni isbot qilishga yordam beradi. Natija ma'lum muddatdan keyin bolalarning o'zlashtirish darajasi, darsga munosabatlari, xotiralari kuchi orqali tahlil qilinadi.

Har qanday eksperiment uchun odatda ataylab shunday sun'iy bir vaziyat shakllantiriladiki, aynan shu vaziyatda tadqiqotchini qiziqtirayotgan psixik jarayon yoki hodisa ajratiladi, o'rganiladi, ta'sir ko'rsatiladi va baholanadi. Agar tabiiy eksperiment o'sha qiziqtirayotgan fenomen tekshiriluvchi uchun tabiiy hisoblangan sharoitlarda (masalan, mehnat jarayonida, kanikulda yozgi lagerda, lisey auditoriyasida va shunga o'xshash) maqsadli tashkil etilib, o'rganilsa, laboratoriya eksperimenti maxsus joylarda, maxsus asbob-uskunalar vositasida ataylab o'rganiladi. Eksperiment o'tkazishning asosiy shartlaridan biri tekshirilayotgan obektda eksperiment hamda nazorat guruhlarining bo'lishidir. Tadqiqotchining taxmini asosida birinchi guruhda u yoki bu o'lchovlar, tekshirishlar, shart-sharoitlar kiritilsa, nazorat guruhi o'sha yangiliklar va sun'iy kiritilgan omillar ta'siridan holi qilinadi.

2.2. Faoliyat natijasini o'rganish testlari

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

Yozma so'roq yoki anketaning afzalligi shundaki, uning yordamida bir vaqtning o'zida ko'pgina odamlar fikrini o'rganish mumkin bo'ladi. Unga kiritilgan savollar, ulardan kutiladigan javoblar (yopiq anketa), yoki erkin o'z

fikrini bayon etish imkoniyatini beruvchi (ochiq anketa) so‘rovnomalar aniq va ravon tilda javob beruvchilar tushunish darajasiga monand tuzilgan bo‘lsa, shubxasiz, qimmatli birlamchi materiallar to‘planadi. So‘roqning ham erkin va standartlashtirilgan shakllari mavjud bo‘lib, birinchisida oldindan nimalar so‘ralishi qat’iy belgilab olinmaydi, ikkinchi shaklida esa, hattoki, kompyuterda dasturi ishlab chiqilib, minglab odamlarda bir xil talablar doirasida so‘roq o‘tkazilishi nazarda tutiladi. So‘rovlar o‘tkazilishida hal qilinishi lozim bo‘lgan eng muhim masalalardan biri so‘raluvchilarni tanlashdir. Savolnomalarda savol berish tartibi va mazmuni ham katta ahamiyatga ega. Yoshlarga “Siz vatanparvarmisiz” yoki jamoatchilikka “Siz tinchlik tarafdorimisiz” kabi savollar oldindan javobi aniq bo‘lgani uchun ham odatda respondentlarga havola etilmaydi. Psixologik nuqtai nazardan o‘sha vatanparvarlik belgilarining namoyon bo‘lishini savollarda mujassam etish yoki dunyoda tinchlik bo‘lishi uchun har bir insondan nimalar talab qilinishini o‘rganish birinchidan, turli xil fikrlarni to‘plashga yordam beradi, ikkinchidan, ijtimoiy xulqning turli qirralarini aniqlashga imkon beradi.

2.3. Psixologik so‘rovlar

Ko‘pincha psixologik so‘rovlarda odam o‘z fikrini ochiq va erkin bayon etishi uchun ismi-sharifini aytmasligi tavsiya etiladi, bu anonim so‘rov deyiladi. Ba’zi bir so‘rovnomalarda esa “Ismingiz” deyish o‘rniga “O‘zingiz o‘ylab topgan ism-sharifingiz” deb ham qator ajratiladi. Bu ham anonim so‘rov o‘tkazish usuli sifatida oxirgi yillarda qo‘llanib kelinmoqda. Xulosa qilinadigan bo‘lsa, shuni aytish kerakki, so‘rov metodlari inson psixologiyasini o‘rganish, uning dunyoqarashi, saviyasini aniqlashning qimmatli usulidir. Lekin uni professional tarzda to‘g‘ri ishlatish va natijalarni to‘g‘ri tahlil qilish juda katta amaliy ahamiyatga egadir. Hozir butun dunyoda “test” so‘zi jamiyatda va kishilar orasida keng qo‘llaniladigan so‘zlardan bo‘lib qoldi. Chunki biror kasb-hunar orttirish uchun ham odam test sinovidan o‘tadi, ya’ni testning “sinov uslubi” ekanligi ko‘pchilikka ayon bo‘lib qoldi. Ayni testga qo‘yilgan talab hech qachon o‘zgarmaydi, hattoki, shunday testlar borki, ular turli millat va elat vakillarida, turli davrlarda ham o‘zgarmagan holda ishlatilaveradi. Masalan, Ravenning aqliy intellektni o‘lchash, Kettelning va Ayzenkning shaxs testlari shular jumlasidandir.

Ularning ham turlari mavjud. Test - so'rov oldindan qat'iy tarzda qabul qilingan savollarga beriladigan javoblarni taqozo etadi. Masalan, Ayzenkning 57 ta savoldan iborat testi shaxsdagi introversiya-yekstroversiyani o'lchaydi, savollarga "ha" yoki "yo'q" tarzida javob berish so'raladi. Test - topshiriq odam xulqi va xolatini amalga oshirgan ishlari asosida baholashni nazarda tutadi. Masalan, shaxs tafakkuridagi kreativlikni aniqlash uchun ko'pincha bir qarashda oddiygina topshiriq beriladi: berilgan 20 ta doira shaklidagi shakllardan o'zi xohlagancha rasmlar chizish imkoniyati beriladi. Ma'lum vaqt va tezlikda bajarilish sur'ati, rasmlarning o'ziga xos va betakrorligiga qarab shaxs fikrlashi jarayonining naqadar nostandart, ijodiy va kreativligiga baho berilib, miqdoriy ko'rsatgich aniqlanadi.

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

2.4. Proyektiv testlar

Testlar ichida proyektiv testlar deb nomlanuvchi testlar ham borki, testning asl maqsadi tekshiriluvchiga sir bo'ladi. Ya'ni, tekshiriluvchiga shunday topshiriq beriladiki, u topshiriqni bajarayotib, nimani aniqlashayotganligini, natijasi qanday bo'lishini oldindan bilmaydi.

Masalan, mashhur Rorshaxning "Siyoh dog'lari" testi, yoki TAT (tematik appersepshion test), tugallanmagan hikoyalar kabi testlarda bir narsaning proyeksiyasidan go'yoki ikkinchi bir narsaning mohiyati aniqlanadi. 1921 yilda kashf etilgan "Siyoh dog'lari" va ularga qarab tekshiriluvchining nimalarni eslayotganligi, dog'lar nimalarga o'xshayotganligiga qarab, uning shaxs sifatidagi yo'nalishlari, hayotiy tamoyillari, qadriyatlariga munosabati, ishni bajarish paytidagi emotsional holatlari aniqlanadi. Bu testlar juda noyob, qimmatli, lekin uni faqat professional psixologgina qo'llashi va natijalarni mohirona tahlil qilishi talab qilinadi.

Kuzatish, so‘roq, eksperiment yoki boshqa usullar yordamida o‘rganilayotgan hodisaning tub mohiyati ochilmagan sharoitlarda modellash tirish usuli qo‘llaniladi. Bunda o‘sha hodisaning umumiy xossasi yoki asosiy parametrlari modellash tirilib, o‘sha model asosida tadqiqotchini qiziq tirgan jihat o‘rganiladi va xulosalar chiqariladi.

Nazorat uchun savollar:

1. Hozirgi zamon psixologiyasining qanday asosiy metodlari bor?
2. Eksperiment metodiga tariff bering.
3. Bosh miyaning funksional assimmetriyasi nima?
4. Ko‘zatish, so‘roq, eksperiment tariff bering.
5. Hozirgi zamon psixologiyasi tuzilishi qanday?
6. Test – topshiriq metodiga izoh bering.

III BOB. XULQ-ATVORNING PSIXOFIZIOLOGIK ASOSI

3.1. Xulq-atvor va asab tizimi

Hozirgi zamon fanida jadal rivojlanib, katta qiziqish uyg‘otayotgan va inson sir-sinoatlariga chuqurroq kirib borishga muvaffaq bo‘lgan soha asab tizimini tadqiq etish hisoblanadi.

Organizmning yaxlit tuzilma sifatida faoliyat ko‘rsatishini nerv hosilalarining to‘plamlari ta‘minlab beradi.

Asab tizimi markaziy, periferik va vegetativ bo‘limlardan iborat. Markaziy asab tizimi (MAT) bosh va orqa miyani o‘z ichiga oladi. Miya organizmda boshqaruvchi vazifasini o‘taydi va psixomotor faoliyatni ta‘minlab beradi. Bundan tashqari, miya fikrlarimizni mahorat bilan boshqarib, inson organizmining beshta asosiy tuyg‘ulari - ko‘rish, eshitish, ta‘m bilish, hid bilish va sezishni nazorat qiladi.

Periferik asab tizimi - nervlar va nerv tugunlaridan iborat. Periferik nervlar majmuasi yurak, o‘pka, ovqat hazm qilish tizimi va boshqa ichki organlar, tomirlar va to‘qimalarni ta‘minlaydi, bularning barchasi vegetativ asab tizimini tashkil etadi. Uning faoliyati inson iroda kuchiga bog‘liq bo‘lmaydi.

Asab tizimi organizmning ixtiyoriy va ixtiyorsiz bajariladigan vazifalarini boshqaradi. Ixtiyorsiz bajariladigan vazifalarga misol qilib ovqat hazm qilish vazifasini keltirishimiz mumkin. Asab tizimini tashkil etuvchi milliardlab asab hujayralari organizmning o‘zidan, shuningdek, tashqi muhitdan axborot qabul qiladilar.

Bosh miya xaritasini tuzib, nervlar vazifalarini aniqlashga ilk marotaba Tomas Uillis (1621-1675) qo‘l urgan edi. Nemis vrachi Frans Gall (1758-1828) miyaning frenologiya xaritasini yaratib, unda «ruh layoqatlari» deb nomlagan psixikaning xossalarini joylashtirdi.

Bosh va orqa miya - ikki hayotiy muhim organlar - miya qutisi va umurtqa pog‘onasi suyaklari bilan o‘ralgan va himoya qilinadi. Miyaning asosiy tarkibiy qismlari bo‘lib katta miya (ikki yarim sharlar), miyacha, orqa miya hisoblanadi. Miya yarim sharlari - bu organning axborotni qabul qilib, tananing boshqa qismlariga o‘tkazuvchi asosiy qismidir. Yarim sharlar nutq, tafakkur va xotiraga

ma'suldirlar. Miyacha asosan tana harakatlarini muvofiqlashtirishga yordam beradi. Orqa miya yurak faoliyati, nafas olish va qon bosimi kabi vazifalarni boshqaradi.

Asab tizimi endokrin tizim bilan uzviy hamkorlikda inson barcha organlarining faoliyatini boshqaradi. Inson fikrlari, xotiralari, hissiyotlari yoki sezgilari, shuningdek, uning har bir anglangan harakati amalga oshirgan faoliyatining aksi bo'lib hisoblanadi. Bundan tashqari, asab tizimi, ichki, vegetativ, anglamaydigan vazifalar, tana harorati, yurak urishi va boshqa gomeostaz (muvozanat, doimiylik)ni tashkil etuvchilarni boshqaradi.

Asab tizimi somatik va vegetativ bo'limlarga ajratiladi. Birinchisi, skelet mushaklari qisqarishi yordamida sezuvchanlik va harakat bilan ta'minlagan holda organizm bilan tashqi muhit o'rtasidagi aloqani amalga oshiradi. Ikkinchisi, moddalar almashinuvi, nafas olish, ajratishga o'z ta'sirini o'tkazadi.

Neyron-asab tizimining asosiy birligi: inson tanasi va hokazo suyak hujayralari, mushak hujayralari, tana hujayralari, deb hujayralari turli turdagi iborat. Har bir turi alohida vazifasi bor bir birlik shakllantirish, kichik hujayralari millionlab topgan. bir tana qismi elektr xabarlar burchi nerv hujayralari uchun tayinlandi. Bizning asab tizimi nerv hujayralari iborat. uning barcha filiallari bilan bir asab hujayrasi neyronlarning deyiladi. Bu neyronlarning asab tizimining yakuniy tuzilishi va funktsional birligi hisoblanadi. bir shaxsning asab tizimida neyronlar soni 200 milliard 100 baholanmoqda. Ular, asosan, tarkibida bir xil bo'ladi, lekin maxsus vazifalar uchun mo'ljallangan turli uzunliklar, shakl va darajada ko'rinadi. Har bir neyronida ichida DNK dan genetik ko'rsatmalar oshiruvchi har biri RNK molekulalari, millionlab bor. Miya oq va kul rang moddadan iborat. Kul rang modda asab hujayralarining to'plamlaridan hosil bo'ladi, oq moddani esa asab tolalari tashkil etadi. Yaqin vaqtgacha kul rang modda asosan yurish va yugurishga bo'lgan ko'nikma hosil qilish bilan bog'lanar edi. Hozirgi kunlarda olimlar yana bir qonuniyatni aniqladilar - yangi raqs harakatlarini o'rganib, ijro etishga layoqatli insonlarning miyasi faolroq bo'lar ekan. Miya yarim sharlarining vazifalarini ko'rgazmali tarzda quyidagicha tasvirlash mumkin.

Amerikalik olimlar (R.Xayer va boshqalar) erkaklar va ayollar turlicha fikr yuritishlarini aniqladilar. Miya anatomiyasini tadqiq etish orqali erkaklar ko‘proq kul rang moddani, ayollar esa oq moddani faollashtirishlari ma’lum bo‘ldi. Boshqacha aytganda, tafakkur jarayonida kuchli jins ayollarga nisbatan kul rang moddadan 6,5 marta ko‘proq, go‘zal jins vakillari esa oq moddadan 10 marta ko‘proq foydalanar ekan.

Jinsiy tanlov nazariyasining mohiyati: jinsiy tanlov-avlod qoldirish uchun ma’lum jins o‘rtasidagi boshqa jins uchun bo‘ladigan kurash jarayoni. Bu mexanizm evolusiyaning yezlashish jarayoniga turtki bo‘lgan sabablaridan biri

Jinsiy tanlov odatda tabiiy saraloshda yuz beradi. Zamonaviy etologlarning fikricha, sevgi tuyg‘usi va o‘z-o‘zini qurbon qilish jinsiy tanlov natijasida kelib chiqqan.

Evolusion estetika. Agar evolusion etika ilmiy-yo‘nalish maqomiga ega bo‘lib ulgurgan bo‘lsa, evolusion estetika hali keng darajada tarqalmagan.

3.2. Ong psixikaning eng yuksak darajasi sifatda

Ong haqida tushuncha. Ong psixik jarayonning eng yuqori darajasi hisoblanadi. Uning asosiy xususiyatlari bu harakat va shiddatdir. U refleksik va turki bo‘luvchi xususiyatga ega. “Men-mohiyat”. Inson onggi va miya rivojlanishi o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik. Odamning har bir psixik jarayoni holati va xususiyati butun markaziy nerv tizimining faoliyati bilan bog‘liqdir. Nerv hujayrasi, nerv tizimining asosiy tuzilmasi neyron deyiladi. Akson - tolasining uchi tarmoqlangan bo‘lib, u signallarni boshqa neyron yoki mushaklarga uzatadi. Dendrit- neyronning tarmoqlangan kalta o‘simtalari bo‘lib, signallarni qabul qiladi va hujayralarga impuls uzatadi.

Sinaps- aksonning signal uzatuvchi tugash qismi va ushbu signalni qabul qiluvchi dentritning tutashgan qismi. Sinaptik oraliq- akson va signal qabul qiluvchi neyron o‘rtasidagi kichik oraliq. Har bir neyronda muntazam ravishda almashinuv jarayonlari ro‘y berib, oqsillar sintezlanadi, asab impulslari to‘plangan holda o‘tkazilib turiladi.

Neyron tanasining o‘rtacha diametri 0,01 mmni, bosh miyadagi neyronlarning umumiy soni esa 100 mlrd.ni tashkil etadi

Rivojlanib kelayotgan miyaga tabiat yuqori darajadagi mustahkamlik zahirasini joylaydi, va natijada, ko‘p miqdorda ortiqcha neyronlar hosil bo‘ladi. Ularning taxminan 70% bolaning tug‘ilish davrigacha nobud bo‘ladi va bu jarayon tug‘ilgandan so‘ng ham, umri bo‘yi davom etadi. Hujayralarning bunday nobud bo‘lishi irsiyat tomonidan oldindan belgilab berilgan bo‘ladi. Neyronlar o‘ta egiluvchandir. Egiluvchanlikning ma‘nosi shundan iboratki, nobud bo‘lgan asab hujayralarining vazifalari ularning o‘z hayotchanligini saqlab qolgan «hamkasblari» zimmasiga yuklanadi, ularning o‘lchamlari kattalashgani hisobiga yo‘qotilgan vazifalarning o‘rni to‘ldiriladi.

Ma‘lumotlarga ko‘ra, bosh miyadagi neyronlarning 90% ga yaqini nobud bo‘lmagunicha, kasallik belgilari namoyon bo‘lmay, inson sog‘lom ko‘rinishini saqlab qolar ekan. Ya‘ni, bitta tirik asab hujayrasi to‘qqizta nobud bo‘lgan hujayralarning o‘rnini bosishi mumkin ekan, lekin asab tizimining egiluvchanligi keksalik davrigacha zehnni tiniq holatda saqlab qolishning yagona mexanizmi emas. Tabiatning zahiradagi yana bir yo‘li - voyaga etgan sut emizuvchilarning bosh miyasida yangi asab hujayralarining hosil bo‘lishi, yoki neyrogenez hodisasi ham mavjud. Agar asab hujayralari bo‘linmaydigan bo‘lsa, yangi neyronlar qayerdan paydo bo‘ladi? Ular voyaga etgan organizmning o‘zak hujayralaridan hosil bo‘ladi.

Ong ijtimoiy tarixiy sharoitda odam mehnat faoliyatining tarkib topishida til yordamida boshqa kishilar bilan doimiy munosabatda bo‘lish natijasidir. Bu ma‘noda ong mutafakkirlar ta‘kidlab o‘tganlaridek, ijtimoiy mahsulotdir.

Ong yuzaga kelishining asosiy sharti, vositasi tildir. Psixikaning eng quyi darajasi ongsizlikdir. Ongsizlik - bu shunday psixik jarayonlar va hodisalar yig‘indisiki, unda inson o‘z xatti-harakatlariga javob bermaydi, anglamaydi. Bunga tush ko‘rish, ba‘zi patologik hodisalar, alaxlash, gallyusinatsiya kabilar kiradi.

Markaziy nerv tizimining tor aloqasida ikkinchi aloqa tizimi ya‘ni endokrin tizimi joylashgan. Endokrin tizimining temir moddalari kimyoviy gormonlarni ishlab chiqaradi.

Bu gormonlar tananing bir to‘qimasida ishlab chiqariladi. Va qon oqimi bilan boshqa to‘qimalarga quyiladi va ularga ta‘sir qiladi.

3.3. Xulq-atvorning psixofiziologik asosi va psixologik xususiyatlari

Hulq-atvor - bu tirik organizmning tashqi muhit ta'sirlariga javoban yuzaga keladigan murakkab reaksiyalar majmuasi hisoblanadi. Tirik mavjudotlar psixikasi rivojlanganligining darajasiga ko'ra, murakkabligi turlicha bo'lgan xulq-atvorga ega ekanliklarini alohida ta'kidlab o'tish zarur. Shunday qilib, yuqoridagi fikrlar asosida, tirik organizmlar psixikasi rivojlanganligining to'rt asosiy darajasini ajratish mumkin, bular: ta'sirchanlik, sezgilar (his-tuyg'ular), yuqori tuzilgan biologik turning xulq-atvori (tashqi belgilangan xulq-atvor), inson ongi (sababiy hulq-atvor)dir. Ushbu darajalarning har biri o'z rivojlanish bosqichlariga ega ekanliklarini ta'kidlab o'tish zarur. Psixika rivojlanishining yuqori darajasi faqat insonga xosdir.

Xulq-atvorning psixofiziologik asosi: sizni siz qiladigan narsa nima, Eng muhimi, bizning har bir inson betakror. Har bir insonning ko'rinishi turlicha: uning ovozi, tili turlicha, insonlarni bir-biridan farq qiladigan shaxsiy xususiyatlari, qiziqishlari, madaniy va oilaviy sharoitlari mavjud.

Genetika xulq-atvorini quyidagicha o'rganib chiqishdi: egizaklarni tadqiq etish. Egizaklarning bir va har xil otalangan tuxum hujayradan paydo bo'lganligi bir necha metodlar orqali aniqlanadi. Odatda bir tuxum hujayradan rivojlangan egizaklar tashqi qiyofasi, salomatligi, xatti-harakati, jinsi bilan o'xshash bo'ladi. Ulardagi o'xshashlik ularning vujudga keltirishda rol o'ynagan blastomeradagi xromosomalar, genlarning o'xshashligi bilan izohlanadi.

Ikki xil tuxum hujayradan hosil bo'lgan egizak ona qornida bir vaqt bir xil sharoitda taraqqiy qilsalar ham, ulardagi xromosomalar genlar tafovut qilganlari sababli ularning tashqi qiyofalari, belgi xossalari bir-biridan farq qiladi.

Asrab olingan bolalarni tadqiq etish: tabiiy-ijtimoiy eksperiment o'tkazish jarayonida mehribonlik uyidan asrab olingan bolaning 2 guruhga oid qarindoshlari o'rganildi. Bulardan biri genetik qarindoshlar (biologik ota-ona) va ijtimoiy qarindoshlar (bolani asrab olgan ota-ona). Genetiklarni bolani qaysi qaysi guruhdagi qarindoshlariga ko'proq o'xshashligi qiziqtiradi va qay darajada o'xshashliklari qiziqtiradi. Gen va atrof-muhit bir-biriga ta'siri bizning shaxsiyatimiz faqatgina genlarimizning mahsuli ekanligini taxmin qila olamizmi?

Yo‘q, chunki gen va atrof-muhit, tabiat va tarbiya xuddi ikki qo‘lning qarsagi kabi birga ishlaydi.

Bizning o‘xshashliklarimiz ichida eng muhimi - turlarimizning xarakterli tamg‘asi - bu bizning ulkan moslashuvchanlik imkoniyatimizdir. Ba’zi inson fe‘l-atvori ikki ko‘zga ega bo‘lish kabi har muhitda hayolan bir xil rivojlanadi. Ammo boshqa fe‘l-atvorlar aynan maxsus muhitlarda ifodalanadi. Yozda yalangoyoq yurib siz qattqlikni rivojlantirasiz, qadoq oyoqlar - ishqalanishga moslashgan biologik holatdir. Ayni paytda sizning qo‘shningizning taqasi - yangi kelgan odam bo‘lib qoladi. Ikkingiz orangizdagi farq, albatta atrof-muhitning natijasidir. Lekin bu shuningdek biologik mexanizmning mahsuli - moslashish hamdir. Bizning bo‘lishgan biologiyamiz bizning rivojlangan farqimizni osonlashtiradi (Buss, 1991).

Genlar - o‘z-o‘zlarini tartibga soluvchilardir. Vaziyatga qaramasdan bir xil natijaga olib boruvchi andazadek harakat qilgandan ko‘ra genlar reaksiyaga kirishadi. Afrikaning yozdagi yashil xonqizisi kuzda jigarrangga aylanadi. Haroratni nazorat qiluvchi genetik o‘zgarishdan mamnun holda ayrim vaziyatda jigarrangni ishlab chiqaradigan genlar boshqa vaziyatda yashilni ishlab chiqaradi. Shunday qilib, aynan bir xil, lekin turli tajribali odamlar bir-biriga o‘xshash fikrlarga ega bo‘ladi, lekin aynan emas. Bir egizak o‘zining sherigining sevgisidan mutlaqo o‘zgacha tarzda sevib qolishi mumkin.

Genlar va hayotiy tajribaning ikkalasi ham muhim deb aytish - to‘g‘ri. Lekin ko‘proq anig‘i, ular o‘zaro ta’sir ko‘rsatadi. Tasavvur qiling, ikkita chaqaloq: biri irsiy beg‘am, kirishuvchan va jozibali, boshqasi esa kamroq. Taxmin qilamizki, birinchi chaqaloq mehribonlikka va rag‘batlantiruvchi parvarishga ko‘proq erishadi ikkinchisidan ko‘ra va hayotda do‘stona, dilkash inson sifatida rivojlanib boradi. Ikkalasi ham o‘sib borarkan, tabiiy do‘stona bola keyinchalik ko‘proq ijtimoiy dadillikni rag‘batlantiruvchi mashg‘ulotlar va do‘stlarni qidiradi.

Ularning natijaviy shaxsiy farqlariga nima sabab bo‘lgan. Irsiyat ham, tajriba ham yolg‘iz mos kelmaydi. Atrof-muhit genlarning ish-harakatiga sabab bo‘ladi. (olimlar hozir qachon maxsus genlar oqsil yaralishiga sabab bo‘lishiga atrof-muhitning ta’siri ustida tadqiqot olib borishyapti). Bizning irsiy ta’sirlangan

xususiyatlarimiz boshqa raqsdagi hamrohimiz - shuningdek boshqalardagi muhim javoblarni chaqiradi. Shu sababli bolaning ta'sirchanligi va tajovuzkorligi sinfdagi namunali bolaga nisbatan iliq muomalada bo'lgan o'qituvchining jahldorona javobi bo'lishi mumkin. Ota-onalar ham o'zlarining bolalariga turli xil munosabatda bo'lishi mumkin: biri jazolanadi, boshqasi esa yo'q. Bunday holatda bolaning tabiati va ota-onaning tarbiyasi o'zaro ta'sir ko'rsatadi. Birortasi ham alohida harakat qilmaydi. Irsiyat va makon birga mos tushadi.

Egizaklar usuli: o'xshash belgilarning egizaklarda rivojlanib borishini o'rganishdan iborat. Ma'lumki, odamda egizaklar ikki xil bo'ladi. Ba'zi hollarda bir emas, balki ikkita (kamdan kam hollarda uchta va hatto to'rtta) tuxum hujayra urug'lanadi. Egizaklar bitta tuxum hujayradan va har xil tuxum hujayradan rivojlanadi. Bitta tuxum hujayradan rivojlangan egizaklar bir jinsli va bir-biriga nihoyatda o'xshash bo'ladi. Bu tushunarli albatta, chunki ular bir xil genotipga egadirlar. Ular o'rtasida tafovutlar esa faqat muhit ta'siriga bog'liq bo'ladi. Har xil tuxumdan rivojlangan egizaklar egizakmas aka-uka yoki opa-singillardek bir-biriga o'xshash, bir xil yoki har xil jinsli bo'ladi. Egizaklarni o'rganuvchi fan - gemellologiya hisoblanadi.

Tabiiy saralash mexanizmi: Tabiiy saralash jarayonida mutatsiya, ya'ni organizmlarning moslashuv jarayoni mustahkamlanadi. Tabiiy saralashni odatda "aniq-ravshan" mexanizmlar Psixologiya - (qadimgi grek tilidan olingan bo'lib, qalb to'g'risidagi fan degan ma'noni anglatadi)- inson, ruhiyati va ruhiy faoliyatining rivojlanishi vazifa va qonunlarini yaratilishini o'rganadigan fan. U ijtimoiy va tabiiy fanlar bilan yondashadi. Organizmlar yashab qolishidan ko'ra ko'proq avlod qoldiradi.

1) Bu organizmlar populatsiyasida nasldan naslga o'tadigan o'zgaruvchanlik mavjud.

2) Genetik xususiyatlarga ega bo'lgan organizmlar kopayish va yashab qolishi turli darajada.

Instinktlar - hayvoning tabiiy ehtiyojlarini qondirish uchun qiladigan murakkab tug'ma harakatlaridir. Qushlar juda ustalik bilan in yasar ekanlar, material tanlash va inni pishiq qilib qurish yo'lida xilma-xil harakatlarni

bajaradilar. Masalan, qaldirg'ochlarning in qurishi, Kalyushka deb ataluvchi baliqning erkagi suv tagida erdan chuqurcha kovlab, uni mayda suv o'simliklari bilan to'sadi, inning yon devorini quradi va ustini berkitadi buni u yiriqroq o'simliklardan o'z tanasidan elimsimon modda chiqarib yasaydi. Shundan keyin erkak baliq urg'ochi baliqni urug' qo'yish uchun haydab kirgizadi va to urug'dan baliqchalar ochib chiqqunga qadar in atrofini qo'riqlab turadi. Rus zoopsixologi V.A.Vanger (1849-1934) urg'ochi o'rgimchakning nomaqul bo'lib qolgan instinktlari sharoitida uning xatti-harakatlarini kuzatgan va tasvirlab bergan edi. Chunonchi, ko'pincha o'rgimchak pillasining ichidagini zararkunandalar eb ketgan bo'ladi. Lekin urg'ochi o'rgimchak bo'shab qolgan pillani qo'riqlashda va u yoqdan-bu yoqqa ko'chirishda davom etadi. Shunday hollar ham bo'ladi-ki, urg'ochi o'rgimchak pillani yasab va odatda tuxum qo'yish chog'ida bajariladigan harakatlarni bir necha marta takrorlab, amalda tuxum qo'ymasligi ham mumkin. Shunday bo'lsa-da, u kelgusi bosqichga, ya'ni bo'sh pillani qo'riqlashga va uni u yoqdan - bu yoqqa ko'chirishga o'tadi. Asalarilar reaksiyasining maqsadga muvofiqligi ham nisbiydir. Agar mumkatakning orqa tomoni teshib qo'yilsa, asalari yaroqsiz uyaga ma'lum miqdordagi shirani to'kib bo'lgach, garchi uning ikkinchi tomonidan shira oqib ketadigan bo'lsa ham mum bilan berkitib ketadi. Fransuz tadqiqotchisi K.Fabri yer arisining bir qolipdagi maqsadga muvofiq bo'lmagan xatti-harakatini kuzatgan edi. Yer arisi uyasining oldiga chalajon chigirtkani keltirib, barcha arilar singari uyasini tekshirish uchun kirib ketganida tadqiqotchi uning o'ljasini yiroqqa surib ko'yadi. Ari uyasidan chiqib, uni izlab, shoshib yana uyasining oldiga qo'yadi va tekshirish uchun yana uyasiga kirib ketadi. Fabri arining uyasi oldidan chigirtkani qirq marta chetga surib qo'yadi va ari qirq martasida ham o'ljasini topib, uni olib kirish uchun uyasini tekshirgan. Bu misollar instinktning cheklanganligini ko'rsatadi. Instinktiv harakatlar muayyan shart-sharoitlarga qat'iy bog'liq bo'ladi.

3.4. Hayvonlarda instinktlarning namoyon bo'lishi

Himoyalani sh instinkti - hayvon o'z hayotini va omonligini saqlash harakatlarida ifodalanib, u ikki ko'rinishda sodir bo'ladi. Birinchisi dushmanga hujum qilish, ikkinchisi o'zini himoya qilishdir. Har bir hayvon dushmandan

himoya qilish uchun biror organidan shoxlari, tuyoqlari, tish-tirnoqlari, tikanlari kabi yoki zaharli-hidli suyuqlikdan foydalanadi. Masalan, Afrika kobrasi o'z zahrini 3,5 metr masofagacha ota oladi. Amerikada terisining usti qora jun bilan qoplangan uncha katta bo'lmagan bir yirtqich hayvon yashaydi. U amalda barcha turdagi yirtqich hayvonlarning hujumidan saqlangandir. Nasl qoldirish instinkti - bu ota-onalik instinkti sifatida ko'rinib, nasl - avlod uchun g'amxo'rlik qilish, uni ma'lum vaqtgacha ovqat bilan ta'min etish, xavf-xatardan saqlash o'z bolalarini parvarish qilish tug'ma mahoratiga ega bo'lib, o'z naslining kelajagi haqida g'amxo'rlik qiladi. Jumladan, o'rgimchakning ba'zi turlarida urg'ochilari o'z tuxumi uchun tolalardan pillalar yasaydi. Bu pillani urg'ochi o'rgimchak qo'riqlab va tez-tez ko'chirib yuradi, o'rgimchak bolalari paydo bo'lishi bilan urg'ochi o'rgimchak uyalarini yonidan siljimasdan qo'riqlab turadi. Nasli kattalashgani sari urg'ochi o'rgimchak ham ularga shuncha befarq bo'la boradi va so'ngra esa o'rgimchak bolalari mustaqil harakat qiladigan bo'lib, qolgandan keyin ularni tashlab ketadi.

To'da bo'lib yashash instinkti-bu instinkt hayvonlarning turli usullar bilan o'zaro aloqa qilishida xilma-xil shaklda birgalashib, to'dalashib, poda bo'lib, gala bo'lib yashashlarida zohir bo'ladi. Bu to'dalanish ba'zi hayvonlarda doimiy xarakterga ega bo'lsa (chunonchi, chumolilar, asalarilar), ba'zilari esa o'ziga o'xshash hayvonlar bilan vaqti-vaqti bilan birgalashib yashaydi asosan yirtqich hayvonlar masalan, qoplon eng kuchli va maymun uchun eng qo'rqinchli yirtqich hisoblanadi. Qoplon maymunlarga erda doim mushukdek chaqqon hujum qiladi, Shimpanze doim kuchli hayvon, lekin qoplondan ularga doim kun yo'q. Shimpanzalar qoplonni odatda yomon ko'radilar, uni ko'rishlari bilanoq shimpanze maymunlari to'da bo'lib, vahshiyona bukchayib qo'llarini pastga tushirib, sakrab, baqirishib hayvonni hamma tomonidan qurshab oladilar. Ayrim hollarda shimpanzalar qo'llariga kaltak olib, qoplonni urib haydaydilar. Hashoratlar galasi, qushlar galasi, sut emizuvchilar podasi, yirtqichlar to'dasi, hayvonlarning doimiy to'da bo'lib yashash shaklidir.

Ma'lumki, asalarilar uyasida bitta ona ari, bir necha o'nlab erkak va bir necha yuzlab bepust ishchi ari (jinsiy organlari etishmagan)lar bo'ladi. Ishchi arilarning

xatti-harakatlari juda ham murakkabdir. Rivojlana borgan sari har bir ishchi asalari uyadagi vazifasini o'zgartira boradi. Oldiniga u asalari bolalarini (gumaklarini) boqadi, uyani tozalaydi, so'ngra uyani qo'riqlaydi, ozuqa topib keladi, katakchalar yasaydi. Instinktiv harakatlar, tug'ma va nasldan-naslga o'tadigan ongsiz harakatlardir. Ular hayvonlarning hayot uchun kurashish va muhitga eng muvaffaqiyatli uyg'unlashish jarayonida hosil qilingan holda irsiy yo'l bilan mustahkamlanib qolgan, ongsiz harakatlardir. Bular aql bilan o'ylab bajariladigan oqilona harakatlar emas. Masalan, yangi tug'ilgan sichqon bolalarini cho'miltirib, mushuk oldiga olib kelinsa, u sichqonni o'z bolalaridek mehr bilan boqadi, emizadi, himoya qiladi, ammo uni sichqon bolasi ekanligini anglamaydi. O'rdak tuxumlari tovuqqa bostirilganda, u o'rdak tuxumining farqiga bormasdan, shu tuxumdan chiqqan o'rdak bolalarini boqadi, ular suvga tushib suzganlarida suv labida u yoq, bu yoqqa yurib ularning tovuq jo'jalari emasligini anglamaydi. Demak, instinktlar doimo bir shaklda ko'rinadigan harakatlardir, ammo instinktlar sharoitga muvofiq o'zgarishi mumkin.

XX asrda hayvonlar o'rtasidagi temperamentlarning alohida tafovutlari tadqiqotchilarda qiziqish uyg'otdi (I.P.Pavlov), so'ngra odam va hayvonlar kommunikatsiyasida, xulq-atvorning guruhli shakllarida va bilish mexanizmlaridagi o'xshashliklarni izlash ishlari boshlab yuborildi.

Nazorat uchun savollar:

1. Psixika rivojlanishining asosiy bosqichlaridan qaysilarini bilasiz?
2. «Ta'sirchanlik», «sezgilar», «hissiyot» larga qanday ta'rif berish mumkin?
3. Hulq-atvor haqida tashqi muhit sharoitlariga moslashishning shakli sifatida ma'lumot bering?
4. Odamda oliy psixik vazifalarning rivojlanishi haqida gapirib bering?
5. Odam va hayvonlar psixikalari o'rtasidagi qanday tafovutlarni bilasiz?
6. Ongning paydo bo'lishi va rivojlanishi haqida gapirib bering?

IV BOB. ONG TARAQQIYOTI VA ONGSIZLIK

4.1. Psixologiyada ong muamosining o'rganilishi

Ong inson tomonidan voqelikni aks ettirishning yuksak darajasi bo'lib hisoblanadi. Inson ongining birlamchi psixologik xossasi o'zini bilish sub'ekti sifatida his etish, mavjud va tasavvurdagi voqelikni xayolan tasvirlash layoqati, shaxsiy psixik va xulq-atvor holatlarini nazorat qilish, ularni boshqara olish, atrofdagi reallikni tasavvurlar shaklida ko'rish va idrok qilish layoqati kabilarni o'z ichiga oladi. O'zini bilish sub'ekti sifatida his etish insonning olamni o'rganish va bilishga, ya'ni, olam haqida u yoki bu darajada aniq bilimlarni egallashga tayyor va layoqatli, bu olamdan bo'lak qilingan mavjudot sifatida anglashini bildiradi. Ongsizlik (uyqu, gipnoz, kasallik va sh.o'.) holatlarida bunday layoqat yo'qoladi.

Xayolan tasavvur qilish va voqelikni tasvirlash - ongning ikkinchi muhim psixologik xossasi. U, ong kabi yaxlitligicha, iroda bilan uzviy bog'langan. Odatda, tasavvurlarni ongli boshqarish va tasavvur qilish haqida ularning inson iroda kuchi yordamida yuzaga kelgan va o'zgarishlarga uchragan holatlarda so'z yuritiladi. Ushbu holatda inson ixtiyoriy, ya'ni, ongli ravishda atrofni idrok qilishdan, taalluqli bo'lmagan xayollardan chalg'igan holda, o'z diqqatini qandaydir g'oya, tasavvur, xotira va shu kabilarda jamlab, o'z tasavvurida ushbu damda bevosita ko'rolmaganlarini aks ettiradi va rivojlantiradi.

Ong uzviy ravishda nutq bilan bog'langan bo'lib, o'zining yuksak shakllarida usiz mavjud bo'la olmaydi. Ongli aks ettirish sezgilar va idrokdan, tasavvurlar va xotiradan farqli o'laroq, qator o'ziga xos xossalari bilan ajralib turadi.

Ulardan biri - tasavvur etilayotganlarning anglanganligi, ya'ni, ularning so'z-tushunchaviy ma'nodorligi, inson madaniyati bilan bog'liq holda ma'lum mohiyatga ega ekanligi.

Ongning keyingi xossasi ongda jism, voqea va hodisalarning faqat asosiy tub mohiyatga ega bo'lganlarining aks ettirishidir.

Inson ongining to'rtinchi xossasi - bu uning kommunikatsiyaga, ya'ni, ma'lum odamning o'zi bilgan ma'lumotlarni til va boshqa belgi tizimlari yordamida boshqalarga yetkaza olish layoqati. Insonlar bir-biri bilan turli axborotlar bilan almashinuv jarayonida asosiy xabarni ajratib oladilar. Shu tarzda

abstraktlashtirish, ya'ni, ahamiyatga ega bo'lgan ma'lumotlarni ikkinchi darajalilaridan ayirib olish sodir bo'ladi.

Inson tabiat muhitiga oddiy holatda moslashibgina qolmasdan, ongli ravishda mehnat qurollari yasagan holda, uni o'ziga bo'ysundirishga intiladi. Shu asnoda inson turmush tarzi ham o'zgarib boradi. Atrofdagi tabiatni o'zgartirish maqsadida mehnat qurollari yasash qobiliyati ongli ravishda mehnat qilish layoqati mavjudligini bildiradi. Mehnat - insonni yashash sharoitlari bilan ta'minlash, shuningdek, moddiy va ma'naviy boylik yaratish maqsadida tabiatga ta'sir ko'rsatishni amalga oshirishdan iborat bo'lgan, faqat inson uchun xos maxsus faoliyat turi. Shunday qilib, mehnat faoliyati inson ongining ahamiyatga molik bo'lgan xossasidir.

Inson ongi quyidagi muhim va ahamiyatli bo'lgan o'ziga xos xususiyatlarga ega:

1. Inson o'z xulq-atvoriga tegishli bo'lgan irsiy va tajribada orttirilgan shakllari bilan bir qatorda, so'z orqali yetkaziladigan, insoniyat tajribasi ko'rinishidagi atrof-olamda o'z yo'nalishini belgilab olishning yangi vositasi - bilimlarga ega.

2. Inson ongi voqelikning ahamiyatli tomonlarini, qonuniyatga ega bo'lgan aloqalarini aks ettiradi. Ong - bu insonning olamga uning obyektiv qonuniyatlari haqidagi bilimlarga ega bo'lgan holdagi munosabati. Bu munosabat hayotiy muammolarni sinov va xatolar metodi yordamida emas, balki, atrofdagi muhitning turli tomonlari o'rtasida aniq, qonuniyatli aloqalarni o'rnatish asosida hal etish imkonini beradi.

3. Ong faoliyat maqsadining anglanganligi, kelajakda sodir bo'ladigan hodisalarni tushunchalar orqali modellashtirish, umuminsoniy tushunchalar, bilimlar tizimida harakatlarining natijalarini oldindan sezish kabi xususiyatlarga ega.

Inson oldindan ko'ra oladi, o'z harakatlaridan kutilayotgan natijalarni rejalashtiradi, ularga erishishning muvofiq usul va vositalarini tanlaydi.

4. Shaxs ongi ijtimoiy ong bilan belgilanadi. ijtimoiy ongning to'rt xil shakli mavjud:

fan - ilmiy bilimlar, tasavvurlar, konsepsiyalar va dunyoqarashlar yoʻnalishlari tizimi; ijtimoiy ongning jamiyat qonunlari;

sohasi - maʼlum jamiyatning ahloqiy, gʻoyaviy, siyosiy va huquqiy qadriyatlar va qoidalar tizimi;

sanʼat - voqelikni tasviriy vositalar orqali maʼnaviy-amaliy oʻzlashtirishning maxsus turi, inson turmush tarzining turli tomonlarini tasviriy modellash;

din, eʼtiqod - oʻzida yuksak sifatlarni mujassamlashtirgan gʻayritabiiy kuchlarga ishonish, eʼtiqodli odamlarning ruhiy tayanchi;

Ijtimoiy ongning barcha shakllari birgalikda gʻoyaviylikni - insonlarning voqelikka va bir-birlariga boʻlgan munosabatni, jamiyat hayotiy faoliyatini boshqaruvchi tub negizli qadriyatlar, asosiy gʻoyalar tizimini shakllantiradi.

5. Ong oʻzlikni anglash, shaxsiy refleks bilan bogʻliq. Inson oʻz atrofidagi olamni anglashda oʻzini u bilan taqqoslaydi. Oʻzlikni anglash - bu insonning olamga nisbatan ahamiyatga molik hamda zarur, shuningdek, shaxsiy munosabatlar tizimi.

Voqea hodisalar ong orqali intensional (lot.dan intentio - intilish) - har taraflama tanlagan holda inson amaliyotida tutgan oʻrniga bogʻliq ravishda aks ettiriladi. Ong tafakkurga nisbatan kengroqdir. U oʻzida psixik faoliyatning barcha shakllari: olamni hissiy aks ettirish, ilmiy bilish, psixik oʻzini boshqarishning hissiy-iroda sohasining jamlangan, tashqi olamning birlashtirilgan, yaxlitlangan aksidir.

Ong muayyan tuzilishga ega boʻlib, unga: birinchidan, atrof-olam haqidagi bilimlar yigʻindisi; subʼekt va obyektni, yaʼni, insonning «men»i va «men emas»iga tegishli boʻlganlarni aniq farqlash; insonning maqsadga muvofiq faoliyati; muayyan munosabat tarkibi - «mening oʻz muhitimga munosabatim mening ongimdir».

Mazmuniga koʻra, odamlar ongi ijtimoiy-tarixiy sharoitlar taʼsiri ostida boʻladi. Ongning barcha tarkibiy qismlari antropogenez jarayonida shakllanib, ijtimoiy-madaniy xususiyatga ega boʻladi.

Inson ongining paydo boʻlishi va rivojlanishining asosiy sharti boʻlib odamlarning hamkorlikdagi samarali nutq vositasidagi qurolli faoliyati

hisoblanadi. Bu faoliyat odamlarning muloqoti va o‘zaro ta’siri, ishning taqsimlanishini talab etadi. U hamkorlikdagi faoliyat ishtirokchilari tomonidan hamkorlik maqsadi sifatida anglanadigan mahsulot yaratishni taqazo etadi. Individual ong insoniyat tarixi boshlanishida jamoaviy faoliyat jarayonida uni tashkil etishning zarur sharoiti sifatida yuzaga keldi, axir odamlarga u yoki bu faoliyat bilan shug‘ullanishlari uchun ularning har biri hamkorlikdagi faoliyat maqsadini aniq tasavvur qilishlari lozim. Bu maqsad aniqlanib, so‘z bilan ifodalanishi kerak. Avval jamoa ongi, undan so‘ng individual ong paydo bo‘ladi, bunday ketma-ketlikdagi rivojlanish faqat ong filogenezi uchun emas, balki ong ontogenezi uchun ham xarakterlidir. Bolaning individual ongi jamoa ongi asosida va uning mavjudligi sharoitida uni o‘zlashtirish yo‘li orqali shakllanadi (interiorizatsiya, ijtimoiylashuv).

Inson ongining rivojlanishida inson faoliyatining ijodiy xarakteri muhim ahamiyatga ega. Ong inson tomonidan tashqi olamnigina emas, balki, o‘zi, hissiyotlari, obrazlari, tasavvur va sezgilari anglanishini taqazo etadi. Odamlar obrazlari, fikrlari, tasavvurlari va sezgilari ularning ijodiy mehnatlari mahsulida mujassamlantiriladi va bu jismlarning keyingi idrok qilinishida, aynan, o‘zlarida yaratuvchilari psixologiyasini gavdalantirgan holatda anglanadilar. Shuning uchun ijod inson o‘zining shaxsiy ijod namunalarini idrok qilishi orqali o‘zini anglash va ongini rivojlantirish yo‘li va vositasi bo‘lib hisoblanadi.

Har bir yangi tarixiy davr uning zamondoshlari ongida o‘ziga xos tarzda aks etadi, va odamlar mavjudligining tarixiy sharoitlari o‘zgarishi bilan ularning ongi ham o‘zgaradi. Uning rivojlanish filogenezini tarixiy rakursda tasavvur qilish mumkin. Lekin xuddi shuning o‘zi inson ontogenezining rivojlanishi davomida inson ongiga nisbatan ham haqqoniydir, individ insonlar tomonidan yaratilgan san’at, madaniyat asarlari orqali ungacha yashab o‘tgan xalqlarning psixologiyasiga kirib boradi. Ong rivojlanishidagi bu yo‘nalish tarixiy yo‘nalish sifatida belgilanadi.

4.2. Ongsizlik haqida tushuncha

Psixikaning quyi darajasi ongsizlikdir. Ongsizlik - bu shunday psixik jarayonlar va hodisalar yig‘indisiki, unda inson o‘z xatti-harakatlariga javob

bermaydi, anglamaydi. Bunga tush ko‘rish, ba’zi patologik hodisalar, alahlash, gallyusinatsiya kabilar kiradi.

Onglilikdan farqli o‘laroq, ongsizlikda amalga oshirilayotgan harakatlarni maqsadli nazorat qilish, shuningdek, natijalarini baholash imkoniyati mavjud emas.

Ongsizlik tushunchasi psixologik va falsafiy fikrlarning turli yo‘nalish vakillari tomonidan quyidagi ko‘rinishlarda ta’riflanadi:

-axborotni qayta ishlashni bu jarayonni sub’ekt kechinmalari darajasida aks ettirmagan holda amalga oshiruvchi miya faoliyati sifatida;

-sub’ekt tomonidan anglanmagan kechinmalar sifatida.

Ongsizlikda sub’ekt voqelikni o‘zini boshqa odamlar va hodisalar bilan tenglashtirgan holda, obyektlar o‘rtasidagi mantiqiy qarama-qarshiliklar va farqlarni u yoki bu muayyan belgilar bo‘yicha aniqlash orqali emas, balki, bevosta emosional his etish, identifikatsiya, emosional ta’sirlanish, turli hodisalarning aloqadorligi orqali bir qatorga birlashishi kabi o‘xshatish shakllari orqali boshidan kechiradi. Ongsizlikda ko‘pincha o‘tmish, hozirgi va kelajak zamon u yoki bu psixik aktga, masalan, tushda qo‘shilgan holda birgalikda mavjud bo‘ladi.

Ongsizlik sohasiga: biologik ehtiyojlar (jinsiy mayllar, tabiiy ehtiyojlar, ozuqaga bo‘lgan ehtiyoj va boshqalar); tilaklarni siqib chiqarish (kimningdir muhabbatini qozonishga behuda urinish, amalga oshmagan orzular, yashirin hafagarchilik); tushda sodir bo‘ladigan psixik hodisalar (tush ko‘rish); sezilmaydigan, lekin real ta’sir ko‘rsatadigan seskantiruvchilarga nisbatan javob reaksiyalari («subsensory» ta’sirlanishlar); avval anglangan, lekin takrorlanishlar tufayli avtomatlashgan va shuning uchun anglanmaydigan bo‘lib qolgan harakatlar; maqsadi anglanmagan faoliyatga nisbatan ayrim mayllar va boshqalar kiradi.

Ongsizlik ko‘rinishlari to‘rt sinfga ajratiladi:

- ong usti hodisalari;
- shaxsning kelajakdagi tilak mohiyatiga ega bo‘lgan faoliyatning anglanmagan qo‘zg‘atuvchilari (anglanmaydigan motivlar va ma’noli mayllar). Bu sinf hodisalari sub’ektning gipnotik holatdan chiqqandan so‘ng xulq-atvorini tadqiq qilishda aniqlangan edi;

- faoliyat kechishining yo‘nalishli va barqaror bo‘lishini ta’minlaydigan, uning bajarilish usullarining anlanmaydigan boshqaruvchilari (operasional mayllar va avtomatlashtirilgan hulq-atvor stereotiplari). Ular avtomatlashtirilgan va ixtiyorsiz harakatlarning boshqarilishi, masalan, masalalar yechish jarayoni asosida yotadi va anlanmagan tarzda oldindan seziladigan hodisalar va bo‘lib o‘tgan o‘xshash vaziyatlardagi hulq-atvorning o‘tmish tajribasiga tayanadigan harakat usullari obrazlariga bog‘liq bo‘ladi;

- quyi sensor idrokning ifodalanishi.

Falsafada birinchi bo‘lib ongsizlik haqidagi tasavvurlar sub’ekt ongida mavjud bo‘lmagan psixik jarayonlar, usullar va holatlar yig‘indisi sifatida XVIII asrda G.V.Leybnits tomonidan ifodalangan edi. XIX asrda ongsizlik psixologik tadqiqotlarning predmetiga aylandi (I.F.Gerbert, G.T.Fexner, V.Vundt). Uni o‘rganishga XIX asr oxirida psixopatalogiya sohasida bajarilgan Z. Freyd ishlari turtki berdi. Uning fikriga ko‘ra ongda mavjud bo‘lmagan ongsizlik psixik mazmun sifatida unga katta ta’sir ko‘rsatadi.

Z.Freyd nazariyasiga binoan inson psixikasida uch soha: ong, ongosti va ongsizlik mavjud. Ong darajasiga u inson tomonidan anglanadigan va nazorat qilinadiganlarning barchasini kiritgan. Ong osti sohasiga Freyd yashirin yoki latent bilimlarni kiritgan edi. Bu insonga tegishli bo‘lgan, lekin ayni vaqtda ongda mavjud bo‘lmagan bilimlardir. Bilimlar muayyan rag‘batning yuzaga kelishida dolzarblashtiriladi, masalan, Yer - sayyora. Shunday qilib, ong - bu muztog‘ning ko‘zga ko‘rinayotgan qismi, uning katta qismi esa inson tomonidan anglangan nazoratdan yashirilgan.

Ongsizlik sohasi, Freyd bo‘yicha, umuman boshqa xossalarga ega. Ulardan biri bu sohaning mazmuni anglanmasligidan, lekin hulq-atvorimizga katta ta’sir ko‘rsatishidan iborat. Ongsizlik sohasi harakatchandir. Boshqa xossasi ongsizlik sohasida joylashgan axborotning ongga qiyinchilik bilan o‘tishidan iborat. Bu ikki mexanizm: siqib chiqarish va qarshilik ko‘rsatishlarning faoliyati bilan tushuntiriladi.

Ongsizlik sohasini Z.Freyd, ong bilan kelishmaydigan motivasion energiya manbai deb hisoblagan edi. Ijtimoiy sohadagi taqiqlar, Freydg ko‘ra, ong

«nazorat»ini hosil qiladi, nevroitik asabiylashishlarda namoyon boʻladigan ong osti mayllar energiyasini susaytiradi. Indivud nizoli vaziyatlardan xalos boʻlishga intilib, himoya mexanizmlari - siqib chiqarish, sublimasiya (oʻrin olish), omilkorlik va regressiyaga murojaat qiladi.

Shunday qilib, insonning psixik faoliyati, uning psixikasi bir-biri bilan oʻzaro bogʻliq boʻlgan uch daraja: ongsizlik, ong osti va onglilikda faoliyat koʻrsatadi. Psixik faoliyatning ongsizlik darajasi tugʻma instinktiv-refleksga asoslangan faoliyat hisoblanadi; ong osti darajasi - maʼlum indivud tajribasidagi hulq-atvorining umumlashtirilgan, avtomatlashtirilgan bir qolipdagi nusxalari - malakalari, koʻnikmalari, odatlari, ichki tuygʻulari.

Tush koʻrish, affekt, vahima, gipnoz, ishonch, umid, sevgi, turli koʻrinishdagi parapsixik hodisalar (bashorat qilish, telepatiya, ekstrasensor hodisalar), fobiyalar, qoʻrquvlar, asabiy xayollar, oʻz-oʻzidan paydo boʻladigan xavotirlanish va oldindan quvonchni sezish - sanab oʻtilgan bu hodisalar anglanmaydigan va ong osti hodisalari hisoblanadi.

Anglanmaganlik mezonini hisob berilmasligi, ixtiyorsizligi, noverballigi hisoblanadi (soʻz bilan ifodalanmaganlik).

4.3. Psixik jarayonlarning yuzaga kelishi

Ong egasi boʻlgan inson motivatsiyalangan harakatlarni bajarishga, koʻzlangan maqsadga erishishga yoki maʼlum vazifani bajarishga qodir, chunki inson oʻzining hulq-atvori yoki holatini anglaydi va nazorat qiladi. Shunday boʻlsa ham, odam psixikasi uchun obyekt tomonidan anglanish darajasiga koʻra farqlanadigan psixik jarayonlar va hodisalarning ikki katta guruhi xosdir. Inson ongida kechishi yoki ifodalanishi qisman aks etuvchi psixik jarayonlar va hodisalar. Bunday jarayonlar anglanmagan jarayonlar guruhiga taalluqlidir.

Barcha anglanmagan psixik jarayonlar uch boʻlimga ajratiladi: ongli harakatlarning anglanmaydigan mexanizmlari, ongli harakatlarning anglanmagan qoʻzgʻatuvchilari va «ong usti» jarayonlari.

Oʻz navbatida, ongli harakatlarning anglanmaydigan mexanizmlari boʻlimi uch sinfga boʻlinadi: anglanmaydigan avtomatizmlar; anglanmaydigan mayil hodisalari; ongli harakatlarning anglanmaganligi.

Anglanmagan avtomatizmlar deb, odatda, ongsiz ravishda o'z-o'zidan sodir bo'ladigan harakatlar yoki aktlarga aytiladi. Anglanmaydigan avtomatizmlar sinfiga kiradigan jarayonlar ikkilangan tabiatga ega. Ba'zi jarayonlar hech qachon anglanmagan bo'lib, boshqalari esa avval anglangan, so'ngra esa ongda yozilib qolmaydigan holatga o'tgan. Birlamchi jarayonlar birlamchi avtomatizmlar guruhini tashkil etadi yoki ba'zida ular avtomatik harakatlar deb ataladi. Ushbu guruhga tug'ma yoki bola hayotining dastlabki yilida shakllangan harakatlar kiradi. Ularga: so'rish harakatlari, ko'zlar pirpirashi va konvergensiya, jismlarni ushlab olish, qadam tashlash va boshqalar kiradi.

Anglanmaydigan avtomatizmlar sinfiga kiruvchi hodisalarning ikkinchi guruhi avtomatlashtirilgan harakatlar yoki ko'nikmalar deb ataladi. Harakatlarning bu guruhiga avvaldan anglangan holatda bo'lib, keyinchalik esa behisob takrorlashlar va ular bajarilishining takomillashishi natijasida ong ishtirokini talab etmay qo'ygan, avtomatik ravishda bajariladigan harakatlar kiradi. Ko'nikmalarining shakllanish jarayoni bizning barcha malaka, bilim va qobiliyatlarimizning rivojlanishi asosida yotganligidan har bir individ uchun muhim ahamiyatga ega. Masalan, fortepianoda chalishni o'rganish. Barchasi oddiy harakatlarni o'zlashtirishdan boshlanadi. Avvalo to'g'ri o'tirishni, musiqa asbobida qo'llar, barmoqlarning to'g'ri holatini saqlashni o'rganish zarur. So'ngra har bir barmoq zarbasi, qo'llarning harakatlari ishlab chiqiladi, sayqallanadi. Xuddi mana shu oddiy asosda fortepianoda kuy chalish texnikasi elementlari yaratiladi: yosh pianinochi kuy «olib borishni», akkordlar, stakkato va legato chalishni o'rganishi zarur. Shunday qilib, oddiy harakatlardan murakkablariga tomon siljish yo'li bilan harakatlarning anglanmagan darajalaridan o'zlashtirilgan darajalariga o'tkazish hisobiga inson cholg'uchilik mahoratini egallaydi.

Harakatlarni ongli nazoratdan ozod qilish haqida gapirilganda umumiy holatdagi ozodlik haqida o'ylash kerak emas, ya'ni, odam nima qilayotganini anglaydi, faoliyat ustidan nazorat saqlanib qoladi. Gap shundaki, ong maydoni (maydon - bu vaqtning ma'lum lahzasida anglanadigan ma'lumotlar sohasi) bir jinsli emas. Ong fokusi, ong osti, shuningdek, ortidan ongsizlik sohasi boshlanadigan chegarasini ham ajratish mumkin. Biror faoliyatni bajarishda uning

eng murakkab bo'lgan va doimiy nazoratni talab etuvchi harakatlari ongimiz diqqat markazida bo'ladi. Ishlab chiqilgan yoki oddiy harakatlar ongimizning chetki sohalariga surib chiqariladi, o'zlashtirilgan yoki egallangan harakatlar esa ongimiz chegarasidan ongsizlik sohasiga o'tib ketadi. Shunday qilib, inson faoliyatining ong tomonidan nazorat qilinishi butunlay saqlanib qoladi.

Ong va faoliyatning ayrim tashkil etuvchilarining nisbati barqaror bo'lmaganligi sababli muntazam emas. Bu holat ongimizning diqqat markazida joylashgan harakatlar muntazam ravishda o'zgarib turgani uchun sodir bo'ladi. Inson tomonidan bajariladigan ba'zi harakatlar ko'nikmalar darajasiga ko'tarilganida ongning chetki, so'ngra esa ongsizlik sohalarigacha surib chiqariladi, lekin inson ko'plab xatoliklar sodir eta boshlasa, masalan, inson o'zini horg'in va behol his etganida, qaytadan o'zining oddiy harakatlarini nazorat qila boshlaydi. Shu kabi hodisani biror faoliyatni bajarishda uzoq davom etgan tanaffusdan so'ng kuzatish mumkin.

Endi esa ongli harakatlarning anglanmagan mexanizmlarining ikkinchi sinfini - anglanmaydigan mayl hodisalarini ko'rib chiqamiz. «Mayl» tushunchasi psixologiyada juda muhim o'rinni egallaydi, chunki uning ortida turgan hodisalar inson psixologik hayotining deyarli barcha sohalarini qamrab oladi. Umumjahon psixologiyasida mayl muammosi juda keng jabhalarda ishlab chiqilgan yaxlit bir yo'nalish mavjud edi. Ushbu yo'nalish ko'p yillar mobaynida o'quvchilari bilan tadqiqotlar olib borgan gruzin ruhshunoslar maktabining asoschisi D.N. Uznadze (1886-1950) tomonidan yaratilgan edi.

D.N.Uznadze fikricha, mayl - bu organizm yoki sub'ektning ma'lum harakatni bajarishga yoki ma'lum yo'nalishda harakatlanishga tayyorlik holati. Ushbu ta'rifda bajarilishi lozim bo'lgan harakatga tayyorlik holatiga alohida urg'u beriladi. Odamning biror seskantiruvchiga javoban harakat tezligi va aniqligi ma'lum harakatlarni amalga oshirish ko'nikmasiga bog'liq, deb taxmin qilish mumkin, shuning uchun ko'nikma va mayl bir xil ma'noni anglatadi. Lekin «ko'nikma» va «mayl» tushunchalari umuman bir-biriga o'xshash emasligini ta'kidlab o'tish zarur. Agar ko'nikma harakatni amalga oshirish davriga tegishli bo'lsa, mayl bungacha bo'lgan davrga tegishlidir.

Mayl bajariladigan vazifasiga ko'ra muhim ahamiyat kasb etadi. Ma'lum harakatni bajarishga tayyorlangan sub'ekt uni tez va aniq, ya'ni, yanada samaraliroq bajarish imkoniyatini beradi.

Lekin ba'zida mayl mexanizmlari insonni yanglishtirishi mumkin. Bunga qadimgi xitoy adabiyotidan misol keltirish mumkin: «Bir odamning boltasi yo'qoldi. U qo'shnining o'g'lidan gumonsirab, uni kuzata boshladi: qarashlari ham, gap-so'zlari ham bolta o'g'risiga o'xshaydi. Qisqasi, har bir harakati o'g'riligiga ishorat edi.

Aynan yanglish harakatlar, idrok qilish yoki baholashlarda o'z ifodasini topgan «mayl xatoliklari» hammadan avvalroq ruhshunoslarning diqqatini o'ziga qaratdi.

Lekin aynan anglanmagan maylning ifodalanishi katta qiziqish uyg'otadi. D.N.Uznadze maktabidagi amaliy va nazariy tadqiqotlar aynan shundan boshlangan. D.N.Uznadze konsepsiyasining asosiy nuqtasi bo'lib xizmat qilgan tajribalar quyidagi tarzda o'tkazilgan edi. Sinaluvchi qo'lga berilgan turli hajmdagi ikkita pufakdan qaysi biri kattaroq ekanligini baholab berishi so'raladi. Kattarog'i chap qo'lga, kichikrog'i - o'ng qo'lga beriladi deb faraz qilamiz. Sinaluvchi pufaklar hajmini to'g'ri aniqlab bergach, tajriba yana takrorlanadi: chap qo'lga katta pufak, o'ngiga - kichik pufak beriladi, va sinaluvchi hajmlarni yana to'g'ri baholaydi. Sinov shu tariqa o'n besh marta takrorlanadi. Nihoyat, navbatdagi, o'n oltinchi sinovda sinaluvchi uchun kutilmagan holatda bir xil pufaklar berilib, hajmlarini taqqoslash so'raladi. Mana shu oxirgi, nazorat sinovida sinaluvchi pufaklarni baholashda xatolikka yo'l qo'yishi ma'lum bo'ladi: u pufaklarni yana avvalgidek hajm bo'yicha turlicha idrok qiladi. Chap qo'lga kattaroq pufak berilishining saqlanib qolgan mayli perseptiv jarayonni aniqlagan yoki yo'naltirib bergan: sinaluvchilar, odatda, chap qo'llaridagi pufak kichikroq deb baholaydilar. To'g'ri, ba'zan maylli sinovlardagi kabi, ya'ni, chap qo'ldagi pufak kattaroq degan javoblar ham bo'ldi. Birinchi xildagi xatoliklar maylning kontrast illyuziyalari, ikkinchi xildagilari - maylning assimilyativ illyuziyalari deb ataldi.

D.N.Uznadze va uning hamkasblari har bir turga tegishli bo'lgan illyuziyalarning yuzaga kelishini to'liq o'rganib chiqdilar. Ushbu vaziyatda maylning haqiqatdan ham anglanmaganligi muhim bo'lib hisoblanadi, buning tasdig'i sifatida pufaklar hajmini baholash bo'yicha o'tkazilgan tajribalardan birini keltirish mumkin. Bu tajriba gipnoz yordamida o'tkaziladi. Tajribadan avval sinaluvchi gipnoz holatiga tushiriladi va shu holatda unga birinchi o'n beshta topshiriqni bajarish taklif etiladi. So'ngra unga bajargan topshiriqlarni yodidan chiqarib yuborishi zarurligi uqtirildi. Gipnoz holatidan chiqqandan so'ng sinaluvchi nima qilganini eslay olmasada, unga tetik holatida pufaklar hajmini baholash taklif etilganida, hajmlari bir xilda bo'lsa ham, pufaklarning hajmi har xil deya uqtirib, xatolikka yo'l qo'ydi. Shunday qilib, anglanmaydigan mayllar haqiqatdan mavjud bo'lib, anglangan harakatlarni shakllantirishda katta ahamiyatga ega. Endi e'tiborimizni anglanmaydigan mexanizmlarning uchinchi sinfi - ongli harakatlarning anglanmaydigan jarayonlariga qaratamiz. Harakatning anglanmagan jarayonlari ko'pchilikni tashkil etadi. Masalan, siz musiqa eshitayotgan tinglovchining kuyga mos ravishda oyog'ini qimirlatganini, yoki qaychini ishlata turib, jag'ini harakatlantirayotganini kuzatgansiz; qo'lini kesib olgan kimsani kuzatayotgan odamning yuzida o'ziga sezilmagan holatda ayanchli ifoda namoyon bo'ladi. Bunday misollarni juda ko'plab keltirish mumkin. Bu hodisalarning barchasi ongli harakatlarning anglanmagan jarayonlaridir. Bundan kelib chiqadiki, ongli xarakatlarning anglanmagan jarayonlariga beixtiyoriy harakatlar, quvvat zo'riqlashlari, mimika va pantomimika, shuningdek, inson holati va harakatlarini kuzatuvchi vegetativ harakatlarning katta sinfini ham kiritish mumkin. Bunday jarayonlarning ko'pchiligi, ayniqsa, vegetativ tarkibiy qismlar fiziologiyani o'rganishning asosiy obyekti bo'lib xizmat qiladi. Lekin ularning barchasi psixologiya uchun o'ta muhimdir. Birinchidan, bu anglanmagan jarayonlar odamlar o'rtasidagi muloqotning qo'shimcha vositalari sifatida o'rganilishi mumkin. Ba'zi holatlarda bunday vaziyatlar nutqqa faqat hissiyot tusini bag'ishlabgina qolmay, nutqning o'zini ham o'zgartiradi. Ikkinchidan, ular inson turli psixologik xususiyatlarining obyektiv ko'rsatkichlari sifatida qo'llanilishi mumkin.

Yuqorida keltirilgan fikrlarga misol sifatida Yu.B.Gippenreyterning “Umumiy psixologiyaga kirish” kitobidan bir ko‘rinishni keltirish mumkin. 1920 yilda A.R.Luriya tomonidan zamonaviy «yolg‘onchilik detektorlari»ni qo‘llashda namoyon bo‘ladigan hodisalarga o‘xshash noyob hodisalar o‘rganiladigan tajribalar o‘tkazilgan. Buning uchun u K.Yungning yashirin affektli majmualarni aniqlash uchun qo‘llagan assosiatsiya tajribasidan foydalandi, tajribada sinaluvchiga so‘zlar ro‘yxati taklif etilib, ularning har biriga miyasiga kelgan birinchi so‘z bilan javob berishi kerak edi. A.R.Luriya ushbu metodikaga o‘zgartirish kiritdi, u sinaluvchiga javob so‘zni aytish bilan birga o‘ta sezgir o‘tkazuvchi - nog‘orachaning pnevmatik membranani bosib qo‘yishni taklif etdi. Natijada so‘z bilan aytilgan javob motorli qo‘l ta’siri bilan uyg‘unlashtirildi, bu esa talaffuz etilgan so‘zning o‘zini emas, balki uning qanday talaffuz etilishini ham hisobga olish imkonini berdi. Bu tajriba odamning tashqi harakatlarni (so‘zlar, harakatlar) oson, muskullar harakatini (qomatni tutish, mimika, yuz ifodalar) qiyinroq nazorat qilishini ko‘rsatdi. Sinaluvchi uchun muhimligi jihatidan turlicha bo‘lgan rag‘bat sifatida tadqiqotchi tomonidan talaffuz etilgan so‘zlarga nisbatan betaraf tashqi ta’sirning saqlanib qolishida turlicha motorli ta’sirlar qayd etildi. Bunday metodikani A.R.Luriya uyg‘unlashtirilgan motorli metodika deb atadi. Uning validligi va ishonchli ekanligi jinoyat sodir etishda ayblanayotganlar tomonidan ham samarali tasdiqlandi.

4.4. Ongli harakatlarning anglanmagan qo‘zg‘atuvchilari

Anglanmagan jarayonlarning keyingi sinfi - ongli harakatlarning anglanmagan qo‘zg‘atuvchilarini ko‘rib chiqamiz. Bu sinfga taalluqli bo‘lgan jarayonlarning tadqiqotlari, avvalambor, XX asrning mashhur ruhshunoslaridan biri Zigmund Freyd nomi bilan bog‘liq.

Freyd Vena universitetining tibbiyot fakultetini bitirgandan so‘ng bir muncha vaqt parijlik psixiatr J.Sharko klinikasida faoliyat yuritdi, keyinchalik Venaga qaytib, amaliyotchi vrach sifatida ishlay boshladi. Nevrozlarni davolash bo‘yicha mutaxassis sifatida Freyd shaxsning nazariy muammolari bilan shug‘ullandi, natijada ruhiy kasalliklarni davolashning o‘ziga xos uslubini ishlab chiqdi va uni psixoanaliz deb atadi. Psixoanalizning keng doiralarda ommalashganiga qaramay,

mutaxassislar hanuzgacha unga nisbatan turlicha munosabat bildiradilar. Buni Freydning o'zi o'ta ziddiyali odam bo'lganligi bilan tushuntirish mumkin. Bir tomondan, u faktlarga nisbatan juda e'tiborli bo'lgan, Freydni faktlarning bilimdoni deyish mumkin. U faktlar bilan juda oqilona va puxtalik bilan ish yuritadi, qiziqarli tarzda umumlashtiradi, ilg'or nazariy qoidalarini ilgari suradi va ularni faktlar yordamida qayta isbotlaydi. Ikkinchi tomondan, Freyd matnlarida ko'pgina asoslanmagan nazariy qoidalar keltiriladi. Freyd bilan yaqindan tanish bo'lganlarning fikriga ko'ra, uning faktlarga nisbatan bunday munosabatini o'rganilgan muammolarning shaxsan uning o'ziga xosligi bilan tushuntirish mumkin. Shu bilan birga, Freyd inson ba'zi harakatlari va ruhiy hodisalarning anglanmagan sabablarini o'rganishga salmoqli hissa qo'shdi.

Anglanmagan jarayonlarni chuqur o'rganishga gipnozdaagi bemor ayolga o'ziga kelgandan so'ng joyidan turib, qatnashchilardan biriga tegishli bo'lgan soyabonni olishi kerakligiga ishontirilgan gipnoz seanslaridan birida ishtirok etganligi Freyd uchun turtki bo'ldi. Bunda ayolga uyg'onishidan avval bunday ishontirish o'tkazilgani haqida yodidan chiqarishi kerakligi uqtirildi. Gipnozdan uyg'ongan ayol o'rnidan turib, soyabonni oldi va uni ochdi. Uning nega bunday qilganligi so'ralganida, soyabonning ishlashini tekshirib ko'rganligini aytdi. Ayolga soyabonning uniki emasligini eslatganlarida, u uyalib qoldi. Bu tajriba Freydning diqqatini o'ziga tortdi va unda juda kuchli taassurot qoldirdi. Unda qator noyob hodisalar: birinchidan, amalga oshiriladigan harakatlar sabablarining anglanmaganligi; ikkinchidan, bu sabablarning ta'sirchanligi, odam topshiriqni nima uchun bajarayotganligini bilmasdan turib, vazifani bajaradi, uchinchidan, o'z harakatini tushuntirib beruvchi dalil izlab topish va, nihoyat, ba'zan davomli so'rovlar usuli yordamida odamni harakatlarining asl sababi haqidagi xotiralarga yo'naltirish imkoniyati qiziqish uyg'otdi. Bu tasodifga binoan va qator boshqa faktlarga tayangan holda Z. Freyd o'zining ongsizlik nazariyasini yaratdi.

U o'z nazariyasida ongsizlik ifodalanishining uch asosiy shakli: tush ko'rish, yanglish harakatlar (narsalar, bajarmoqchi bo'lgan vazifalar, ismlarning xotiradan ko'tarilishi, jummalarni aytishda, yozishda xatolikka yo'l qo'yish va boshqalar) va nevroz belgilarini ajratdi. Psixoanaliz nazariyasida ongsizlik ifodalarini tadqiq

qilish uchun ularni o'rganish metodlari: erkin assosiatsiyalar metodi va tush ko'rish tahliliy metodi ishlab chiqildi. Z.Freyd tasavvurlariga ko'ra, nevroz belgilari - bu ongsizlik sohasida kuchli zararlangan o'choq hosil qiluvchi va o'sha erdan turib o'zining emiruvchi vazifasini amalga oshiradigan siqib chiqarilgan shikastlovchi kechinmalarning izlari. O'choq ochilishi va zararlantirilishi lozim, shunda nevroz keltirib chiqaruvchi sababdan mahrum bo'ladi.

Belgilar asosini har doim ham so'ndirilgan jinsiy mayl tashkil etmaydi. Kundalik hayotda ko'p hollarda jinsiy soha bilan hech qanday bog'liqligi bo'lmagan noxush kechinmalar yuzaga keladi, va, shunga qaramay, ular sub'ekt tomonidan so'ndiriladi yoki siqib chiqariladi. Ular, shuningdek, yanglish harakatlarda yuzaga chiqadigan affektiv o'choqlar hosil qiladi. Z.Freydning «Psixanalizga kirish. Ma'ruzalar» asaridan ba'zi parchalarni keltiramiz. Keyingi misol noto'g'ri izohlarga tegishli. Freyd fikriga ko'ra, noto'g'ri izohlar tasodifan yuzaga kelmaydi: ularda insonning haqiqiy (yashirilgan) niyatlari va kechinmalari yuzaga chiqadi. Bir kuni ba'zi bir shaxsiy sabablarga ko'ra yig'ilishning o'tkazilishini xohlamagan majlis raisi uning ochilishida: «Janoblar, yig'ilishimizni yopiq deb hisoblashga ruxsat berishingizni so'rayman» deb yuboradi. Z.Freyd amaliyotidan noto'g'ri harakatga doir yana bir misol keltiramiz. U yosh amaliyotchi shifokor sifatida bemorlarning uylariga tashrifi chog'ida o'zida ba'zi bir eshiklarning qo'ng'irog'ini bosish o'rniga kissasidan shaxsiy kalitini olish odatining paydo bo'lganiga e'tibor berdi. O'z kechinmalarini tahlil qilib, bu odatning o'zini o'z uyidagidek his etadigan bemorlar uyining eshigi oldida yuzaga kelishini aniqladi. Anglanmagan jarayonlarni o'rganishda Freyd tomonidan erkin assosiatsiyalar metodi qo'llanilgan edi. Assosiatsiyali tajribada sinaluvchi yoki bemorga ko'rsatilgan so'zlarga javoban miyasiga kelgan istalgan so'zni darhol aytishi taklif etiladi. Va, bundan ma'lum bo'ldiki, bir necha o'nlab urinishlardan so'ng sinaluvchining javoblarida uning yashirin kechinmalari bilan bog'liq so'zlar paydo bo'ladi. Amerikalik ruhshunos U.Djems ong usti haqida to'plagan ma'lumotlar «Diniy tajribaning xilma-xilligi» kitobida bayon etilgan. Bu mavzuga oid keyingi ilmiy ishlar sifatida Z.Freyd, E.Lindemannning maqolalarini va F.E.Vasilyuk asarlari diqqatga sazovordir.

O‘z mohiyatiga ko‘ra ular ongli aktlarning texnikaviy ijrochilaridir. Ularning ko‘pchiligi ong vazifalarining anglanmaydigan darajalariga o‘tkazilishi natijasida sodir bo‘ladi.

Ongli harakatlarning anglanmagan qo‘zg‘atuvchilarini ong darajasiga joylashtirish mumkin

«Ong usti» jarayonlari

Anglanmagan jarayonlarni o‘rganishda biz xuddi o‘sha boshlang‘ich ma’lumotlar: ong, xulq-atvor faktlari va fiziologik jarayonlar. Ular majmuasidan foydalanish ruhshunosga «ongsizlik» sohasiga tegishli bo‘lgan hodisalarni o‘rganish imkonini beradi.

Nazorat uchu savollar:

1. Anglanmagan psixik jarayonlarning umumiy xususiyatlari va tasniflanishi haqida ma’lumot bering?
2. Ongli harakatlarning anglanmagan mexanizmlari nimani anglatadi?
3. Anglanmagan avtomatizmlarga misollar keltiring?
4. D.N.Uznadze va hamkasblarining anglanmagan mayllarga doir tadqiqotlari haqida gapirib bering?
5. Psixik hodisalar va insonlarning kundalik hayotini o‘rganishda ongli harakatlar anglanmaganligining ahamiyatini ochib bering?
6. Ongli harakatlarning anglanmagan qo‘zg‘atuvchilarini o‘rganish bo‘yicha Z. Freyd tadqiqotlari haqida gapirib bering?

V BOB. DIQQAT

5.1. Bilish jarayonlari va faoliyat

Professional faoliyat shaxsdan juda ko‘p bilimlarni hamda malakalarni talab qiladi. Nima uchun u yoki bu kasbni tanlaganini anglab yetgan shaxs (motivlar muammosi), endi o‘z faoliyati va qobiliyatlarini boshqara bilishi va o‘z ustida muttasil ishlab, malakalarini orttirib borishi shart.

Odamning tashqi olam xossa va xususiyatlarini ongida aks ettirishi uning iqtidori o‘lishi va professional malakalari rivojlanganligiga bog‘liq tarzda kechadi. Shuning uchun har ongning muhim aks ettirish shakllari bo‘lmish bilish jarayonlari - idrok, sezgilar, xotira, diqqat, tafakkur, iroda va hissiyotlarning inson hayoti va professional o‘lishidagi roliga to‘xtab o‘tamiz.

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

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

5.2. Diqqatning mohiyati

Diqqat psixologik noyob hodisa bo'lib, hozirgacha ruhshunoslar u haqda yagona fikrga ega emaslar. ba'zi bir mualliflarning fikriga ko'ra, diqqat istalgan psixik jarayonda u yoki bu darajada ishtirok etganligi sababli, mustaqil hodisa sifatida o'rganilishi mumkin emas. boshqalar esa diqqatning psixik jarayon sifatida mustaqilligini yoqlaydilar.

Diqqat - bu psixik faoliyatning biror-bir ma'lum narsaga yo'nalganligi va jamlanganligi. bu hayvonlar, shuningdek, inson diqqatlarining umumiy ta'rifi. insonga nisbatan diqqatni ma'lum obyektlarga inson diqqatining, bir vaqtning o'zida boshqa obyektlardan chalg'igan holda, yo'nalganligi va jamlanganligi sifatida o'rganish mumkin. bu ta'rifdan diqqatning ahamiyatga molik belgilari uning yo'nalganligi va jamlanganligidan iborat ekanligi kelib chiqadi.

Diqqatning boshqa xususiyati uning faoliyatga u yoki bu darajada chuqurlashganligini tushuntirib beruvchi jamlanganligidir. vazifa qanchalik murakkab bo'lsa, diqqatning jadalligi va zo'riqishi shunchalik kuchli bo'lishi kerak, ya'ni, bunda faoliyatga chuqur kirib borish talab etiladi. ikkinchi tomondan, jamlanganlik boshqa yot narsalardan chalg'ish bilan bog'liq. Aks holda, yot narsalardan chalg'iy olmay qolsangiz, vazifani bajarishingiz qiyinlashadi.

Diqqatning fiziologik asoslari. Diqqatning fiziologik mexanizmlari juda murakkab. masalan, ma'lum vaqt oraliqida doimiy ta'sir ko'rsatayotgan seskantiruvchilar orasidan biror-bir yangi seskantiruvchini ajratib olish uchun ma'lum mexanizmlar zarur. psixologiya bo'yicha adabiyotlarda, odatda, mexanizmlarning seskantiruvchilarni filtrlovchi ikki asosiy: periferik va markaziy guruhlar ko'rib chiqiladi. periferik mexanizmlarga his-tuyg'u organlarini sozlashni kiritish mumkin. kuchsiz tovushni eshitgan odam tovush kelgan tomonga qaraydi, shu vaqtning o'zida mos keluvchi mushak nog'ora pardasining ta'sirchanligini oshirgan holda uni tortadi.

Diqqatning markaziy mexanizmlari bir xil nerv markazlarining qo'zg'alishi, boshqalarining tormozlanishi bilan bog'liq. Nerv qo'zg'alishining kuchi bilan bog'liq bo'lgan tashqi ta'sirlarni ajratish aynan shu darajada sodir bo'ladi. Kuchli qo'zg'alish u bilan bir vaqtda sodir bo'lgan kuchsiz qo'zg'alishni siqib chiqaradi

va psixik faoliyatning muvofiq yoʻnalishda kechishini belgilaydi. Lekin bir vaqtning oʻzida taʼsir koʻrsatib, bir-birini kuchaytiruvchi bir yoki ikki seskantiruvchilarning qoʻshilish ehtimoli ham mavjud.

A.A.Uxtomskiy tomonidan oldinga surilgan dominantlik tamoyiliga koʻra, miyada doimo maʼlum vaqt ichida nerv markazlari faoliyatini belgilab beruvchi va shu bilan inson xulq-atvoriga maʼlum yoʻnalganlik bagʻishlovchi qoʻzgʻalishning vaqtincha hukmron oʻchogʻi mavjud boʻladi. Dominantlik xususiyatlariga asoslangan holda nerv tizimiga keluvchi impulsar toʻplanadi va jamlanadi, shu vaqtning oʻzida boshqa markazlar faolligi susayadi, buning hisobiga qoʻzgʻalish kuchaytiriladi. Bu xossalarga binoan, dominantlik qoʻzgʻalishning barqaror oʻchogʻi hisoblanadi, bu esa oʻz navbatida diqqat jadalligini mustahkamlovchi nerv mexanizmini tushuntirishga imkon yaratadi.

Neyronlarning birinchi turi - «yangilik detektorlari» yangi ragʻbatlar taʼsirida faollashadilar va ularga oʻrganib qolish darajasiga koʻra faollikni kamaytiradilar. Ulardan farqli ravishda «kutish» neyronlari organizm dolzarb ehtiyojni qondirish qobiliyatiga ega boʻlgan obyekt bilan uchrashganidagina qoʻzgʻaladilar.

P.Ya.Galperin ham diqqatning qiziqarli konsepsiyasini taklif etdi. uning konsepsiyasi quyidagi asosiy holatlardan iborat:

1. Diqqat yoʻnalishli-tadqiqot faoliyatining vaziyatlaridan biri boʻlib, obraz, fikr, inson psixikasida maʼlum vaqtda mavjud boʻlgan boshqa hodisa mazmuniga qaratilgan psixik harakatdan iborat.

2. Diqqatning asosiy vazifasi - psixik obraz, harakat mazmuni va boshqalar ustidan nazorat qilish. insonning har bir harakatida yoʻnalganlik, bajaruvchilik va nazorat qilish qismlari mavjud. Mana shu oxirgi qismi diqqat tomonidan gavydalanitiriladi.

3. Maʼlum mahsulotni ishlab chiqarishga qaratilgan harakatlardan farqli oʻlaroq, nazorat yoki diqqat faoliyati alohida natijaga ega boʻlmaydi.

4. Miqqat mustaqil akt sifatida harakat aqliy boʻlib qolmasdan, qisqartirilgan holatda boʻlgandagina ajralib chiqadi. Bunda har qanday nazoratni ham diqqat sifatida oʻrganib boʻlmaydi. nazorat harakatni umumiy tarzda baholaydi, diqqat esa uning yaxshilanishini taʼminlaydi.

5. Diqqat psixik nazorat faoliyati sifatida o'rganiladigan bo'lsa, u holda diqqatning ixtiyoriy va ixtiyorsiz ma'lum aktlari yangi aqliy harakatlar shakllanishining natijasidir.

6. Ixtiyoriy diqqat reja asosida amalga oshiriladigan diqqatdir, bu oldindan tuzilgan reja yoki namuna bo'yicha bajariladigan nazorat shaklidir.

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlab o'tish joizki, ko'p sonli nazariyalarning mavjudligiga qaramasdan, diqqat muammosi o'z ahamiyatini yo'qotmagan. Diqqat tabiati haqidagi bahslar avvalgidek davom etmoqda.

5.3. Diqqatning vazifalari

Diqqat inson hayoti va faoliyatida ko'plab turli xil vazifalarni bajaradi. Diqqatning asosiy turlarini ko'rib chiqamiz. Bularga tabiiy va ijtimoiy belgilangan, bevosita va bilvosita diqqat, ixtiyorsiz, ixtiyoriy va ixtiyoriydan keyingi diqqat, hissiy va intellektual diqqat kiradi.

Diqqatni tashkil etishda insonning faolligiga ko'ra diqqatni uch turga bo'lish mumkin: ixtiyorsiz, ixtiyoriy va ixtiyoriydan keyingi diqqatlar.

Ixtiyorsiz diqqat - bu ongning seskantiruvchi sifatidagi alohida xususiyatiga muvofiq holda obyektida jamlanganligi.

Ixtiyoriy diqqat - bu obyektida faoliyat talablariga ko'ra yo'naltirilgan, ongli boshqariladigan jamlanganlik.

Ixtiyorsiz diqqat maqsad qo'yish va iroda qatnashuvi bilan bog'liq emas, ixtiyoriy diqqat uchun esa iroda boshqaruvi va maqsadning mavjud bo'lishi shart. Odatda, ixtiyorsiz diqqatning yuzaga kelishida jismoniy, psixofizik va ruhiy sabablarning yaxlit to'plami bilan ish ko'rishga to'g'ri keladi. Ular bir-biri bilan o'zaro bog'langan bo'lsada, shartli ravishda quyidagi to'rt darajaga bo'lish mumkin.

Ixtiyorsiz diqqatni yuzaga keltiruvchi sabablarning ikkinchi guruhi tashqi seskantiruvchilarning odamning ichki holatiga muvofiqligi, va birinchi navbatda, uning ehtiyojlariga mos kelishi bilan bog'liq. Masalan, qorni to'q va qorni ochiqqan odamlar ovqat to'g'risidagi suhbatga turlicha munosabat bildiradilar.

Tabiiy diqqat: o'zida axborot yangiligi unsurini tashuvchi, u yoki bu tashqi va ichki rag'batlarga nisbatan tanlab javob qaytarishning tug'ma qobiliyati

ko‘rinishida odamga tug‘ilishi bilanoq beriladi. Tabiiy diqqat faoliyatini ta‘minlovchi asosiy mexanizm taxminiy refleks deb ataladi.

Ijtimoiy belgilangan diqqat: hayot davomida ta‘lim va tarbiya natijasida shakllanadi, hulq-atvorning iroda tomonidan boshqarilishi, obyektlarga tanlab ongli ravishda javob qaytarish bilan bog‘liq bo‘ladi.

Bevosita diqqat: odamning ehtiyojlari va dolzarb qiziqishlariga mos keladigan va o‘zi yo‘naltirilgan obyektдан tashqari, hech bir narsa tomonidan boshqarilmaydi.

Bilvosita diqqat: maxsus vositalar, masalan, imo-ishoralar, so‘zlar, ko‘rsatkich belgilar, jismlar yordamida boshqariladi.

Hissiy diqqat: afzalligiga ko‘ra, hissiyotlar va his-tuyg‘u organlarining tanlab ta‘sir ko‘rsatish faoliyati bilan bog‘liq.

Intellectual diqqat: fikrning yo‘nalganligi va jamlanganligi bilan bog‘liq. Hissiy diqqatda ong markazida biror-bir hissiy taassurot joylashgan bo‘ladi, intellektual diqqatda esa qiziqish obyekti bo‘lib g‘oya xizmat qiladi. Diqqat, uni mustaqil psixik hodisa sifatida xarakterlovchi qator xossalarga ega. Diqqatning asosiy xossalari barqarorlik, jamlash, taqsimlash, bo‘linish, chalg‘ish va diqqat hajmi kiradi.

Diqqatning barqarorligi: ma‘lum vaqt davomida bir xil obyektда fikrni jamlay olishlik qobiliyatidan iborat. Tajriba tadqiqotlari diqqatning ixtiyorsiz davriy tebranishlarga moyilligini ko‘rsatdi. Bunday tebranishlarning davrlari N.N. Lange bo‘yicha, odatda, 2-3 soniyaga, ortig‘i bilan esa 12 soniyaga teng bo‘ladi. Masalan, agar soatning chiqillashiga quloq tutib, unda fikrni jamlaydigan bo‘lsak, u holda u bir eshitiladi, bir eshitilmay qoladi. Diqqat tebranishi qonunga asoslangan bo‘lib, fluktuasiya deb ataladi. Masalan, diqqat fluktuatsiyasini oddiy tajribada namoyish qilish mumkin: kesik piramida beriladi: agar unga ma‘lum vaqt davomida tikilib turilsa, u ketma-ket, yo qavariq, yo botiq bo‘lib ko‘rinadi.

Diqqatni jamlash: ostida diqqatning jismda jamlanganlik jadalligi yoki darajasi tushuniladi. A.A.Uxtomskiyning fikriga ko‘ra, diqqatni jamlash bosh miya po‘stlog‘idagi kuchli qo‘zg‘alish o‘chog‘i faoliyatining xususiyati bilan bog‘liq.

Diqqatni taqsimlash: ostida odamning bir vaqtning o'zida bir necha faoliyatlarni bajarish qobiliyati tushuniladi. Hayotiy tajribaga ko'ra, odam ongli psixik faoliyatning faqat bir turini bajara oladi, bir vaqtning o'zida bir nechtasini bajarish sub'ektiv hissi esa ketma-ket tezlik bilan bir faoliyat turidan ikkinchisiga o'tish oqibatida yuzaga keladi.

Diqqat taqsimlanishini o'rganish maqsadida Shulte (qizil-qora rangli jadvallar) jadvallari qo'llaniladi.

Diqqatning bo'linishi - bu diqqatni bir obyektidan ikkinchisiga ongli va anglangan holda o'tkazish. Bo'linish bilan ikki turli yo'nalishga ega bo'lgan jarayonlar bog'liqdir, bular: diqqatni ishga tushirish va uzib qo'yish. Bo'linish ixtiyoriy bo'lishi mumkin, u holda uning tezligi - bu sub'ektning o'zining idrok qilishi ustidan irodali nazorati darajasining ko'rsatkichi, va diqqatning bo'linishi bilan bog'liq ixtiyorsiz bo'lishi mumkin, bu yo ruhiyatning beqarorligi darajasining ko'rsatkichi bo'lib xizmat qiladi, yo kutilmagan kuchli seskantiruvchilarning paydo bo'lishidan dalolat beradi.

Diqqat hajmi - sub'ektning yetarlicha aniqlik bilan bir vaqtning o'zida qamrab olishi mumkin bo'lgan obyektlar soni. Diqqat obyektining muhim va belgilovchi xususiyatlaridan biri, uning o'qitishda va mashq bajarishda umuman o'zgarmasligidir. Diqqat hajmini tadqiq etish, odatda, individ tomonidan aniqlik bilan idrok etiluvchi, bir vaqtning o'zida taqdim etiladigan unsurlar (raqamlar, harflar, jismlar va h.k.) sonini tahlil qilish yo'li bilan amalga oshiriladi. Diqqatning bo'linishi - bu diqqatning bir obyektidan ikkinchisiga ixtiyorsiz o'tkazilishi. Bo'linish tashqi seskantiruvchilar ta'sirida yuz berishi mumkin. Diqqatni ko'proq to'satdan paydo bo'ladigan, o'zgaruvchan kuch va chastota bilan ta'sir ko'rsatadigan jism va hodisalar chalg'itadi. Diqqatning ichki bo'linishi kuchli kechinmalar, yot hissiyotlar, va odam ayni damda mashg'ul bo'lgan ishga qiziqish va mas'uliyatning mavjud emasligi ta'siri ostida paydo bo'ladi.

Parishonxotirlikning umuman boshqa bir turi inson diqqatini hech bir narsada uzoq vaqt jamlay olmagan vaziyatda, hech birida ushlanib qolmasdan, muntazam ravishda bir obyektidan ikkinchisiga yoki bir hodisadan ikkinchisiga o'tib turishida kuzatiladi. Parishonxotirlikning bu turi haqiqiy parishonxotirlik deb ataladi.

Haqiqiy parishonxotirlikdan aziyat chekuvchi insonning ixtiyoriy diqqati o'ta beqarorligi va chalg'ib turishi bilan farqlanadi.

Haqiqiy parishonxotirlikning sabablari turlichadir. Bular asab tizimining umumiy izdan chiqishi, qon kasalliklari, kislorod yetishmovchiligi, jismoniy yoki aqliy toliqish, og'ir hissiy kechinmalar bo'lishi mumkin. Bundan tashqari, diqqat parishonxotirlikning sabablaridan biri olingan taassurotlarning ko'pligi, shuningdek, betartib havas va qiziqishlar ham bo'lishi mumkin.

5.4. Diqqatning rivojlanishi

Ixtiyoriy diqqatning rivojlanishida maktab alohida ahamiyat kasb etadi. Maktab mashg'ulotlari jarayonida bola intizomga o'rganadi, unda qunt qilish, xulq-atvorini nazorat qilish layoqati shakllanadi. Shuni aytib o'tish lozimki, maktab yoshida ixtiyoriy diqqatning rivojlanishi ham ma'lum bosqichlardan o'tadi. Boshlang'ich sinflarda bola mashg'ulotlarda o'z xulq-atvorini to'liq nazorat qila olmaydi, unda ixtiyorsiz diqqat ustunlik qiladi.

Yuqori sinflarda o'smirning ixtiyoriy diqqati yuqori taraqqiyot darajasiga ko'tariladi. O'quvchi etarlicha uzoq vaqt davomida ma'lum faoliyat turi bilan shug'ullana oladi, o'z xulq-atvorini nazorat qiladi. Lekin, shuni ko'zda tutish lozimki, diqqat sifatiga tarbiyalash sharoitlarining o'zi emas, balki, yosh xususiyatlari ham ta'sir ko'rsatadi. 13-15 yoshlarda sodir bo'ladigan fiziologik o'zgarishlar yuqori darajadagi toliqish va ta'sirchanlik bilan birgalikda kechadi va ba'zi holatlarda diqqatning pasayishiga olib keladi.

Nazorat uchun savollar:

1. Diqqat nima, uning belgilari nimalardan iborat?
2. Diqqat asosida qanday fiziologiya asoslari yotadi?
3. Diqqatning asosiy psixologik nazariyalari xususiyatlarini gapirib bering?
4. Diqqatning qanday vazifalari va turlarini bilasiz?
5. Diqqatning asosiy xossalari xususiyatlarini gapirib bering?
6. Ixtiyoriy diqqat ixtiyorsiz diqqatdan nimasi bilan farq qiladi?

VI BOB. SEZGILAR

6.1. Sezgilarning nerv-fiziologik asoslari

Tashqi olamdan bizni tanamizga milliard qo'zg'ovchilar hujum qiladi. Bizning qorong'i ichki dunyoimizda esa sirli miyamiz ishlaydi. Bu fakt esa psixologiyaning yuqori ming yildan ortiq fundamental muammosini ko'taradi.

Sezgi deb, atrofimizdagi narsa va hodisalarning sezgi a'zolarimizga bevosita ta'sir etishi natijasida ularning ayrim belgi va xususiyatlarini inson ongida aks ettirilishiga aytiladi.

Sezgi bilish jarayonlari ichida oddiy psixologik jarayon bo'lib, tashqi olamdagi narsa va hodisalarni aks ettiradi. Tashqi olamdan kelayotgan qo'zg'atuvchilarning muayyan reseptorlarga bevosita ta'sir etish orqali ayrim belgi va xususiyatlarni va organizm ichki holatini aks ettiradi. Ma'lumki, insondan sezishning dastlabki bosqichi hissiy bilishdan boshlanib, keyinchalik u mantiqiy bilishga o'tadi.

Ular jumlasiga quyidagilar kiradi:

Sezgi a'zolariga ta'sir etadigan narsa va hodisaning bo'lishi.

- Sezuvchi apparat, ya'ni analizatorning mavjud bo'lishi. Masalan, havoning sovuqligini, temirning qattiqligini, qorning yumshoqligi va boshqalarni sezamiz.
- Sezgi idrok bilan bog'liq bo'ladi, lekin narsa va hodisani idrok qilishdan oldin uni sezish lozim, shu bois sezgilar materiyaning sezgi a'zolarimizga ta'siri natijasidir.
- Sezgi axborotlarini qabul qilib, tanlab, to'plab, har bir sekundda axborotlar oqimini qabul qilib va qayta ishlab miyaga yetkazib beradi.

Sezgilarning nerv - fiziologik asoslari: Sezgi nerv tizimining u yoki bu qo'zg'atuvchidan ta'sirlanuvchi reaksiyalari tarzida hosil bo'ladi va har qanday psixik hodisa kabi reflektorlik xususiyatiga egadir.

Sezgilarning nerv - fiziologik asosini qo'zg'atuvchining o'ziga aynan o'xshaydigan analizatorga ta'siri natijasida hosil bo'ladigan nerv jarayoni tashkil qiladi. Shuningdek, sezgilarning nerv fiziologik asosini o'rganishda I.P.Pavlov ta'biri bilan aytganda analizator apparati tashkil etadi.

Analizator - tashqi va ichki muhitdan keladigan ta'sirotlarni qabul qilib olib, fiziologik jarayon bo'lgan qo'zg'alishni psixik jarayonga, ya'ni sezgilarga aylantiruvchi nerv mexanizmlari tizimi. Analizator apparati 3 qismdan tashkil topgan bo'lib, ular quyidagilardan iborat:

- periferik (reseptor) - tashqi quvvatni nerv jarayoniga o'tkazadigan maxsus transformator qismi;
- analizatorning periferik bo'limining markaziy analizator bilan bog'laydigan yo'llarni ochadigan afferent (markazga intiluvchi) va efferent (markazdan qochuvchi) nervlar;
- analizatorning periferik bo'limlaridan keladigan nerv signallarining qayta ishlanishi sodir bo'ladigan qobiq osti va qobiq bo'limlari.

Analizatorning qobiq bo'limida reseptor hujayralarining asosiy qismi jamlangan o'zak, ya'ni markaziy qism va qobiqning turli joylarida ma'lum miqdorda mavjud tarqoq hujayra qismlaridan tarkib topgan tashqi qism bo'ladi. Analizatorning o'zak qismida reseptordan markazga intiluvchi nervlar joylashgan bo'lib, ko'plab hujayralardan iborat. Mazkur analizatorning periferik, ya'ni tarqalib ketgan qismlari boshqa analizatorlarning o'zaklari bilan yondosh sohalariga kiradi.

Analizator nerv jarayonlarining yoxud reflektor yoyining butun yo'li manbasi va eng muhim qismini tashkil etadi. Reflektor yoyi reseptordan ta'sirotni miyaga olib boruvchi nerv yo'llari va efektordan tarkib topgandir. Reflektor yoyi elementlarning o'zaro munosabati murakkab organizmning tevarak-atrofdagi olamda to'g'ri mo'ljal olishning organizmning yashash sharoitlariga muvofiq tarzdgai faoliyatining negizini ta'minlaydi.

6.2. Sezgilarning turlari va qonuniyatlar

Sezgilar qaysi a'zolar yordamida hosil qilinishiga qarab, quyidagi turlarga, ya'ni ko'rish, eshitish, hid bilish, ta'm bilish, teri, muskul-harakat, organik sezgilarga ajratiladi.

Ular sezgi a'zolari qayerda joylashganligiga qarab tavsiflanadi. Jahon psixologiyasi fanining so'nggi yutuqlari hamda atamalariga binoan sezgilar quyidagicha klassifikatsiya qilinadi. Ushbu tasniflanishning dastlabki ko'rinishi

ingliz olimi Ch.Sherringtonga taalluqlidir. U reseptorning qayerda joylashganligiga qarab, sezgilarni uch turga bo'ladi.

1. Tashqi muhitdagi narsa va hodisalarning xususiyatlarini aks ettirishgamoslashgan hamda reseptorlari tananing sirtqi qismida joylashgan sezgilar, ya'ni ekstroreseptiv sezgilar;

2. Ichki tana a'zolari holatlarini aks ettiruvchi hamda reseptorlari ichki tana a'zolarida, to'qimalarda joylashgan sezgilar, ya'ni interoreseptiv sezgilar.

3. Tanamiz va gavdamizning holati hamda harakatlari haqida ma'lumot (axborot, xabar) beruvchi muskullarda, bog'lovchi paylarda, mushaklarda joylashgan sezgilar, ya'ni proprioseptiv sezgilar.

Ingliz olimi Ch.Sherrington sezgilarning ushbu tasnifini beradi:

1) eksterioreseptiv sezgilar, ya'ni tashqi muhitdagi narsa va hodisalarning xususiyatlarini aks ettirishga moslashgan reseptorlar.

2) interioreseptiv sezgilar, ya'ni inson ichki tana a'zolari holatlarini aks ettiruvchi sezgilar.

3) proprioseptiv sezgilar, ya'ni inson tanasi va gavdasidagi turli holatlarni va harakatlarni muskullar bilan bog'lovchi sezgilar.

Birinchi turkum sezgilarni ko'rish, eshitish, hidlash, teri-tuyush, ta'm-maza kabi turlar tashkil qiladi. Ko'rish 380-770 gacha millimikron diapazondagi elektromagnit nurlardan iborat. Eshitish chastotasi 16 dan 20 000 gacha bo'lgan tovush to'liqlaridan iborat. Taktil sezgilari mexanik qo'zg'atuvchilarning teri yuzasida ta'siri natijasida hosil bo'ladi. Ular uchun sezgining yashirin davri 130 millisekund, og'riq sezgilari uchun esa 370 millisekund to'g'ri keladi, maza-ta'm sezgisi esa til yuzasiga ta'sir etilgandan so'ng 50 millisekund vaqt oraligida hosil bo'ladi. Ko'rish sezgilari bosh miyaning orqa bo'lagiga joylashgan, eshitish sezgilari esa miyaning tepa burmasida joylashgan. Teri-tuyush, harakat sezgilari miyaning markaziy burmasi orqa qismida joylashgan.

Dastlabki mulohazalar interoreseptiv sezgilar u borasida rus psixologi A.R.Luriya tadqiqot ishini olib borgan. Uning fikricha, interoreseptiv sezgilar asl, tub, ma'nodagi sezgilar emas, balki emosiyalar bilan sezgilar o'rtasidagi oraliq sezgilar sifatida namoyon bo'ladi. Psixologiya fanida mazkur sezgilar to'la

o'rganilmaganligi sababli uni "noma'lum hislar" deb atalgan. Bu asosan ichki organlarning xastaliklarida vujudga keluvchi holatlarni diagnostika qilishda alohida ahamiyat kasb etadi.

Interoreseptiv sezgilar insonning kayfiyatida, emotsional reaksiyalari o'zgarishida ko'zga tashlanadi, bolada esa xatti-harakatning keskin o'zgarishiga sabab bo'ladi. Chunki bola tana a'zolaridagi ichki holatini anglash, his qilish imkoniyatiga ega emas. Shuning uchun undagi xatti-harakatning umumiy o'zgarishi belgilardan buni sezish mumkin.

Interoreseptiv sezgilar organizmdagi ichki jarayonlarni o'zaro o'rin almashtirish muvozanatini ta'minlab turishning asosi hisoblanadi. Bu jarayonni bir so'z bilan aytganda, organizmdagi jarayonlarni o'zaro o'rin almashib turishning gemostazi (barqarorligi) deb ataladi.

Shuningdek, mazkur sezgilar insonda yuzaga keladigan puls, zo'riqish, affekt holatlarini yo'qotish, tug'ilib kelayotgan mayllarni qondirish bilan bog'liq vazifani bajaradi. Natijada ichki tana a'zolarining faoliyatini izdan chiqarish holati yuz berishi mumkin.

Interoreseptiv sezgilarning fiziologik mexanizmlari intero-sepsiya bilan birgalikda K.M.Bikov, V.N.Chernigovkiylar tomonidan atroflicha o'rganilgan. Ularning fikriga ko'ra, bu narsalarning barchasi shartli reflektor faoliyati mexanizmlaridan kelib chiqadi

Proprioseptiv sezgilar gavdaning fazodagi holati to'g'risida signallar bilan ta'minlab turadi. Ular inson harakatining boshqaruvchisi hisoblanib va afferent asosini tashkil qiladi.

Preferik reseptorlar muskullar, pay va bo'g'imlarda joylashgan bo'lib, maxsus tanachalar shakliga ega va ular Puchchini tanachalari deb ataladi.

Tanachalarda vujudga keluvchi qo'zg'atuvchilar muskullarning harakatlashuvi natijasida va bo'g'imlar holatining o'zgarishi, nerv tolalari yordamida, orqa miyaning orqa ustunidagi oq suyuqligiga etkaziladi. Qo'zg'ovchilar Burdax va Goll yadrosining quyi bo'limlariga etib keladi va undan po'stosti tugunchalaridan o'tib, bosh miya katta yarim sharining qorong'ulashgan zonasida harakatlarini yakunlaydilar.

6.3. Proprioceptorlar harakatning afferent asosi

Proprioceptorlar harakatning afferent asosi ekanligini A.Orbeli tomonidan, hayvonlarda P.K.Anoxin, odamlarda esa N.A.Bernshteynlar tomonidan o'rganilgan.

Bosh holatining o'zgarishi quyidagi sxemada ko'rish mumkin:

- endolimfa suyuqligiga bog'liq qo'zg'alish;
- eshitish nervi;
- vestibulyar nervi;
- bosh miya po'stining chakka bo'lmasi;
- miya apparatiga o'tadi;

Vestibulyator sezgi apparati ko'rish bilan bevosita aloqada bo'lib, fazoni mo'ljalga olish (oriyentirlash) jarayonida ishtirok etadi.

Ekstroreseptiv sezgilar intermodal, nospesifik sezgi turkumlariga ham ajratiladi. Masalan, eshitish organi orqali 10-15 sekundga tebranishni sezish mumkin, lekin quloq bilan emas, balki suyaklar yordamida (miya qopqog'i, tirsak, tizza uchlari) payqash - vibratsiya sezgilari deyiladi. Masalan, karlarni tovushlarni idrok qilishi. Odatda vibrasion sezgirlik intermodal sezgi deb ham nomlanadi.

Uning quyidagi ko'rinishlari ham mavjud:

- hid, ta'm va maza sezgilarida;
- o'ta kuchli tovushda, o'ta yorqin yorug'likda;
- uch xil ta'sirning uyg'unlashgan integrativ holatida;

Sezgining nospesifik shakliga terining foto sezgirligi kirib, u ranglarni, nozik jummlarni ajratish, qo'l uchlari bilan sezish orqali ro'yobga chiqadi. Terining foto sezgirligi A.N.Leontev tomonidan kashf qilingan bo'lib, bu narsa ko'pgina holatlarga oqilona yondashish imkoniyatini vujudga keltiradi. Tadqiqot asosan qo'l uchiga yashil va qizil ranglarni yuborish orqali amalga oshirilgan. Terining foto sezgirligi tabiati psixologiyada etarli darajada o'rganilmagan.

Sezgi turlari: psixologiya fanida uchta katta guruhga ajratilgan sezgilar (ekstroreseptiv, proprioseptiv, introreseptiv) o'z navbatida quyidagi turlarga ajratiladi:

- Ko‘rish sezgilari;
- Eshitish sezgilari;
- Hid bilish sezgilari;
- Ta‘m bilish sezgilari;
- Teri sezgilari;
- Muskul - harakat (kinestetik);
- Statistik sezgilar;
- Organik sezgilar;

Ko‘rish sezgilari: insonlar tomonidan rang va yorug‘likni sezish ko‘rish sezgilari orqali amalga oshadi va seziladigan ranglar xromatik va axromatik turlarga bo‘linadi. Psixofiziologik qonunga ko‘ra yorug‘lik nurlari uchburchak shisha prizma orqali o‘tib singanda hosil bo‘ladigan rang xromatik ranglar deb atalib, ularga kamalak ranglar, ya‘ni qizil, zarg‘aldoq, sariq, yashil, havo rang, ko‘k, binafsha tuslarini qamrab oladi. Odatda oq rang, qora rang, kulrang va ularning turlicha ko‘rinishlari axromatik ranglar deb nomlanadi.

Ko‘rish sezgilarining organi ko‘z hisoblanib, u ko‘z soqqasi undan chiqib keladigan ko‘ruv nervlaridan tashkil topgan bo‘lib, ko‘z soqqasini tashqi tomirlari va to‘r pardalari o‘rab turadi. Tashqi pardaning tiniq bo‘lmagan oq qismi sklera yoki qotgan qattiq parda deb nomlanadi. Uning old tomoniga joylashgan bir muncha qavariq qismi tiniq mugus parda bo‘lib, uning oldingi qismi rangdor parda deb ataladi. Mazkur pardaning rangiga binoan uning tovlanishiga qarab, odamlarda ko‘z ko‘k, qora kabi jilva beradi. Rangdor pardaning o‘rta qismida yumaloq tiniq modda bo‘lib, uni qorachig‘ deb ataymiz va u orqali ko‘z ichiga yorug‘lik nurlari kiradi.

Ko‘z soqqasining gavhari bilan to‘r parda o‘rtasidagi butun ichki yuzasi shishasimon jism deb nomlanuvchi maxsus tiniq suyuqlik bilan qoplangan bo‘ladi. To‘r parda rang va yorug‘likni sezish uchun muhim ahamiyatga ega bo‘lib, unda ko‘ruv nervining tarmoqlari joylashgandir. Ushbu tarmoqlarning chekkadagi uchlarida tayoqcha va kolbachalar deb ataladigan maxsus nerv xujayralari mavjuddir. Inson ko‘zini to‘r pardasida 130 millionga yaqin tayoqchalar va

kolbachalar deb ataladigan maxsus nerv hujayralari mavjuddir. Inson ko'zining to'r pardasida 130 millionga yaqin tayoqcha va 7 millionga yaqin kolbacha bor deb taxmin qilinadi. Kolbachalar yordami bilan xromatik, ya'ni kunduzgi ranglar ko'riladi.

Tayoqchalar yorug'likni yaxshi sezuvchan bo'lib, xira va qorong'u paytlarda o'z funksiyasini bajaradi, axromatik ranglarni aks ettiradi. To'r pardaning eng sezgir joyi - sariq dog'ning asosan, kolbachalar bilan markaziy chuqurchasi hisoblanib, unga qaysi narsaning aksi tushsa, xuddi shuni hammadan ravshanroq ko'ramiz. Obektga tik qarash natijasida ko'z muskullari unga qaratiladi va aks ettiruvchining sur'ati sariq dog'ga tushadi. Bunday tarzda ko'rish to'g'ri ko'rish deyiladi.

Odam ko'zi ranglarning taxminan, 380 millimikrondan 780 millimikrongacha uzunlikdagi to'lqinlarning ta'sirini sezadi. Uch rangli sezgi nazariyasining asosiy qoidalari 1756 yilda M.V.Lomonosov tomonidan bayon qilingan bo'lsa, 1856 yildan keyin nemis fizigi G.Gelmgols tomonidan uni to'la isbotlab berilgan.

Ushbu nazariyaga binoan to'r pardaning kolbachalarida uchta asosiy element mavjuddir, ulardan birining qo'zg'alishi qizil rang sezgisini, ikkinchi qo'zg'alishi yashil rang sezgisi va uchinchi qo'zg'alishi binafsha rang sezgisini hosil qiladi. Nazariyaga ko'ra yorug'lik to'lqinlari birdaniga uchta elementni bir xilda qo'zg'atsa, oq rang sezgisi vujudga keladi. Lekin yorug'lik to'lqinlari ikki yoki uch elementga ta'sir qilsa-yu, ammo bu bir tekis kechmasa, u holda sezuvchi elementlardan har birining qanchalik qo'zg'aluvchanligiga qarab, har xil rang sezgilari namoyon bo'ladi.

Eshitish sezgilari: eshitish sezgilari tovushlarni eshitishdan iborat bo'lib, musiqaviy va shovqinli tovushlarni aks ettiradi. Odatda tovushlar oddiy va murakkab turlarga ajratiladi, ularning birinchisi tonli, ikkinchisi esa bir necha tondan tashkil topadi. Tonlardan biri asosiy ton hisoblanib, u tovushning balandigini, kuchini belgilaydi, boshqalari keluvchi tovushlar sanalib, ular obertonlar deyiladi. Musiqa asboblaridan taralayotgan tovushlarning o'ziga xosligi fan tilida tembr deb ataladi. Hatto nutq tovushlari ham ohangli tovushlar (unli tovushlar) yoki shovqinlardan (undosh tovushlar) tashkil topgan bo'ladi.

Eshitish sezgilari organi quloq bo‘lib, tashqi quloqlar suprasi bilan eshituv yo‘lidan iborat. O‘sha quloqlar nog‘ora parda va unga yopishgan uchta suyakcha: bolg‘acha, sopdan va uzangidan tashkil topgan. Ichki quloq (quloq labirinti) o‘zaro birlashmagan uchta bo‘lakdan tuzilgan.

Tashqi quloq havo to‘lqinlarini yig‘uvchi karnay vazifasini bajaradi. Nog‘ora parda va unga yopishgan suyakchalar havo to‘lqinlarini ichki quloqqa uzatadi. O‘rta quloq maxsus yo‘l orqali og‘iz va burun bo‘shlig‘i bilan tutashgan bo‘ladi. Ichki quloqlarning yuqori qismi uchta yarim doira kanaldan, o‘rta qismi kameradan va pastki qismi chig‘anoqdan tashkil topgan.

Ichki quloqlarning uchchala bo‘limi endolimfa nomli suyuqlikdan iboratdir. Ichki quloqlarning asosiy qismi chig‘anoqdan iborat bo‘lib, uning ichida kortiy organ mavjud, u gumbaz shakliga ega bo‘lib, asosida membrana joylashgan. Membrana uzunligi qisqarib boruvchi elastik tolalardan iborat bo‘lib, ular tarang tortilgan to‘rlarga o‘xshaydi. Uning yuqori qismida maxsus, tayoqchasimon hujayralar mavjud va ular kortiy dugalari deb yuritiladi.

Havo to‘lqinlarining harakati tufayli tovush chiqaruvchi jismlar tebranganida eshitish sezgilari hosil bo‘ladi. Agar musiqaviy tovushlar havo to‘lqinlarining sekin harakatlari natijasida vujudga kelsa, shovqinli tovushlar esa ularning notekis harakatlari natijasida yuzaga keladi. Odamning eshitish organi bir sekundda 16 martadan 20000 martagacha tebranishli tovushlarni qabul qiladi.

Hid bilish sezgilari: hid bilish sezgilariga hidlarni his qilish kiradi va ularning organi burun kavagining yuqori tomoni hisoblanib, bu erda hid bilish hujayralari hamda sezuvchi nerv tarmoqlari joylashgan. Ular shilliq pardalarda botib turadi.

Hidli moddalar sezuvchi nervni qo‘zg‘aydi. Hid bilish markazi bosh miya yarim sharlari orqa yuzasining pastki qismida mavjud deb taxmin qilinadi. Hidli moddalar hid bilish hujayralariga gaz holatida ta’sir etib, kimyoviy reaksiyalar yo‘li bilan ularni qo‘zg‘atadi. Oddiy gaz holatidagi hidli moddalar havo bilan nafas olish jarayonida burun havosiga kirib keladi, natijada aks ettirish holati hosil bo‘ladi.

Ta'm bilish sezgilari: ta'm bilish sezgilari shirin, achchiq, nordon, sho'r singari mazalarni his qilish bilan tavsiflanadi. Ta'm bilish sezgilarining organi tilning yuzasi va tanglayning yumshoq qismidan tashkil topgan. Tilning shilliq pardasida maxsus ta'm bilish so'rg'ichlari mavjud bo'lib, ularning tarkibi tayoqchasimon hujayralardan tuzilgan maxsus ta'm bilish "kurtaklari"ga ega. Ta'm bilish so'rg'ichlari til yuzasida bir tekis taqsimlanmaganligi uchun uning orqa qismi achchiqni, uchi shirin mazani, chetlari esa nordon mazani sezadi. Lekin ularning o'rtasi bo'lsa mazani aks ettira olmaydi. Ta'm bilish so'rg'ichlarining hujayrali qismlarida maxsus sezuvchi nervlarning chekka uchlari joylashgan, ular ta'm bilish organidagi qo'zg'alishni bosh miyaga uzatib turadi, uning markazlariga yaqin joylashgan.

Teri sezgilari: teri sezgilari tarkibi tuyish va harorat turlaridan iborat bo'lib, ularning bunday nomlanishining bosh omili bu reseptorlarning tarkibi va organizmning tashqi shilliq pardalarida joylashganligidadir.

Tuyish sezgilari ikki xil axborotni qabul qilish imkoniyatiga ega bo'lib, birinchisi tegish va tarqalishini tuyish sezgilari, ikkinchisi esa silliq yoki g'adir - budurni tuyish bilan tavsiflanadi. Odatda tana a'zosiga narsalarning tegishini sezish tashqi qo'zg'atuvchi kuchayganda siqiq sezgiga aylanadi, u yanada kuchayganda og'riq sezgisiga aylanadi.

Tuyish sezgilari organi teridagi va tashqi shilliq pardalardagi tuyish tanachalari deb nomlanuvchi tanachalardan iborat. Tanachalarning ichida va qisman tashqarisida tuyish nervining chekka tarmoqlari mavjud, ular terida va shilliq pardalarda bir tekis taqsimlangan, barmoqlarning uchlarida til uchida labda zich joylashgan, xuddi shu boisdan sezgirlik darajasi boshqalardan yuksakroqdir.

Psixologiyada tuyish tanachalari va sezuvchi nervning chekka tarmoqlari zichligi ekstiziometr asbobi yordami bilan o'lchanadi. Asbob keriladigan ikki oyoqli sirkuldan tashkil topgan, bo'lib, uning o'zagidagi darajalar oyoqlarning uchlari o'rtasidagi masofani o'lchaydi.

Tuyish sezgilarining markazi bosh miya po'stining orqadagi markaziy nuqtasida joylashgan deb taxmin qilinadi. Tuyish sezgilarining tashqi, ya'ni fizik sababi bu biron- bir narsalarning teriga bevosita tegishidir.

Muskul - harakat sezgilari, statik sezgilar: muskul-harakat sezgilari motor sezgilar deb nomlanib, ularga og'irlikni, qarshilikni, organlar harakatini bilish sezgilari kiradi. Ularning organlari-gavda muskullari, paylar, bo'g'imlardan iboratdir. Organlarning tarkibida sezuvchi nervlarning chekka tarmoqlari mavjud bo'lib, ularning ta'sirida harakat va statik sezgilar vujudga keladi.

Muskul - harakat sezgilarining fizik sababi muskullarga ta'sir etuvchi narsalarning mexanik tazyiqi va gavda harakatlaridir.

Statik sezgilar gavdaning fazodagi holatini sezish va muvozanat saqlash sezgilari deb ataladi.

Gavdaning fazodagi holatini bilish va muvozanat saqlash sezgisi uchun ichki quloqdagi vestibulyar apparat reseptor vazifasini bajaradi. Vestibulyar apparat quloq dahlizi yarim doira kanallaridan tashkil topgan bo'ladi, sezuvchi nerv tarmoqlari esa gavdaning fazodagi harakatini va holatini boshqaradi. Gavda muvozanatini saqlashda alohida ahamiyat kasb etib, ular endolimfada suzib yuradigan mayda ohaktosh kristallardan tashkil topgan.

Organik sezgilar: organik sezgilarning reseptorlari ichki organlarda, qizilo'ngach, me'da, ichak, qon tomirlari, o'pka va shu kabilarda joylashgan bo'ladi. Ichki organlardagi jarayonlar organik sezgilar reseptorlarining qo'zg'atuvchi-laridir.

Ularga quyidagilar kiradi:

- Og'riq sezgilar;
- chanqoq sezgilari;
- noxush tuyg'ular;
- ochlikni sezish.

Analizatorlar sezuvchanligining faoliyatdagi seskantiruvchilarga ko'nikishining ta'siri ostida o'zgarishi moslashish deb ataladi. Bunda umumiy qonuniyat quyidagidan iborat bo'ladi: kuchli seskantiruvchilardan kuchsizlariga o'tishda sezuvchanlik oshadi, kuchsizlardan kuchlilarga o'tishda - kamayadi. Moslashish hodisasini reseptor faoliyatida seskantiruvchining davomli ta'siri ostida sodir bo'ladigan chetki o'zgarishlar yordamida tushuntirish mumkin. Ma'lumki,

yorug'lik ta'sirida ko'z to'r pardasi tayoqchalaridagi ko'rish to'q qizil rangi o'chib ketadi. Qorong'ilikda esa, aksincha, qizil rang tiklanadi, bu sezuvchanlikni oshiradi.

Moslashish hodisasi analizatorlarning markaziy bo'limlarida kechadigan jarayonlar yordamida ham tushuntiriladi. Uzoq vaqt davomidagi qo'zg'alish natijasida bosh miya po'slog'i sezuvchanlikni kamaytiradigan ichki himoya tormozlanishi kuzatiladi. Tormozlanishning rivojlanishi boshqa o'choqlarning kuchli qo'zg'alishini keltirib chiqaradi, bu esa yangi sharoitlarda sezuvchanlikning oshishiga yordam beradi.

Moslashish maqsadga muvofiq bo'lgan biologik ahamiyatga ega. U kuchsiz seskantiruvchilarni aks ettirishda qatnashadi va analizatorlarni kuchli seskantiruvchilar ta'siridan himoya qiladi.

6.4. Sezuvchanlik psixologik asosi

Sezgilar jadalligi faqat seskantiruvchining kuchi va reseptor moslashishining darajasiga bog'liq bo'lmay, ma'lum vaqtda boshqa his-tuyg'u organlariga ta'sir ko'rsatuvchi ta'sirlarga ham bog'liqdir. Boshqa analizator faoliyati ta'sirida analizator sezuvchanligining o'zgarishi sezgilarning o'zaro ta'siri deb ataladi. Sezuvchanlikning o'zgarishi analizatorlar o'rtasidagi po'stloq orqali aloqalari, yuqori darajada bir vaqtdagi induksiya qonuni bilan tushuntiriladi. I.P. Pavlov bo'yicha, kuchsiz seskantiruvchi katta yarim sharlar po'stlog'ida oson tarqaluvchi (irradirlovchi) qo'zg'alish jarayonini hosil qiladi. Qo'zg'alish jarayonining irradiatsiyasi natijasida boshqa analizatorning sezuvchanligi oshadi. Kuchli seskantiruvchi ta'sirida, aksincha, jamlanishga moyil bo'lgan qo'zg'alish jarayoni yuzaga keladi. O'zaro induksiya qonuniga ko'ra, bu holat markaziy bo'limlardagi boshqa analizatorlarning tormozlanishiga va sezuvchanligining pasayishiga olib keladi.

Sezgilarining o'zaro ta'sir qonuniyati quyidagidan iborat: biror-bir analizatorlar tizimidagi kuchsiz seskantiruvchilar boshqa tizimning sezuvchanligini oshiradi, kuchli seskantiruvchilar esa kamaytiradi. Masalan, kuchsiz ta'm bilish (nordon) sezgilari ko'rish sezuvchanligini oshiradi, eshitish va ko'rish sezgilari o'rtasida o'zaro ta'sir kuzatiladi. Sezgilarning o'zaro ta'sirlashuvida sinesteziya,

ya'ni, qo'zg'alish ta'sirida boshqa analizatorlarga xos bo'lgan bir xil sezgi analizatorining hosil bo'lishi kabi holat ham kuzatiladi. Masalan, odamda tovushlar ta'siri ostida rangli sezgilar hosil bo'lishi mumkin, ba'zi ranglar uyg'unligi esa o'z navbatida harorat sezuvchanligiga ta'sir ko'rsatadi.

Sinesteziya - hodisasi barcha modalliklarga to'g'ri keladi. A.R.Luriya o'zining asarida bayon etilgan mashhur mnemonist Sh.Ni mufassal o'rganib chiqqan. Bu odamda sinesteziya o'ta yaqqol ifodalanadi. U barcha ovozlarni bo'yalgan holda ko'rgan, va ko'p hollarda unga murojaat qilgan odamning ovozi, masalan, «sariq rangda va sochiluvchan» deb ta'riflagan. Eshitilgan ohanglar unda turli ranglardagi (och sariq rangdan binafsha rangigacha) ko'rish sezgilarini uyg'otgan. Idrok etiladigan ranglar u tomonidan «jarangdor» yoki «bo'g'iq», «sho'r» yoki «karsillagan» tovushlar sifatida his etilgan. Shunday qilib, sinesteziya hodisasi - inson organizmi analizatorlar tizimining muntazam ravishda o'zaro aloqada bo'lishidan, obyektiv olamni hissiy aks ettirishning yaxlitligidan dalolat beradi.

Seskantiruvchining eng kuchsiz ta'siri ostida dastlab paydo bo'ladigan sezilarli darajada his etish sezgining quyi absolyut sezuvchanlik bo'sag'asi deb ataladi. Yirik o'lchamli ta'sirlanish ta'sirida ma'lum sezgining mavjudligi, ta'sirlanishning borgan sayin o'sishi natijasida sezgining g'oyib bo'lishi yoki og'riqli sezgi yuqori absolyut sezish bo'sag'asi deb ataladi.

Absolyut sezuvchanlik: sifatida kuchsiz seskantiruvchilarni sezish qobiliyati, farqlashga sezuvchanlik sifatida esa - seskantiruvchilar o'rtasidagi kuchsiz farqlarni sezish qobiliyati tushuniladi. Seskantiruvchining eng kichik o'lchami ta'sirida paydo bo'ladigan dastlabki his etish sezuvchanlikning absolyut bo'sag'asi deb ataladi. Fiziolog olim G.V.Gershuni va xodimlarining tadqiqotlari shuni ko'rsatdiki, sezgi bo'sag'asidan quyiyoqda joylashgan tovush seskantiruvchilari, miya elektr faolligining o'zgarishi va ko'z qorachig'ining kengayishini yuzaga keltirishi mumkin. Sezgilarni hosil qilmaydigan seskantiruvchilar ta'sir doirasi G.V.Gershuni tomonidan «sensor osti sohasi» deb ataldi.

Quyi va yuqori absolyut bo'sag'alarning kattaligi turli sharoitlar: inson yoshi va faoliyat xususiyati, reseptorning vazifa bajarish xususiyati, ta'sir etish kuchi va

davomiyligi va h.k.lar ta'sirida o'zgaradi. Yuqori darajadagi sezuvchanlikka o'spirinlik davrida erishiladi.

Absolyut sezuvchanlik bilan bir qatorda nisbiy sezuvchanlik - ta'sir jadalligining o'zgarishiga nisbatan sezuvchanlik ham mavjud. Nisbiy sezuvchanlik farqlashning boshlanishi bilan o'lchanadi. Sezgilarning kuchi yoki sifatida unchalik sezilmaydigan farqni yuzaga keltiradigan faoliyatdagi seskantiruvchining kuchiga nisbatan eng kichik qo'shimcha farqlash bo'sag'asi yoki ko'p tomonlama bo'sag'a deb ataladi.

Nemis fizigi G.Fexner juda kuchsiz va o'ta kuchli ta'sirlar ostida nisbiy bo'sag'alar o'z ahamiyatini yo'qotishini aniqladi. Shuningdek, u seskantiruvchining kuchi geometrik progressiya asosida oshib borishi bilan sezgi jadalligi arifmetik progressiya asosida oshishini aniqladi. Har taraflama sezuvchanlik ham farqlash bo'sag'asi o'lchamiga nisbatan teskari bog'liqlikda bo'ladi: farqlash bo'sag'asi qanchalik katta bo'lsa, har taraflama sezuvchanlik shunchalik kichik bo'ladi.

Nazorat uchun savollar:

1. Sezgilarning fiziologik mexanizmi nimadan iborat?
2. Analizator qanday qismlardan iborat?
3. Sezgilarning qanday konsepsiyalari va nazariyalarini bilasiz?
4. Sezgilarning qanday psixofiziologik qonuniyatlarga bo'ysunadi?
5. Sensor moslashuvchanlik haqida gapirib bering?
6. Sensibilizatsiya nima? Sinesteziya nima?

VII BOB. IDROK

7.1. Idrokning nerv-fiziologik asoslari

«Sezgi» va «idrok» tushunchlari o‘zaro bir-biri bilan bog‘liqdir, lekin ular o‘rtasida tub negizli farqlar ham mavjud. Qo‘shilish natijasida ayrim sezgilar yaxlit idrokka aylanadi, alohida belgilarni aks ettirishdan yaxlit jismlar yoki vaziyatlarni aks ettirishga o‘tadilar. Shuning uchun idrokning sezgidan asosiy farqi, bizga ta’sir o‘tkazuvchi barcha narsalarni anglash, ya’ni, jismni barcha xossalari bilan birgalikda yaxlit aks ettirishning predmetliligidan iborat.

Shunday qilib, idrok - bu jism va hodisalarni, ularning his-tuyg‘u organlariga bevosita ta’sir ko‘rsatishida yaxlit aks ettirish psixik jarayoni.

Psixofiziologlarning tadqiqotlariga ko‘ra, idrok tahliliy ishlarni olib borishni talab etuvchi juda murakkab jarayondir. Idrok qilish jarayoniga muntazam ravishda harakatli tarkibiy qismlar (aniq jismlarni idrok qilishda jismlarni ushlab ko‘rish va ko‘zlar harakati; nutqni idrok qilishda mos kelgan tovushlarni kuylash va talaffuz qilish) kiritilgan bo‘ladi.

Shuning uchun idrokni sub’ektning perseptiv (idrok qilinuvchi) faoliyati sifatida belgilash maqsadga muvofiqdir. Bu faoliyatning natijasi bo‘lib, real hayotimizda to‘qnashishimiz mumkin bo‘lgan jism haqidagi yaxlit tasavvur etish hisoblanadi.

Jismni yaxlit aks ettirish ta’sir etuvchi belgilarning(rang, shakl, ta’m va h.k.) yaxlit to‘plamidan, bir vaqtning o‘zida mavjud bo‘lmaganlardan asosiy etakchi belgilarni ajratib olishni talab etadi. Idrok qilishning ushbu perseptiv tasvirning shakllanish bosqichida tafakkur ham qantashishi mumkin, deb taxmin qilinadi. Lekin idrokningkeyingi bosqichi asosiy mohiyatga ega bo‘lgan guruhlarini birlashtirishni va idrok etilgan belgilar to‘plami bilan jism haqidagi avvalgi bilimlarni taqqoslashni talab etadi, ya’ni, idrok qilish jarayonida xotira ishtirok etadi.

Idrok qilishga bo‘lgan munosabatimiz idrok jarayoni uchun katta ahamiyatga ega. Jism bizga qiziqarli yoki biz unga befarq bo‘lganimiz uchun, u bizda turlicha his-tuyg‘ularni uyg‘otishi mumkin. bizga qiziqarli bo‘lgan jism faol idrok etilishi, va, aksincha, bizga farqsiz bo‘lgan jismni sezmasligimiz ham mumkin.

Idrok - bu ayni vaqtda bizga ta'sir ko'rsatayotgan narsani bilishga qaratilgan o'ta murakkab jarayon.

Idrokning fiziologik asosi bo'lib his-tuyg'u organlari, nerv tolalari va markaziy asab tizimida ro'y beradigan jarayonlar hisoblanadi. Nerv qo'zg'alishi seskantiruvchilardan his-tuyg'u organlaridagi nerv tugunlarining markaziy proyeksiyasidan iborat bo'lgan po'stloqning sensor sohalariga o'tkaziladi. Proyeksiya sohasi qaysi organ bilan bog'langanligiga ko'ra, ma'lum sensor axborot shakllanadi.

Sezgilar taklif etilgan yo'nalish darajasida idrok qilish jarayonining tarkibiy qismi sifatida shakllanadi. Idrokning fiziologik mexanizmlarining o'zi, qo'zg'alish bosh miya po'stlog'ining proyeksiyali sohalardan integrativ sohalariga o'tganida, real dunyo hodisalari obrazlari shakllanishining tugallanishi sodir bo'ladigan keyingi bosqichlarda yaxlit obrazning shakllanishi jarayonlarida ishtirok etadi. Shuning uchun idrok jarayonini yakunlovchi bosh miya po'stlog'ining integrativ sohalar, ko'pincha, perseptiv sohalar deb ataladi. Bu sohalarning vazifasi proyeksiyali sohalarning vazifasidan tubdan farq qiladi. Bu farq u yoki bu soha faoliyatning izdan chiqishida yaqqol ko'zga tashlanadi. Integrativ soha faoliyatining zarar ko'rishi yoki izdan chiqishida jarayon boshqacha tus oladi. Odam alohida yorug' dog'larni, qandaydir sharpalarni ko'radi, lekin ko'rganlarini tushunmaydi. Unga ta'sir etuvchilarni anglay olmaydi, unga yaxshi tanish jismlarni ham taniyolmay qoladi. Shunga o'xshash manzara boshqa modalliklarning integrativ sohalar faoliyatining izdan chiqishida ham kuzatiladi. Masalan, eshitish integrativ sohalarining buzilishida odamlar inson nutqini tushunolmay qoladalar.

Idrokning fiziologik asosi, uning harakat faoliyati, emosional kechinmalar, turli tafakkur jarayonlari bilan uzviy bog'langanligi sababidan yanada murakkablashadi. Bundan kelib chiqadiki, his-tuyg'u organlarida boshlangan tashqi seskantiruvchilar ta'sirida paydo bo'lgan nerv qo'zg'alishlari asab markazlariga o'tadi, bunda ular po'stloq sohalarini qamrab oladi, boshqa nerv qo'zg'alishlari bilan o'zaro ta'sirga kirishadi. O'zaro ta'sirga kirishgan va po'stloqning turli sohalarini qamrab olgan bunday qo'zg'alishlar to'ri idrokning fiziologik asosini tashkil etadi.

Idrokning reflektorlik asosini I.P.Pavlov ochib berdi. Uning ko'rsatishicha, idrokning assida shartli reflekslar, ya'ni, bosh miya katta yarim sharlari po'stlog'ida atrof-olam hodisalari yoki jismlarining reseptorlarga ta'siri natijasida hosil bo'ladigan vaqtinchalik nerv aloqalari yotadi. Bunda nerv aloqalari hosil qilgan qo'zg'alishlarni qayta ishlashda analizatorlarning po'stloq bo'limlari yadrolarida tahlil qilish va sintezning murakkab jarayonlari sodir bo'lganligi sababli, nerv aloqalari seskantiruvchilar to'plami sifatida namoyon bo'ladi. Tahlil qilish va sintez jarayonlari idrok obyektining atrof-muhitdan ajratib olinishini ta'minlaydilar, va shu asosda uning barcha xossalari yaxlit obrazga birlashadi.

Ko'p tomonlama seskantiruvchi ta'sirida hosil bo'ladigan nerv aloqalarining ikkinchi turi - bu turli analizatorlar chegarasidagi aloqalar, ularning yuzaga kelishini I.M.Sechenov assosiasiyalar (ko'rish, kinestetik, sezish va h.k.) mavjudligi bilan tushuntirgan edi. Odamda bu assosiasiyalar so'zning eshitiladigan obrazi bilan birgalikda kuzatiladi, bunda idrok yaxlitlik xususiyatiga ega bo'ladi. Analizatorlar o'rtasidagi aloqalar hisobiga jismlar yoki hodisalarning idrok qilinishi uchun maxsus moslashtirilgan analizatorlari bo'lmagan xossalarini idrokda aks ettirishimiz mumkinligi kelib chiqadi (masalan, jismning kattaligi, sof og'irligi va boshqalar).

7.2. Idrokning turlari

Idrokning asosiy xossalariga predmetlilik, yaxlitlik, strukturaviylik, konstantlik, anglanganlik, appersepsiya, faollik kiradi.

Idrokning predmetliliigi - bu real olam jism va hodisalarini bir-biri bilan bog'lanmagan sezgilar to'plami ko'rinishida emas, alohida jismlar shaklida aks ettirish qobiliyati. Predmetlilik idrokning tug'ma xossasi emas.

Bu xossaning paydo bo'lishi va takomillashtirilishi bola hayotining birinchi yilidan boshlab, ontogenez jarayonida sodir bo'ladi. I.M.Sechenov fikriga ko'ra, predmetlilik bolaning jism bilan aloqasini ta'minlaydigan harakatlar asosida shakllanadi.

Idrok predmetliliigini ta'minlashda harakatlarning o'rni haqida gap ketganida, idrokning motorli tarkibiy qismi haqida so'z yuritishimiz lozim, motorli tarkibiy qismga jismni paypaslayotgan qo'l harakati; ko'rinib turgan shaklni kuzatib

chiqayotgan ko‘z harakatlari; tovush chiqarayotgan hiqildoq harakatlari va h.k.lar kiradi.

Ko‘zlar va qo‘llar harakatida umumiylik mavjudligini ta’kidlash lozim. Ko‘zlar, qo‘llar kabi surat va jism shakllarini «paypaslagandek» ketma-ket kuzatib chiqadi. Ko‘zlar harakati turli-tuman bo‘lib, ko‘pchilik vazifalarni bajaradi. Ko‘rish idrokida ko‘zlarning mikro- va makroharakatlari alohida o‘rin tutadi. Agar odam harakasiz jismning qandaydir nuqtasiga tikilib tursa, u holda unda sub’ektiv ravishda bu nuqtani harakasiz nigohi bilan qayd etayotganidek tasavvur paydo bo‘ladi. Haqiqatda esa ko‘rish idroki inson uchun ixtiyorsiz va sezilarsiz mikroharakatlar bilan birgalikda kechadi. Shunday qilib, jismni idrok qilish imkoniyati idrok jarayonida motorli tarkibiy qismning ishtiroki bilan belgilangan.

Idrokning yana bir xossasi uning yaxlitligidir. Jismning alohida xossalarini aks ettiruvchi sezgilardan farqli ravishda, idrok jismning yaxlit obrazini yaratadi. Sezgining tarkibiy qismlari o‘zaro shu darajada mahkam bog‘langanki, jismning yagona murakkab obrazi odamga obyektning alohida xossalari yoki alohida qismlari bevosita ta’sir ko‘rsatganida ham hosil bo‘ladi. Idrokning yaxlitligi, hatto, idrok etilayotgan obyektning alohida xossalari chala aks ettirilganida ham qabul qilingan axborot xayolan aniq jismning yaxlit obrazi holatiga yetkazilishi bilan ifodalanadi.

Idrokning yaxlitligi uning strukturaviyligi bilan bog‘liq. Ushbu xossa ko‘pchilik hollarda idrokning daqiqali sezgilarimizning proyeksiyasi va ularning oddiy yig‘indisi emasligidan iborat bo‘ladi. Idrokning navbatdagi xossasi uning konstantligidir. Konstantlik - idrok qilish sharoitlarining o‘zgarishida jismlar ba’zi bir xossalarining nisbiy doimiyligidir. Rangni idrok qilish konstantligi yoritilganlikning o‘zgarishida ko‘zga ko‘ringan rangning nisbiy o‘zgarmasligidan iborat. Jismlar kattaligi idroki konstantligi jismlarning turlicha uzoqlashganlik masofalaridagi jismlarning ko‘zga ko‘ringan kattaligining nisbiy doimiyligida ifodalanadi. Xuddi shunday, bir xil odamning bo‘y o‘lchami 3,5 va 10 metr masofadan, ko‘z to‘r pardasidagi tasvirining kattaligi uzoqlashish masofasiga ko‘ra turlicha bo‘lsada, o‘zgarmas holatda idrok etiladi. Bu holat jismlarning uncha katta bo‘lmagan uzoqlashish masofasida ularni idrok qilish kattaligi faqatgina ko‘z to‘r

pardasidagi obrazning kattaligi bilan emas, balki, qator omillar ta'siri bilan ham tushuntiriladi. Bunday ahamiyatga molik bo'lgan omillardan jismni turli masofalarda qayd etishga moslashayotgan ko'z mushaklarining zo'riqishidir.

Idrok konstantligi manbai bo'lib perseptiv tizimning faol harakatlari xizmat qiladi. Aynan o'sha jismlarning turli sharoitlarda ko'p martalab idrok etilishi perseptiv obrazlarning o'zgaruvchan sharoitlarga nisbatan doimiyliigi (invariantlik, o'zgarimas tuzilish)ni, shuningdek, reseptor apparatining harakatlarini ta'minlaydi.

Idrokning xususiyatlari: insonning barcha orttirilgan amaliy va hayotiy tajribasi bilan belgilanadi, chunki idrok jarayoni faoliyatdan ajralmasdir. Idrok seskantiruvchining xususiyatining o'zigagina emas, balki, sub'ektga ham bog'liq bo'ladi. Ko'z va quloq emas, ma'lum bir jonli inson idrok etadi. Idrokning psixik hayotimizning umumiy mazmuniga bog'liqligi appersepsiya deb ataladi.

Appersepsiyada insonning bilimlari, orttirilgan tajribasi, avvalgi amaliyoti katta o'rin egallaydi. Bilim va tajriba idrokning aniqligi va yorqinligiga muhim ta'sirga ega. Chet tilini idrok qilishda tanish bo'lmagan so'zlarni bilmasdan turib, o'z ona tilimizni, hatto, so'zlar tushunarsiz talaffuz etilganda ham, bexato anglaymiz.

Appersepsiyada asosiy o'rin idrok mazmunini o'zgarishi mumkin bo'lgan mayl va hissiyotlarga ajratiladi. Uxlayotgan bolaning onasi ko'chadagi shovqinlarni eshitmasada, bola tomondan kelgan har bir tovushga darhol munosabat bildiradi.

Noto'g'ri (soxta) yoki izdan chiqqan idrok hodisasi idrok illyuziyasi deb ataladi. Illyuziyalar idrokning turli ko'rinishlarida (ko'rish, eshitish va b.) kuzatiladi. Illyuziyalar tabiati faqat mayl. yo'nalganlik, hissiy munosabatlar va h.k.lar kabi sub'ektiv sabablar bilan emas, balki, yoritilganlik, fazoviy holat va boshqalar kabi jismoniy omillar va hodisalar bilan belgilanadi.

Idrokning anglanganligi. Perseptiv obrazlar har doim ma'lum mazmun ahamiyatiga ega bo'ladi. Inson idroki, avval ta'kidlaganimizdek, tafakkur bilan uzviy bog'langan. Tafakkur va idrokning aloqasi, avvalambor, jismni ongli idrok qilish - unga tafakkurda nom berishda, ya'ni, uni ma'lum guruh, sinfga tayinlab, ma'lum so'z bilan bog'lashda ifodalanadi.

Idrok etiladigan axborotni anglash jarayoni struktura-mantiqiy chizma yordamida taqdim etilishi mumkin. Idrok jarayonining birinchi bosqichida axborot oqimidan rag‘batlar to‘plamini ajratib olish va ularning aynan bir xil obyektga tegishli ekanliklari haqida qaror qabul qilish amalga oshiriladi. Ikkinchi bosqichda obyektни identifikatsiyalash mumkin bo‘lgan sezgilarning belgilar to‘plamining tarkibiga yaqin yoki o‘xshash bo‘lgan sezgilarni xotirada izlash jarayoni sodir bo‘ladi. Uchinchi bosqichda idrok etilgan obyektни, qabul qilingan qarorni e‘tirof yoki inkor etuvchi qo‘shimcha belgilarni izlash bilan birga, ma‘lum darajaga kiritish jarayoni sodir bo‘ladi. va nihoyat, to‘rtinchi bosqichda obyekt bilan bir sinfga tegishli obyektlarga xos bo‘lgan, lekin hali idrok etilmagan xossalari bilan birgalikda, obyekt haqida yakuniy xulosa shakllanadi. Shunday qilib, idrok - bu ahamiyatga molik darajadagi intellektual jarayon.

Geshtaltpsixologiya tarafdorlari idrok qilishda yaxlit narsa uni tashkil qiluvchi miqdordan farqlanishi mumkin, deb hisoblaydilar. Natriy - korroziya metallini xlor - zaharli gaz bilan biriktiring, siz umuman boshqa modda - osh tuzi hosil qilasiz. Shakl ham xuddi shunday tarzda idrok qilinadi - obyekt tarkibiy qismlari miqdori emas, balki nimadir yangi shakl (Koyek & Ra1teg, 1990). Idrok qilish har doim sezishdan biror jihatdan ko‘proq bo‘ladi.

Shaklni idrok qilish: tasavvur qiling, siz videokompyuter tizimini o‘z “ko‘z-miya” tizimingiz kabi qo‘lyozmani o‘qish yoki odamlar yuzini tanish darajasida loyihalashtirishingiz kerak. (Pochta xodimlari bunday skaner yaratilishiga umid qiladilar). Bunday tizimga qanday xususiyatlar zarur bo‘lishi mumkin?

Binokulyar yo‘l-yo‘riqlar: bizning ko‘zlarimiz bir-biridan 2,5 dyuym masofada joylashganligi sababli ularning to‘rpardalari atrof-muhit manzaralarini biroz turlicha qabul qiladi. Miya ushbu manzaralarni solishtirganda, aynan to‘rsimon nomutanosiblik (ikki manzara o‘rtasidagi farq) masofani aniqlashga yordam beradi.

Agar siz barmog‘ingizni burun uchiga deyarli tegizilgan holda ushlab tursangiz, to‘rpardalarda barmoqning 2 ta har xil aksi paydo bo‘ladi (Siz bunga rasmda ko‘rsatilgandek, navbatma-navbat bir ko‘z, so‘ngra esa ikkinchi ko‘z qisilganda va barmoqlaringiz ingichka kolbasa ko‘rinishida bukilganda bunga

ishonch hosil qilishingiz mumkin). Katta masofada esa, aytaylik, uzatilgan qo'l masofasida ushbu nomutanosiblik kamroq bo'ladi.

Stereoskopik filmlarni yaratuvchilar bir-biridan bir necha dyuym (1 dyuym - 25,5 mm) masofada joylashtirilgan ikkita kamera yordamida suratga olish orqali to'rsimon nomutanosiblikdan kuchli taassurot hosil qiladilar (xuddi shunday imkoniyatni, ehtimol, kuzatuv olib borishi mumkin bo'lgan kompyuterda ham yaratishni istardik). So'ngra ekranga ko'zoynak yoki chap ko'z bilan chap kameraning "ko'rish maydoni", o'ng ko'z bilan esa - o'ng kameraning "ko'rish maydoni"ni ko'rish imkonini beradigan maxsus moslama orqali qaralganda, to'rsimon nomutanosiblikning odatdagi samarasi hosil bo'ladi. Kompyuter namunalari uchun ham ushbu samara xosdir.

Idrok - qator analizatorlar o'zaro ta'sirining natijasi bo'lib hisoblanadi. Misol tariqasida taktil va kinestetik analizatorlar ishtirokidagi teri-tuyish idrokini aytib o'tish joizdir. Idrok turlari sof holda juda kam uchraydi. Odatda, ularning o'zaro uyg'unlashib ketishi natijasida idrokning murakkab turlari hosil bo'ladi. O'quvchi tomonidan matn idroki ko'rish, eshitish va kinestetik idrokni o'z ichiga oladi.

Idrokning boshqa tur tasnifining asosini materiyaning mavjud bo'lish shakllari: fazo, vaqt va harakat tashkil etadi. Bunga muvofiq ravishda fazoviy idrok, vaqt idroki va harakat idroki ajratiladi.

Barcha jismlar fazoda joylashadi va istalgan hodisa ma'lum vaqtda mavjud bo'ladi. Jismning fazoviy xossalariga kattalik, shakl, fazodagi holat kiradi.

Jismning kattaligini: idrok qilishda uning to'r pardadagi tasviri muhim o'rinni egallaydi. Idrok etilayotgan jismning ko'zning to'r pardasidagi kattaligi ko'rish burchagining kattaligiga bog'liq bo'ladi. Ko'rish burchagi kattaligi qanchalik katta bo'lsa, ko'z to'r pardasidagi tasvir ham shunchalik katta bo'ladi. Jism kattaligini idrok qilish jismdan asta-sekin uzoqlashsakda, ko'z to'r pardasidagi jism tasviri kichiklashib borishi holatida ham saqlanadi. Bu hodisa jism kattaligi idrokining konstatligi deb ataladi.

Jism fazoviy idrokining boshqa xususiyati jismlarning kontrastligidir. Biz idrok etayotgan jismning atrofidagi jismlar uning idrokiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Masalan, o'rta bo'yli odam bo'ylari baland odamlar orasida o'zining

haqiqiy bo'y o'lchamidan ancha kichik bo'lib ko'rinadi. Boshqa misol - geometrik shakllar idroki. Katta aylanalar o'rtasidagi aylana, kichik o'lchamli aylanalar orasidagi xuddi shunday diametrli aylanaga nisbatan kichik bo'lib ko'rinadi. Bundan tashqari, jism kattaligi idrokiga jismning rangi ta'sir etadi. Och rangli jismlar to'q rangli jismlarga qaraganda bir muncha kattaroq bo'lib ko'rinadi. Katta hajmli shakllar, masalan, shar yoki silindr ularga mos bo'lgan yassi tasvirlardan kichikroqdek tuyuladi.

Jism shakli idrokida: konstantlik hodisasi xuddi shunday saqlanib qoladi. Masalan, yon tomonimizda joylashgan kvadrat yoki dumaloq jismga qaraganimizda uning to'r pardadagi proyeksiyasi ellips yoki trapesiya shaklida bo'ladi. Shunday bo'lsada, aynan bir jismni bir xilda, bir shaklga ega holatda ko'ramiz.

Uzoq masofada joylashgan jism shaklining idroki o'zgarishi mumkin. Xuddi shunday, shaklning mayda detallari jismning uzoqlashgani sayin yo'qolib boradi, uning shakli sodda ko'rinishga kelib qoladi.

Katta hajmli shakl: idroki juda murakkab jarayondir. Odam ko'zlari binokulyar ko'rish qobiliyatiga ega bo'lgani uchun shakl hajmini idrok etamiz. Binokulyar ta'sir odamning ikkala ko'zi bilan ko'rishiga bog'liqdir. Binokulyar ta'sirning mohiyati, ikkala ko'z bir xil jismga qarab turganida, bu jismning chap va o'ng ko'zlar to'r pardasidagi tasviri turlicha bo'ladi.

Uch o'lchamli fazo idrokida, avvalambor, ichki quloqda joylashgan maxsus vestibulyar apparatning vazifalaridan foydalaniladi. Vestibulyar apparat ko'zni harakatlantiruvchi mushaklari bilan uzviy bog'langan, va undagi har bir o'zgarish ko'z holatidagi refleksli o'zgarishlarga sabab bo'ladi.

Fazoviy idrokni, va, avvalambor, uning chuqurligini ta'min etuvchi ikkinchi vosita binokulyar ko'rish apparatidir. Chuqurlikni idrok qilish jismlarning ko'rish masofasining idroki va bir-biriga nisbatan joylashishiga bog'liq. Binokulyar ko'rish - bu jismlar ko'rish masofasini idrok qilishning shartlaridan biri.

Jismlar uzoqligi va fazo chuqurligining idrokida ko'zlarning konvergentsiyasi va divergentsiyasi muhim ahamiyatga ega, chunki, jismlarning idrok etilishi uchun ularning tasviri chap va o'ng ko'zlarning to'r pardasidagi mos nuqtalarga tushishi

kerak, bu esa ikkala ko'zning konvergentsiyasiz yoki divergentsiyasiz amalga oshmaydi.

Konvergensiya bu - ko'z soqqalarining bir-biriga nisbatan qarama-qarshi aylanishi hisobiga ko'rish chiziqlarining birlashishidir . Masalan, bu nigohning uzoqdagi jismdan yaqindagiga o'tishida sodir bo'ladi. Teskari - yaqindagidan uzoqdagi jismga o'tishida - ko'z divergentsiyasi, ya'ni, ko'rish chiziqlarining ajralishi kuzatiladi.

Fazo idroki chuqurlik idroki bilan chegaralanmaydi. Fazo idrokida jismlarning bir-biriga nisbatan joylashish idroki muhim ahamiyatga ega.

Harakatni idrok qilish. Harakatlar idrokida vositali harakatlar tasavvurini hosil qiluvchi qo'shimcha belgilar muhim ahamiyat kasb etadi. Qo'shimcha belgilardan foydalanish mexanizmi harakatning biror-bir belgilarini aniqlashda ularning intellektual qayta ishlanishi va jismning harakatlanayotgani haqida fikr bildirilishidan iborat. Xuddi shunday, harakat tasavvuri harakasiz jismning qismlari uchun noodatiy holatni yuzaga keltirishi mumkin. Harakat haqida tasavvurlarni hosil qiluvchi «kinetik holatlar» qatoriga, jismning engashtirilgan holati, shaklining noaniqligi va boshqalar kiradi.

Vertgeymer fikricha, harakat idroki harakatlanuvchi jismlarning o'zini idrok qilishdan farq qiluvchi maxsus kechinma hisoblanadi. Agar obyekt turlicha (a) va (b) holatdagi idrokining ikki ketma-ketligi bo'lsa, u holda harakat kechinmasi bu ikki sezgilardan tuzilmaydi, balki, o'rtada turib, ularni birlashtiradi. Bunday harakat kechinmasini Vertgeymer fi - fenomeni deb ataydi.

Vaqt idroki «Biologik soatlar» nomi bilan tanish bo'lgan oddiy marom hodisalari vaqt o'tishining davomiyligi va ketma-ketligini idrok jarayonlari asosida yotadi. Ularga po'stloq va po'stloq osti hosilalarining neyronlarida kechadigan marom jarayonlari kiradi. Qo'zg'alish va tormozlanishning gallanishi kabi nerv jarayonlarining davomiyligiga bog'liq ravishda vaqt haqida ma'lum axborotga ega bo'lamiz. Vaqt davomiyligini baholash hissiyotli kechinmalarga ham bog'liq bo'ladi. Agar voqealar o'ziga nisbatan ijobiy munosabatni hosil qilsa, u holda vaqt tezda o'tib ketadi, salbiy kechinmalarda esa, vaqt bo'lagi cho'zilib ketgandek idrok etiladi.

7.3. Idrokda predmet va fon orasidagi bog‘liqliklar

Dastlab figura (jism) va fon o‘rtasidagi farq tasviriy san’atda yuzaga kelgan. Psixologiyada ushbu muammo mustaqil muammo sifatida daniyalik psixolog E.Rubin tomonidan ko‘rib chiqilgan edi. Yakka holatdagi, oldinga chiqqan, e’tiborni o‘ziga qaratuvchi hodisaviy maydon qismiga figura, uni o‘rab turuvchilarning barchasi esa fon deb aytiladi.

Shuni ta’kidlab o‘tish lozimki, jism va fonning nisbati - bu dinamik nisbat. Ayni vaqtda fonga tegishli bo‘lganlar ma’lum vaqtdan so‘ng jismga, va, aksincha, jism fonga aylanishi mumkin. Bunga isbot sifatida rasmdagi ikkilangan tasvirlarni keltirish mumkin.

Jismni fondan ajratib olish, avvalambor, ular o‘rtasidagi farqning darajasiga bog‘liq bo‘ladi. Jism va fon bir-biridan qanchalik ko‘p farq qilsa, jism fondan shunchalik oson ajraladi.

Xuddi shunday, fon va jism o‘rtasidagi ranglar, ayniqsa, bir-biridan keskin farq qiluvchi ranglar bo‘yicha tafovut muhim ahamiyatga ega. Jismni fondan ajratib olishni, birinchidan, jismning aniq obrazi bo‘lgan obyekt haqida ma’lumotga ega bo‘lish osonlashtiradi. Ikkinchidan, jismni fondan ajratish jism shaklining ustidan chizib chiqish yoki jismlarni qo‘l bilan saralash imkoniyatini engillashtiradi. Uchinchidan, jismni fondan ajratib olish o‘xshash faoliyat tajribasini orttirishni engillashtiradi.

Jismni yaxlitligicha idrok qilish bilan birga, uning alohida qismlarini ham idrok etamiz. Bu ikkala tomon ham o‘zaro uzviy bog‘liqlikda bo‘ladi: yaxlitlikni idrok qilish uning qismlarini idrok qilish bilan belgilanadi, yaxlitlikning o‘zi ularning idrok etilishiga ta’sir etadi.

Yaxlitlik va qismlarining idroki faqat individual xususiyatlarga emas, shuningdek, o‘tmishdagi tajriba va maylga bog‘liq bo‘ladi. Masalan, etarlicha o‘qish tajribasiga ega bo‘lganimiz uchun matnni ko‘z yugurtirib, ko‘p hollarda xatoliklarga e’tibor bermay, tez o‘qiy olamiz. Lekin, agar matndagi xatoliklarni topishingiz kerak bo‘lib qolsa, ma’nosiga tushunib etmasangiz ham, so‘zlarning yozilishiga alohida e’tibor qaratasiz. Shunday qilib, idrokni tashkil etishda mayl muhim ahamiyatga molikdir.

Idrokda individual farqlar juda katta bo'lsada, bu farqlarning aniq bir odam uchun emas, odamlarning yaxlit guruhiga tegishli bo'lgan ma'lum tiplarini ajratib ko'rsatish mumkin. Idrok tiplariga: sun'iy (yaxlit) va tahliliy (tafsilotlarni aniqlash), tushuntiruvchi va tavsifiy, obyektiv va sub'ektiv tiplar kiradi.

Idrokning yaxlit tipi unga moyil bo'lgan shaxslarda jism qoldirgan umumiy taassurotIdrokning izchillik tipiga mos shaxslar, aksincha, qismlar va tafsilotlarni aniq ajratib ko'rsatishga moyil bo'ladi. Ularning idroki, aynan, shunga yo'naltirilgan bo'ladi. Umuman olganda, jism yoki hodisa, idrok etilganlarning umumiy mohiyati orqa ko'rinishga o'tib ketadi, ba'zan esa, umuman sezilmaydi. Ularning hikoyalari doim tafsilotlar va xususiy qismlarni tasvirlashga to'la bo'ladi, buning orqasida yaxlitlikning mohiyati juda ko'p hollarda yo'qolib ketadi.

Individual farqlar o'rtasida kuzatishdagi farqlash katta ahamiyatga ega. Kuzatuvchanlik - bu jismlar va hodisalardagi sezilarsiz, o'z-o'zidan ko'zga tashlanmaydigan, lekin istalgan nuqtai nazar yuzasidan ahamiyatli yoki xususiyatga ega bo'lgan belgini payqash malakasi. Kuzatuvchanlikka xos bo'lgan belgi sezilarsiz, lekin ahamiyatli belgining idrok qilish tezligi. Kuzatuvchanlikdagi farqlar shaxsning o'ziga xos xususiyatlariga bog'liq. Xuddi shunday, qiziquvchanlik kuzatuvchanlikning rivojlanishiga ko'mak beruvchi omil bo'lib hisoblanadi.

Idrokni oldindan mo'ljallanganlik darajasiga ko'ra farqlash mumkin. Oldindan ko'zlanmagan (ixtiyorsiz) va oldindan ko'zlangan (ixtiyoriy) idroklar mavjud. Ixtiyorsiz idrokda biror jismni idrok qilish maqsadi yoki vazifasini qo'ymaymiz, ixtiyoriy idrok esa maxsus ko'zlangan maqsad yoki vazifaga yo'naltirilgan. Idrok mustaqil faoliyat sifatida, ayniqsa, kuzatishda yaqqol namoyon bo'ladi, kuzatish oldindan mo'ljallangan, rejali va u yoki bu darajada davomli idrok bo'lib, idrok obyektida sodir bo'ladigan qandaydir hodisa yoki o'zgarishni aniqlash maqsadida o'tkaziladi.

B.M.Teplovning fikriga ko'ra, bolada jismning predmetliligi belgilari erta go'daklik davrida (2-4 oylikda) jismlar bilan harakatlarning shakllanishida namoyon bo'la boshlaydi. 5-6 oylikka kelib, bolada qo'llayotgan jismda nigohning jamlanishi holatlarining ko'payishi kuzatiladi. Bog'chachagacha bo'lgan davrdan

maktabgacha davrga o'tishda o'yin va konstruktiv faoliyat ta'sirida bolalarda ko'rish analizi va sintezining murakkab turlari, shuningdek, idrok obyektini ko'rish maydonida xayolan bo'laklarga bo'lib, har bir bo'lakni alohida, so'ngra ularni yaxlitlagan holda tadqiq etish layoqati tarkib topadi.

Idrok rivojlanishining muhim sharti mehnatdir, u bolalarda ijtimoiy foydali mehnat shaklida, masalan, uydagi vazifalarini bajarish bo'yicha, shuningdek, chizish, yasash, musiqa, o'qish va boshqalar bilan shug'ullanishda namoyon bo'ladi. Bola uchun o'yinda qatnashish ham ahamiyatlidir.

Shakl - shunday narsaki, uni aniq anglash, ajratish, ko'rish, eshitish va tuyish mumkin.

Fon aksincha, noaniqroq, umumiyroq narsa bo'lib, aniq obyektini ajratishga yordam beradi.

Idrok - bu bilishimizning shunday shakli, u borliqdagi ko'plab, xilma-xil predmet va hodisalar orasida bizga ayni paytda kerak bo'lgan obyektini xossa va xususiyatlari bilan yaxlit tarzda aks etishimizni ta'minlaydi.

Vaza va qiyofalar: yoki san'at muzeyida tomosha qilib yurgan ikki kishi bir rasmda tamoman har xil narsalarni, elementlarni ko'rishi mumkin. Yaxshi qayfiyatda, yaxshi do'stlar kompaniyasida iste'mol qilgan taom sizga juda mazaliday tuyuladi. Agar talaba biror fan predmetidan qarzдор bo'lib qolsa, och qoringa yegan shirin taomi ham «ta'timaydi», hatto nima yeganini ham unutib qo'yadi. Yomon qayfiyat ko'proq qora, nursiz ranglarni idrok qilishga moyil bo'lsa, yaxshi, ko'tarinki qayfiyat, aksincha, hamma narsani eng yoqimli ranglarda «ko'radi». Bu yana bir bor idrokning oddiygina aks ettirish yoki bilish jarayoni emas, balki shaxsdagi faol ustanovkalarga bog'liq bo'lgan, mantiqan asoslangan ongli jarayon ekanligini isbotlaydi.

7.4. Idrok qilish qonunlari

1. Figura va fonning ilgarigi harakatga bog'liqligi qonuni: bu qonunning ma'nosi: odam ilgarigi tajribasida bo'lgan, bevosita to'qnash kelgan narsalarini idrok qilishga moyil bo'ladi. Agar biror predmetni u ilgari figura sifatida idrok qilgan bo'lsa, demak, keyingi safar ham uni aynan figuraday idrok qiladi, agar fon bo'lgan bo'lsa, tabiiy, fonday qabul qiladi. Bu qonunning hayotdagi o'rni chet

davlatlarda borgan turistlar tajribasiga tayanib tushuntirilishi mumkin. O'zbeklarning milliy kiyimi atlas ekanligini boshqa xalq vakillari yaxshi biladilar.

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

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

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

Nutq vositasida hadeb bir xil so'zlarni qaytaraverish psixoterapevtik praktikada gipnotik holatni keltirib chiqaruvchi omil sifatida ishlatiladi. Chunki bir xil so'zlar hadeb qaytarilaversa, ular o'zining ma'no - mohiyatini ham yo'qotadi.

Masalan, ko‘chalarda yuradigan «folbinlar»ni ko‘rganmisiz? Ular avtomatik tarzda aytadigan so‘zlari aslida ularning o‘zlari uchun umuman ma’nosini yo‘qotgan («baxtingdan ochaymi, taxtingdan ochaymi?» va hakozo shunga o‘xshash so‘zlar). Har qanday harakat hadeb qaytarilaversa, «psixologik to‘yinish» hodisasi ro‘y beradi va harakatlar avtomatlashib, uning ayrim detallari umuman ong nazoratidan chiqadi. Masalan, mahoratli raqqosa har qanday raqsga ham chiroyli, jozibali harakatlar bilan o‘yin tushib ketaveradi.

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

6. Taxminlarni tekshirish jarayonida idrok qilish qonuni: biz idrok jarayonida ilgarigi tajribaga tayanganimiz bilan ko‘pincha adashamiz, ba’zan esa o‘zimiz uchun yangiliklar ochib, tajribani yanada boyitamiz. Ilgarigi tajriba va kelajakni bashorat qilish insonga xos xususiyat bo‘lib, bizning sezgi organlarimiz orqali keladigan ma’lumotlarning ko‘lami va imkoniyatlarini yanada oshiradi. Shu nuqtai nazardan olib qaralganda, idrok - tashqi muhit to‘g‘risidagi taxminlarimizni isbot qilishga qaratilgan faol jarayondir.

Biz bevosita idrokimiz «tagiga yetolmayotgan», «tushunmayotgan» narsalarni bevosita his qilgimiz, qo‘limiz bilan ushlab ko‘rgimiz, ular bilan ishlagimiz keladi. Ya’ni, idrok qilinayotgan narsada noaniqlik, sir paydo bo‘lsa, biz «Bu nima bo‘ldi?» degan savol asosida taxmin qila boshlaymiz va uni tekshirish uchun harakat qilamiz. Aynan harakatlar, amaliy ishlar idrokimiz imkoniyatlari va chegaralari kengaytiradi va anglashga yordam beradi. Shuning uchun ham har bir ishni boshlashdan avval nimaga egamiz, nima kerak va nima qilsak, tezroq yaxshi natijaga ega bo‘lamiz, degan savol bilan o‘zimizdagi tajribada bo‘lgan bilimlarimiz bilan unchalik aniq bo‘lmagan ma’lumotlarni tarozuga solish va imkon boricha nutqimiz, harakatlarimiz bilan real tajribani kengaytirishga intilishimiz kerak. Shunday qilib, bir qarashda oddiyroq tuyulgan idrok ham inson bilimlari, tushunuvchanligi va faolligi bilan bog‘liq psixologik jarayon bo‘lib, u aslida shaxsiy tajribamizning birlamchi asosi va bazasidir.

Nazorat uchun savollar:

1. Idrok haqida bilish psixik jarayoni sifatida gapirib bering?
2. Idrokning fiziologik asosini nima tashkil etadi?
3. Idrokning asosiy xossalari haqida gapirib bering?
4. Idrok illyuziyalari haqida nimalarni bilasiz?
5. Idrok turlari va shakllarining qanday tasniflanishlarini bilasiz?
6. Idrokda jism va fon, yaxlit va xususiy o‘zaro munosabatlar haqida gapirib bering?

VIII BOB. XAYOL

8.1. Xayol haqida tushuncha

Xayol - bu real voqelikni aks ettiruvchi taassurotlarni, qayta tuzish va shu asosda yangi taassurotlarni yaratish jarayoni. Xayol - bu obraz, tasavvur yoki g'oya shaklidagi yangilik yaratishning psixik jarayoni.

Xayol obrazlari idrok obrazlari va xotira tasavvurlaridan ularda inson hali duch kelmaganlari aniqlanishi va shu tarkibda bo'lishi bilan farq qiladi. Bular inson ko'z o'ngida sodir bo'lmagan va bo'lishi mumkin bo'lmagan hodisalar, dalillar, voqealardir.

Xayol obrazlari o'zida sodir bo'lishi kutilgan voqea va hodisalarni tutishi mumkin. Shu bilan birga, xayollarda kashf etilgan yangilik doimo haqiqatda mavjud bo'lganlar bilan u yoki bu darajada bog'langan bo'ladi. Xayol obrazlari idrok obrazlariga, shuningdek, xayolda chuqur o'zgarishlarga uchraydigan xotira tasavvurlariga ham tayanadi. Insonning individual taraqqiyoti jarayonida xayol tafakkur bilan uzviy aloqada shakllanadi. Xayol obrazlarini tuzish inson aqliy taraqqiyotining yuqori darajasidagina amalga oshishi mumkin.

Xayol natijasida inson kelajakni oldindan ko'ra oladi va o'z xulq-atvorini boshqaradi, atrof-olamni ijodkorlik bilan o'zgartiradi. Xayol - mehnat faoliyatida shakllangan psixik faollikning maxsus tarzda inson tomonidan ifodalanishi. Xayol voqelikni avvaldan aks ettirishni ta'minlaydi, bunda o'tmishning kelajakdagi proyeksiyasi hosil qilinadi. Xayol insonga vaziyatda yo'l topishga va bevosita amaliy harakatlarning aralashuvisiz masalalarni hal etish imkonini yaratuvchi ko'rgazmali-obrazli tafakkurning asosi bo'lib xizmat qiladi. Xayol obrazlari faqat insonda mavjud bo'lgan real olam obrazlarining alohida tomonlarini qayta ishlab chiqish yo'li bilan yaratiladi.

Xayol doimo insonning amaliy faoliyatiga yo'naltirilgan bo'ladi. Inson biror harakatni amalga oshirishdan avval, uni qanday bajarish zarurligi va uni qanday bajarishini tasavvur qiladi. Shunday qilib, u avvaldan keyinchalik sodir bo'ladigan amaliy faoliyatda ishlab chiqariladigan moddiy jism obrazini yaratadi.

Xayol faoliyati inson hissiy kechinmalari va uning iroda harakatlarini tadbqiq etish bilan uzviy holda bog'langan.

Xayolning fiziologik asosi: nerv aloqalarini dolzarblashtirish, ularning yemirilishi, qayta guruhlarga qo'shilib, yangi tizimlarga birlashishi, o'tmish tajribada shakllanib bo'lgan vaqtinchalik aloqalar yangi uyg'unliklarining hosil bo'lishidan iborat. Bunda mavjud bo'lgan vaqtinchalik aloqalarning oddiy holda dolzarblashtirish yangilikning yaratilishiga olib bormaydi. Yangilikning yaratilishi avval bir-biri bilan uyg'unlashmagan vaqtinchalik nerv aloqalaridan hosil bo'lgan uyg'unlikni taqazo etadi. Xayol jarayoni ikkila xabarlovchi tizimlarning hamkorlikdagi faoliyatidan iborat. Bunda ikkinchi xabar tizimi - so'z katta ahamiyatga ega bo'ldi.

Barcha ko'rgazmali obrazlar u bilan uzluksiz ravishda bog'langandir. So'z xayol obrazlarining hosil bo'lish manbai bo'lib xizmat qiladi, ularning tarkib topish yo'lini nazorat qiladi, ularni saqlab qolish, mustahkamlash, o'zgartirish vositasi hisoblanadi. Xayol doimo voqelikdan chetga chiqishdir, lekin istalgan vaziyatda xayol manbai - obyektiv voqelik hisoblanadi.

Xayolning 1 vazifasi voqelikni obrazlarda ifodalash va masalalarni hal etishda ulardan foydalanish imkoniyatiga ega bo'lishdan iboratdir. Xayolning bu vazifasi tafakkur bilan bog'liq bo'lib, unga organik tarzda kiritilgandir.

Xayolning 2 vazifasi emosional holatlarni boshqarishdan iborat. O'z xayoli ko'magida inson qisman bo'lsada, ko'pgina ehtiyojlarni qondirish, uning natijasida yuzaga kelgan zo'riqishni kamaytirishga layoqatli bo'ladi.

Xayolning 3 vazifasi xayolning inson bilish jarayonlari va holatlari, xususan, idrok, diqqat, xotira, nutq va hissiyotlarni ixtiyoriy boshqarishdagi ishtiroki bilan bog'liq. Obrazlar vositasida inson idrok, xotiralar, iboralarni boshqarish imkoniga ega bo'ladi.

Xayolning 4 vazifasi harakat ichki rejasining shakllanishi - obrazlardan foydalanib, ularni ongda bajarish layoqatidan iborat.

Xayolning 5 vazifasi - bu faoliyatni rejalashtirish va dasturlash, bunday dasturlarni tuzish, ularning bexatoligi, joriy qilish jarayonini baholash.

Xayol yordamida biz organizmning ko'plab psixofiziologik holatlarini boshqarishimiz, kutilayotgan faoliyatga moyillashtirishimiz mumkin. Insonning irodaviy yo'l bilan xayol vositasida organik jarayonlarga ta'sir ko'rsatishi, nafas

olish maromi, tomir urish tezligi, qon bosimi, tana haroratini o'zgartirishi mumkinligini isbotlovchi dalillar ma'lumdir. Ushbu dalillar autotrening asosida o'z tasdig'ini topgan.

8.2. Xayol jarayonlari

Xayol turlari tasniflanishining bir necha xillari mavjud, ularning har biri asosida xayolning ahamiyatga molik belgilari: faollik, inson maqsadlari bilan aloqasi, yangi obrazlar yaratish mustaqilligiga egadir. Faollik belgisi bo'yicha xayol faol va sust xayolga bo'linadi.

Faol xayol: doimo ijodiy va shaxsiy masalani hal etishga qaratilgan, aniq amaliy faoliyatni bajarish bilan bog'liq. Faol xayol kelajakka qaratilgan bo'lib, vaqtdan ma'lum daraja sifatida foydalanadi. U masala tomonidan uyg'otiladi va yo'naltiriladi, irodaviy sharoitlar bilan aniqlanadi va iroda nazoratiga bo'ysunadi. Faol xayol o'zida artistlik, ijodkorlik, tanqidiy, yaratuvchilik va antisipiruyushga xayol turlarini mujassamlashtiradi.

Obrazlarning mustaqilligi va haqiqiyligiga bog'liq ravishda xayol yaratuvchi va ijodkor bo'ladi.

Yaratuvchi xayol: bu ma'lum inson uchun biror yangilikni so'z orqali ta'riflash yoki uni shartli ravishda aks ettirish (chizma, notali yozuv va boshqalar) ga tayangan holda tasavvur qilish. Xayolning bu turi insonning turli xil faoliyatida, shu bilan birga, ta'limda ham keng qo'llaniladi. Xuddi shunday, yaratuvchi xayol ishchiga mehnat operatsiyalarini chizmalar bo'yicha bajarishga yordam beradi.

Ijodiy xayol: bu yangi obrazlarni tayyor ta'riflar yoki shartli tasvirlarga tayanmagan holda yaratish. Xayolning bu turi davomida inson mustaqil holda boshqa odamlar yoki jamiyat uchun qadrli bo'lgan, faoliyatning aniq o'ziga xos mahsulotida gavdalangan yangi obraz va g'oyalar yaratadi. Ijodiy xayol inson ijodiy faoliyati barcha turlarining tarkibiy qismi asosi bo'lib hisoblanadi.

Antisipatsiyaviy xayol: insonning juda muhim va zarur qobiliyati - kelajakdagi voqealarni oldindan sezish, harakatlarining natijasini ko'ra olish va boshqalar asosida yotadi. Insonning bu qobiliyatiga binoan inson «fikriy nigoh» yordamida kelajakda o'zi, boshqa odamlar yoki atrofdagilar bilan nimalar sodir bo'lishini ko'ra oladi.

Sust xayol: ichki, sub'ektiv omillarga bo'ysunadi. Bunda amaliy faoliyatdan to'liq yoki deyarli to'liq bo'lgan ajralish mavjud. Bunda fantaziya hayotga tadbiiq etilmaganobrazlarni yaratadi, amalga oshmaydigan yoki tadbiiq etilmaydigan xulq-atvor dasturlari rejalashtiradi. Sust xayol jarayonida qandaydir ehtiyoj yoki tilakning noreal, xayoliy qondirilishi amalga oshiriladi. Bunday xayolning materiallari sifatida obrazlar, tasavvurlar, tushuncha elementlari va tajribada to'plangan boshqa ma'lumotlar xizmat qiladi.

Sust xayol ixtiyorsiz va ixtiyoriy bo'lishi mumkin. Ixtiyorsiz xayol inson irodasidan tashqarida, boshqa u yoki bu idrok qilishga bog'liq ravishda yuzaga keladi. Bu, asosan, ong faoliyati, ikkinchi xabar tizimining kuchsizlanishida, yarim uyqu, affekt holatida, uyquda, ongning patologik buzilishlarida (gallyusinatsiyada), gipnoz, spirtli ichimliklar, giyohvand moddalar ta'sirida sodir bo'ladi. Oldindan ko'zlangan, maqsadga yo'naltirilgan tarzda inson tomonidan o'z tajribasining mos elementlaridan foydalanish va ularni yangi obrazlarda qayta yaratish ixtiyoriy xayol deyiladi. Bu xayol uchun obraz yaratish vazifasining mavjudligi va uni amalga oshirishda iroda kuchi xosdir. Maqsadli xayol o'zini uch xil shaklda: orzular - istalgan kelajak obrazlari; shirin xayol - dolzarb kechinmali irreallik obrazlari; fantaziyalar - yaqin kelajak obrazlari. Ular zo'riqishni kamaytirish, maqsadga yo'nalganlik, oldindan sezish, inson zahiralarini safarbar qilish vazifalarini bajarishi mumkin. Shirin xayolda insonning qiziqishlari, moyilliklari, ehtiyojlari yaqqol ko'zga tashlanadi. Shirin xayolga orzular - inson amalga oshirmoqchi bo'lgan, lekin ayni damda amalga oshirolmaydigan, uning eng ezgu xohishlarini qondiradigan istalgan kelajak obrazini oldindan yaratish yaqin turadi. Orzular shirin xayoldan o'zlarining amaliy tadbiiqi imkoniyatini taqazo etishi bilan farq qiladi. Inson o'z orzularida yaratgan obrazlar, yorqin, jonli, aniq xususiyati bilan, shu bilan birga - sub'ekt uchun hissiyotga boyligi, jozibadorligi bilan ajralib turadi. Lekin orzu, xayol istalgan kelajakni hozirgi zamon bilan muntazam ravishda bog'lab turganidagina foydali bo'lishi mumkin. Agar bunday bo'lmasa, orzu harakat rag'batida xayolparastlikka, fantaziyaga aylanib qolishi mumkin.

Orzuning hissiy-emotsional turi sifatida, shirin xayol va unga yaqin bo'lgan fantaziyalar namoyon bo'ladi. Shirin xayol deb, odatda, «shirin orzular»,

ushalmaydigan umidlar, haqiqiy voqelikni o'rnini bosadigan shakllarga aytiladi. Shirin xayol surish - o'ylab topilgan, voqea bo'lmagan hayotda yashash, demak. Bu eskapizm - voqelikdan orzular va xayollar olamiga g'arq bo'lish bilan bog'liq.

Xayol jarayonlari - Xayol jarayonlari insonning tajribasi va bilim doirasi, shuningdek o'tmish tajribalari bilan belgilanadi.

Agglyutinatsiya - «elimlash» degan ma'noni bildirib, unda turli qismlarni bitta qilib yangi obraz yaratiladi. Masalan: yalmog'iz kampir, suv parisi, kentavr, sfinks obrazlari va boshqalar.

Giperbolizatsiya - obrazlarni kattalashtirish yoki kichiklashtirish shuningdek, alohida qismlarni o'zgartirishdir. Masalan: Gulliver, liliput, Alpomish, Rustam pahlavon obrazlari kabilar.

Aksentlashtirish: (urg'u berish) - ayrim belgilarni ta'kidlash orqali obrazlar yaratish Masalan: o'rtoqlik hazillari. Aksentlashtirish badiiy adabiyotlarda juda ko'p qo'llaniladi.

Xayol jarayonida xayol tasavvurlarining xotira tasavvuridan farqi muhim ahamiyatga ega.

- Xayol tasavvurlari ongda paydo bo'ladi va barqaror bo'ladi.
- Xotira tasavvuridagi narsa doimo tanish narsadek his qilinadi. Xayol tasavvurlari esa yangilikni his qilish tuyg'ularini beradi.
- Xayol tasavvurlari insonning qiziqish va ideallari bilan bog'liq bo'lgani sababli yangilikni his qilish tuyg'ulari oqibatida vujudga keladi.

8.3. Xayol va ijodkorlik

Ijodiy jarayonda xayolning tutgan o'rniga ortiqcha baho berish qiyin. Ijod barcha psixik jarayonlar, shuningdek, xayol bilan ham uzviy bog'langan. Xayolning rivojlanganlik darajasi va uning o'ziga xos xususiyatlari ijodkorlik uchun tafakkur rivojlanganligi darajasidan kamroq ahamiyatga ega emas.

Ijodkorlik psixologiyasi uning aniq turlari: kashfiyotchilik, ilmiy, adabiy, badiiy va boshqalarda namoyon bo'ladi. Ijodkorlik imkoniyati inson qobiliyatlari bilan mustahkamlangan bilimlari bilan ta'minlanadi, va insonning sobitqadamligi bilan rag'batlantiriladi.

Ma'lum bir insonga ijod qilish imkoniyatini yaratuvchi , boshqalardan esa bu imkoniyatni darig' tutuvchi nima ekanligi haqidagi masala mashhur olimlarni o'tmishdan qiynab keladi. Xuddi shunday, fransiyalik psixolog T.Ribo tomonidan asoslab berilgan ijodiy jarayonda algoritmlashtirish va uni o'qitishning imkoniyati mavjud emasligi haqidagi nuqtai nazariuzoq vaqt hukmron fikr hisoblangan. Uning yozishicha: «Kashf etish metodlari»ga keladigan bo'lsak, haqiqatda ular mavjud emas, buning aksi bo'lganida edi, u holda kashfiyotchini hozirda mexanik va soatsozlarni ishlab chiqargandek, ishlab chiqarish mumkin bo'lar edi». Lekin asta-sekin bu nuqtai nazar shubha ostiga olinib boshladi. Birinchi o'ringa ijodkorlikka bo'lgan qobiliyatni rivojlantirish mumkinligi gipotezasi ko'tarildi.

Ingliz olimi G.Uolles ijodiy jarayonni tadqiq etishga harakat qilib ko'rdi. Natijada u ijodkorlikda to'rt bosqichni ajratishga muvaffaq bo'ldi, bular:

I - tayyogarlik (g'oyaning yaratilishi);

II - etilish (ushbu muammoga bevosita va bilvosita tegishli bo'lgan bilimlarni konsentratsiyalash, «to'plash»);

III - birdan eslash (izlanayotgan narsani ichki sezgi orqali ilg'ab olish);

IV - tekshirish.

G.S.Altshuller ijodiy masalarni hal qilishning yaxlit nazariyasini ishlab chiqdi. U ijodkorlikning besh darajasini ajaratdi. Birinchi daraja masalalari ushbu maqsadga mo'ljallangan vositalarni qo'llash bilan hal etiladi. Bunda umumiy qabul qilingan va ma'lum bo'lgan bir necha xil yechimlarni fikran tanlab olish talab etiladi. Bunda obyektning o'zi o'zgarmaydi. Bunday masalalarni yechish vositalari yagona tor mutaxassislik doirasida bo'ladi. Ikkinchi darajali masala obyekt ko'rinishini zarur samaraga ega bo'lish maqsadida bir muncha o'zgartirishni talab etadi. Bunda bir necha o'nlab variantlarni tanlash mumkin. Bunday masalalarni yechish vositalari bir soha bilimlariga tegishli bo'ladi. Uchinchi daraja masalalarining to'g'ri echimi yuzlab noto'g'ri yechimlar orasida yashiringan bo'ladi, chunki takomillashtirilayotgan obyekt jiddiy o'zgartirilishi zarur. Bu daraja masalalarning yechish usullarini o'xshash soha bilimlarida izlashga to'g'ri keladi. To'rtinchi daraja masalalarini yechishda takomillashtirilayotgan obyekt to'laligicha o'zgartiriladi. Odatda, bunday masalalarning yechimi fan sohasining

kam uchraydigan ta'sir va hodisalar orasidan izlanadi. Beshinchi daraja masalalarini hal etishga takomillashtirilayotgan obyekt tuzilishini o'zgartirish bilan erishiladi. Bunda tadqiqotlar va xatoliklar soni ko'p karra oshadi, vositalar esa hozirgi zamon fani imkoniyatlari doirasidan tashqarida bo'lishi mumkin. Shuning uchun, avvalo, kashfiyotni amalga oshirib, so'ngra yangi ilmiy ma'lumotlarga tayangan holda ijodiy masalaning yechimini topish zarur.

8.4. Xayolning individual xususiyatlari va rivojlanishi

Xayolning individual xususiyatlari odam xayolining rivojlanish darajasi va ko'proq foydalanadigan obrazlar tipiga ko'ra tafovutlanishida ifodalanadi.

Xayolning rivojlanganlik darajasi o'tmishdagi tajriba ma'lumotlarining obrazlar yorqinligi va chuqurligi bilan qayta ishlash, shuningdek, bu qayta ishlash natijalarining yangiligi va anglanganligi bilan xarakterlanadi. Xayolning kuchli va to'laqonliligi xayol mahsulotining haqiqatga to'g'ri kelmaydigan va mo'jizaviy obrazlar, masalan, sehrli ertaklar mualliflarida oson baholanadi. Xayol rivojlanganligining zaifligi tasavvurlarni quyi darajada qayta ishlanishi bilan ifodalanadi. Xayol rivojlanishining zaifligi ma'lum vaziyatni ko'rgazmali tasavvur etish malakasini talab etuvchi mantiqiy masalalarni yechishda qiyinchiliklarga sabab bo'ladi. Xayolning etarli darajada rivojlanmaganligida emosional jihatdan boy va har tomonlama hayot kechirish mumkin emas.

Odamlar xayol obrazlarining yorqinligi darajasiga ko'ra, aniqroq farqlanadi. Bir xil odamlar xayol obrazlarining o'ta yorqinligi, boshqalar - o'ta rangsiz tasavvurlar bilan farqlanadilar. Xayol rivojlanganligining yuqori darajasini ijodiy mehnat bilan shug'ullanuvchilar, - yozuvchi, rassom, musiqachi, olimlarda ko'rishimiz mumkin.

Odamlar o'rtasidagi farqlar ustun bo'lgan xayol xususiyatlariga nisbatan aniqlanadi. Xayol tomonidan hosil qilingan obrazlar asosidagi sezgilar turiga bog'liq ravishda odatda, obrazlarning ko'rish, eshitish, motorli va ko'rish-eshitish-harakat tiplari ajratiladi. Xayolning sof tiplari juda kam uchraydi, odamlar ko'proq xayolning aralash tipiga ega bo'ladilar, chunki hayotda bir vaqtning o'zida ko'rish, eshitish va motorli sezgilarga tayanamiz. Bunda xayol tiplaridan birining ustunligi kuzatiladi.

Turli odamlarda xayol ularning kasbiy faoliyati va ustun bo'lgan ehtiyojlar sohasi bilan belgilanadi.

Inson rivojlangan xayol bilan tug'ilmaydi. Uning rivojlanishi ontogeneza sodir bo'ladi va keyinchalik xayol obrazlarining yaratilishi uchun material bo'lib xizmat qiladigan tasavvur zahirasi to'planishini talab etadi. Xayol ta'lim-tarbiya jarayonida, shuningdek, tafakkur, xotira, iroda va sezgilar bilan birlikda shaxs rivojlanishi bilan uzviy aloqada rivojlanadi.

Xayolning birinchi ifodalanishi idrok jarayoni bilan uzviy bog'langan. Idrok qilish va xayol o'rtasidagi uzviy aloqa bola o'z o'yinlarida olgan taassurotlarini avval idrok qilingan jismlarni xayolda o'zgartirgan holda qayta ishlay boshlaganida namoyon bo'ladi. Stul samolyotga, quticha - avtoullovga aylanadi.

Xayol rivojlanishining muhim bosqichi bolaning nutqni egallaydigan yoshi bilan bog'liq. Nutq bolaga xayolga faqat aniq obrazlarni emas, balki mavhum tasavvur va tushunchalarni ham kiritish imkonini beradi. nutqni egallash bosqichi bolaga jismning alohida qismlarini oson ajratish va xayolda ulardan foydalanish imkonini beruvchi amaliy tajribaning oshishi va diqqatning rivojlanishi bilan birgalikda kechadi. Ushbu bosqichning asosiy xususiyati xayol obrazlari paydo bo'lishining ixtiyorsizligidir. Xayol rivojlanishining keyingi bosqichi uning faol shakllarining yuzaga kelishi va xayolning ixtiyoriyligi bilan bog'liq. Maktab yoshida xayolda muhim o'zgarishlar sodir bo'ladi. O'qitish jarayonida reproduktiv va ijodiy xayol faol rivojlanadi. Shunday qilib, insonda xayolning rivojlanishi qator omillarga bog'liqdir.

Nazorat uchun savollar:

1. Xayol nima?
2. Xayolning qanday vazifalarini bilasiz?
3. Xayol turlarini ta'riflab bering?
4. Ijodiy obrazlarni yaratish uchun qanday usullardan foydalanadilar?
5. Ijodkorlik jarayonida xayol qanday ahamiyatga ega?
6. Odamlarda xayolning individual farqlari nimalardan iborat?

IX BOB. XOTIRA VA UNING TURLARI

9.1. Xotira turlari

Xotira - bu inson tomonidan o'tmish tajribasini esda olib qolish, saqlash va keyinchalik eslashdan iborat dolgan psixik jarayondir. Inson hayotida xotiraning o'rni beqiyosdir. Xotirasiz inson «abadiy go'daklik holatida» qolgan bo'lar edi (I.M.Sechenov). S.L.Rubinshteyn ta'kidlaganidek: «Xotirasiz daqiqa mavjudotlari bo'lar edik. O'tmishimiz kelajak uchun o'lik bo'lardi. Hozirgi zamon kechmishiga ko'ra o'tmishda badar yo'qolardi».

Xotiraning nerv-fiziologik asosida bosh miya po'stida hosil bo'ladigan shartli reflekslar, turli assosiativ bog'lanishlar yotadi. Lekin, odam esda olib qolish paytida assosiatsiyalar hosil bo'lganligini mutlaqo sezmaydi. Har xil assosiatsiyalarning hosil bo'lganini odam keyinchalik biror narsani esga tushirish paytida bo'ladi. Xotiraning nerv-fiziologik mexanizmlari xususida to'xtalar ekanmiz, so'nggi yillarda texnikaning g'oyat tez rivojlanishi natijasida turli esda olib qoluvchi apparatlarga bo'lgan ehtiyoj benihoya ko'payib ketganligini ta'kidlash joiz. Bu o'z navbatida xotiraning nerv-fiziologik mexanizmlarini psixolog va fiziologlardan tashqari injenerlar, bioximiklar, genetiklar hamda kibernetiklar tomonidan o'rganilishiga olib keldi. Natijada xotiraning nerv fiziologik mexanizmlarini tushuntiruvchi bir qancha yangi nazariyalar maydonga keldi. Ana shunday nazariyalardan eng muhimi molekulalarning o'zgarishi bilan bog'liq bo'lgan bioximik nazariyadir. Bu nazariyaga ko'ra biror narsani esda olib qolish va esda saqlab turish maxsus tuzilishni o'zgarishi bilan bog'liqdir. O'tkazilgan tekshirishlarga ko'ra, biror narsa esda olib qolinganda, asosan nerv hujayralarining (neyronlarning) dendrit shoxlari tarkibida o'zgarish yuzaga keladi. Ular qandaydir boshqacharoq tuzilishga kirib oladilar. Dendritlar tuzilishidagi hosil bo'lgan o'zgarish darrov o'tib ketadigan bo'lmay, ancha mustahkam bo'ladi. Shu sababli esda olib qolgan narsa uzoq vaqt xotirada saqlanib turadi.

Xotiraning psixik jarayon sifatida o'ziga xos xususiyati uning atrof-olamni bevosita aks ettirishga yo'nalmaganligi, moddiy jismlar va hodisalar bilan ish eritmasligidan iborat. Jismlar olamini aks ettirish idrok va tafakkurda amalga

oshiriladi. Xotira qabul qilingan obraz va tushunchalarni «ikkinchi aks ettirish» bilan ish ko‘radi.

Har bir bilish jarayoni uzluksiz xotiraga aylanadi, va har bir xotira biror bir boshqa narsaga aylanadi. Har bir psixik jarayon boshqa jarayonni amalga oshirishning sharti bo‘lib xizmat qiladi (yoki o‘sha jarayonning keyingi bosqichi). Bu uning «ikkilamchi» mahsulotga aylanib, tasavvurda amalga oshish qobiliyatiga ega bo‘lishini, jarayonning keyingi rivojlanishi uchun tayanch vazifasini o‘tashi mumkinligini bildiradi.

Xotiraning keyingi xususiyati uning bir yo‘nalishga: o‘tmishdan kelajakka qaratilganligidir. Inson xotirasining asosiy ishlash mexanizmi uning kelajakka yo‘naltirilganligidir. Xotiraning asosiy vazifasi uning kelajakka xizmat qilishidir. O‘tmishni aks ettirish kelajakda natijaga erishishning vositasi sifatida namoyon bo‘ladi.

9.2. Xotira xususiyatlarining orasida uning quyidagi tabiiy xossalari ajratiladi

Xotira - shaxs psixik hayotini belgilab beruvchi xususiyatdir. Uning ahamiyati o‘tmish voqealarini qayd etish bilan cheklanmaydi. Axir hozirgi zamondagi hech qanday harakatni jarayonlardan tashqarida tasavvur qilib bo‘lmaydi; eng oddiy psixik aktning sodir bo‘lishida har bir elementni keyingisiga bog‘lash uchun esda saqlab qolish katta ahamiyatga ega. Bunday bog‘lanishga layoqasiz bo‘lgan insonning rivojlanishi mumkin emas.

Faqat xotira insoniylik madaniyatining yo‘qolib ketmasligiga, tafakkurimizning tadbiq etilishiga va tuyg‘ularimizning kechishiga ko‘mak beradi. Bosh miya po‘stlog‘ida paydo bo‘ladigan tashqi olam obrazlarsiz yo‘qolib ketmaydi. Ular uzoq vaqt davomida saqlanib qoladigan iz qoldiradilar. Psixikamizdagi xotira ularning zahirasi bo‘lib xizmat qiladi.

Unda kechadigan barcha jarayonlar mnemik jarayonlar deb ataladi (yunonchadan «mnema» - xotira).

Shunday qilib, xotira - bu inson tomonidan o‘tmish tajribasini esda olib qolish, saqlash va keyinchalik eslashning psixik jarayoni. Inson hayotida xotiraning o‘rni beqiyosdir.

Biz xotiramizning mavjudligiga shukronalar aytmog‘imiz lozim . U bizni noto‘g‘ri ishlashdan qaytarishdan tashqari, berilgan vaqtimizni to‘g‘ri taqsimlashga, hayotimizni to‘g‘ri belgilab olishimizga yordam beradi. Oilamizni tanish, o‘zimizning tilda gapirish, uyimizni topib kelish va oziq-ovqat va suv topish imkonini beradigan jarayon, bizning xotira hisoblanadi. U tajribalarimizdan bahramand bo‘lishga,tajribalarni xayotga tatbiq qilishga va yana qayta undan zavq olishga imkon beradigan jarayon albatta bizning xotira hisoblanadi Kimlarningdir yomonliklarini unutishimizga qarshilik ko‘rsatadigan xam bizning xotiralar hisoblanadi.

Sizning esda olib qolganingizjuda katta rol o‘ynaydi. Sizning to‘plagan bilim omboringiz, o‘tgan quvonch, g‘azab tufayli alamli xotiralar, yoki aybdorlik hissi xotira jarayonisiz mavjud bo‘lmagan bo‘lar edi.

Tokio universiteti professori Yasudzi Miyasito rahbarligidagi tadqiqotchilar guruhi xotira mexanizmi bosh miya kul rang moddasining chakka qismida jamlanganini isbotladi. Xotira faoliyati chizmasini kashf etgan yaponiyalik olimlar dunyoga mashhur bo‘lgan akademik va neyrofiziolog N.P.Bextereva tasdiqlangan fikrlarni isbotladilar: miya hayotimizning har bir soniyasini esda saqlaydi, lekin bizga ayni damda u yoki bu masalalarni hal etishda zarur bo‘lganlarni yuzaga chiqaradi, xolos. va, faqat ba’zi vaziyatlarda, masalan, cho‘kayotgan odamning ongida oxirgi daqiqalarda uning ko‘z o‘ngida butun hayoti yashin tezligida uchib o‘tadi; bunda miya unga so‘nggi imkoniyatni beradi: balki, avval senda shunga o‘xshash vaziyat bo‘lgandir, o‘sha usulni qo‘llab, omon qolishing mumkin.

Xotiraga tegishli bo‘lgan fizikaviy, kimyviy, biokimyoviy, fiziologik, axborotli-kibernetikaviy nazariyalar, shuningdek, psixologik nazariyalar guruhlarini mavjud. Bunday nazariyalar ichida xotira faoliyati qonuniyatlarini tushunish va uni boshqarish usullarini ishlab chiqishda foydali bo‘lgan psixologik nazariyalarni ko‘rib chiqamiz.

Xotiraning ilk psixologik nazariyalaridan biri XVII asrda yuzaga kelgan, birinchi bo‘lib XVIII-XIX asrlarda Angliya va Germaniyada ishlab chiqilgan assosiativ nazariya hisoblanadi. Ushbu nazariya G.Ebbingauz, G.Myuller, A.Pilseker va boshqalar tomonidan ishlab chiqilgan psixikaning alohida noyob

hodisalari o'rtasidagi aloqa tushunchasi yotadi. Bu nazariyaga asosan xotira o'xshashligi, vaqt va fazoviy yaqinligi bo'yicha barqaror bo'lgan qisqa va uzoq muddatli assosiatsiyalarning murakkab tizimi sifatida tushuniladi. Ushbu nazariyaga binoan, ko'plab qonunlar, xususan, G.Ebbingauzning unutish qonuni kashf etilgan. Dastlabki soat davomida qabul qilingan ma'lumotning 60% gacha bo'lgan qismi unutiladi, olti kundan so'ng esa birinchi marta yodlab olingan matnning 20% dan kamroq qismi saqlanib qoladi. Vaqt o'tishi bilan assosiativ nazariya bir qator hal etilishi zarur bo'lgan muammolar bilan to'qnashdi, ulardan asosiysi inson xotirasining tanlab o'tkazish xususiyatini tushuntirib berish edi.

XIX asrning oxirida assosiativ nazariya geshtalt nazariyasi bilan almashindi. Bu nazariya uchun boshlang'ich tushuncha va shu bilan birga, asosida xotiraning noyob hodisalarini tushuntirib berish mumkin bo'lgan bosh tamoyil sifatida birlamchi elementlarning assosiatsiyasi emas, balki, ularning dastlabki, yaxlit tashkiloti - geshtalt namoyon bo'ldi. Aynan, geshtaltning shakllanish qonunlari ushbu nazariya vakillari (V.Vundt, E.B.Titchener va boshqalar)ning fikriga ko'ra, xotirani belgilab beradi. Bu nazariya tarafdorlarining asosif fikri shundan iboratki, esda olib qolish va eslashda ma'lumot, odatda, assosiativ asosda tarkib topgan elementlarning tasodifiy to'plami emas, balki, yaxlit tuzilma sifatida namoyon bo'ladi. Keyinchalik geshtalt nazariyasi ham qator qiyinchiliklar, xususan, inson xotirasining filo- va ontogenezda shakllanishi va rivojlanishining murakkab muammosi bilan to'qnash keldi. Gap shundaki, odamdagi xotira jarayonlarini ajratuvchi motivasion holatlar va geshtaltlarning o'zlari ham tarafdorlari tomonidan oldindan belgilangan va rivojlanmaydigan hosilalar sifatida qabul qilingan edi. Bu bilan xotira genezisi haqidagi masala ustidagi bahslar o'z nihoyasiga etdi.

Bixeviorizm va psixoanaliz vakillari ham xotira genezisi haqida qoniqarli javob topa olmadilar. Bixeviorizmchilarning xotira yuzasidan qarashlari assosianistchilarning qarashlari bilan mos kelgan edi. Ular o'rtasidagi yagona farq bixeviorizmchilarning materialni esda olib qolishdagi yordamning o'rnini alohida ta'kidlab, o'rganish jarayonlarida xotira faoliyatini o'rganishga katta e'tibor

qaratgan edilar (D.Uotson, E.Torndayk). Lekin bixeviorizmchilar insondagi ongli faoliyat va shaxs xususiyatlarining yordamga bog‘liqligini chetlab o‘tdilar.

Xotira hodisalarining shaxsga bog‘liqligi Z.Freyd tomonidan ko‘rsatib o‘tilgan edi. Uning fikriga ko‘ra, insonning ong osti mayllariga imkon bermaydigan barcha narsalar xotiradan siqib chiqariladi, va, aksincha, uning uchun yoqimli bo‘lganlar saqlanib qoladi. Bu bog‘liqlik tajribada o‘z tasdig‘ini topmadi. Shu bilan birga, Z.Freyd va izdoshlarining xizmatlari inson xotirasini o‘rganishda esda saqlash va unutish xotira jarayonlaridagi ijobiy va salbiy emosiyalar, motivlar va ehtiyojlarning ahamiyatini aniqlashdan iborat bo‘ldi. Psixoanaliz yordamida insonning motivasion sohasi bilan bog‘liq bo‘lgan ong osti unutishning psixologik mexanizmlari aniqlandi va ta’rif berildi.

XX asrning boshlarida xotiraning mantiqiy nazariyasi yuzaga keldi, unga asosan, mos keluvchi jarayonlar faoliyati esda olib qolish zarur bo‘lgan materialni u yoki bu darajada kengroq ma’noli tuzilmalarga birlashtiradigan mazmun bog‘lovchilarining mavjudligi yoki mavjud emasligiga bevosita bog‘liq holatda bo‘ladi (A.Bine, K.Byuler). Esda olib qolish va eslashda matnning ma’noga ega bo‘lgan mazmuni ifodalanadi.

Hozirgi zamon psixologiyasida asosiy tushuncha o‘rnida shaxs faoliyatini uning barcha psixik jarayonlari, shuningdek, xotira jarayonlarining shakllanishini bog‘lovchi omil sifatida o‘rganadigan nazariya tan olinmoqda. Bu konsepsiyaga asosan, esda olib qolish, saqlash va eslash jarayonlarining kechishi ma’lumotning obyekt faoliyatida tutgan o‘rniga qarab belgilanadi. Ma’lumot faoliyat maqsadi sifatida namoyon bo‘lgan vaziyatlarda aloqalar yanada samaraliroq tarzda hosil bo‘lishi va dolzarblashtirilishi tajriba aniqlandi va o‘z tasdig‘ini topdi. Bu aloqalarning xususiyatlari, masalan, mustahkamligi va harakatchanligi ma’lumotning sub’ekt keyingi faoliyatidagi ishtirokining darajasi, bu aloqalarning ko‘zlangan maqsadlarga erishishdagi ahamiyati bilan belgilanadi.

Inson xotirasining faoliyat sifatida o‘rganilishiga dastlab fransiyalik olimlarning, xususan, P.Janening ishlari sabab bo‘ldi. U birinchilardan bo‘lib, xotirani materialni esda olib qolish, qayta ishlash va saqlashga yo‘naltirilgan harakatlar tizimi sifatida ta’rifladi. Jahon psixologiyasida bu konsepsiya

L.S.Vigotskiy tomonidan ishlab chiqilgan inson oliy psixik vazifalari kelib chiqishining madaniy-tarixiy nazariyasida rivojlantirildi. Soʻngra u A.N.Leontev, A.R.Luriya, P.I.Zinchenko, A.A.Smirnov va boshqalar kabi mashhur psixologlar tomonidan ishlab chiqildi.

Xotira jarayonlari: esda olib qolish, esda saqlash va unutishdan iborat.

Esda saqlash - bu idrok qilingan maʼlumotni eslab qolish va esda saqlash jarayoni. Bu jarayonning kechish darajasiga koʻra, eslab qolish ikki turga boʻlinadi: koʻzlanmagan (ixtiyorsiz) va koʻzlangan (ixtiyoriy). Ixtiyorsiz esda olib qolish - bu hech qanday vositalarsiz va kuchlarni namoyon qilmasdan bemaqsad eslab qolish. Masalan, oʻrmondagi sayr yoki spektakl tomoshasidan soʻng eslab qolish uchun maʼlum maqsadni koʻzlamagan boʻlsakda, taassurotlarimizdan koʻproq qismini yodimizga tushirishimiz mumkin. Inson uchun hayotiy ahamiyatga ega boʻlgan, uning qiziqishlari va ehtiyojlari, faoliyatining maqsad va vazifalar bilan bogʻliq boʻlgan, barchasining esda saqlanib osonroq kechadi. Shuning uchun ixtiyorsiz eslab qolish maʼlum maʼnoda tanlab oʻtkazish xususiyatiga ega va bizning atrofdagilarga boʻlgan munosabatimiz bilan belgilanadi.

Ixtiyoriy esda olib qolishning asosiy xususiyati - bu esda olib qolish koʻrinishidagi yuklatilgan vazifada iroda kuchlarini namoyon qilish. Hayotdagi koʻpchilik idrok qilinuvchilar esda olib qolish vazifasi yuklatilmagan boʻlsa, esimizda saqlanib qolmaydi.

Yod olishda umumiy vazifa bilan birgalikda, xususiy, maxsus vazifalarning yuklatilishi ham katta ahamiyatga ekanligini taʼkidlab oʻtish joiz. Baʼzi vaziyatlarda, masalan, idrok qilinayotgan maʼlumotning faqat asosiy mohiyati, faqat asosiy fikr va ahamiyatga molik boʻlgan dalillarni esda olib qolish, boshqalarida esa - soʻzma-soʻz esda olib qolish, uchinchilarida - dalillar izchilligi va h.k.larni aniq esda olib qolish vazifasi yuklatiladi.

S.L.Rubinshteynning fikriga koʻra, esda olib qolish amalga oshirilayotgan faoliyatning borishi xususiyatiga bogʻliq boʻladi. Bundan tashqari, uning fikricha, ixtiyoriy va ixtiyorsiz esda olib qolishning yuqori samaradorligi haqida bir maʼnoli xulosa chiqarish mumkin emas. P.I.Zinchenko, A.A.Smirnovlarning olib borgan

tadqiqotlari ma'lum sharoitlarda ixtiyorsiz esda olib qolishning ixtiyoriy esda olib qolishdan samaraliroq bo'lishini isbotladi.

Materialni esda olib qolish va eslashga qaratilgan bunday faoliyat mnemik faoliyat deb ataladi.

Bundan farqli o'laroq, anglangan holda esda olib qolish materialning alohida qismlari o'rtasidagi ichki mantiqiy aloqalarni tushunishga asoslangan. Anglangan holda esda olib qolish doimo tafakkur jarayonlari bilan bog'liq bo'lib, asosan, material qismlari o'rtasidagi ikkinchi daraklovchi tizim darajasidagi umulashtirilgan aloqalarga tayanadi.

Anglangan holda esda olib qolish mexanik esda olib qolishdan ko'ra samaraliroq ekanligi isbotlangan. Xuddi shunday, mexanik esda olib qolishda xotirada 1 soatdan so'ng materialning faqat 40%, yana bir necha soatdan keyin esa - atigi 20%, anglangan holda esda olib qolishda esa 30 kundan keyin ham materialning 40% saqlanib qoladi.

Takrorlashni vaqt bo'yicha to'g'ri taqsimlash juda muhimdir. Psixologiyada takrorlashning konsentratsiyalash va taqsimlash usullari mavjud. Birinchi usulda materiallar tanaffuslarsiz ketma-ket takrorlanadi. Masalan, she'rni yodlash uchun 12 marta takrorlash talab etilsa, o'quvchi uni yod olmagunicha ketma-ket 12 marta o'qiydi. Taqsimlangan takrorlashda har bir takrorlash keyingisidan vaqt oralig'i bilan ajratilgan bo'ladi. Tadqiqotlarga ko'ra, taqsimlangan takrorlash konsentratsiyalangan takrorlashdan samaraliroqdir.

Samarali esda olib qolishning ixtiyoriy va ixtiyorsiz shartlari va qonuniyatlari aniqlangan.

Maqsadsiz samarali esda olib qolishning shartlari: kuchli ahamiyatli tabiiy seskantiruvchilar; yuqori yo'nalishli faoliyatni yuzaga keltiruvchilar (harakt jarayonini to'xtatish yoki tiklash, hodisaning noodatiyligi); ushbu odam uchun ahamiyatga ega bo'lgan seskantiruvchilar (kasbiy ahamiyatga ega bo'lgan jismlar); alohida emotsional tusga ega bo'lgan seskantiruvchilar; ushbu inson ehtiyojlariga kuchliroq bog'langanlari; faol harakat obyekti bo'lib hisoblanganlari

Xotiraning ma'lum samaralari aniqlangan. Agar tekshiriluvchiga 10ta bo'g'inli qator berilsa, birinchi va oxirgi bo'g'inlar oson esda qoladi, o'rtadagilari

esa unchalik esda qolmaydi, - bu «chegara samarasi». B.V.Zeygarnik samarasi - tekshiriluvchilarga vazifalarni bajarish taklif etilib, ularga bir xillarini oxirigacha yechishga imkon berilsa, boshqalari yakuniga yetkazilmasa, oqibatda tekshiruvdagilar tugallanmagan vazifalarni to'liq echilgan vazifalarga qaraganda 2 marta ko'proq eslay oladilar.

Materialni xotirada tiklash eslash va tanish jarayonlari yordamida amalga oshiriladi.

Eslash - bu xotiradagi materialdan keyingi faoliyatda foydalanish. Eslashning fiziologik asosini jism va harakatlarni idrok qilishda avval hosil bo'lgan nerv aloqalarini tiklash tashkil etadi. Eslash maqsadsiz (ixtiyorsiz) va maqsadli (ixtiyoriy) bo'lishi mumkin. Birinchi holatda eslash biz uchun kutilmaganda sodir bo'ladi.

Shuningdek, eslashning turli xillari: haqiqiy eslash, yodga tushirish, tanish mavjud. Alohida o'rinni xotiralar - shaxsning tarixiy esdaliklari egallaydilar. Esga tushirishda ko'zlangan maqsad - biror narsani eslash - asosiy masalani hal qilish imkonini beruvchi oraliq maqsadlarga erishish yordamida amalga oshiriladi. Masalan, qandaydir voqeani eslash uchun bu bilan u yoki bu darajada bog'liq bo'lgan dalillarni eslashga harakat qilamiz. Bunda oraliq zanjirlardan foydalanish ongli xususiyatga ega bo'ladi. Esga tushirish, shuningdek, irodaviy jarayon bo'lib hisoblanadi.

Biror obyektни tanish uni idrok qilishda sodir bo'ladi va insonda obyekt haqida hosil bo'ladigan tasavvurlar, uning shaxsiy taassurotlari (xotira tasavvurlari) yoki so'z bilan ta'riflash (xayol tasavvurlari) asosida shakllangan obyektни idrok qilish sodir bo'layotganin bildiradi. Masalan, tanishimiz yashaydigan, lekin o'zimiz hech qachon u yerda bo'lmagan uyni taniymiz, tanish esa, tasavvurimizda aks etgan, bizga avval ta'rifi keltirilgan izlab topish mumkin belgilar asosida sodir bo'ladi.

To'g'ri tanishning turli xillari bilan bir qatorda tanishdagi xatoliklar ham mavjud bo'ladi. Masalan, birinchi marta idrok qilinayotganlar, ba'zida tanishdek, avval xuddi shu ko'rinishda sodir bo'lgandek tuyuladi.

Unutish - avval idrok qilingan ma'lumotni tiklash imkoniyatining mavjud emasligida ifodalanadigan xotira jarayoni. Unutishning fiziologik asosini vaqtinchalik nerv aloqalarini dolzarblashishiga halaqit beruvchi po'stloqdagi tormozlanishning ba'zi turlari tashkil etadi. Ko'pincha bu mustahkamlanishlarsiz rivojlanadigan so'nuvchi tormozlanishdan iborat bo'ladi.

Unutish ikki asosiy shakl:

- a) eslash yoki bilish imkoniyatining mavjud emasligida;
- b) noto'g'ri eslash yoki tanishda namoyon bo'ladi.

To'liq eslash va to'liq yoddan chiqarish o'rtasida eslash va tanishning turli darajalari mavjud bo'ladi. Ba'zi tadqiqotchilar ularni «xotira darajalari» deb ataydilar.

Bunday darajalarga quyidagilar kiradi:

- a) eslash xotirasi;
- b) tanuvchi xotira;
- v) yengillashtiruvchi xotira.

Vaqt o'tgandan so'ng xotiradan ko'tarilgan materialni eslash reminissensiya (xira esga keltirish) deb ataladi. Reminissensiyaning mohiyati, biz to'liq eslay olmagan material idrok qilinganidan bir-ikki kun o'tgandan so'ng materialni birinchi marta eslashda kuzatilmagan dalillar va tushunchalar bilan to'ldirilishidan iborat. Bu hodisa ko'pincha katta hajmli materialni so'zlab berish orqali eslashda kuzatiladi, bunga nerv hujayralarining charchashi sabab bo'ladi. Reminissensiya ko'pincha maktabgacha yoshdagi va kichik maktab yoshidagi bolalarda, va ayrim holatlarda kattalarda ham kuzatiladi.

Unutishning boshqa shakllari xatolik bilan eslash va tanishdir. Barchaga ma'lumki, vaqt o'tishi bilan idrok qilinganlar xotirada o'z yorqinligi va aniqligini yo'qotib, rangsizlanib, noaniq bo'lib qoladi. Lekin avval idrok qilingan materialning o'zgarishi boshqa xususiyatga ham ega bo'lishi mumkin, bunda unutish aniqlikni yo'qotishdan emas, esga tushirilganlarning haqiqatda idrok qilinganlarga muvofiq kelmasligidan iborat bo'ladi. Bunda biz voqelikda mavjud bo'lganlarni emas, boshqa narsalarni eslaymiz, chunki unutish jarayonida u yoki bu darajada idrok qilingan materialning chuqur qayta tuzilganligi, sifatining qayta

ishlanganligi sodir bo'lishi mumkin. Qayta ishlashga misol tariqasida voqealar izchilligining vaqt bo'yicha noto'g'ri eslashni keltirish mumkin.

9.3. Xotira xossalari

Xotira tasnifiga nisbatan yondoshuvlar masalasini ko'rib chiqishga o'tamiz. Xotira xossalariining turini ajratish uchun umumiy asos sifatida esda olib qolish va eslash jarayonlari amalga oshiriladigan faoliyat xususiyatlariga bog'liqligi namoyon bo'ladi.

- faoliyatda ustunlik qiluvchi psixik faoliyatning xususiyatiga ko'ra, harakat, emosional, obrazli va so'z-mantiqiy xotiralarga bo'linadi;
- faoliyat maqsadiga ko'ra - ixtiyorsiz va ixtiyoriy xotiraga bo'linadi;
- materialning mustahkamlanishi va saqlanib qolishi davomiyligiga ko'ra - qisqa muddatli, operativ va uzoq muddatli xotiraga bo'linadi.

Xotira turlarining psixik faoliyat xususiyatiga ko'ra tasniflanishini birinchi marta P.P.Blonskiy tomonidan taklif etilgan. Faoliyat turlarida psixik faoliyatning motorli, hissiyotli, sensor, aqliy turlari ustunlik qilishi mumkin. Bu faoliyatlarning har biri harakatlar va ularning mahsuloti bo'lgan faoliyat, sezgi, obraz, fikrlarda ifodalanadi. Blonskiy xotiraning ayrim turlari o'rtasidagi farqlarni aniqlashga muvaffaq bo'ldi.

Harakat xotirasi - bu turli harakatlar yoki tizimlarini esda olib qolish, saqlash va eslash. U, masalan, piyoda yurish, mashinani boshqarish, raqs tushish va boshqalarda turli harakatli malaka va ko'nikmalarning shakllanishi uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

Emotsional xotira - bu boshdan kechirilgan sezgi va emotsional holatga nisbatan xotira. Hissiyotlar doimo ehtiyoj va qiziqishlarimizning qanday qoniqtirilayotgani, atrof-olam bilan munosabatlarimiz qanday amalga oshirilayotgani haqida xabar berib turadilar. Boshdan kechirilgan va xotirada saqlanib qolgan sezgilar harakatga boshlovchi yoki o'tmishda salbiy kechinmalarni uyg'otgan harakatdan tutib qoluvchi xabarlar sifatida namoyon bo'ladi.

Obrazli xotira - bu tasavvurlar, tabiat va hayot manzaralari, shuningdek, ovoz, hid, ta'mlarga nisbatan bo'lgan xotira. U ko'rish, eshitish, tuyish, hid bilish va ta'm bilish bilan bog'liq bo'ladi. Ba'zan eydetik xotira - ba'zi individlarning

(eydetiklar) avval idrok qilingan jism va sahnalar o'ta to'laqonli va obrazini esda saqlash va eslash qobiliyatiga ega bo'lgan odamlar uchrab turadi. Eydetik obrazlar jismning mavjud emasligida yuzaga kelib, oddiy tasavvurga xos bo'lmagan izchil ko'rgazmalilik xususiyatiga ega bo'lishi bilan tasavvurlarga o'xshash bo'ladi.

So'z-mantiqiy xotira fikrlar, tushunchalarni esda olib qolish, saqlash va eslashda ifodalanadi. So'z-mantiqiy (semantik, verbal) xotira yordamida inson aqliy qobiliyati axborot bazasi hosil bo'ladi, ko'pchilik fikrlash operatsiyalari (o'qish, hisob va h.k.) amalga oshiriladi. So'z-mantiqiy xotirada muhim o'rinni ikkinchi xabar tizimi egallaydi. So'z-mantiqiy xotira - bu o'zining sodda shakllarida hayvonlarga ham xos bo'lgan motorli, emotsional va obrazli xotiralardan farqli ravishda faqat insonga xos bo'lgan maxsus xotira. Xotiraning bu turi maktab va oliy o'quv yurtlaridagi o'quv jarayonida bilimlarni o'zlashtirishda yetakchi o'rinni egallaydi.

Xotira faoliyat maqsadiga bog'liqligiga ko'ra ixtiyorsiz va ixtiyoriy xotiralarga bo'linadi. Biror narsani esda olib qolish yoki esga tushirish maxsus maqsadga ega bo'lmagan esda olib qolish va eslash ixtiyorsiz xotira deyiladi. Shunday maqsad ko'zlanganida ixtiyoriy xotira haqida so'z yuritiladi.

Axborot saqlashning vaqt bo'yicha belgilanganligiga bog'liq ravishda xotirani qisqa muddatli, uzoq muddatli va operativ xotiraga bo'lish mumkin. Chegaralangan vaqt (30 soniyagacha) ichida axborot saqlash xususiyatiga ega bo'lgan va ushlab qolinadigan elementlar sonining chegaralanganligi bilan ajralib turadigan xotira qisqa muddatli xotira deyiladi. Bu xotira idrok qilinganlarning faqatgina umumlashtirilgan obrazini, uning ahamiyatga molik elementlarini saqlab qoladi. Xotira ushbu turining hajmi 5-7 obyekt bilan chegaralangan.

Uzoq muddatli xotira - materialni chegaralanmagan vaqt oralig'ida va axborotni chegaralanmagan hajmda ushlab qolish xususiyatiga ega bo'lgan xotira turlaridan biri.

Operativ xotira - ma'lum faoliyatni bajarishda namoyon bo'ladigan, shu faoliyatga qisqa muddatli va uzoq muddatli xotiradan kelayotgan axborotni saqlashga binoan xizmat ko'rsatuvchi joriy faoliyatni bajarish uchun zarur bo'lgan xotira turi.

Bu xotira turi axborotni saqlash davomiyligi va o'z xossalriga ko'ra qisqa va uzoq muddatli xotiralar o'rtasidagi oraliq holatni egallaydi.

Anglanish darajasiga ko'ra xotira mexanik va mantiqiy xotiraga bo'linadi. Mantiqiy xotira - yod olinishi zarur bo'lgan materialdagi mantiqiy aloqalarni o'rnatish va tushunishga asoslangan xotira turi. Tafakkur va xotiraning aloqasi psixologiyada mavjud bo'lgan tushunarli bo'lgan narsa oson eslab qolinadi, degan aqidada qayd etiladi. Mexanik xotira o'rganish va hayotiy tajriba orttirish qobiliyati shaklida namoyon bo'ladi.

Ko'rib chiqilgan xotira turlari alohida o'zlari mavjud bo'la olmaydi. Fikr va tushuncha xotirasi so'z-mantiqiy xotira sifatida, shuningdek, har bir xususiy vaziyatda ixtiyoriy yoki ixtiyorsiz bo'ladi.

Inson xotirasini yaxshilashning ko'plab usullari mavjud. Mnemotexnik usullarning mohiyati yod olinishi zarur bo'lgan materialni ma'lum taxlitda tuzishdan iborat. Mana shunday usullardan ba'zilar.

Maromlashtirish metodi ma'lumotni marom yoki qofiya bilan bog'liq bo'lgan she'r, qo'shiq, satrlarga o'tkazishdan iborat.

Emotsional assosiatsiyalash metodi esda olib qolinadigan materialning inson hissiy kechinmalari bilan aloqasiga asoslangan. Insondagi kuchli his-tuyg'ular va kechinmalar hosil qiladigan material oson esda olib qolinishi aniqlandi. Materialni yaxshi va oson esda olib qolish uchun bu materialni yodlayotgan odamda qiziqish uyg'otishi kerak.

Aloqalar metodi matnning tayanch so'zlarini yagona yaxlit hosilaga, yagona hikoyaga birlashtirishdan iborat.

Joylar metodi ko'rish assosiatsiyalarga asoslangan: esda olib qolish kerak bo'lgan jismni aniq tasavvur qilib, uning obrazini xotirada oson topish mumkin bo'lgan joy obrazi bilan birlashtirish zarur. Bu metod jismlar va joylar izchilligi tomonidan belgilangan assosiatsiyalarga asoslangan.

Doimiy yo'nalish sifatida ish joyigacha bo'lgan yo'l, xonadondagi xonalar va xonalar ichkarisidagi alohida «joylar» (divan, shkaf, kreslo va boshqalar) joylashuvi xizmat qilishi mumkin. Joylar ma'lum izchillikda raqamlanadi va esda olib qolinishi zarur bo'lgan jismlar ko'rish obrazlarini xotirada qayd etgan holda

tanlangan yoʻnalish boʻyicha joylashtiriladi. Shu tarzda zarur material maʼlum izchillikda esda olib qolinadi.

Amaliy tavsiyalar: insonga koʻplab turli-tuman jismlar va hodisalar oʻz taʼsirini koʻrsatadi, lekin bir muncha muddatdan soʻng biz idrok qilgan jismlardan baʼzilarining obrazlarini tasodifan yoki bilgan holda xotiramizda tiklashimiz mumkin. Bu hodisa tasavvur deb ataladi.

Tasavvurlarni xotiraning birlamchi va emosional taʼsir obrazlaridan farqlash zaruriyatiga eʼtibor qaratish lozim.

Xotiraning birlamchi obrazlari deb, bevosita obyektning idrok qilinishidan soʻng paydo boʻladigan va soniyalar bilan oʻlchanadigan vaqt oraligʻida saqlanib qoladigan obrazlarga aytiladi. Masalan, bir-ikki soniya biror jism - ruchka, stol lampasi, surʼatga tikilib turing, soʻng koʻzlaringizni yumib, uni iloji boricha yorqinroq tasavvur qilishga harakat qiling. Siz darhol tez orada soʻnuvchan va gʻoyib boʻladigan yorqin va jonli obrazni hosil qilasiz.

9.4. Xotiraning birlamchi obrazlari

Xotiraning birlamchi obrazlari izchil obrazlarga oʻxshash maʼlum xususiyatlarga ega boʻladilar

- a) obyektни idrok qilishdan soʻng paydo boʻladi;
- b) davomiyligi juda oz;
- v) yorqinligi, jonliligi va koʻrgazmaliligi koʻrgazmali tasavvurlarga qaraganda koʻproq boʻladi;
- g) yagona idrok ildiziga ega, umumlashtirishdan iborat boʻlmaydi.

Ikkinchi tomondan, ular izchil obrazlardan farq qiluvchi, haqiqiy tasavvurlarga yaqinlashtiruvchi xossalarga ega. Birinchidan, xotiraning birlamchi obrazlari idrok qilishda diqqatning maʼlum obyektga yoʻnalganligiga bogʻliq. Ikkinchidan, yorqin izchil obrazni hosil qilish uchun uzoq vaqt (15-20 soniya) maʼlum obyektga tikilib turish lozim, xotiraning yorqin birlamchi obrazlari esa davomiy boʻlmagan idrok qilish (1-2 sek.) vaqt oraligʻida hosil boʻladi.

Emosional taʼsir obrazlari deb, bir jinsli obyektlar yoki kuchli hissiy taʼsir koʻrsatgan obyektни davomli idrok qilgandan soʻng ongda oʻta jonlilik bilan paydo boʻladigan ixtiyorsiz obrazlarga aytiladi. Masalan, qoʻziqorin terib, oʻrmonda uzoq

vaqt sayr qilgan odam uxlashga yotib, ko'zlarini yumganida uning ongida o'rmon manzaralari, barglar, o't-o'lanlar obrazlari yetarlicha yorqin ranglarda paydo bo'ladi. Yoki, qandaydir kuyni tinglaganingizdan so'ng u uzoq vaqt «quloqlaringiz ostida jaranglab turadi». Ko'pincha, bu hissiyotlarni junbushga keltirgan kuy bo'lib chiqadi. Emosional ta'sirli obrazlar aniqligi va ko'rgazmaliligi, va ixtiyorsizligi, shuningdek, umumlashtirishga ega bo'lmagan idrokning oddiy nusxasi ekanligi bilan izchil obrazlarga o'xshash bo'ladi. Lekin ular izchil obrazlardan idrokdan vaqt bo'yicha bir necha soatlar, ba'zida esa hatto bir necha kunlar bilan ajratilgan bo'lishi bilan farq qiladi.

Barcha odamlar bir-birlaridan u yoki bu ko'rinishdagi tasavvurlarning ular hayotida ijro qiladigan rollariga ko'ra tafovutlanadilar. Ba'zilar ko'rish, boshqalarda - eshitish, qolganlarida - harakatli tasavvurlar ustunlik qiladi. Barcha odamlar tasavvur tipining ustunligiga ko'ra ko'rish, eshitish, harakatli va aralash tasavvurlar ustunligi ifodalanadigan guruhlariga ajratilishi mumkin.

Ko'rish tipiga mansub odam matni esga tushiradi, kitob sahifasini tasavvur qilib, xayolan uni mutoala qiladi. Agar qandaydir raqamlarni, masalan telefon raqamini eslab qolish kerak bo'lib qolsa, uni qog'ozda yozilgan tarzda tasavvur qiladi.

Eshitish tipiga mansub odam matnni xotirlab, talaffuz etilayotgan so'zlarni eshitgandek bo'ladi. Raqamlar ham eshitish obrazi shaklida yodda saqlanadi.

Harakatli tipga mansub odam matn yoki raqamlarni yodda saqlab qolish uchun ularni ichida qaytaradi.

Ta'kidlab o'tish joizki, yorqin ifodalangan tasavvur tiplariga ega bo'lgan insonlar juda kam uchraydi. Ko'pchilik odamlarda u yoki bu darajada tasavvurning barcha ko'rsatib o'tilgan tiplari mavjud bo'ladi, va ushbu odamda qaysi tip etakchi o'rinni egallashini aniqlash mushkul ish. Ushbu vaziyatda individual farqlar faqat tasavvurlar ustunligida emas, balki, tasavvurlarning o'ziga xosligida ham ifodalanadi. Xuddi shunday, ba'zi odamlarda tasavvurlarning barcha tiplari yorqinroq, jonliroq va to'laroq ifoda etilsa, boshqalarda u yoki bu darajada rangsiz va chizmalarga asoslangan bo'ladi. Yorqin va jonli tasavvurlar ustunligi kuzatiladigan odamlar tasavvurlarning obrazli tipiga mansubdir. Bunday

odamlarning psixik hayotida tasavvurlar katta ahamiyatga ega. Masalan, qandaydir voqealarni xotirlab, ular xayolan bu voqealarga tegishli bo'lgan alohida sahnalarni «ko'radilar»; biror narsa haqida mulohaza yuritib yoki gapirib, ko'rgazmali obrazlar va h.k.lardan keng foydalanadilar.

Qator tadqiqotlar natijalariga ko'ra, bolalar hayotidagi hodisalar to'g'risidagi birinchi xotiralar 1,5 yoshda paydo bo'ladi. Shuning uchun aynan shu vaqtda bolalarda «erkin tasavvurlar» paydo bo'ladi. Uch yoshga kelib esa, ko'rish tasavvurlari bola hayotida muhim ahamiyat kasb etadi. Ikki yoshda nutqiy tasavvurlar yuqori rivojlanish nuqtasiga etadi. Bunday tasavvurlarsiz bolaning nutqni egallashi, uning kattalar bilan muloqoti jarayonlarini amalga oshirib bo'lmaydi.

Tasavvurlar maktabgacha yoshdagi bolaning psixik hayotida o'ta muhim o'rinni egallaydilar. Odatda, bu yoshdagi bola obrazlar yordamida ko'rgazmali fikr yuritadi. Lekin bolalardagi birlamchi tasavvurlar yorqin bo'lmaydi.

Psixologik tadqiqotlarga ko'ra, tasavvurlarning aniqligi va yorqinligi mashqlarni bajarish ta'sirida oshib boradi. Tasavvurlar rivojlanishining muhim sharti bo'lib etarlicha boy bo'lgan perseptiv ma'lumotlarning mavjudligi hisoblanadi. Bunday tasdiqlanishning mohiyati tasavvurlarning idrokning odatiy usuliga bog'liqligidan iboratdir va bu holat aniq muammolarni hal etishda hisobga olinishi zarur. Masalan, ko'pchilik chet tilidagi so'zlarni ko'rish orqali, o'z ona tilidagi so'zlarni esa eshitish-harakat orqali tasavvur qiladi. Bu o'z tilimizni doimo eshitishimiz va odamlar bilan muloqot jarayonida nutqni o'rganishimiz, chet tilini esa, odatda, kitoblar yordamida o'rganishimiz bilan tushuntiriladi. Natijada chet tilidagi so'zlarni tasavvur qilish ko'rish obrazlari ko'rinishida shakllanadi.

O'qitish jarayonida tasavvurlarning perseptiv obrazlar asosida shakllanishini hisobga olish lozim. Tasavvurlardan erkin ravishda foydalanish uchun o'quvchi mos bo'lgan perseptiv obrazlar asosida ma'lum turdagi tasavvurlarni shakllantirib olishi va ularni qo'llay bilish amaliyotiga ega bo'lishi zarur.

Tasavvurlar rivojlanishining muhim bosqichi bo'lib, ularing ixtiyorsiz paydo bo'lishidan kerakli tasavvurlarni ixtiyoriy hosil qilish malakasiga o'tish hisoblanadi.

Odam ko‘rgan, his qilgan va eshitgan narsalarining juda oz miqdorinigina eslab qola oladi. Ma’lum bo‘lishicha, bir vaqtning o‘zida odam ongida 7 tadan ortiq belgiga ega bo‘lgan ma’lumotning qolishi qiyin ekan ekan. Bu yettita so‘z, son, belgi, narsaning shakli bo‘lishi mumkin. Agar telefon raqamlari 8 ta belgili bo‘lganda, uni yodda saqlash ancha qiyin bo‘larkan. Demak, ongning tanlovchanligi va ma’lumotlarni saralab, terib ishlatishi yana bir psixik jarayonni - xotirani bilishimiz lozimligini bildiradi.

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

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

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

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

- esda saqlab qolish bilan bog‘liq harakatlarning yakunlanganlik darajasiga;
- shaxsning o‘zi shug‘ullanayotgan ishga nechog‘lik qiziqish bildirayotganligi va shu ishga moyilligiga;
- shaxsning bevosita faoliyat mazmuni va ahamiyatiga munosabatining

qandayligiga;

- shaxsning ayni paytdagi kayfiyatiga;
- irodaviy kuchi va intilishlariga.

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

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

Xotiraning samaradorligi eslab qolishning ko‘lami va tezligi, esda saqlashning davomiyligi, esga tushirishning aniqligi bilan bog‘lanadi.

Demak, odamlar ham aynan shu sifatlarga ko‘ra ham farqlanadilar:

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

Ba’zi odamlarning xotirasiga xos jihatlarni tug‘ma deb atashadi. To‘g‘ri, oliy nerv tizimi, uning o‘ziga xos ishlash xususiyatlari xotiraning o‘ziga xos individual uslubini belgilashi mumkin. Lekin hayotda ko‘pincha shaxsning bilish jarayonlari va sezgi organlarining ishlash qobiliyatlariga bog‘liq tarzda ajralib turadigan tiplari haqida gapirishadi.

Kutilmagan ma’lumot. Kutilmaganda paydo bo‘lgan yangi va yaxshi ma’lumot ham yaxshi esga tushadi. Masalan, sonlar qatorida berilgan bitta harf, yoki aksincha, harflar orasidagi bitta son, uzun jumlar orasida paydo bo‘lgan qisqa jumla esga tezroq va aniqroq tushadi. Buning oddiy sababi - biz

kutilmaganda paydo bo'lgan ma'lumot yoki narsaga hayratlanamiz, jonli emosiyalar bilan javob beramiz, bu esa yaxshi eslab qolishga va kerak bo'lganda, yorqin tiklashga asosdir.

Esda saqlash vaqti bilan esga tushirish vaqti o'rtasidagi farq. Odamda berilgan ma'lumotni idrok qilish va shu orqali esda saqlash vaqti kanchalik ko'p bo'lsa, esga tushirish ham osonroq bo'ladi. Shuning uchun ham uzoq muddatli xotirada saqlanadigan informasiya uzoq vaqt mobaynida, ko'pincha bir necha marta qaytarib beriladi, qisqa muddatlida esa bir marta, qisqa fursatda beriladi va shu narsa esga tushirish kerak bo'lganda, tiklanmaydi. Masalan, biror tekstni kompyuterga kiritish uchun o'rtog'ingizga berib, keyin nimalarni kiritganini so'rang. Javob aniq: «Esimda yo'q». Ya'ni ma'lumotning umumiy mazmuni yodda qolsa ham, asosiy tushunchalar va mohiyat esda qolmaydi.

Xotira faol jarayon bo'lib, u shaxsning u yoki bu turli ma'lumotlar bilan ishlash malakasiga, unga munosabatiga, materialning qimmatini tasavvur qilishiga bevosita bog'liq bo'ladi. Shaxsning o'zi uylab topib, o'zi bevosita bajargan ishlari juda oson esga tushadi. Bu hodisa psixologiyada generasiya effekti deb ataladi. Agar talaba yoki o'quvchi ham o'zi biror teoremani mustaqil ravishda isbot qilgan bo'lsa, yoki biror xulosaga mustaqil ravishda kelolgan bo'lsa, o'qituvchi tushuntirgan hodisaga yaqin narsa to'g'risida o'rtoqlariga so'zlab bergan bo'lsa, albatta uni xohlagan paytda osongina esga tushiradi. Shuning uchun ham oxirgi paytlarda o'yin metodlari, munozara metodlaridan o'quv jarayonida ham keng foydalanilmoqda.

Shaxs o'z xotirasini yaxshilash istagi bo'lsa, u xolda xotiraning sakkiz qonunini eslab qo'yishni taklif etamiz:

1. Anglanganlik qonuni.

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

2. Qiziqish qonuni.

Anatol Frans: «Bilimlarni yaxshi hazm qilish uchun uni ishtaha bilan yutish kerak» deganda, albatta, materialga jonli qiziqish bilan munosabatda bo'lishimiz, va uni yaxshi ko'rishimiz kerakligini nazarda tutgan.

3. Ilgarigi bilimlar qonuni.

Ma'lum mavzu yuzasidan bilimlar qanchalik ko'p bo'lsa, yangisini esda saqlab qolish shunchalik oson bo'ladi.

Eslab qolishga tayyorlik qonuni.

Biror materialni eslab qolishdan avval, bo'lg'usi aqliy ishga qanday hozirlik ko'rgan bo'lsangiz, shunga mos tarzda eslab qolasiz. Masalan, fizika o'qituvchisining barcha darslari sizga doimo ma'qul bo'lgan bo'lsa, Siz: «Bugun ham yangi narsa o'rganib chiqaman», deb o'zingizni ishontirasiz va oqibatda natija ham yaxshi bo'ladi. Yoki vaqtga nisbatan tayyorlik ham shunday.

Assosiasiyalar qonuni.

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

4. Birin - ketinlik qonuni.

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

5. Kuchli taassurotlar qonuni.

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

6. Tormozlanish qonuni.

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

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

beramiz.

Xotirani yaxshilash va xotira mashqi: bishilarning ismini yoki berilgan bob materialini tezroq va yaxshiroq eslab qolish uchun kundalik hayotimizda biz nima qila olamiz?

Kirish qismida gap borgan PRTR (esda olib qolish) metodi mazkur mashqlarni taklif etadi: materialni bir necha bor qaytaring, uzoq muddat eslab qolish imkonini beradi.

Takrorlash va material bilan ishlashga ko‘proq vaqt ajrating. Minimal darajada takrorlash bilan murakkab materialni tez o‘qish (yuzaki ko‘z yugurtirish) uning xotirada qolishiga yordam bermaydi. Materialni takrorlab, uni tanqidiy anglash katta foyda keltiradi. Faol mashq qilish (yodlash) lozim.

Notanish tushunchalarni yodda saqlab qolish uchun mnemoik (esga olishni osonlashtiradigan) uslublardan foydalaning, notanish so‘zlarni tayan-so‘zlar bilan bog‘lang. Nomlanishlarni obrazli tasavvur qilish uchun vaziyatlarni o‘ylab toping.

Nazorat uchun savollar:

1. Xotira deganda nimani tushunasiz?
2. Xotiraning bilish psixik jarayoni sifatidagi xususiyatlarini aytib bering?
3. Xotiraning qanday nazariyalarini bilasiz?
4. Xotiraning asosiy jarayonlari haqida gapirib bering?
5. Xotiraning qanday turlarini bilasiz?
6. Xususiyatlarini gapirib bering?

X BOB. NUTQ VA UNING TURLARI

10.1. Nutqning psixologik asoslari

Nutq - inson psixologiyasining eng muhim vazifalaridan biri bo'lib, boshqa psixologik jarayonlarni boshqarib, bir biriga boq'lab turadi. Inson ongigidagi tafakkur va tasavvur qilish jarayonlari nutq faoliyati bilan chambarchas bog'liq bo'lib, inson fikrlash faoliyati - nutqiy tafakkurni paydo qiladi. Nutqning rivojlanishi boshqa psixologik jarayonlarning rivojlanishiga turtki bo'ladi.

Nutq o'z navbatida tashqi, ichki, og'zaki, yozma dialog va monolog ko'rinishlarida bo'ladi. Nutq o'zaro munosabat va muloqotda eng asosiy qurol hisoblanadi.

Muloqot- bu odamlar o'rtasidagi aloqa, buning natijasida odamlarning bir biriga bo'lgan ta'siri paydo bo'ladi. Muloqot davomida odamga nisbatan ehtiyoj tug'iladi. Muloqot tufayli odamlar turli xil amaliy va nazariy faoliyatlarni uyushtiradi. Bundan tashqari axborot almashish, bir-birini tushinish kabi jarayonlar ham muloqot tufayli sodir bo'ladi. Shuningdek, muloqot shaxslar o'rtasidagi munosabatlarni yaratib, ularni amalda qo'llashda yordam beradi.

10.2. Til muloqot vositasi sifatida

Til - bu odamlar uchun ma'lum ma'no va ahamiyat kasb etuvchi tovush birikmalarini yetkazuvchi shartli ramzlar tizimi. Til jamiyat tomonidan ishlab chiqilgan bo'lib, odamlarning ijtimoiy ongida ularning ijtimoiy turmushini aks ettirish shakli, shuningdek, ijtimoiy-tarixiy rivojlanish mahsuli bo'lib hisoblanadi. Til - bu murakkab hosila. Tildan farqli ravishda nutq deb ma'lumot yetkazish, ko'rsatma, savol, buyruq berish shaklida amalga oshiriladigan nutqiy muloqot jarayoniga aytiladi. Nutq yordamida u yoki axborotni yetazish uchun ma'lum ma'noga ega bo'lgan mos so'zlarni tanlash emas, balki ularni aniqlashtirish ham lozim. Nutqdagi har bir so'z ma'lum ma'nogacha qisqartirilgan bo'lishi zarur.

Nutqda so'z ifodalari bilan yetkaziladigan mazmundan tashqari, bizning so'zlayotganlarimizga nisbatan munosabatimiz ham ifodalanadi. Bu hodisa nutqning emosional-ifodali jihati deb ataladi va iborani talaffuz qilishda qo'llaydigan so'zlarning jaranglash toni bilan belgilanadi.

Shunday qilib, nutqiy muloqot - bu murakkab va ko'p tomonlama jarayon. A.N.Leontevning fikriga ko'ra, har bir nutq akti «o'ziga xos nutqning shakli va turi, aniq sharoitlar va muloqot maqsadlariga ko'ra, turli nutq vositalarini qo'llashni talab etuvchi psixologik muammoning echimini topishdan iborat». Xuddi shu nutqni tushunishga ham tegishlidir.

Muloqoting universal vositasi sifatidagi hozirgi zamon nutq holatigacha odamning uzoq davom etgan filogenezdagi taraqqiyot jarayoni bo'lib o'tgan edi. Shuni ta'kidlab o'tish lozimki, nutq - bu insonga xos bo'lgan faoliyat. Nutq bilan birga til ham, ilk marotaba faqat insoniylik jamiyatida, hamkorlikdagi mehnat jarayonida yuzaga keldi.

Hozirgi zamon fan ma'lumotlariga ko'ra, dastlabki nutq vositasi majmuiy kinetik nutq bo'lgan. Nutqning bu shakli ibtidoiy obrazli tafakkur bilan bog'langan bo'lib, taxminan yarim million yil avval mavjud bo'lgan. Majmuiy kinetik nutq deb, tana harakatlari yordamida ma'lumot etkazishning sodda tizimiga aytiladi.

Nutq rivojlanishining keyingi bosqichida nutq harakatlarining asta-sekin mehnat faoliyatidan ajralib, nutq vositalari sifatida ixtisoslashi, ya'ni, ularning jestlarga aylanishi bilan bog'liq. Harakatlarning nutqiy va mehnat harakatlariga bo'linishiga odamlar mehnat faoliyatining murakkablashishi sabab bo'ldi. Natijada maxsus qo'l bola til va qo'l (kinetik) nutqi paydo bo'ldi. Shunday qilib, odam qo'li mehnat va muloqotning asosiy vositasi bo'lib qoldi.

10.3. Kinetik nutq

Tovushli nutqqa o'tish, taxminan, 100 ming yillar avval boshlangan bo'lishi mumkin. Bu ishlab chiqarishning rivojlanishi va mehnatning birlamchi bo'linishi bilan bog'liq bo'lgan. Qo'l nutqi bajara olmaydigan jism va hodisalar alohida tushunchalar tizimida aniqroq belgilanadigan, nutqqa bo'lgan talab paydo bo'ldi.

Muloqot jarayonida qo'l imo-ishoralari ma'lum mujmal tovushli ovoz bilan birga ijro qilingan. Asta-sekin nutq tovushlari rivojlanib, sayqallanib bordi. Vaqt o'tishi bilan ular kinetik nutq bajargan vazifalarni o'z zimmalariga oldilar, bundan tashqari, odam nutqi taraqqiyotini ta'minlab berdilar.

Shunday qilib, nutq va til yangi sifat darajasi - tovushli aniq nutq darajasiga ko'tarildilar.

Dastlab tovushli nutq takomillashmagan edi. Soʻzlar, birlamchi, qoʻl imo-
ishoralari kabi juda umumiy, noaniq maʼnoga ega edi. Bir xil soʻz mazmuni
turlicha boʻlgan jismlarni belgilashda qoʻllanilishi mumkin edi (ibtidoiy
polisemantizm). Ilk soʻzlar yaxlit iboralar bilan ifodalangan, deb taxmin qilish
mumkin, dastlabki nutq shakllari juda oddiy boʻlgan. Ularda yashirin maʼno,
jumlar boʻlmagan. Nutq aniq maqsadlarda, qandaydir maʼlumotni
yetkazishdagina ishlatilgan. Soʻngra mehnat taʼsirida soʻz maʼnolari rivojlana
borgan, va bu asta-sekin murakkab morfologiya va sintaksisga ega boʻlgan tilning
shakllanishiga olib keldi.

10.4. Nutqning rivojlanish bosqichlari

Nutq rivojlanishining keyingi bosqichi yozuvning yaratilishidir. Yozuvli nutq
ogʻzaki nutq kabi oʻz taraqqiyotida bir necha bosqichlardan oʻtdi. Dastlab yozuv
belgilari paydo boʻldi, keyinroq esa, tovushli nutq paydo boʻlishi bilan yozuv
belgilari tovushlar maʼnosini aks ettira boshladi, bu esa harf-fonetik turdagi
zamonaviy yozuvning yuzaga kelishiga olib keldi

Irsiy jihatdan nutq tafakkur bilan birga ijtimoiy-mehnat amaliyotida paydo
boʻldi va u bilan insoniyat ijtimoiy-tarixiy taraqqiyot jarayonida rivojlandi. Nutq
yaxlitligicha ong tomonidan boshqariladi. Ongning asosiy vazifasi - turmushni
anglash, aks ettirish, til va nutq buni maxsus holatda bajaradilar: ular turmushni,
belgilagan holda aks ettiradilar. Til va nutq oʻzaro farqlanadilar. Til - muloqot
vositalarining qatʼiy meʼyoriy tizimi, nutq esa - muloqot jarayonida fikr va
hissiyotlarni yetkazish uchun qoʻllanma. Til uni qoʻllaydigan odamlar uchun bir
xildir, nutq individual tarzda oʻziga xos boʻladi. Nutqda alohida olingan odam yoki
odamlar jamoasining psixologiyasi ifodalanadi, til esa oʻzida halq psixologiyasini
ifodalaydi. Demak, nutq - bu verbal kommunikatsiya, yaʼni, til vositasidagi
muloqot jarayonidir. Inson nutqi xilma-xil shakllarga ega.

Lekin nutqning qanday shaklidan foydalanmaylik, u nutqning ikki asosiy:
ogʻzaki yoki yozma turlaridan biriga tegishli boʻladi.

Bunda ikki tur maʼlum oʻxshashlikka ega boʻladi. bu oʻxshashlik hozirgi
zamon tillaridagi yozma nutq, xuddi ogʻzaki nutq kabi tovushli ekanligidan iborat:
yozma nutq belgilari bevosita maʼnoni emas, soʻzning tovush tarkibini yetkazadi.

Ogʻzaki nutqning asosiy boshlangʻich koʻrinishi boʻlib, suhbat shaklida kechadigan nutq hisoblanadi. Bunday nutq suhbat yoki dialog deb ataladi. Uning asosiy xususiyati suhbatdosh tomonidan faol olib boriladigan nutq hisoblanadi, yaʼni, suhbat jarayonida ikki suhbatdosh ishtirok etib, tilning sodda gap va iboralarini qoʻllaydilar. dialog nutqning ochiq holda ifodalanishi talab etmaydi, chunki suhbatdosh suhbat davomida nima haqida soʻz yuritilayotganini tushunadi va boshqa suhbatdosh tomonidan bildirilgan iborani fikran yakunlay oladi. Shunga oʻxshash vaziyatlarda birgina soʻz boshqa suhbatdosh tomonidan aytilgan iborani yakunlab qoʻyishi mumkin. Bunda birgina soʻz yaxlit iboraning oʻrnini bosadi.

Nutqning boshqa shaklini soʻzlovchi tomonidan aytilgan nutq tashkil etadi, bunda tinglovchilar uning nutqini idrok qiladilar, lekin unda toʻgʻridan-toʻgʻri qatnashmaydilar. Bunday nutq monolog deb ataladi. Maʼruzachining nutqi monologik nutq hisoblanadi. bu nutq psixologik jihatdan dialogdan murakkabroqdir, chunki u tinglovchidan oʻz mulohazalarini tushunarli, qatʼiy mantiqqa asoslangan holda bayon qilish malakasini talab etadi. Bunda soʻzlovchi yetkaziladigan axborotning tinglovchilar tomonidan oʻzlashtirilishini baholashi zarur, yaʼni, u faqat oʻz nutqinigina emas, balki tinglovchilarni ham kuzatishi kerak boʻladi.

Nutqning boshqa turi yozma nutq hisoblanadi. yozma va ogʻzaki nutqlar oʻrtasida psixologik tafovutlar mavjud. Ogʻzaki nutqning yozma nutqdan farqlaridan biri ogʻzaki nutqda soʻzlarning qatʼiy ravishda ketma-ket kelishi, bir soʻz talaffuz etilganida undan oldin kelgan soʻz na soʻzlovchi va na tinglovchi tomonidan idrok qilinmasligidan iborat. yozma nutqda boshqacharoq: yozayotgan ham, oʻqiyotgan ham oʻzlarining idrok maydonlarida bir vaqtning oʻzida soʻzlar qatoriga ega boʻladilar, ehtiyoj tugʻilgan vaziyatlarda esa bir necha satr yoki sahifa orqaga qaytishlari mumkin. yozma nutqning ogʻzaki nutq oldidagi afzalligi shundan iborat. Yozma nutqni ixtiyoriy ravishda tuzish mumkin, chunki yozganlaringiz doimo koʻz oldingizda boʻladi. Shu bilan birga, yozma nutq murakkab nutq shakli boʻlib hisoblanadi, chunki u avvaldan oʻylab iboralar tuzish, mulohazalarni aniqroq bayon etishni talab etadi, negaki, unga emosional tus berib, zarur imo-ishoralar bilan amalga oshira olmaymiz.

Nutqning yana bir - kinestetik shakli mavjud. nutqning bu turi insonda o'tmish davrlardan buyon saqlanib qolgan. vaqt o'tishi bilan nutqning ushbu turi o'z vazifalarini yo'qotgan va hozirda asosan nutqning emotsional-ifodali tarkibiy qismlari - imo-ishoralar sifatida qo'llaniladi.

Nutq turlarining ichki va tashqi nutq turlariga bo'linishining yana bir umumiy ko'rinishi mavjud. Tashqi nutq muloqot, axborot almashinuv jarayonlari bilan bog'liq. Ichki nutq, avvalambor, tafakkur jarayonini ta'minlash bilan bog'liq.

Og'zaki, ayniqsa, yozma nutqqa tayyorgarlik ko'rishda so'zlovchining o'z ichida nutqni qaytarib olish davri mavjud. mana shu ichki nutqdir. Unga parchalarga bo'linganlik xosdir, u vaziyatga bog'liq bo'ladi. Ichki nutq tashqi nutq asosida shakllanadi. Tashqi nutqning ichki nutqqa ko'chirilishi (interiorizatsiya) tashqi nutq tuzilishining qisqarishi bilan birgalikda kechadi, ichki nutqning tashqi nutqqa o'tishi (eksteriorizatsiya) esa, aksincha, ichki nutq tuzilishini ochib berishni, uni mantiqiy, hamda grammatik qoidalarga muvofiq ravishda tuzishni talab etadi.

Nazorat uchun savollar:

1. Nutq turlarihaqida ma'lumot bering?
2. Nutqning shakllari?
3. Yozma nutq haqida so'zlab bering?
4. Kinetik nutq nima?
5. Og'zaki va yozma nutqning ahamiyati?
6. Til va nutqning o'zaro bog'liqligi haqida so'zlab bering.

XI BOB. TAFAKKUR

11.1. Tafakkur jarayonlari

Tafakkur - inson ongining bilish obektlari hisoblanmish narsa va hodisalar o'rtasida murakkab, har tomonlama aloqalarning bo'lishini ta'minlovchi umumlashgan va mavxumlashgan aks ettirish shaklidir. "Sayyoramizning ertangi kuni, farovonligi farzandlarimiz qanday inson bo'lib kamolga yetishi bilan bog'liq. Bizning asosiy vazifamiz – yoshlarning o'z salohiyatini namoyon qilishi uchun zarur sharoitlar yaratishdan iborat." O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning BMT Bosh Assambleyasining 72-sessiyasida so'zlagan nutqidan. Haqiqatdan ham ertangi kunimiz bugungi yoshlarimizning salohiyati, tafakkuri, shuuriga bog'liq.

Tafakkur muammolari uzoq vaqtgacha o'zining murakkabligi bilan psixologlar nazaridan chetda bo'lgan, u asosan faylasuflar va mantiqshunoslar fikr yuritadigan masala hisoblangan. Psixologiya ilmining otaxoni hisoblanmish nemis olimi Vilgelm Vundt ham psixologiyani ikkiga bo'lib - fiziologik psixologiya (eksperimental yo'l bilan bilish jarayonlarini o'rganuvchi fan) va xalqlar psixologiyasi qismlariga bo'lib, oxirgi psixologiyaning tarkibiga nutq va tafakkur psixologiyasini ham kiritgan va uni eksperimental tarzda o'rganib bo'lmaydi, ularni tushuntirish mumkin xolos deb hisoblagan. Bu xulosalar aslida tafakkur va fikrlash jarayonlarining naqadar murakkab tabiatga ega ekanligidan dalolat beradi.

Hozirgi davrda tafakkurning predmeti yuzasidan turli-tuman qarash va ta'riflar mavjuddir. S.L.Rubinshteyn fikriga ko'ra tafakkurni psixologik jihatdan o'rganishning asosiy predmeti- jarayon, faoliyat tariqasida namoyon bo'lishdir, ya'ni u sub'ekt faolligini ta'kidlaydi. A.N.Leontev esa tafakkurni turli ko'rinishlarga ajratib, fikr yuritish faoliyati ekanligini uqtiradi, lekin uni predmetli amaliy faoliyat deb nomlaydi. P.Ya.Galperin fikriga ko'ra, tafakkur - bu oriyentirlash tadqiqot faoliyatidir. A.V.Brushlinskiy tafakkurning muhim yangilikni qidirish va ochish, gipoteza va nazariyalarni bashorat qilish, oldindan payqash xususiyatlari kabi jihatlarini ko'rsatib o'tadi. U tafakkurni umumlashtirib, unda yangilikni izlash va ochish xususiyati mavjudligini isbotlab bergan olimdir.

Tafakkurning oliyligi va murakkabligi shundaki, u idrokdan farqli, bevosita

aks ettirish bo'lmay, narsalar va ularning xossalarini ular yo'q paytda ham aks ettirishga imkon beradi. Masalan, Afrikaning subtropik xududlari to'g'risida gap ketganda, umrida biror marta Afrikaga bormagan odam ham subtropiklik xossasini bilgani uchun ham ushbu axborotni tushunib, uni qabul qila oladi. Sinov paytida talaba kecha o'qigan, laboratoriya sharoitida sinab ko'rgan qonuniyatlar xususida xuddi ro'parasida namoyon bo'layotganday, obrazli qilib gapirib berishi, ro'y bergan hodisalarni yana formulalar va statistik hisob-kitoblar vositasida isbot qilib berishi ham mumkin. Bu operasiyalarning asosida tafakkur jarayonlari yotadi.

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

Bunday psixologik holat psixologiyada insayt - oydinlashuv deb ataladi. Odam qachon ana shunday fikrlarda tiniklik, insayt paydo bo'lganini o'zi ham bilmaydi. Eng iqtidorli, zukko olimlar ham o'z fikr yuritish qonuniyatlariga e'tibor berib, yangi g'oya qachon, qanday yo'l bilan paydo bo'lganiga javob topolmaganlar. Hattoki, ba'zan shunday ham bo'ladiki, yangilik kashf etgan olim o'zining fikri naqadar noyob ekanligini ham anglash imkoniyatiga ega bo'lmaydi, qolaversa, kashfiyot go'yoki uniki emasday, qayerdan kelib qolganini ham tushunmaydi. Shuning uchun ham ko'plab genial kashfiyotlarning haqiqiy qadr - qimmatini muallif o'tib ketgandan keyin tarix tomonidan baholanadi. Xuddi shunday qadrga ega bo'lgan kashfiyotlar yurtimizda yashab o'tgan yuzlab allomalar ijodiga taalluqli. Masalan, Ibn Sino, Alisher Navoiy, Abu Nasr Farobiy, Al-Farg'oni, Xorazmiy, Zamashhary kabi allomalar o'zlari ijod qilgan paytlarida yaratgan g'oyalari va kashfiyotlarining qanchalik ahamiyatli va o'lmas ekanligini keyingi avlod, butun bir insoniyat tarixi isbot qilib, tan oldi. R.Dekartning kallasiga

analitik geometriya g'oyasi kelganda, o'zida yo'q xursand bo'lgan va cho'kkalab, yig'lab shu fikrni unga ato etgan Xudoga sajda qilgan ekan. Darhaqiqat, miyadagi tiniqlik, oydinlashuv avvalo Olloxning inoyati, qolaversa, o'sha fikr egasining mashaqqatli mehnati, tinimsiz ilmlar dunyosida to'kkan zaxmatli terlari evaziga ro'y beradi. Umuman yangiliklar ochish, ijod qilishga aloqador tafakkur turi uning eng ahamiyatli va shu bilan birga eng qiyin turidir. Chunki ijodkor, yoki kashfiyotchi nimanidir kashf qilishni xohlaydi, tinimsiz izlanadi, lekin qachon, qanday sharoitda, qanday yo'l bilan uni ochishi mumkinligini o'zi ham bilmaydi.

11.2. Tafakkurning turlari

Insonning fikrlash jarayoni tahlil qilinganda, uning qanday shakllarda kechishi ahamiyatli bo'lib, bu uning turlari va shunga ko'ra fikrlashdagi individuallik masalasidir. 6-jadvalda tafakkurning turli mezonlar asosidagi klassifikatsiyasi keltirilgan.

Hayot mobaynida uqiganlarimiz, ma'lum shart-sharoitlarda konkret dalillar va nazariy bilimlar asosida mushohada qilgan bilim va g'oyalarimiz asosida yuritgan fikrlash jarayoni nazariy tafakkurdir.

Amaliy tafakkur: bevosita hayotda va harakatlarimiz mobaynida hosil bo'lgan fikrlarimizga asoslanadigan tafakkurimizdir.

Ko'rgazmali - harakat tafakkurining: xususiyati shundaki, u ham odamning real predmetlar bilan ish qilayotgan paytdagi fikrlash jarayonini nazarda tutadi.

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

Mantiqiy tafakkur - bu mavxum tafakkur bo'lib, so'zlar, so'zda ifodalangan bilim, g'oya va tushunchalarga tayangan holda bevosita idrokimiz doirasida bo'lmagan narsalar yuzasidan chiqargan hukmlarimiz, mulohazalarimiz bu tafakkurga misol bo'la oladi.

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

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

Undan farqli produktiv yoki ijodiy tafakkur - fikrlash elementlariga yangilik, noyoblik, qaytarilmaslik qo‘shilgandagi tafakkurni nazarda tutadi.

Shunga bog‘liq bo‘lgan konvergent fikrlash masalaning yechimi faqat bitta bo‘lgandagi fikrlashni nazarda tutadi.

Divergent tafakkur - fikrning shunday turiki, u shaxsga bir muammo yoki masala yuzasidan birdaniga bir nechta yechimlar paydo bo‘lishini taqozo etadi.

Aynan ana shunday ijodiy tafakkur divergent shaklda bo‘lsa, u ijodiy parvoz, yangiliklarni kashf etishga asos bo‘ladi. Fikrning kashf etish, yangilik yaratishga qaratilgan faoliyati ba‘zan uning kreaktivlik sifati bilan bog‘lab tushuntiriladi. Kreaktivlilik - shunday hislatki, u go‘yoki yo‘q joyda bor qiladi, ya‘ni oddiygina, jo‘ngina narsalarga boshqacha, birovlarinikiga o‘xshamagan yondashuvlarni talab qiladi. Masalan, uchta so‘z berilgan - «qalam», «ko‘l», «ayiq».

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

1. Fikrlovchi tiplar. Bunday kishilarda doimo mantiq, mulohaza hissiyotlardan ustun bo‘ladi va miyasining chap tomoni o‘ngiga nisbatan dominanta(ustun) hisoblanadi.

Bundaylar gapira boshlashsa, ko‘pincha, «Faylasuf bo‘lib ket-e», deb ham qo‘yishadi. Chunki ular o‘zlarigacha bo‘lgan bilimlar, mantiqiy fikrlash borasidagi yutuqlarga tayanib, doimo to‘g‘ri gapirishga, doimo fikrlarini mantiqan asoslash - argumentasiya qilishga harakat qiladilar. Aniq va texnika, tibbiyot fanlari bilan shug‘ullanuvchilarda ana shu tafakkur tipiga moyillik va psixologik hozirlik bo‘lsa, ular o‘z kasblari borasida juda yaxshi natijalarga erishadilar. Ulardan farqli birinchi toifa vakillaridan yaxshi yozuvchilar, shoirlar, tilshunoslar, psixologlar yetishib chiqadi.

11.3. Tafakkur shakllari

Tafakkur qilish shakllari yoki formasiga tushunchalar, hukumlar va xulosa chiqarish kiradi.

Tushunchalar - tafakkurning shunday shakli, unda narsa va hodisalarga xos bo'lgan eng umumiy va xarakterli xususiyatlarni o'zida aks ettiradi. Ular umumiy va juz'iy, konkret yoki mavhum bo'ladi.

Masalan, «ong» tushunchasini oladigan bo'lsak, uning eng muhim va boshqa tushunchalardan farq qiladigan jihatlarini ajratishimiz kerak: faqat insonga xoslik, oliy darajadagi aks ettirish, olamni bilish mexanizmi ekanligi va hakoza.

Hukumlar - atrofimizdagi narsalar va hodisalar o'rtasidagi bog'liqlikni aks ettiradi.

Xulosalar - mantiqiy tafakkurning yana bir shakli bo'lib, ular fikrlar, hukumlar va tushunchalar o'rtasidagi bog'lanishdan yangi bir fikrlarni keltirib chiqarishni nazarda tutadi.

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

11.4. Tafakkur operatsiyalari

Bundan tashqari, psixologiya bizdagi fikrlash jarayonini ta'minlovchi alohida operatsiyalarni ham o'rganadi.

Bular:

Fikrlash operatsiyalari

- analiz
- sintez
- mavhumlash-tirish
- taqqoslash
- umumlash-tirish

Fikrlash jarayonini ta'minlovchi operatsiyalar klassifikatsiyasi

- Analiz;

- Sintez;
- Mavhumlashtirish;
- Taqqoslash;
- Umumlashtirish.

Fikrlash operatsiyalariga analiz (fikran narsa va hodisalarga taalluqli sifat va xususiyatlarni alohida qilib ajratish, tahlil qilish), sintez (analiz jarayonida ajratilgan qismlarni yana fikran birlashtirish, qo‘shish), mavhumlashtirish (alohida biror xususiyatni ajratib, boshqalaridan fikrni chalg‘itish, ayrim xossani mavhumlashtirish), taqqoslash (predmetlar va ularga xos bo‘lgan xususiyatlarni fikran bir - biriga solishtirish, umumiy va farq qiluvchi jihatlarini topish), umumlashtirish (umumiy va muhim sifatlariga ko‘ra predmetlarni guruhlashtirish, umumiyashtirish) kabilar kiradi.

Nazorat uchun savollar:

1. Tafakkur - qanday bilish jarayoni hisoblanadi?
2. Tafakkur qilishimizni ta’minlovchi organ qaysi?
3. Fantaziya deb qanday jarayonga ataladi?
4. Insayt - oydinlashuv holati qanday yuzaga keladi?
5. Tafakkurning qanday turlari mavjud?
6. Intuitiv va fikrlovchi tipli kishilarning bir - biridan farqi nimada?

XII BOB. SHAXS

12.1. Shaxs va uning mohiyati

Shaxs - ijtimoiy va shaxslararo munosabatlarning mahsulii, ongli faoliyatning sub'ekti bo'lmish individdir.

Shaxsga taallukli bo'lgan eng muhim tasnif ham uning jamiyatdagi murakkab ijtimoiy munosabatlarga bevosita aloqadorlik, ijtimoiy faoliyatga nisbatan ham obekt, ham sub'ekt bo'lishlikdir.

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

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

Shunday qilib, shaxs turli ijtimoiy munosabatlar tizimi ta'sirida bo'ladi va ko'plab ijtimoiy institutlar (oilalar, mahalla, o'quv maskanlari, mehnat kollektivlari, norasmiy tashkilotlar, din, san'at, madaniyat va boshk.) bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, shaxsdagi turli g'oyalar, fikrlar va mafkura mafkuraviy munosabatlar tizimi ta'sirida shakllanib, ular bevosita oilalar, bog'cha, maktab, boshqa o'quv va tarbiya muassasalari orqali ongga singdiriladi. Agar bu ta'sir uning e'tiqodi darajasida ko'tarilsa, va unda yana yangidan - yangi fikrlar va g'oyalarning paydo bo'lishi, o'sishiga olib kelsa, shaxs taraqqiyoti jarayonida shunday faoliyat

sohasini tanlaydiki, o'z qobiliyatlari, malaka va ko'nikmalarini rivojlantira borib, ziyoli sifatida yo o'qituvchi, yoki vrach, yoki olim, kashfiyotchi, muhandis bo'lib, elu - yurtiga xizmat qiladi.

12.2. Ijtimoiy normalar, sanksiyalar va shaxs

Ijtimoiy norma - shaxs hayotida shunday kategoriyaki, u jamiyatning o'z a'zolari xulq - atvoriga nisbatan ishlab chiqqan va ko'pchilik tomonidan e'tirof etilgan harakatlar talablaridir.

Ijtimoiy normalarning u yoki bu davrda, u yoki bu toifa vakili bo'lmish shaxs tomonidan qay darajada bajarilishi yoki unga amal qilinayotganligi ijtimoiy sanksiyalar orqali nazorat qilinadi.

Ijtimoiy sanksiyalar - normalarning shaxs xulqida namoyon bo'lishini nazorat qiluvchi jazo va rag'batlantirish mexanizmlari bo'lib, ularning borligi tufayli biz har bir alohida vaziyatlarda ijtimoiy xulq normalarini buzmaslikka, jamoatchilikning salbiy fikri obyektiga aylanadi.

Masalan, yuqoridagi misolda, agar jamoat transportida katta muysafid kishiga o'rin bo'shatishni norma deb qabul qilmagan o'smirlarga nisbatan ko'pchilikning ayblov ko'zi bilan qarashi, yoki og'zaki tanbex berishi, juda kam hollarda o'zini bebosh tutayotgan o'smirning qo'lidan tutib, nima qilish kerakligini o'rgatib, «ko'zini moshday qilib ochib qo'yish» ijtimoiy sanksiyaning hayotdagi bir ko'rinishidir.

Har bir alohida shaxs jamiyat tomonidan ishlab chiqilgan va qabul qilingan ijtimoiy normalar va sanksiyalarni u yoki bu ijtimoiy rollarni bajarishi mobaynida xulqida namoyon etadi.

Rol - shaxsga nisbatan shunday tushunchaki, uning konkret hayotiy vaziyatlardagi huquq va burchlaridan iborat harakatlari majmuini bildiradi.

Hayotda shaxs bajaradigan ijtimoiy rollar ko'pligi sababli ham, turli vaziyatlardagi uning mavqei - statusi ham turlicha bo'lib qoladi. Agar biror rol shaxs ijtimoiy tasavvurlari tizimida uning o'zi uchun o'ta ahamiyatli bo'lsa (masalan, talaba roli), u boshqa rollarni unchalik qadrlamasligi va oqibatda, o'sha vaziyatda boshqacharoq, noqulay va noboproq mavqeni egallab qolishi mumkin. Qolaversa, rollarning ko'pligi ba'zan rollar ziddiyatini ham keltirib chiqarishi

mumkinki, oqibatda - shaxs ichki ruhiy qiyinchiliklarni ham boshdan kechirishi mumkin. Masalan, sirtidan tahsil olayotgan talaba sessiya paytida ishlab turgan korxonasiga komissiya kelishi va uning faoliyatini tekshirayotganligini bilib, ruhiy azobga tushadi - bir tomondan, talabachilik va uning talablari, ikkinchi tomondan - kasbdoshlar oldida uyalib qolmaslik uchun har kuni ishxonaga ham borib kelish.

Hozirgi ijtimoiy-iqtisodiy vaziyat va bozor munosabatlari sharoitidagi raqobat muhiti shaxsdan bir vaqtning o'zida qator qobiliyatlar va malakalarni talab qilmoqdaki, ayniksa, yoshlar o'zgaruvchan sharoitlarga tezroq moslashish uchun ba'zan bir-biriga zid hislatlarni ham xulqda namoyon qilishga majbur bo'lishmoqda. Masalan, yosh oila boshligi, talaba, ota - onalarga moddiy jihatdan qaram bo'lmaslik uchun, bir vaqtning o'zida ham itoatkor, intizomli talaba va ishdan keyin esa - chaqqon va uddaburon, tadbirkor, tijoratchilik bilan shug'ullanishga majbur bo'lishi mumkin. Bu holat tabiiy, shaxsdan kuchli iroda, doimiy intiluvchanlik va o'z ustida muttasil ishlashni talab qiladi.

12.3. Ijtimoiy ta'sirlar va ularning anglanganligi

Ijtimoiy normalar, sanksiyalar, rollar ijtimoiy mexanizmlar sifatida shaxs xulq-atvorini ma'lum ma'noda boshqarib, muvofiqlashtirib turishga yordam beradi. Lekin insonning komilligi, uning axloq - ijtimoiy normalar doirasidagi maqbul harakati uning o'ziga ham bog'liqdir. Odamning o'z - o'zini anglashi, bilishi va o'z ustida ishlashi avvalo uning diqqati, ongi bevosita o'ziga, o'z ichki imkoniyatlari, qobiliyatlari, hissiy kechinmalariga qaratilishini taqozo etadi. Ya'ni, ijtimoiy xulq - shaxs tomonidan uni o'rab turgan odamlar, ularning xulq-atvorlariga e'tibor berishdan tashqari, o'zining shaxsiy harakatlari, ularning oqibatlarini muntazam tarzda tahlil qilib borish orqali, rollarni muvofiqlashtirishni ham taqozo etadi.

«**Men**» - **obrazi** - shaxsning o'zi, o'z xulq-atvori xususiyatlari, jamiyatdagi mavqeini tasavvur qilishidan hosil bo'lgan obrazga aytiladi, uning qanchalik adekvatligi va reallikka yaqinligi shaxs barkamolligining mezonlaridan hisoblanadi.

«Men» - obrazining ijtimoiy psixologik ahamiyati shundaki, u shaxs tarbiyasining va tarbiyalanganligining muhim omillaridan hisoblanadi. Shu nuqtai

nazardan olib qaranganda, tarbiya shaxsning o'zi va o'z sifatlari to'g'risidagi tasavvurlarining shakllanishi jarayonidir, deb ta'rif berish mumkin. Demak, har bir inson o'zini, o'zligini kanchalik aniq va to'g'ri bilsa, tasavvur qilolsa, uning jamiyat normalariga zid harakat qilish extimoli ham shunchalik kam bo'ladi, ya'ni u tarbiyalangan bo'ladi.

O'z-o'zini anglash, o'zidagi mavjud sifatlarni baholash jarayoni ko'pincha konkret shaxs tomonidan og'ir kechadi, ya'ni inson tabiati shundayki, u o'zidagi o'sha jamiyat normalariga to'g'ri kelmaydigan, no'maqul sifatlarni anglamaslikka, ularni «yashirishga» harakat qiladi, hattoki, bunday tasavvur va bilimlar ongsizlik sohasiga sikib chiqariladi (avstriyalik olim Z. Freyd nazariyasiga ko'ra). Bu ataylab qilinadigan ish bo'lmay, u har bir shaxsdagi o'z shaxsiyatini o'ziga xos himoya qilish mexanizmidir. Bunday himoya mexanizmi shaxsni ko'pincha turli xil yomon asoratlardan, hissiy kechinmalardan asraydi. Lekin shuni alohida ta'kidlash lozimki, «Men» - obrazining ijobiy yoki salbiyligida yana o'sha shaxsni o'rab turgan tashqi muhit, o'zgalar va ularning munosabati katta rol o'ynaydi. Odam o'zgalarga qarab, guyoki oynada o'zini ko'rganday tasavvur qiladi. Bu jarayon psixologiyada refleksiya deb ataladi. Uning mohiyati - aynan o'ziga o'xshash odamlar obrazi orqali o'zi to'g'risidagi obrazni shakllantirish, jonlantirishdir. Refleksiya «Men» - obrazi egasining ongiga taalluqli jarayondir. Masalan, ko'chada bir tanishingizni uchratib qoldingiz. Siz tinmay unga o'z yutuqlaringiz va mashg'ulotlaringiz haqida gapirmoqdasiz. Lekin gap bilan bo'lib, uning qayergadir shoshayotganligiga e'tibor bermadingiz. Shu narsani siz uning betoqatlik bilan sizni tinglayotganligidan, hayoli boshqa yerda turganligidan bilib qolasiz va shu orqali ayni shu paytda «mahmadona, laqmaroq» bo'lib qolganingizni sezasiz. Keyingi safar shu o'rtog'ingiz bilan uchrashganda, oldingi hatoga yo'l qo'ymaslik uchun «O'rtoq, shoshmayapsanmi?» deb so'rab ham qo'yasiz. Ana shu ilgarigi refleksiyaning natijasidir. Ya'ni, suhbatdosh o'rniga turib, o'zingizga tashlangan nazar («men unga qanday ko'rinyapman?») - refleksiyadir.

Shaxsning o'zi haqidagi obrazi va o'z-o'zini anglashi yosh va jinsiy o'ziga xoslikka ega. Masalan, o'ziga nisbatan o'ta qiziquvchanlik, kim ekanligini bilish

va anglashga intilish ayniqsa, o'smirlik davrida rivojlanadi. Bu davrda paydo bo'ladigan «kattalik» hissi qizlarda ham, o'smir yigitchalarda ham nafaqat o'ziga, balki o'zgalar bilan bo'ladigan munosabatlarini ham belgilaydi. Qizlardagi «Men» - obrazining yaxshi va ijobiy bo'lishi ko'proq bu obrazning ayollik sifatlarini o'zida mujassam eta olishi, ayollik xislatlarining o'zida ayni paytda mavjudligiga bog'liq bo'lsa, yigitlardagi obraz ko'proq jismonan barkamollik mezonlari bilan nechog'li uyg'un ekanligiga bog'liq bo'ladi

12.4. «Men» - obrazi va o'z-o'ziga baho

«Men» - obrazi asosida ham bir shaxsda o'z-o'ziga nisbatan baholar tizimi shakllanadiki, bu tizim ham obrazga mos tarzda har xil bo'lishi mumkin. Bu baho aslida shaxsga boshqalarning real munosabatlariga bog'liq bo'lsa-da, aslida u shaxs ongi tizimidagi mezonlarga, ya'ni, uning o'zi sub'ektiv tarzda shu munosabatlarni qanchalik qadrlashiga bog'liq tarzda shakllanadi. Masalan, maktabda bir fan o'qituvchisining bolaga nisbatan ijobiy munosabati, doimiy maktovlari uning o'z-o'ziga bahosini oshirsa, boshqa bir o'qituvchining salbiy munosabati ham bu bahoni pastlatmasligi mumkin. Ya'ni, bu baho ko'proq shaxsning o'ziga bog'liq bo'lib, u sub'ektiv xarakterga egadir.

O'z-o'ziga baho nafaqat haqiqatga yaqin (adekvat), to'g'ri bo'lishi, balki u o'ta past yoki yuqori ham bo'lishi mumkin.

Bunday o'smir yoki katta odam ham, doimo tushkunlik holatiga tushib qolishi, atrofdagilardan chetroqda yurishga harakat qilishi, o'zining kuchi va qobiliyatlariga ishonchsizlik kayfiyatida bo'lishi bilan ajralib turadi va bora-bora shaxsda qator salbiy sifatlar va xatti-harakatlarning paydo bo'lishiga olib keladi. Hattoki, bunday holat suistid harakatlar, ya'ni o'z joniga qasd qilish, real borligidan «qochishga» intilish psixologiyasini ham keltirib chiqarishi mumkin.

O'z-o'ziga nisbatan baho: turli sifatlar va shaxsning orttirilgan tajribasi, shu tajriba asosida yotgan yutuqlariga bog'liq holda turlicha bo'lishi mumkin. Ya'ni, ayni biror ish, yutuq yuzasidan ortib ketsa, boshqasi ta'sirida - aksincha, pastlab ketishi mumkin.

Yuqori baho: shaxs xulq-atvoriga yaxshi ta'sir ko'rsatmaydi. Chunki, u ham shaxs yutuqlari yoki undagi sifatning boshqalar tomonidan sun'iy tarzda

boʻrttirilishi, nooʻrin maqtoqlar, turli qiyinchiliklarni chetlab oʻtishga intilish tufayli shakllanadi.

Ana shunday sharoitda paydo boʻladigan psixologik holat «noadekvatlilik effekti» deb atalib, uning oqibatida shaxs hattoki, magʻlubiyatga uchraganda yoki oʻzida nochorlik, oʻquvsizliklarni sezganda ham buning sababini oʻzgalarda deb biladi va shunga oʻzini ishontiradi ham (masalan, «halaqit berdi-da», «falonchi boʻlmaganida» kabi bahonalar koʻpayadi). Yaʼni, nimaiki boʻlmasin, aybdor oʻzi emas, atrofdagilar, sharoit, taqdir aybdor. Bundaylar haqida bora-bora odamlar «oyogʻi yerdan oʻzilgan», «manmansiragan», «dimogʻdor» kabi sifatlar bilan gapira boshlaydilar. Demak, oʻz-oʻziga baho realistik, adekvat, toʻgʻri boʻlishi kerak.

Bunda shaxs uchun etalon, ibratli hisoblangan insonlar guruhi - **referent** guruhning roli katta boʻladi. Chunki biz kundalik hayotda hammaning fikri va bahosiga quloq solavermaymiz, biz uchun shunday insonlar mavjudki, ularning hattoki, oddiygina tanbehlari, maslahatlari, hattoki, maktab turib bergan tanbehlari ham katta ahamiyatga ega. Bunday referent guruh real mavjud boʻlishi (masalan, ota-ona, oʻqituvchi, ustoz, yaqin doʻstlar), yoki noreal, hayoliy (kitob kaxramonlari, sevimli aktyorlar, ideal) boʻlishi mumkin. Shuning uchun yoshlar tarbiyasida yoki real jamoadagi odamlarga maqsadga muvofiq taʼsir yoki tazʼyiq koʻrsatish kerak boʻlsa, ularning etalon, referent guruhini aniqlash katta tarbiyaviy ahamiyatga ega boʻladi.

Realistik baho: shaxsni oʻrab turganlar - ota-ona, yaqin qarindoshlar, pedagog va murabbiylar, qoʻni-qoʻshni va yaqinlarning oʻrinli va asosli baholari, real samimiy munosabatlari mahsuli boʻlib, shaxs ushbu munosabatlarni ilk yoshligidanoq xolis qabul qilishga, oʻz vaqtida kerak boʻlsa toʻgʻrilashga oʻrgatilgan boʻladi.

Oʻz-oʻziga baho sof ijtimoiy hodisa boʻlib, uning mazmuni va mohiyati shaxsni oʻrab turgan jamiyat normalariga, shu jamiyatda qabul qilingan va eʼzozlanadigan qadriyatlarga bogʻliq boʻladi. Keng maʼnodagi yirik ijtimoiy jamoalar etalon rolini oʻynashi oqibatida shakllanadigan oʻz-oʻziga baho - oʻz-oʻzini baholashning yuksak darajasi hisoblanadi. Masalan, mustaqillik sharoitida

mamlakatimiz yoshlari ongiga milliy qadriyatlarimiz, vatanparvarlik, adolat va mustaqillik mafkurasiga sadoqat hislarining tarbiyalanishi, tabiiy, har bir yosh avlodda o'zligini anglash, o'zi mansub bo'lgan halq va millat ma'naviyatini kadrlash hislarini tarbiyalamoqda. Bu esa, o'sha yuksak o'z-o'zini anglashning poydevori va muhim shakllantiruvchi mexanizmidir. Demak, o'z-o'zini baholash - o'z-o'zini tarbiyalashning muhim mezonidir. O'z-o'zini tarbiyalash omillari va mexanizmlariga esa, quyidagilar kiradi:

- o'z-o'zi bilan muloqot (o'zini konkret tarbiya obyekti sifatida idrok etish va o'zi bilan muloqotni tashkil etish sifatida);
- o'z-o'zini ishontirish (o'z imkoniyatlari, kuchi va irodasiga ishonish orqali, ijobiy xulq normalariga bo'ysundirish);
- o'z-o'ziga buyruq berish (tig'iz va ekstremal holatlarda o'zini qo'lga olish va maqbul yo'lga o'zini chorlay olish sifati);
- o'z-o'ziga ta'sir yoki autosuggestiya (ijtimoiy normalardan kelib chiqqan holda o'zida ma'qul ustanovkalarni shakllantirish);
- ichki intizom - o'z-o'zini boshqarishning muhim mezoni, har doim har yerda o'zining barcha harakatlarini muntazam ravishda korreksiya qilish va boshqarish uchun zarur sifat.

Yuqoridagi o'z-o'zini boshqarish mexanizmlari orasida psixologik nuqtai nazardan o'z- o'zi bilan amalga oshiriladigan ichki dialog alohida o'rin tutadi. O'z-o'zi bilan dialog - oddiy til bilan aytganda, o'zi bilan o'zi gaplashishdir. Aslida bu qobiliyat bizning boshqalar bilan amalga oshiradigan tashqi dialoglarimiz asosida rivojlanadi, lekin aynan ichki dialog muhim regulativ rol o'ynaydi. Ye.Klimov bunday dialogning uch bosqichini ko'rsatib o'tadi.

Sosializatsiya yoki ijtimoiylashuv - inson tomonidan ijtimoiy tajribani egallash va hayot - faoliyat jarayonida uni faol tarzda o'zlashtirish jarayonidir.

Shu nuqtai nazardan, har birimizning jamiyatdagi o'rnimiz, uning qachon va qanday sharoitlarda paydo bo'lgani, jamiyatga qo'shilib yashashimizning psixologik mexanizmlari fanning muhim vazifalaridan biridir. Bu jarayon psixologiyada ijtimoiylashuv yoki sosializatsiya deb yuritiladi.

Ijtimoiylashuv - har bir shaxsning jamiyatga qo'shilishi, uning normalari, talablari, kutishlari va ta'sirini qabul qilgan holda, har bir harakati va muomalasida uni ko'rsatishi, shu ijtimoiy tajribasi bilan o'z navbatida o'zgalarga ta'sirini o'tkaza olishi jarayonidir.

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

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

Itimoiy institutlar va ulrning bosqichlari:

- bog'cha,
- maktab,
- maxsus ta'lim o'choqlari,
- oliygohlar,
- mehnat jamoalari.

Bu institutlar orasida bizning sharoitimizda oila va mahallaning roli o'ziga xosdir. Insondagi dastlabki ijtimoiy tajriba va ijtimoiy xulq elementlari aynan oilada, oilaviy munosabatlar tizimida shakllanadi. Shuning uchun ham halqimizda «Qush uyasida ko'rganini qiladi» degan maqol bor. Ya'ni, shaxs sifatlarining dastlabki qoliplari oilada olinadi va bu qolip jamiyatdagi boshqa guruhlar ta'sirida

sayqal topib, takomillashib boradi. Bizning o'zbekchilik sharoitimizda oila bilan bir qatorda mahalla ham muhim tarbiyalovchi - ijtimoiylashtiruvchi rol o'ynaydi. Shuning uchun bo'lsa kerak, ba'zan odamning qaysi mahalladan ekanligini surishtirib, keyin xulosa chiqarishadi, ya'ni mahalla bilan mahallaning ham farqi bo'lib, bu farq odamlar psixologiyasida o'z aksini topadi. Masalan, bitta mahalladan yaxshi kelin chiqsa, aynan shu mahalladan qiz qidirib qolishadi. Ya'ni, shu mahalladagi ijtimoiy muhit qizlarning iboli, aqlli, sarishtali bo'lib yetishishlariga ko'maklashgan. Masalan, ayrim mahallalarda sahar turib ko'cha - eshiklarni supurish odatga aylangan va barcha oilalar shu udumni buzmaydilar. Shunga o'xshash normalar tizimi har bir ko'cha-mahallaning bir-biridan farqi, afzallik va kamchilik tomonlarini belgilaydi, oxirgilar esa shu mahallaga katta bo'layotgan yoshlar ijtimoiylashuvida bevosita ta'sirini ko'rsatadi.

Yana bir muhim ijtimoiylashuv o'choqlariga maktab va boshqa ta'lim dargohlaridir. Muhim ijtimoiylashuv makonlaridan biri - mehnat jamoasidir. Bu muhitning ahamiyati va o'ziga xosligi shundaki, bu yerga shaxs odatda ancha aqli pishib qolgan, ma'lum tajribaga ega bo'lgan, hayot haqidagi tasavvurlari shakllangan paytda keladi. Qolaversa, egallangan mutaxassislik, orttirilgan mehnat malakalari va bilimlar ham juda muhim bo'lib, shu muhitdagi ijtimoiy normalar xarakteriga ta'sir qiladi. Lekin baribir shaxsning kimlar bilan, qanday o'zaro munosabatlar muhiti ta'sirida ekanligi uning yetuklik davridagi ijtimoiylashuvining muhim mezonlaridandir. Shuning uchun ishga kirishdagi asosiy motivlardan biri - o'sha jamoaning qanday ekanligi, bu yerdagi o'zaro munosabatlar, rahbarning kimligi va uning jamoaga munosabati bo'lib, ko'pincha oylik - maosh masalasi ana shulardan keyin o'rganiladi. Shuning uchun mehnat jamoalarida yaxshi, sog'lom ma'naviy muhit, adolat va samimiyatga asoslangan munosabatlar har bir inson taqdirida katta rol o'ynaydi.

Ijtimoiylashuvning institutlaridan tashqari uning oqibati masalasi ham psixologiyada muhim amaliy ahamiyatga ega. Shaxs ijtimoiylashuvining eng asosiy mahsuli - bu uning hayotda o'z o'rnini topib, jamiyatga manfaat keltiruvchi faoliyatlarda ishtirok etishidir. Shu nuqtai nazardan olib qaralganda, shaxsning yo'nalganligi masalasiga ham fanda katta e'tibor beriladi.

Mas’uliyat: bu ijtimoiylashuv jarayonida shaxsning yetukligini belgilovchi muhim ko‘rsatgichlardan sanaladi. Oxirgi yillarda psixologiyada nazorat lokusi nazariyasi (teoriya lokusa kontrolya) keng tarqaldiki, unga ko‘ra, har bir insonda ikki tipli mas’uliyat kuzatiladi. Birinchi tipli mas’uliyat shundayki, shaxs o‘zining hayotida ro‘y berayotgan barcha hodisalarning sababchisi, mas’uli sifatida faqat o‘zini tan oladi. («Men o‘zim barcha narsalarga mas’ulman. Mening hayotim va yutuqlarim faqat o‘zimga bog‘liq, shuning uchun o‘zim uchun ham, oilam uchun ham o‘zim javob beraman»). Mas’uliyatlilikning ikkinchi turi undan farqli, barcha ro‘y bergan va beradigan voqea, hodisalarning sababchisi tashqi omillar, boshqa odamlar (ota - ona, o‘qituvchilar, hamkasblar, boshliqlar, tanishlar va boshk.).

E’tiqodga ta’sir etish yo‘llari: ijtimoiylashuv jarayonida shaxs faoliyatini yunaltirib turadigan va real vaziyatlarga nisbatan turgun, barqaror motivlar majmuiga ega bo‘lishlik shaxsning yo‘nalganligi deb ataladi.

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

Maqsadlar va ideallar: ijtimoiylashuvning mas’uliyat hissiga bog‘liq yo‘nalishlaridan yana biri shaxsda shakllanadigan maqsadlar va ideallardir. Ular shaxsni kelajakni bashorat qilish, ertangi kunini tasavvur qilish, uzoq va yaqinga mo‘ljallangan rejalarni amalga oshirishga tayyorligini ta’minlaydi.

Qiziqishlar va dunyoqarash: qiziqishlar ham anglangan motivlardan bo‘lib,

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

E'tiqod va qiziqishlar har birimizdagi dunyoqarashni shakllantiradi: dunyoqarash - tartibga solingan, yaxlit ongli tizimga aylantirilgan bilim, tasavvurlar va g'oyalar majmui bo'lib, u shaxsni ma'lum bir qolipda, o'z shaxsiy qiyofasiga ega tarzda jamiyatda munosib o'rin egallashga chorlaydi.

Mustaqillik davrida shakllanayotgan yangicha dunyoqarash yoshlarda Vatanga sadoqatni, milliy qadriyatlar, an'analarni e'zozlashni, o'z yaqinlariga mehribon va tanlagan yo'liga - kasbi, maslagi va e'tiqodiga sodiqlikni nazarda tutadi. Yangicha fikrlash va yangicha tafakkur aynan mustaqillik mafkurasi ruhida tarbiya topib, sayqal topgan milliy ong, dunyoqarash va e'tiqoddir.

Oila. Oila ijtimoiylashuvning asosiy va muhim o'chog'i bo'lgani uchun ham uning shu muhitda tarbiyalanayotgan yoshlar e'tiqodi va dunyoqarashidagi roli sezilarlidir. Respublikamizda «Oila» yili deb elon qilinishi, «Oila» ilmiy-amaliy Markazi o'z faoliyatini boshlashi jamiyatda, yoshlar tarbiyasi borasida oilaning roli va mas'uliyatini oshirishga qaratilgan muhim tadbir bo'ldi va ularda yurtga, Vatanga, yaqinlarga sadoqat, muhabbat hislarini tarbiyalash orqali dunyoqarashlari mazmuniga ham ijobiy ta'sir ko'rsatdi.

Mafkura. Mafkura jamiyat a'zolarining tabiat, jamiyat va ijtimoiy jarayonlar xususidagi g'oyalari, bilimlari majmui bo'lib, har bir ijtimoiy guruh o'z e'tiqodiga mos mafkurani tanlaydi. Mustaqillikdan ruhlangan, uning moddiy va ma'naviy ne'matlaridan baxramand bo'layotgan O'zbekistonliklar o'tgan qisqa vaqt

mobaynida uning qadriyatlari, har bir shaxsga yaratilayotgan cheksiz imkoniyatlari, ilm va bilim borasidagi shart-sharoitlarni anglab, o'zlari ongli ravishda ana shu tuzumga sadoqat va uni sevish, ardoqlash va himoya qilishga tayyorlik falsafasini shakllantirmoqdalar.

Ijtimoiy ustanovkalar. Sof psixologik ma'noda yangicha tafakkur va dunyoqarashni shakllantiruvchi va o'zgartiruvchi ijtimoiy psixologik mexanizm - bu ijtimoiy ustanovkalardir. Bu - shaxsning atrof muhitida sodir bo'layotgan ijtimoiy hodisalarni, obektlarni, ijtimoiy guruhlarini ma'lum tarzda idrok etish, qabul qilish va ular bilan munosabatlar o'rnatishga ruhiy ichki hozirlik sifatida odamdagi dunyoqarashni ham o'zgartirishga aloqador kategoriyadir.

Elementar ustanovkalar (set) - oddiy, elementar ehtiyojlar asosida ko'pincha ongsiz tarzda hosil bo'ladigan ustanovkalar. Ularni o'zgartirish uchun moddiy shart-sharoitlarni va odamdagi ehtiyojlar tizimini o'zgartirish kifoya. Ijtimoiy ustanovkalar (attitud) - ijtimoiy vaziyatlar ta'sirida ijtimoiy obektlarga nisbatan shakllanadigan ustanovkalar.

Ijtimoiy ustanovkalarni o'zgartirishning eng sodda va qulay yo'li - bu ayni vaziyatlar va ulardagi ta'sirlarni qaytarishdir. Bu qaytarish qayd qilingan obraz sifatida inson ongida uzoq muddatli xotirada saqlanadi va vaziyat paydo bo'lganda, obyektivlashadi, ya'ni o'z kuchini va mavjudligini ko'rsatadi. Shuning uchun ham agar chet el tajribasiga murojaat qiladigan bo'lsak, u yerda biror g'oyani ongga singdirish uchun bir odam yoki biror guruh o'z siyosiy, mafkuraviy yoki boshqa qarashlarini bir xil so'zlar va iboralar, harakatlar bilan qaytaraveradi va shu yo'l bilan ko'pchilikning ma'qullashiga erishadi.

Nazorat uchun savollar:

1. "Shaxs" - tushunchasining ta'rifi qanday?
2. Nativizm yo'nalishining ta'rafdorlari qanday g'oyani ilgari surishgan?
3. Empirizm tarafdorlarining fikri qanday?
4. Ijtimoiy norma nima?
5. Ijtimoiy sanksiya nima?
6. "Men" obrazi deb nimaga ataladi?

XIII BOB. TEMPERAMENT

13.1. Shaxsnibg individual psixologik xususiyatlari

Individ - bu yagona tabiat mavjudoti sifatidagi odam, Homo sapiens turiga mansub vakil. Ushbu holatda individ biologik turning umumiy irsiy xossalarini tashuvchi biologik organizm (har bir odam individ bo'lib tug'iladi) sifatida tushuniladi, ya'ni, insonning biologik mohiyati ta'kidlanadi. Lekin ba'zida «individ» tushunchasi odamni insoniy umumiylikning alohida vakili, mehnat qurollaridan foydalanuvchi ijtimoiy mavjudot sifatida belgilash uchun qo'llaniladi.

Agar «inson» tushunchasi o'z ichiga odamlarga xos bo'lgan barcha insoniy sifatlarning yig'indisini, ularning ma'lum insonda mavjudligi yoki mavjud emasligidan qat'iy nazar, jamlagan bo'lsa, u holda «individ» tushunchasi aynan uni xarakterlaydi va qo'shimcha sifatida shaxsiy xislatlar qatori psixologik va biologik xossalarni ham kiritadi.

Bundan tashqari, ushbu tushunchaga ma'lum odamni boshqalardan ajratib turuvchi sifatlardan birga, aynan shu odamga va ko'plab boshqa odamlarga tegishli bo'lgan umumiy xossalar ham kiradi.

Shaxs tushunchasining mohiyatli tomonlarini belgilab beruvchi turli xil ta'riflar mavjud. A.N.Leontev ta'rifiga ko'ra: «Shaxs - faoliyat sub'ekti», A.G.Kovalevning - «shaxs ijtimoiy munosabatlar sub'ekti va obyekt sifatida», K.K.Aflotunovning - «shaxs - o'z o'rnini anglovchi layoqatli jamiyat a'zosi», S.L.Rubinshteynning - «shaxs - tashqi ta'sirlarning oldini oluvchi ichki sharoitlar yig'indisi», A.V.Petrovskiyning - «shaxs - individ tomonidan jismlil faoliyat va muloqotda orttirilgan, unga ijtimoiy munosabatlarga kirishganlik nuqtai nazaridan ta'rif beruvchi tizimli sifat», G.Ollportning - «shaxs hayoti davomida shakllanib boruvchi o'ziga xos psixofixiologik tizimlar - ushbu insonga xos bo'lgan tafakkur va hulq-atvorni belgilab beruvchi shaxs qirralari yig'indisi» va boshqalarning ta'riflari shulardan iborat.

R.S.Nemovning ta'rifiga ko'ra , «Shaxs - bu ijtimoiy asoslangan, ijtimoiy tabiatga ega bo'lgan aloqalar va munosabatlarda namoyon bo'ladigan, barqaror, odamning o'zi va atrofida uchun ahamiyatli bo'lgan ahloqiy harakatlarni belgilab beruvchi o'zining psixologik xususiyatlari tizimidagi inson».

Individuallik -insonning betakrorligi nuqtai nazaridan o'ziga xos bo'lgan ruhiy, fiziologik va ijtimoiy xususiyatlar yig'indisi.

Individuallik - bu ko'rib chiqilgan tushunchalar ichida mazmuniga ko'ra eng tor tushuncha hisoblanadi. U o'zida insonning boshqa odamlardan farq qiluvchi o'ziga xos va shaxsiy xossalarini jamlaydi. Individuallik turli xildagi tajriba, bilimlar, fikrlardagi tafovutlar, xarakter va temperamentlardagi farqlar, o'zimiz isbotlaydigan, tasdiqlaydigan o'ziga xos xususiyatlarimizda namoyon bo'ladi. Motivlar, temperament, xarakter, layoqatlar - individuallikning asosiy ko'rsatkichlari. «Individuallik» tushunchasi individning faqat o'ziga xos ruhiy xususiyatlarini emas, balki morfofiziologik (bo'y o'lchami, tana tuzilishi, yuz tuzilishi va h.k.) xususiyatlarini ham aks ettiradi.

Individuallik - o'z mohiyatiga ko'ra, boshqalar tomonidan kuzatilishi mumkin bo'lgan, tashqarida joylashgan narsa. Faqat boshqalar bir odamning boshqasidan farqini, ya'ni, uning individualligini aytib berishi mumkin.

Shunday qilib, bizlar ko'rib chiqqan «odam, individ, shaxs va individuallik» tushunchalari hajmiga ko'ra turlichadir. Bular orasida keng ma'no kasb etib, boshqa tushunchalarni ham o'zida jo etadigan tushuncha «inson» atamasidir, eng tor atama esa - «individuallik» tushunchasi.

13.2. Temperament hulq-atvorining dinamik va emosional xususiyatlari

Temperament - bu inson faoliyati va xulq-atvorining dinamik va emotsional holatini xarakterlovchi shaxs individual xususiyatlarining yig'indi. Shunday qilib, temperament ikki tarkibiy qism - faollik va hissiyotlilikka ega. Xulq-atvorning faolligi harakatchanlik, intiluvchanlik, tezlik, yoki, aksincha, sustlik va harakasizlik darajasini xarakterlaydi. O'z navbatda emosionallik belgi (ijobiy va salbiy) modallik (shodlik, qayg'u, qo'rqinch, g'azab va boshqalar)ni aniqlagan holda emosional jarayonlar kechishini xarakterlaydi.

Qadimgi zamonlardan boshlab, temperament to'rt xil asosiy tiplarga bo'lingan edi, bular xolerik, sangvinik, melanxolik va flegmatik temperament turlaridir. Temperamentning bu asosiy turlari bir-biridan paydo bo'lish dinamikasi va emotsional holatlar jadalligiga ko'ra farqlanadi. Xolerik tipi uchun tezda paydo

bo'ladigan kuchsiz hislar, melanxolik tipi uchun - sekin-asta paydo bo'ladigan, lekin kuchli hislar, flegmatik tipi uchun - sekin-asta paydo bo'ladigan va kuchsiz hislar xosdir. Bundan tashqari, xolerik va sangvinik temperamentlar uchun harakatlar tezligi, umumiy harakatchanlik va hislarning tashqi kuchli (harakatlarda, nutqda, mimikada va boshqalarda) ifodalanishi, melanxolik va flegmatik temperamentlar uchun, aksincha, harakatlar sustligi va hislarning kuchsiz ifodalanishi xosdir.

Temperamentlardan qay birining ustunligi haqidagi masalani ko'rishga zaruriyat tug'ilmaydi. Har bir temperament o'zining ijobiy va salbiy tomonlariga ega. Xolerikning ehtirosililigi, faolligi va quvvati, sangvinikning ta'sirchanligi va shayligi, melanxolik hislarining chuqurligi va barqarorligi, flegmatikning xotirjamliligi va shoshqaloqligining mavjud emasligi - bularning barchasi nomlari zikr etilgan temperamentlarining ijobiy tomonlari. Shu bilan birga, ularning salbiy tomonlarini ham ko'rsatib o'tish mumkin. Sangvinik temperamenti yengil tabiatlikka moyillik, hislarning etarlicha chuqur va barqaror emasligiga olib kelishi mumkin. Xolerik temperamenti insonni cho'rtkesar, o'zini tiya olmaslik, muntazam «portlashlarga» moyil qilib qo'yishi mumkin. Melanxolik temperamenti odamda o'z kechinmalariga o'ta berilganlik, o'ta uyatchanlik yuzaga kelishi mumkin. Flegmatik temperamenti odamni lanj, harakasiz, hayot taassurotlarning barchasiga befarq qilib qo'yishi mumkin.

Temperament haqidagi ta'limotning asoschisi qadimgi yunon tabibi Gippokrat hisoblanadi, uning ta'kidlashicha, odamlar «organizmdagi suyuqliklar» nisbati bilan farqlanadilar, suyuqlik yunoncha «krasis» so'zi bilan ifodalangan; so'ngra lotincha temperamentum - «mutanosiblik», «to'g'ri o'lchov» so'zi bilan almashtirildi. Gippokrat ta'limotiga tayangan holda antik davr tabibi Klavdiy Galen temperamentlar tipologiyasini ishlab chiqdi, uni o'zining «De temperamentum» qo'l yozmasida bayon etdi. Uning ta'limotiga ko'ra, temperament tipi organizmdagi qon, flegma, sariq va qora safro suyuqliklarining ustunligiga bog'liq. U 13 xil temperament tiplarini ajratdi, lekin keyinchalik ularni to'rt xilga birlashtirdi - bu sangvinik (qon), flegmatik (shilliq, balg'am), xolerik (safro) va melanxolik (qora safro).

E.Krechmer o'zining «Tana va xarakter tuzilishi» (1921) nomli asarida bayon qilgan temperamentlar tipologiyasini ishlab chiqdi. Uning asosiy g'oyasi tana tuzilishining ma'lum tipiga ega bo'lgan odamlar ma'lum psixik xususiyatlarga ega bo'lishidan iborat edi. E.Krechmer to'rt xil asosiy konstitusion tiplarni ajratdi, bularga leptosomatik, piknik, atletik, displastiklarni kiritdi.

Leptosomatikka mo'rt tana tuzilishi, baland bo'y, yassi ko'krak qafasi, tor yelka, uzun va ozg'in oyoq-qo'llar xosdir.

Piknik - yog' to'qimasi rivojlangan, o'ta semiz, o'rtacha yoki past bo'yli, katta qorinli, kengayib ketgan tana va kalta bo'yinda joylashgan dumaloq kallaga ega.

Atletik - mushaklari rivojlangan, kuchli tana tuzilishiga ega, baland yoki o'rtacha bo'yli, keng yelkali, tor bo'ksali odam.

Displastik - shaklsiz, noto'g'ri tana tuzilishiga ega bo'lgan odam. Bu tipdagi individlar tana tuzilishining turli nuqsonlari bilan ajralib turadilar, masalan, o'ta baland bo'y, mutanosib bo'lmagan tana tuzilishi.

Ko'rsatib o'tilgan tiplarning tana tuzilishlari bilan E.Krechmer uch xil temperament: shizotimik, iksotimik, siklotimiklarni ajratdi.

Shizotimik astenik tana tuzilishiga ega, u odamovi, kayfiyatning o'zgarishlariga beriluvchan, qaysar, fikr va qarashlarini o'zgartirishga moyil emas, atrofga qiyinchilik bilan moslashadi. Aksincha, iksotimik atletik tana tuzilishiga ega, xotirjam, imo-ishoralari tiyilgan taassurosiz odam, yuqori bo'lmagan tafakkur egiluvchanligiga ega, ko'pincha maydakash. Piknik tana tuzilishiga siklotimik ega bo'ladi, uning hissiyotlari shodlik va g'amginlik o'rtasida o'zgarib turadi, odamlar oson aloqaga kirishadi, qarashlari voqelikka mos keladi.

Krechmer nazariyasi Evropada keng ommalashdi. AQSHda XX asrning 40-yillarida U. Sheldonning temperament konsepsiyasi keng tarqaldi. Bu konsepsiya asosini tana va temperament - bu odamning bir-biri bilan o'zaro bog'langan ko'rsatkichlari haqidagi taxmin tashkil etadi. Uning fikriga ko'ra, tana tuzilishi uning vazifasi bo'lgan temperamentni belgilab beradi. Sheldon tana tuzilishining asosiy tiplari mavjudligi haqidagi gipotezadan kelib chiqib, ularni ta'riflashda embriologiya atamalaridan foydalanadi.

U uch xil tipni ajratdi: endomorf (endodermadan asosan ichki organlar hosil bo'ladi); mezomorf (mezodermadan muskul to'qima hosil bo'ladi); ektomorf (ektodermadan teri va nerv to'qimasi hosil bo'ladi). Endomorf tipiga mansub odamlarga zaif, kuchli rivojlangan yog' to'qimali tana tuzilishi, mezomorf tipiga kelishgan va mustahkam tana tuzilishi, katta jismoniy kuch xosdir, ektomorfga esa - mo'rt tana tuzilishi, yassi ko'krak qafasi va uzun ingichka kuchsiz muskulli oyoq-qo'llar xos. Sheldon bo'yicha, bunday tipdagi tana tuzilishlariga temperamentlarning ma'lum tiplari mos keladi, u tananing ma'lum organlari vazifalaridan kelib chiqib, quyidagicha nomladi: visserotoniya (ichki organlar), somatotoniya (tana) va serebrotoniya (miya). Ma'lum tana tuzilishining ustunligini sheldon mos ravishda visserotoniklar, somatotoniklar va serebrotoniklar deb ataydi va har bir odam xossalarning bunday guruhlariga ega bo'ladi deb hisoblaydi.

Pavlov tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlar temperamentning fiziologik asoslarini tushunish uchun ahamiyatli bo'lgan tajribalar sifatida baholanadi.

Temperament nazariyasining rivojlanishiga rus psixologiyasida B.M.Teplov katta hissa qo'shdi. U temperament xossalariga psixik faoliyat dinamikasini xarakterlaydigan barqaror psixik xossalarni kiritdi. Temperamentning individual xususiyatlarini temperament u yoki bu xossalari rivojlanganlik darajasi bilan tushuntiradi. Temperamentning ahamiyatga molik xossalariga quyidagilar kiritilgan edi: juda kuchsiz tashqi va ichki ta'sirlarga javob bildirish layoqati - emosional qo'zg'aluvchanlik; diqqatning qo'zg'aluvchanligi - bu individ psixikasining moslashuvchi vazifasini belgilaydigan temperament xossasi, u ta'sirlovchi jadalligining juda kichik o'zgarishlarini payqash layoqatidan iborat; emotsiyalar kuchi, uning asosiy vazifasi, Teplov fikricha, motivlarning qondirilishi yoki qondirilmasligiga bog'liq ravishda faoliyatni quvvatlashdan iborat; xavotirlanish, Teplov fikriga ko'ra, u tahdidli vaziyatda emosional qo'zg'aluvchanlikdan iborat, Teplov odatdagi sharoitlarda xavotirlanish va emosional qo'zg'aluvchanlikni ajratadi, chunki, emosional qo'zg'aluvchanlik seskantiruvchi ta'sir kuchiga bog'liq emas, xavotirlanish esa u bilan to'g'ridan-to'g'ri bog'langan; ixtiyorsiz harakatlarning reaktivligi, ularning vazifasi ayni damda bevosita ta'sir ko'rsatayotgan vaziyat va seskantiruvchilarga nisbatan

moslashuvchi reaksiyalar jadalligining oshishidan iborat; irodaviy maqsadga yo'naltirilgan harakat faolligi, Teplov fikriga asosan, ko'zlangan maqsadga muvofiq ravishda vaziyatni qayta tuzish yo'li bilan moslashuv faolligini oshirishda namoyon bo'ladi; egiluvchanlik - rigidlik, vazifasi faoliyatning o'zgaruvchan talablariga moslashishdan iborat; rezistentlik, vazifasi boshlangan faoliyatni bo'shashtiruvchi yoki to'xtatuvchi barcha ichki va tashqi sharoitlarga qarshilik ko'rsatish layoqatidan iborat; sub'ektivlashtirish, Teplov fikricha, faoliyatning sub'ektiv obrazlar va tushunchalar yordamida darajalarini kuchaytirishdan iborat.

Temperament xossalari yuqorida keltirilgan xarakteristikalaridan ikkita asosiy xulosa chiqarish mumkin: birinchidan, temperament xossalari psixik jarayonlar dinamikasida va individ faolligi darajasida namoyon bo'ladi, ikkinchidan, esa temperament faoliyat bilan uzviy bog'langandir. Bular olimlarning keyingi tadqiqotlarida rivojlantirildi.

Mashhur psixofiziolog V.M.Rusalov asab tizimi xossalri konsepsiyasi asosida 1980 yil oxirlarida temperament xossalari ta'rifini keltirgan. U fiziologiyaning hozirgi zamon ma'lumotlaridan foydalandi. V.M.Rusalov, P.K.Anoxinning funksional tizimlar nazariyasidan kelib chiqqan holda, to'rtta xil blokdan iborat - axborotni saqlash, harakatlantirish va qayta ishlash (afferent sintez bloki), dasturlash (qaror qabul qilish), ijro qilish va teskari aloqa kabi afferent sintezning kengligi va torligiga, hulq-atvorning bir dasturdan ikkinchisiga osonlik bilan o'tishga, hulq-atvor joriy dasturining amalga oshish tezligi va harakat real natijasining o'z akseptoriga mos kelmasligiga nisbatan sezuvchanligiga bog'liq bo'lgan temperamentning xossalari ajratildi.

Bunga muvofiq ravishda temperamentning an'anaviy psixofiziologik baholanishi o'zgardi va faollik bilan sezuvchanlik kabi ikki ko'rsatkichning o'rniga endilikda: ergiklik (chidamlilik), egiluvchanlik, tezlik va emotsionallik (sezuvchanlik) kabi to'rt xil tarkibiy qism ajratiladi. Temperamentning bunday tarkibiy qismlarining barchasi V.M.Rusalov fikriga ko'ra, biologik va irsiy jihatdan belgilangandir. Xuddi shunday, temperament asab tizimining xossalriga bog'liq, ular esa o'z navbatida, miya va umumiy asab tizimining integrativ, tahliliy va umumlashtiruvchi faoliyatini ta'minlaydigan funksional tizimlarning asosiy

xususiyatlari sifatida tushunilishi lozim. V.M.Rusalov konsepsiyasi nuqtai nazaridan temperament - bu psixobiologik daraja bo'lib, uning xossalari to'raligicha na tug'ma, va na muhitga bog'liq bo'la oladi. Ular, V.M.Rusalovning fikricha, insonning irsiy belgilangan individual biologik xossalarining «tizimli umumlashtirilishidan» iboratdir, ular «turli xildagi faoliyatlarga kirishib, asta-sekin o'zgaradilar va faoliyatning mazmunidan qat'iy nazar, invariant xossalarning umumiydashgan, sifat jihatidan yangi, individual barqaror tizimini hosil qiladilar».

13.3. Temperamentning fiziologik asoslari

Asab tizimining kuchi - tipning eng muhim ko'rsatkichi bo'lib, po'stloq hujayralarining ishchanligi, ularning chidamliligi bu xossaga bog'liq. Asab tizimining harakatchanligi - bu bir jarayonning ikkinchisi bilan almashish tezligi. U sharoitlarning kutilmagan va keskin o'zgarishlariga nisbatan moslashishni ta'minlaydi. Nerv jarayonlarining mutanosibligi haqida so'z yuritib, I.P.Pavlov qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining ma'lum muvozanatini ko'zda tutgan edi. Bu jarayonlar bir-biri bilan kuchi bo'yicha muvozanatlashgan, yoki muvozanatlashmagan bo'ladi. Bu jarayonlardan birining kuchi ikkinchisidan oshib ketsa, inson mutanosiblikdan chiqadi.

I.P.Pavlov tomonidan ajratilgan nerv jarayonlarining xossalari, uning fikriga ko'ra, Oliy Nerv Faoliyati tipini hosil qiluvchi ma'lum tizimlar, kombinatsiyalarni tashkil etadilar. Asab tizimining tipi - bu uning tabiiy, tug'ma xossasi bo'lib, hayot va faoliyat sharoitlari ta'sirida juda oz darajada o'zgarishi mumkin. Bu tip individga xos bo'lgan Asab tizimining asosiy xossalari yig'indisi - qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlari nisbatining kuchi, mutanosibligi va harakatchanligidan tarkib topadi. Asab tizimining bu xossalari temperamentning fiziologik asosini tashkil qiladi.

Asab tizimining Pavlov tomonidan ajratilgan tiplari faqat miqdor jihatdan emas, balki, asosiy xususiyatlari bilan ham temperamentning to'rt xil tipi: Asab tizimining kuchli, mutanosib, harakatchan tipi - sangvinik; kuchli, mutanosib, harakasiz tipi - flegmatik; kuchli, qo'zg'alishi ustun bo'lgan nomutanosib, o'ta harakatchan tipi - xolerik; kuchsiz, nomutanosib va rigid tipi - melanxoliklarga mos keladi.

Psixika dinamikasidagi farqlarga AT tipi xossalari tomonidan yondoshuv temperamentning fiziologik asoslarini o'rganishda yangi bosqichga asos soldi. B.M.Teplov, V.D.Nebilitsin kabi psixologlarning ishlarida inson oliy nerv faoliyati tiplari xossalari haqidagi tasavvurlar aniqlashtirildi va boyitildi. AT labilligi va dinamikligi kabi yangi xossalari aniqlandi. Asab tizimining labilligi nerv jarayonlarining paydo bo'lish va yakunlanish tezligida namoyon bo'ladi. Nerv jarayonlarining dinamikligining mohiyatini ijobiy (qo'zg'alishning dinamikligi) va tormozli (tormozlanishining dinamikligi) shartli reflekslar hosil bo'lish osonligi va tezligi tashkil etadi.

Senzitivlik (lotincha Sensus - sezish, his qilish degan ma'no anglatadi).

Senzitivlik yuzasidan insonda birorta psixik reaksiyani hosil qilish uchun zarur bo'lgan o'ta kuchsiz tashqi taassurot kuchiga qarab mulohaza yuritiladi, jumladan, sezgilarning paydo bo'lishi uchun kerak qo'zg'ovchining ozgina kuchi (ularning quyi chegarasi), ehtiyojlar qondirilmasligining sezilar-sezilmas darajasi (shaxsga ruhiy azob beruvchi) mujassamlashadi.

1. Reaktivlik. Bu to'g'rida aynan bir xil kuch bilan ta'sir etuvchi tashqi va ichki taassurotlarga shaxs qanday kuch bilan emosional reaksiya qilishiga qarab munosabat bildiriladi. Reaktivlikning yorqin ro'yobga chiqishi-emosionallik, ta'sirlanuvchanlikda ifodalanishidir.

2. Faollik. Bu borada inson qanday faollik darajasi bilan tashqi olamga ta'sir etishi va maqsadlarni amalga oshirishda obyektiv hamda sub'ektiv qarama-qarshiliklarni faollik bilan engishga qarab fikr yuritiladi.

3. Reaktivlik bilan faollikning o'zaro munosabati. Odamning faoliyati ko'p jihatdan nimaga bog'liqligiga binoan, chunonchi tasodifiy tarzdagi tashqi va ichki sharoitlarga (kayfiyatga, favquloddagi hodisalarga) yoki maqsadlarga, ezgu niyatlarga, xohish-intilishlariga ko'ra fikr bildirish nazarda tutiladi.

4. Reaksiya tempi. Turli xususiyatli psixik reaksiyalar va jarayonlarning kechish tezligiga, nutq sur'atiga, farosatlilikiga, aql tezligiga asoslanib xulosa chiqariladi.

5. Harakatlarning silliqqligi va unga qarama-qarshi sifat **rigidlik** (qotib qolganlik), shaxsning o'zgaruvchan tashqi taassurotlarga qanchalik engillik va

chaqqonlik bilan muvofiqlashishiga (silliqlik bilan moslashishga), shuningdek, uning xatti-harakatlari qanchalik sust va zaifligiga (rigidligi qotib qolganligicha) nisbatan baho berishdan iboratdir.

6. Ekstravertlik va introvertlik. Shaxsning faoliyati va reaksiyasi ko'p jihatdan kechinmalarga bog'liq, chunonchi favqulotdagi tashqi taassurotlarga (ekstravertlik) yoki aksincha, timsollarga, tasavvurlarga (introvertlik) taalluqligiga asoslangan holda munosabat ifodasidir.

13.4. Temperament tiplari

Sangvinik: yuksak reaktivlik. Bo'lar-bo'lmas narsalarga qattiq xoxolab kulaveradi. Muhim bo'lmagan fakt qattiq jahlini chiqaradi. Diqqatini jalb qilgan hamma narsalarga tetik va zo'r qo'zg'alish bilan javob beradi. Imo-ishoralari va harakatlari yaqqol ko'rinib turadi. Uning aft-basharasiga qarab kayfiyatining qandayligini, narsalarga yoki odamga bo'lgan munosabatlarini bilish oson. Diqqatini tez bir joyga to'playdi.

Xolerik: xuddi sangvinik kabi sust senzitivlik, yuksak reaktivlik hamda faollik bilan ajralib turadi, lekin faollikdan reaktivlik ustunlik qiladi. Shuning uchun u tinimsiz o'zini ushlay olmaydigan, betoqat, serzarda. Sangvinikka qaraganda ozroq silliq va qo'proq qotib qolgan. Shuning uchun intilishlari va qiziqishlarida katta barqarorlik, zo'r qatilylik bor, diqqatini ko'chirishda qiyinchilikka uchraydi. Psixik tempi tez. Bir ishni boshlasa oxiriga etkazadi, ammo unga qiziqsa.

Flegmatik: senzitivligi sust, hissiy qo'zgaluvchanligi oz, kuldirish, jahlini chiqarish, kayfiyatini buzish qiyin. Ammo bir narsa yuzasidan qattiq kulganda u vazminligicha qolaveradi. Katta ko'ngilsiz hodisa yuz berganda ham osoyishtaligini buzmaydi. Imo-ishoralari oz, harakatlari ifodasiz. G'ayrati ishchanligi bilan ajralib turadi. Yuksak faolligi oz, reaktivligidan ancha ustunlik qiladi. Chidamliligi, matonati, o'zini tuta bilish bilan ajralib turadi. Harakatlarining tempi va nutqining tempi sust, ifodasiz. Diqqatini sekinlik bilan to'playdi. Rigid (qotib qolgan), diqqatini qiyinchilik bilan ko'chiradi. Yangi sharoitga qiyinchilik bilan moslashadi. Introvert. Yangi odamlarga qiyinchilik bilan qo'shiladi. Tashqi taassurotlarga qiyinchilik bilan javob qaytaradi.

Melanxolik: yuksak senzitivlik xususiyatiga ega. Sezgirligi yuksak (sezgi chegaralari yuqori). Arzimagan sababga ko‘ra, ko‘zlaridan yosh oqib ketaveradi. Nihoyatda arazchan, sekin yig‘laydi. Samimiy, juda oz kuladi, faolligi sust. O‘ziga ishonmaydi, tortinchoq, ozgina qiyinchilik tug‘iladigan bo‘lsa, qo‘lini yuvib qo‘ltig‘iga urib qo‘ya qoladi. G‘ayrasiz qat’iy emas. Diqqati tez chalg‘iydi, barqaror emas. Psixik tempi sust. Rigid (qotib qolgan). Introvertlik xususiyatiga ega.

Nazorat uchun savollar:

1. Temperamentning qanday nazariyalarini bilasiz?
2. Temperamentning asosiy xususiyati nimadan iborat?
3. Insonlar temperamentining qanday tiplari mavjud?
4. Ekstravertlik va introvertlik haqida ma’lumot bering.
5. Temperament tiplari nima?
6. Nerv jarayonlarining dinamikligining mohiyati qanday?

XIV BOB. XARAKTER

14.1. Psixologiyada xarakter muammosining o'rganilishi

Xarakter - bu insonning o'ziga xos asosi, o'zagi. Xarakterda fokusdagi kabi insonning faoliyat, muloqot va bilish sub'ekti sifatida eng ahamiyatli xususiyatlar jamlanadi. Xarakter hayot davomida tarkib topib boradi va vaqt o'tishi bilan o'zgarishi mumkin.

Xarakter odam ko'zlagan maqsadi va uni amalga oshirish vositasi yoki usullarida xulq-atvor mazmuni va shaklida ifodalanishi mumkin.

Shakllanishi, rivojlanishi va vazifa bajarishida inson xakteri temperament bilan uzviy bog'langan. Fanda xarakter va temperament o'zaro munosabatlariga doir hukmron nuqtai nazarlardan to'rt xil asosiysi: xarakter va temperamentning o'xshatilishi (E.Krechmer, A.Rujitskiy); xarakter va temperamentni qiyoslash, ular o'rtasidagi qarama-qarshilikni ta'kidlash (P.Viktorov, V.Virenius); temperamentni xarakterning elementi, mag'zi, o'zgaras qismi sifatida tan olish (S.L.Rubinshteyn, S.Gorodetskiy); temperamentni xarakterning tabiiy asosida sifatida qabul qilish (L.S.Vigotskiy, B.G.Ananov) kabilarni ajratib ko'rsatish mumkin.

Xarakter qirralari: deganda insonning umumiy sharoitlardagi xulq-atvorini aniqlovchi psixik xossalari tushuniladi. Jasurlik yoki qo'rqoqlik xavfli vaziyatlarda namoyon bo'ladi, muloqotchanlik yoki odamovilik - muloqot vaziyatida, xotirjamlik yoki dovdorash - stress vaziyatlarida namoyon bo'ladi.

Xarakterning alohida xossalari bir-biriga bog'liq va ular xarakter tuzilishi deb ataladigan yaxlit hosilani tashkil etadi. Xarakter tuzilishida qirralarning ikki xil guruhini ajratadilar. Birinchi vaziyatda xarakterning barcha qirralarni psixik jarayonlar bilan bog'liqligi uchun iroda, emotsional va aqliy qirralarni ajratadilar.

14.2. Xarakterning irodaviy qirralari

Xarakterning irodaviy qirralari - xulq-atvor va faoliyatni ongli, tushunchaviy-vositali boshqarishning barqaror individual-tipologik xususiyatlari. Xarakterning irodaviy qirralari insonning qiyinchiliklarni engish bilan bog'liq faoliyatini ongli boshqarish malakasi va bunga shayligini, xulq-atvorni ma'lum

tamoyillar va vazifalarga muvofiq ravishda yo'naltirishni belgilaydilar. Iroda sifatlarining turli xillari shaxs xarakterining iroda tuzilishini belgilaydi.

Xarakterning emosional qirralari - xarakatning bevosita, o'z-o'zidan boshqarilishning barqaror individual-tipologik xususiyatlari. Xarakterning emosional qirralari xaqida so'z yuritganda qo'zg'alish ko'rsatkichi, insonning real xodisalarga, nimani yoqtirish va yoqtirmasligi, befarqligi, ustunlik qiluvchi kayfiyat ko'zda tutiladi. Eng muhim emosional xususiyat insonning ustunlik qiluvchi kayfiyati, uning emosional barqarorligi hisoblanadi. Hissiyotlar bilan bir qatorda shaxs xarakterining qirralari sezgilarning o'ziga xos xususiyatlari bilan belgilanadi. Barqaror sezgilar kengligi va chuqurligi, voqeiyliigi, aqliy va irodaviy soha bilan uyg'unligi - shaxsning muhim xarakterologik xususiyati hisoblanadi. Xarakterning emosional qirralariga: shiddatlilik, ta'sirchanilik, qiziqqonlik, faoliyasizlik, befarqlik, hozirjavoblik va boshqalar kiradi.

Xarakterning intellektual qirralari - aqliy qobiliyatlarning barqaror individual-tipologik xususiyatlari. Xarakterning intellektual qirralari xaqida so'z yuritganda, avvalambor, aqlning tarkib topgan sifati ko'zda tutiladi. Intellektual sifatlar bo'yicha nazariy yoki amaliy aql egalari, aql egiluvchanligi va chuqurligining turli darajalari, tafakkur jarayonlari kechishining tezligi, tajriba elementlarining ijodiy o'zgarishiga, qobilyatning turli-tumanligiga, yangi muammolarni tuzish va hal etish mustaqilligiga ko'ra farqlanadilar. Xarakterning intellektual qirralariga qiziquvchanlik, mulohazalilik, sinchkovlik va boshqalar kiradi.

Har bir odamda o'ziga nisbatan munosabati - «Men-konsepsiya»siga intilish mavjud. Haqiqiy «Men» obrazi bir qator tarkibiy qismlar: kognitiv - tashqi ko'rinish obrazi, axloqiy sifatlar, psixik xususiyatlar, ijtimoiy ahamiyatlilik; emosional - o'ziga hurmat, o'zidan mamnunlik, o'zini tahqirlash va boshqalar; davo-irodaviy - o'zini tasdiqlash tilagi, boshqa idividlar tomonidan afzalliklarining tan olinishidan iborat.

Xarakterlar tipologiyasi ma'lum tipik qirralarning mavjudligida tarkib topadi. Xarakterning tipik ifodalari va qirralari deb, odamlarning ba'zi guruhlariga uchun umumiy ko'rgazmali bo'lgan xarakter qirralari va ifodalariga aytiladi.

Bunga muvofiq ravishda xarakter tipi deganda odamlarning ba'zi guruhi uchun umumiy bo'lgan individual xarakter qirralaridagi ifodasi tushuniladi. Inson xarakterlarining barcha tipologiyalari quyidagi umumiy g'oyalardan kelib chiqadi: a) inson xakteri ontogenezdada nisbatan erta rivojlanadi va hayotning qolgan qismi davomida o'zini u yoki bu darajada barqaror shaxs tuzilishi sifatida namoyon qiladi; b) xarakter tarkibidagi shaxs qirralarining birikmasi tasodifiy bo'lmaydi; v) ko'pchilik odamlar xarakterining asosiy qirralari muvofiq ravishda guruhlariga bo'linishi mumkin.

Xarakterni tadqiq qilishga fiziognomika - insonning tashqi ko'rinishi va uning ma'lum shaxs tipiga mansubligi o'rtasidagi aloqa haqidagi ta'limot ham katta ta'sir ko'rsatdi. Ushbu ta'limotning asosiy g'oyasi tashqi belgilarga asoslangan holda u yoki bu tipga mansub bo'lgan insonning psixologik xarakteristikasini aniqlash mumkinligi taxminlaridan iborat. Inson xarakterini bilishning asosiy yo'li bosh tuzilishi, kalla qutisining shakli, mimikasini o'rganish deb hisoblagan I.K.Lafaterning fiziognomik tizimi keng ommalashgan edi.

14.3. Fiziognomika va xiromantiya

Fiziognomikadan tashqari, xiromantiya (yunonchadan qo'l - fol ochish) ham qiziqarli tarixga ega. Xiromantiya - bu inson xakteri qirralari va taqdirini qo'l kaftining teri reliefi bo'yicha bashorat qilish tizimi. Xarakter tipologiyasining quyidagi asosiy turlarini aytib o'tish mumkin: inson xakteri xususiyatlarini insonning tashqi ko'rinishi, tana tuzilishi, gabitus bilan bog'lovchi konstitusion nazariyalar (E.Krechmer, rostan, lombrozo, u. Sheldon va boshqalar); xarakter xususiyatlarini uning aksentuatsiyasi - psixikaning psixopatiya quyi chegarasi bo'lib hisoblanadigan xakterning alohida qirralari va ular yig'indisining o'ta ifodalanganligi bilan bog'lovchi aksentual nazariyalar (K.Leongard, A.E.Lichko va boshqalar); shaxsning etakchi yo'nalganligi bo'yicha nazariyalar (E.Shpranger, m.i. enikeyev); shaxsning ijtimoiy muhitga moslashishning umumiy usuli bo'yicha nazariyalar (M.Enikeyev); insonning hayotga, jamiyatga, ma'naviy qadriyatlarga munosabati asosidagi xakterlarning ijtimoiy tipologiyasi (E.Fromm); ekstraversiya-introversiya (K.Yung) bo'yicha nazariyalar shular jumlasidandir.

«Aksentuasiya» tushunchasi psixologiyaga K.Leongard tomonidan kiritilgan edi. Xarakter aksentuatsiyasi - xarakter alohida xossalarning boshqalarga ziyon keltirish hisobiga ortiqcha rivojlanishi, buning natijasida atrofdagilar bilan o‘zaro aloqalar yomonlashadi. Leongardning fikriga ko‘ra, shaxs aksentuatsiyasi, avvalambor, boshqa odamlar bilan muloqotda namoyon bo‘ladi. Shuning uchun, muloqot uslublarini baholashda aksentuatsiyaning ma’lum tiplarini ajratish mumkin. K.Leongard quyidagi tiplarni keltiradi:

Gipertim tip - o‘ta muloqotchanligi, sergapligi, imo-ishoralar, mimika va pantomimikaning kuchli ifodalanganligi bilan xarakterlanadi. Bunday odamda suhbatning boshlang‘ich mavzusidan chetlashishi kuzatiladi. Xizmat va oiladagi vazifalariga etarlicha jiddiy e’tibor bermasligi vajidan atrofdagilar bilan tasodifiy nizolar sodir bo‘lib turadi. Bu tipdagi odamlar ko‘p hollarda nizolar tashabbuskori bo‘lib chiqadilar, lekin atrofdagilardan bu haqida tanbeh eshitsalar, hafa bo‘ladilar. Ushbu tip odamlarining ijobiy sifatlaridan chaqqonlik, faoliyatga chanqoqlik, ruhiy ko‘tarinkilik, tashabbuskorlik kabilarni keltirish mumkin. Shu bilan birga, ular ba’zi bir yoqimsiz qirralar: yengil tabiatlilik, ahloqsiz harakatlarga moyillik, o‘ta ta’sirchanlik, xom-xayollik, o‘z vazifalariga etarlicha jiddiy yondoshmaslik kabilarga ega. Ular qat’iy intizom, zerikarli faoliyat majburiy yolg‘izlik sharoitlariga qiyin moslashadilar.

Distim tip - bu tip past muloqotchanlik, kamgaplik, ustun tushkunlik kayfiyati bilan xarakterlanadi. Bunday odamlar, odatda, uydan chiqmaydilar, shovqindan qiynaladilar, nizolarga qo‘shilmaydilar, odamovilik turmush tarzini kechiradilar. Ular do‘stlarini qadrlaydilar va ularga bo‘ysunishga tayyor bo‘ladilar. Ushbu tip odamlarining ijobiy sifatlaridan: jiddiylilik, vijdoniylilik, haqgo‘ylik kabilarni keltirish mumkin. Lekin ularda yoqimsiz sifatlar ham mavjud, bulardan: sustlik, tafakkurning sekinlashganligi, harakatlarining qovushmaganligi, individuallikdir.

Sikloid tip - ularga kayfiyatning davriy ravishda tez-tez o‘zgarib turishi xosdir, buning natijasida atrofdagi odamlar bilan muloqot tarzi ham o‘zgarib turadi. Ko‘tarinki kayfiyat davrida bunday odamlar kirishimli, ruhiy tushkunlik davrida odamovilik kabi qirralarga ega bo‘ladilar. Ruhiy ko‘tarinkilik davrida ular

o'zlarini gipertim aksentuatsiyasi xarakterli odamlar kabi, tushkunlik davrida distim aksentuatsiyali odamlar kabi tutadilar.

Qo'zg'aluvchan tip - ularga past muloqotchanlik, verbal va noverbal ta'sirlanishning sustligi xos. Ko'p hollarda bunday odamlar mijg'ov va badqovoq, qo'pollik va koyishga, nizolar chiqarishga moyildirlar, bunda o'zlari faollik ko'rsatadilar. Ular jamoa bilan chiqishmaydilar, oilada hukumronlik qiladilar. Emotsional xotirjamlik holatda ushbu tipdagi odamlar vijdonli, puxta, xayvonlar va yosh bolalarni yaxshi ko'radilar. Lekin emotsional qo'zg'alishda ta'sirchan, jizzaki bo'lib, o'z xarakatlarini yaxshi nazorat qila olmaydilar.

Suqiluvchi tip - ularga o'rtacha muloqotchanlik, mijg'ovlik, nasihatgo'ylikka moyillik, kamgaplik xosdir. Nizolarda bunday odam, odatda, tashabbuskor, faol tomon sifatida namoyon bo'ladi. U qo'l urgan har bir ishida yuqori ko'rsatkichlarga erishishga intiladi, o'ziga o'ta talabchan, ijtimoiy adolatga alohida sezgir, shu bilan birga, jizzaki, salga ranjiydigan, shubhalanuvchi, qasoskor; ba'zida o'ta o'ziga ishongan, izzattalab, rashkchi, yaqinlari va ishdagi qo'l ostidagilarga nisbatan o'ta talabchan.

Rasmiyatchi tip - bunday tipdagi odam nizolarga bormaydi, sust tarafni egallaydi. Xizmatda rasmiyatchi, atrofdagilarga ko'plab rasmiy talablar qo'yadi. Shu bilan birga, u bajonudil liderlikda boshqalarga yon beradi. Ba'zan u yaqinlarining ozodagarchiligiga katta talab qo'yadi. Uning ijobiy qirralari: vijdoniylik, puxtalik, jiddiylik, ishdagi ishonchlilik, yoqimsiz va nizolarni keltirib chiqaradigan qirralari esa - rasmiyatchilik, mijg'ovlik, hadeb noliyverish hisoblanadi.

Xavotirli tip - bunday tipdagi odamlarga muloqotga kirishuvchanlikning past bo'lishi, jur'atsizlik, qat'iyasizlik, tushkun kayfiyat xosdir. Ular atrofdagilar bilan nizolikka bormaydilar, bunda sust o'rinni egallaydilar, bunday vaziyatlarda tayanch izlaydilar. Ular quyidagi ijobiy qirralarga ega: samimiylik, o'zini tanqid qilish, ishchanlik.

Emotiv tip - bunday odamlar yaxshi aloqalar o'rnatilgan saralanganlar tor doirasidagi muloqotni afzal ko'radilar. Sust tarafni egallagan holda nizolarga bormaydilar. Hafagarchiliklarini ichlariga yutadilar. Yoqimli qirralari:

mehribonlik, hamdardlik, kuchli mas'uliyat hissi, ishchanlik. Yoqimsiz qirralari: o'ta ta'sirchanlik, yig'loqilik.

Namoyishkor tip - aksentuatsiyaning bu tipi aloqalarni oson o'rnatishi, liderlikka intiluvchanlik, hukmronlik va maqtovlarga chanqoqligi bilan xarakterlanadi. Ushbu tipga mansub odamlar o'ziga o'ta ishonganligi va intilishlarining yuksakligi bilan atrofdagilarning g'ashiga tegadi, muntazam ravishda nizolarni keltirib chiqaradilar, lekin o'zlari faol himoyalana dilar. Ular sertakalluflik, ustalik, boshqalarni orqasidan ergashtirish, tafakkur va harakatlarning o'ziga xosligi kabi ijobiy sifatlarga ega. Salbiy qirralari: xudbinlik, riyokorlik, maqtanchoqlik, ishyoqmaslikdir.

O'ta hayajonli tip - bunday odamlarga yuqori muloqotchanlik, sergaplik, oshiqlik xosdir. Ular ko'p bahslashadilar. Lekin nizogacha olib bormaydilar. Nizoli vaziyatlarda ham faol, ham sust holatda bo'ladilar. Shu bilan birga, bunday tipdagi odamlar do'stlari va yaqinlariga e'tiborli va sadoqatli bo'ladilar. Ular altruistlikka moyil, ularga hamdardlik hissi, yaxshi did xos bo'lib, sezgilarning yorqinligi va samimiyligini namoyon qiladilar. Yoqimsiz qirralari: vahimachilik, vaqtinchalik kayfiyatga berilganlik kabilardir.

Ekstravert tip - bunday odamlar yuqori muloqotchanlik bilan ajralib turadilar, ularning do'stlari, tanishlari ko'p, ular sergap, istalgan ma'lumotni qabul qiladilar, ayrim holatlarda atrofdagilar bilan nizolarga boradilar, bunda, odatda, sust tarafda bo'ladilar.

Do'stlar bilan muloqotda, ishda va oiladagi ko'p holatlarda liderlikda boshqalarga yon bosadilar, bo'ysunishni va chetda turishni afzal ko'radilar. Boshqalarni tinglay olishga shaylik, iltimoslarni bajarish, ishchanlik kabi yoqimli qirralarga egadirlar.

Introvert tip - ular past muloqotchanlik, odamovilik, voqelikdan uzilganlik, falsafa so'qishga moyillik bilan xarakterlanadi. Bunday odamlarni yolg'izlikni xush ko'radilar; atrofdagilar bilan shaxsiy hayotlariga takallufsizlik bilan aralashish holatlaridagina nizolarga borishlari mumkin. Ular ko'pincha odamlarga nisbatan kuchsiz bog'langan emotsional sovuqqon odamlardir. Vazminlik, qat'iy e'tiqodlilik kabi ijobiy qirralarga egadirlar. Salbiy qirralari ham mavjud -

qaysarlik, tafakkur rigidligi, o'z g'oyalarini qat'iy ravishda himoya qilish hisoblanadi.

Uyg'unlashgan yaxlit tip - munosabatlarning barqarorligi va, shu bilan birga, atrof-muhitga yuqori moslashganlik bilan ajralib turadi. Bunday tipdagi xarakterli odamda ichki nizolar bo'lmaydi, uning tilaklari bajarayotgan ishi bilan mos tushadi. Bu muloqotchan, irodali, e'tiqodli odam.

Ichki nizoli, lekin tashqaridan muhit bilan uyg'unlashgan tip - ichki intilishlar va, muhit talablariga mos ravishda katta zo'riqish bilan amalga oshiriladigan, tashqi xulq-atvor o'rtasidagi qarama-qarshilik bilan ajralib turadi. Bunday tipdagi xarakterli odam ixtiyorsiz harakatlarga moyil, lekin ular doimo iroda kuchi tomonidan tutib qolinadi. Munosabatlari tizimi barqaror, lekin kommunikativ xossalari yetarlicha rivojlanmagan. Bu har kungi kurashdan voz kechgan oqil kuzatuvchi tipidir.

Moslashganligi kuchsiz nizoli tip - emosional va ijtimoiy vazifalar, impulsivlik, salbiy hissiyotlarning ustunligi, kommunikativ xossalarning rivojlanmaganligi, o'zini anglashning etarlicha tarkib topmaganligi o'rtasidagi kelishmovchilik bilan ajralib turadi. Bunday tipdagi xarakterli odamlarning hayotidagi voqealar soddalashtirilgan chizma bo'yicha sodir bo'ladi: o'zgaruvchan ehtiyojlari ularning shaxsiy fikrlari bo'yicha qiyinchiliklarsiz darhol qondirilishi kerak. Bunday odamlar hayotiy faoliyatning asosiy mexanizmi - zavqlanish (gedonizm).

Xarakterni variativ tipi - muhitga tashqi baqaror nuqtai nazar orqali moslashadigan; shaxs rivojlanishining quyi darajasi, xulq-atvor barqaror umumiy usulining mavjud emasligi haqida dalolat beradi. Bunday tipdagi odamlar ichki olamining soddaligi bilan farqlanadi; ularning yashash uchun kurashi to'g'ri chiziq bo'yicha amalga oshiriladi, ular shubhalanish va ikkilanishlarni namoyon qilmaydilar, alohida ichki chegaralarga ega emas, ularga to'siqlarning faqat tashqi turi ma'lum. Ichki olamni tashqi sharoitlarga moslashtirish, to'g'rilash, monandlash - bunday odamlar moslashishining umumiy usullari shulardan iborat.

Ilmiy odam: faqat yagona ehtiros - tushuntirishga, aloqalarni o'rnatishga, nazariy bilimlarni ishlab chiqishga olib boruvchi ehtirosga egadir. Uning

kechinmalari voqea hayotdan uzilgan bo'lib, bilish imkoniyatining mavjud emasligidan tushkunlikka tushishi, nazariy kashfiyotdan zavqlanishi mumkin. Unga faqat bilish metodlarining sofliги - qanday bo'lsada, haqiqatga erishish qadrliroqdir.

Ijtimoiy odam: ijtimoiy deb atalgan alohida hayot shakli o'zgalar manfaati yo'lida o'zidan voz kechish ehtiyoji yetakchi hayotiy ehtiyojga aylanganida yuzaga keladi.

O'zining yuksak ifodasida ijtimoiy yo'nalganlik mehr-muruvvatdan tashkil topgan. Biror odamni, unda haqiqat yoki go'zallik, yoki oliyjanoblik qadriyati namoyon bo'lganligi sababli sevish mumkin. Mehribonlik odamlarda yashirin holatdagi ma'lum qadriyatlar tashuvchilarni ochib beradi va ular o'z hayoti mazmunini bu odamlarga sadoqatli bo'lishda topadi.

Diniy e'tiqodli odam: bu ma'naviy hayot yo'li diniy qonunlar asosida hayotning yuksak mazmuniga erishishga qaratilgan odam. Diniy e'tiqodli odamlar hulq-atvorida altruizm yo'nalishi dominantlik qiladi. Hayotlarining oliy mazmunini odamlarga oliyjanoblik bilan beminnat xizmat ko'rsatish - zarar ko'rganlar, yaralanganlar, shikastlanganlar, muhtojlar, tahqirlanganlar va yolg'izlarga yordam ko'rsatishda deb biladilar.

Fromm ijtimoiy xarakterlarning quyidagi asosiy tiplarini keltirib chiqardi.

«Mazoxist-sadist» shaxsiy hayotidagi muvaffaqiyatlari va omadsizliklarini, shuningdek, kuzatiladigan voqealar sababini sharoitlarda emas, balki, odamlarda ko'rishga moyildir. Bu sabablarni bartaraf etishga intilib, tajovuzkorligini omadsizlik sababi bo'lib ko'ringan odamga yo'naltiradi. Bunday odam mustaqil bilim olish, o'z ustida ishlash, odamlarni yaxshi tomonga o'zgartirish bilan ko'p shug'ullanadi. O'zining qat'iy harakatlari, cheksiz talablari va intilishlari bilan ba'zan o'zini va atrofdagilarni toliqtirib qo'yadi. Bunday odam, ayniqsa, atrofdagilar ustidan hukronlik qila boshlaganida, «ezgu niyatlar»dan kelib chiqqan holda odamlarni daxshatga sola boshlaydi.

«Konformist-avtomat». Bunday individ, qiyin ijtimoiy va shaxsiy hayotiy muammolar bilan to'qnash kelganida, o'ziga o'xshamay qoladi. U so'zsiz, ushbu vaziyatda ko'pchilikka xos bo'lgan tafakkur tipi va xulq-atvor usulini darhol

o'zlashtirgan holda sharoitlarga, turli ko'rinishdagi jamiyatga, ijtimoiy guruh talablariga bo'ysunadi.

14.4. Individdning psixologik tavsifi

Odamlar xarakterining ba'zi xususiyatlari ularning qaysi jinsga tegishliligi bilan belgilanadi. Jinsiy psixik xususiyatlar faqat biologik omillar bilan emas, balki tarixiy tarkib topgan erkak va ayol ijtimoiy rollarining bo'linishi, jinsiy belgilar bo'yicha mehnatning taqsimlanishi, erkaklik va ayollikning madaniy-tarixiy stereotiplariga muvofiq ravishda qizlar va o'g'il bolalarni an'anaviy tarbiyalashdagi farqlar bilan ham bog'liqdir. Jinsiy indentifikatsiya - individ o'zini ma'lum jinsga tegishli deb bilishi uning jinsiy ijtimoiylashuvi, jinsga muvofiq holda o'zini anglashning rivojlanganligi, ijtimoiy-jinsiy rolni egallash bilan bog'liq. Jinsiy me'yorlar, erkak va ayol stereotiplari tizimi odamda «erkak obrazi» yoki «ayol obrazi»ni shakllantiradi. Birlamchi jinsiy o'zini identifikatsiyalash 2 yoshgacha shakllangan bo'ladi, 6-7 yoshlarda esa o'yin, xulq-atvor uslubini tanlashda, jinsiy segregatsiya (jins umumiyligining shakllanishi)da namoyon bo'ladigan jinsiy mayllar jadallik bilan shakllanadi

Ba'zi tadqiqotchilarning fikriga ko'ra, qizlar nutq qobiliyatlari bo'yicha o'g'il bolalardan ustun keladilar, o'g'il bolalar ko'rish-fazoviy qobiliyatlari bilan ustundirlar, erkaklar ayollarga nisbatan tajavozkorroq va beqarordirlar, ayollarning aqliy qobiliyati va idroki ko'proq tahlil qilishga moyildir. Qizlar va ayollar og'ir murakkab faoliyat turlarini yaxshiroq eplaydilar. Inson tashqi ko'rinishi ayollar tomonidan izchilroq idrok qilinadi. Ayollar emosional ta'sirchandirlar. Ayol psixikasi irsiyat tomonidan, erkaklarniki - muhit ta'sirlari tomonidan belgilangandir.

Nazorat uchun savollar:

1. Xarakterning umumiy xususiyatlarini gapirib bering?
2. Xarakterning qanday tiplari mavjud?
3. Ularning xususiyatlarini gapirib bering?
4. Xarakterdagi jinsiy rollar tafovuti nimadan iborat?
5. Xarakterning irodaviy qirralari.
6. Fiziognomika va xiromantiya haqida ma'lumot bering.

XV BOB. QOBILIYATLAR

15.1. Layoqat va qobiliyat

Qobiliyat insonning shunday psixologik xususiyatidirki, bilim, ko'nikma, malakalarini egallash shu xususiyatlarga bog'liq bo'ladi. Malaka, ko'nikma va bilimlarga nisbatan odamning qobiliyatlari qandaydir imkoniyat tarzida namoyon bo'ladi. Qobiliyatlar imkoniyatlardan iborat bo'lib, biror bir ishdagi mahorat darajasi haqiqatdir. Bolada namoyon bo'ladigan musiqaga qobiliyati uning musiqachi bo'lishi uchun imkoniyatlar, maxsus ta'lim berilishi, qat'iylik, salomatligining yaxshi bo'lishi, musiqa asbobi, notalar va boshqa ko'pgina sharoitlar bo'lishi kerak. Bularsiz qobiliyatlar taraqqiy etmay turib so'nib ketishi mumkin.

Qobiliyat bilim va malakalarning o'zida ko'rinmaydi, balki ularni egallash tizimida namoyon bo'ladi ya'ni, boshqacha qilib aytganda mazkur faoliyat uchun muhim bo'lgan bilim va ko'nikmalarni o'zlashtirish jarayonida turli sharoitlarda qanchalik tez, chuqur, yengil va mustahkam amalga oshirishida namoyon bo'ladi.

Qobiliyatlar individual psixologik xususiyatlar bo'lishi bilan aql sifatлари xotira xususiyatlariga, hissiy xususiyatlar va shu kabilarni qarama-qarshi qo'yib bo'lmaydi, hamda qobiliyatlarni shaxsning bu xususiyatlari bilan bir qatarga qo'yish ham mumkin emas. Agar shu sifatlarning birortasi yoki ularning yig'indisi faoliyat talablariga javob bersa yoki bu talablar ta'siri bilan tarkib topsa bu shaxsning mazkur individual xususiyatlarini qobiliyatlar deb hisoblashiga asos bo'ladi.

Qobiliyat kishining psixologik va fiziologik tuzilishi xususiyatidir. Qobiliyat bilim olish uchun zaruriy shart-sharoit bo'lib, shuning bilan birga u ma'lum darajada bilim olish mahsuli hamdir. Umumiy va maxsus bilimlarni o'zlashtirish, shuningdek, kasbiy ko'nikmalarni egallab olish jarayonida qobiliyat mukamallashib va rivojlanib boradi. Qobiliyatga yaqinroq turadigan tushunchalar ko'nikma va malakadir. Ular faoliyat mexanizmini tashkil qiladilar. Hamda ular qobiliyat bilan birgalikda mahoratga erishishni ta'minlaydilarki, buning natijasida mehnatda katta yutuqlar qo'lga kiritiladi. Qobiliyatli, ammo noshut inson ko'p narsaga erisha olmaydi. Qobiliyat ko'nikmada ro'yobga chiqadi.

Har qanday qobiliyat ham murakkab bo'lib, u kishiga turli-tuman talablar qo'yadi. Agar shaxs xususiyatlari tizimi shu talabga javob bera olsa kishi faoliyatni muvaffaqiyat bilan amalga oshirish uchun o'z qobiliyatligini ko'rsata oladi, agarda xususiyatlardan qaysi biri rivojlanmagan bo'lsa, shaxs mehnatning muayyan turiga nisbatan ham qobiliyatli deb baholanadi. Har bir qobiliyatning o'ziga xos tuzilishi mavjud. Qobiliyat tarkibida tayanch va yetakchi xususiyatlarni, muayyan asosiy yoki yordamchi xususiyatlarni farq qilish lozim.

Barcha qobiliyatlar uchun asosiy tayanch xususiyat kuzatuvchanlik, bilish ko'nikmasidir. Bu individual narsaning o'ziga xos tomoni, ijodiy faoliyat uchun boshlang'ich materialni ko'ra bilish demakdir. Qobiliyatning yetakchi xususiyati ijodiy tasavvur qilishlik hisoblanadi.

Quyidagilarni yordamchi xususiyat deb hisoblash mumkin: xotira (u faoliyat talablariga muvofiq ravishda o'ziga xos tuzilishda bo'ladi), emotsionallik, ya'ni his tuyg'uga beriluvchanlik (bu xususiyat shaxsning faoliyatini oshiradi) va shunga o'xshashlar. Amaliy faoliyatning ba'zi ko'rinishlarida shaxsning irodasi oldingi o'ringa chiqadi. Qobiliyat tuzilishidagi turli xususiyatlarning tarkibi faoliyatning turli davrlarida yoki ijodiyotning bosqichlarida turlicha bo'lishi mumkin. Demak, tuzilish ham barqaror, ham o'zgaruvchandir.

Rus psixologi B.M.Teplov va uning shogirdlari ishlarida oliy nerv faoliyati tiplarining xislatlari ta'siri tufayli shaxs qobiliyatlarining tuzilishida qandaydir sifat xususiyatlari paydo bo'lishini aniqlashga urinishgan. Jumladan, nerv tizimining alohida sezgirliigi ma'lum qobiliyat nishonasi sifatida vujudga kelishi mumkin.

Qobiliyatlar B.M.Teplovning fikricha, muntazam rivojlanish jarayonida mavjud bo'ladilar. Shuningdek, ta'kidlab o'tish lozimki, har bir faoliyatning bajarilish samaradorligi bir xil emas, balki, turli qobiliyatlar uyg'unligiga bog'liq. Ba'zi qobiliyatlar rivojlanishiga zarur nishonalarning mavjud emasligi, ularning tanqisligi boshqa qobiliyatlarning yuksak darajada rivojlanganligi hisobiga to'ldirilishi mumkin.

Qobiliyatlarning rivojlanishi uchun dastlab iste'dod nishonalaridan iborat bo'lgan muayyan asos bo'lishi zarur. Iste'dod nishonalari ostida, qobiliyatlar rivojlanishining tabiiy asosini tashkil etuvchi asab tizimining anatomik-fiziologik

xususiyatlari tushuniladi. Masalan, qobiliyatning tugʻma nishonalari sifatida turli analizatorlar rivojlanishining xususiyatlari namoyon boʻlishi mumkin. Xuddi shunday, eshitish idrokining muayyan xarakteristikalari musiqiy qobiliyatlarning rivojlanishi uchun asos sifatida yuzaga kelishi mumkin. Intellektual qobiliyatlarning nishonalari esa, avvalambor, miyaning u yoki bu darajadagi qoʻzgʻaluvchanligida, asab jarayonlarining harakatchanligida, vaqtincha aloqalarning hosil boʻlish tezligida, yaʼni, I.P.Pavlov genotip - asab tizimining tugʻma xususiyatlari deb atagan miya faoliyatining shular kabi vazifalarida namoyon boʻladi.

Miya, his-tuygʻu organlari, harakat (tugʻma nishonalar) tuzilishining tugʻma anatomik-fiziologik xususiyatlari odamlar oʻrtasidagi individual farqlarning tabiiy asosini belgilab beradi. Koʻpchilik psixologlarning fikricha, nishonalar - bu asab tizimining irsiyat tomonidan belgilangan (tugʻma) anatomik-fiziologik xususiyatlari. Lekin olimlarning ayrimlari, masalan, R.S.Nemov, odamda ikki xil nishonalarning: tugʻma (tabiiy) va orttirilgan (ijtimoiy) turlari mavjudligini faraz qiladilar. Qobiliyatlardan farqli ravishda nishonalar insonning ularga murojaat qilishi yoki qilmasligi, amaliyotda foydalanishi yoki foydalanmasligidan qatʼiy nazar, uzoq vaqt davomida mavjud boʻlib, saqlanishi mumkin.

15.2. Qobiliyatlarning turlari

Umumiy boshlangʻich qobiliyatlar - bu qobiliyatlar turli darajadagi ifodalanishda boʻlsada, barcha odamlarga xos. Ularga psixik aks ettirishning asosiy shakllari: sezish, idrok qilish, esda olib qolish, qaygʻurish, fikrlash, xayol surish, qaror qabul qilish va amalga oshirish kiradi. Bu qobiliyatlarning boshlangʻich ifodalari mos boʻlgan sensor, mnemik, tafakkur, irodaviy samaralar bilan bajariladigan psixik harakat. Mashqlar natijasida u muvofiq koʻnikmaga aylanishi mumkin.

Maxsus boshlangʻich qobiliyatlar - bu qobiliyatlar barcha odamlarga xos boʻlmay, ular psixik jarayonlarning qandaydir sifat tomonlarining maʼlum ifodalanishini taqazo etadi.

Koʻz bilan chamalash - bu koʻrish orqali idrok qilinadigan obyektlarning kattaliklarini, ular oʻrtasidagi va ulargacha boʻlgan masofalarning turli aniqlikda

idrok qilish, baholash va taqqoslash qobiliyati, ya'ni, ko'rish orqali idrok qilishning ma'lum sifati.

Musiqaviy eshitish qobiliyati - bu musiqali tovushlarni farqlash va ularni aniq joriy etish qobiliyatida namoyon bo'ladigan eshitish orqali idrok qilishning ma'lum sifati sanaladi. Musiqali eshitish qobiliyati - bu musiqali qobiliyatlarning tarkibiy qismlaridan biri. Maxsus odatdagi qobiliyatlar ta'lim jarayonida iste'dod nishonalari asosida rivojlanadi.

Umumiy murakkab qobiliyatlar - bu umuminsoniy faoliyat turlari: mehnat, ta'lim, o'yin, bir-biri bilan muloqotga bo'lgan qobiliyatlar. Ular u yoki bu darajada barcha odamlarga xos. Bu guruhga mansub qobiliyatlarning har biri shaxs xossalariining murakkab tarkibini tashkil etadi.

Maxsus murakkab qobiliyatlar - turli darajada emas, umuman barcha odamlarga xos bo'lmagan qobiliyatlar. Ular inson madaniyati tarixi jarayonida yuzaga keladigan ma'lum kasbiy faoliyatga bo'lgan qobiliyatlar hisoblanadi. Ular, odatda, kasbiy qobiliyatlar deb ataladi.

Maxsus insoniy qobiliyatlar - ijtimoiy-tarixiy tabiatga ega bo'lib, ijtimoiy hayot va taraqqiyotni ta'minlaydi. Maxsus insoniy qobiliyatlar o'z navbatida umumiy va xususiy qobiliyatlarga bo'linadi.

Umumiy qobiliyatlar - insonning turli faoliyatlari muvaffaqiyatini ta'minlovchi aqliy qobiliyatlar xotira va nutqning rivojlanganligi, qo'l harakatlarini aniqligi va boshqa xususiyatlardan iborat.

Maxsus - qobiliyatlar deb, inson yutuqlarini amalga oshirish uchun alohida turdagi iste'dod va uning rivoji zarur bo'lgan maxsus faoliyat turlarida aniqlaydigan qobiliyatlar tushuniladi. Bunday qobiliyatlarga musiqa, matematika, lingvistik, texnikaviy, badiiy, adabiy, sportga bo'lgan qobiliyatlarni kiritish mumkin.

Inson umumiy qobiliyatlari sirasiga muloqotda, odamlar bilan o'zaro aloqada ifodalanadigan qobiliyatlarni ham kiritish zarur. Bu qobiliyatlar ijtimoiy belgilangan bo'lib, insonning jamiyatdagi hayoti jarayonida shakllanadilar. Xuddi shunday, nutqni muloqot vositasi sifatida o'zlashtirmasdan, insonlar jamiyatiga moslashish malakasiga ega bo'lmasdan turib, ya'ni, odamlar harakatini to'g'ri

idrok qilish va baholash, ular bilan o‘zaro munosabatda bo‘lish va turli ijtimoiy vaziyatlarda yaxshi aloqalarni o‘rnatish, insonning normal hayoti va psixik rivojlanishining imkoniyati bo‘lmas edi.

Yashirin - qobiliyatlar sifatida ma’lum faoliyat turida joriy qilinmaydigan, lekin ijtimoiy sharoitlarning o‘zgarishida dolzarb qobiliyatga aylana oladigan qobiliyatlar tushuniladi.

Dolzarb - qobiliyatlarga ayni damda zarur bo‘lgan va aniq faoliyat turida joriy qilinadigan qobiliyatlar kiritiladi. Yashirin va dolzarb qobiliyatlar inson qobiliyatlari rivojlanadigan ijtimoiy sharoitlar xarakterining bilvosita ko‘rsatkichlari sifatida namoyon bo‘ladi. Aynan ijtimoiy sharoitlar xarakteri yashirin qobiliyatlarning rivojlanishiga to‘sqinlik qiladi va imkoniyat yaratadi, ularning dolzarb qobiliyatlarga aylanishini ta’minlaydi yoki ta’min etmaydi.

15.3. Musiqa qobiliyatlar

Musiqa qobiliyatlari muammosi ustida B.M.Teplov tadqiqotlar olib borgan.

Musiqiy - qobiliyatlar tarkibida u quyidagi asosiy tarkibiy qismlarni ajratadi: musiqiy eshitish qobiliyati, marom hissi va musiqiy xotira shular jumlasidandir. Shuningdek, Teplov aynan musiqiy faoliyat bilan shug‘ullanishda talab etiladigan, musiqiylik deb atalgan, individual-psixologik xususiyatlarning majmuini ajratib ko‘rsatdi. Uning belgisi o‘rnida B.M.Teplov ayrim mazmunning ifodasi sifatidagi musiqiy kechinmani hisoblaydi. Bundan tashqari, musiqaga nisbatan emosional hozirjavoblik, Teplov bo‘yicha,- bu musiqiylikning asosi.

Matematik - qobiliyatlar ustida V.A.Krutetskiy ish olib borgan. Matematik qobiliyatlar tarkibida matematik xotira, miqdoriy va fazoviy munosabatlar sohasidagi mantiqiy tafakkur qobiliyati, matematik materialning tezda kengaytirilgan holda umumlashtirish, bir operatsiyadan ikkinchisiga oson va erkin o‘tish, mulohaza va echimlarning aniqligi, oddiyligi, tejamkorligi va omilkorligiga intilish katta ahamiyatga ega.

Matematik qobiliyatlar o‘zagini V.A.Krutetskiy tafakkurning matematik yo‘nalganligi tashkil etadi deb hisoblaydi. Yordamchi xossalar sifatida sensor va aqliy sohalardagi individual-psixologik xususiyatlari matematik faoliyat talablariga

javob beradigan, mos bo'lgan sohadagi ma'lum bilim, malaka va ko'nikmalarning aniq zahirasi ko'rsatadi.

Pedagogik - qobiliyatlarni N.V.Kuzmina, F.N.Gonobolinlar tadqiq qilganlar. Pedagogik qobiliyatlar tuzilishida pedagog odobi, kuzatuvchanlik, bolalarga muhabbat, bilimlarni berishga ehtiyoj, persektiv, kommunikativ, tashkilotchilik va boshqa qobiliyatlar majmuasi yetakchi sifatlar o'rnini egallaydi. Yordamchi sifatlarga artistlik mahorati, notiqlik, hazilkashlik va boshqalar kiradi.

Tashkilotchilik - qobiliyatlari muammosini uzoq vaqt L.I.Umanskiy tadqiq qilgan. Muallif tashkilotchilik qobiliyatlari tarkibini aniqladi. Qobiliyatli tashkilotchi shaxsi uchun L.I.Umanskiy fikricha quyidagi sifatlar zarurdir, bular: shaxsning yo'nalganligi, uning shayligi, umumiy sifatlari (muloqotchanlik, rivojlanganlikning umumiy darajasi, amaliy ong, kuzatuvchanlik, faollik, tashabbuskorlik, qat'iyatlilik, tashkilotchilik, mustaqillik, o'zini tuta bilish), maxsus xossalar (tashkilotchilik hissi, psixologik odob, emosional-irodali ta'sirchanlik, jamoatchilik faolligi, talabchanlik, tanqidiylik, tashkilotchilik faoliyatiga moyillik, shaxsning individual xususiyatlari shular jumlasidandir.

Texnik qobiliyatlari M.G.Davletshin tomonidan o'rganilgan. Texnik qobiliyatlar tarkibida muallif tomonidan tayanch va etakchi xossalar, shuningdek, yordamchi sifatlar ko'rsatilgan. Texnikaviy qobiliyatlarning tayanch xossasi bo'lib texnikaviy kuzatuvchanlik hisoblanadi (inson idrokining mashina, asosiy bo'g'inlar va tuzilmalarning tuzilish tamoyiliga, ularning o'zaro ta'siriga yo'nalganligi). Yetakchi xossalar bo'lib texnikaviy tafakkur va texnikaviy xayol hisoblanadi (texnikani tushunish, amaliy zakovat, texnikaviy moslamani tahlil qilish, qismlardan yaxlitlikni yasash qobiliyati, fazoviy tasavvurlarning jonliligi va aniqligi, shakllar va masofalarni yodda olib qolish, konstruktiv fantaziya). Yordamchi xossa qo'l epchilligi hisoblanadi.

Lingvistik - qobiliyatlarni A.X.Yugay o'rgangan. Lingvistik qobiliyatlar tarkibida u fonematik eshitish qobiliyati (tilning sezgirligi), lingvistik tafakkur va verbal xotirani ajratdi.

Qobiliyat - deb, insonni u yoki bu faoliyatning samarali bajarilish imkoniyati bilan ta'minlovchi layoqatlarning o'ziga xos uyg'unligiga aytiladi. Ushbu ta'rifda

qobiliyatga bog‘liq ravishda faoliyatning samarali bajarilishi emas, balki, faqat shunday bajarilishi mumkin bo‘lgan imkoniyatga e‘tibor qaratish lozim. Faoliyatni samarali tarzda amalga oshirish uchun muvofiq keladigan qobiliyatlar uyg‘unligining mavjudligi emas, balki, zarur bilim va ko‘nikmalarning egallanganligi ham muhimdir. Qobiliyatlar taraqqiyotining oliy darajasi geniallik deb ataladi. Insonning ijodiy yutuqlari jamiyat hayoti, madaniyat rivojida butun bir davrni tashkil etganida geniallik haqida so‘z yuritiladi. Genial odamlar juda ozchilikni tashkil etadi. Geniyni xarakterlovchi iste’dodning yuqori darajasi faoliyatning turli sohalarida o‘ta qobiliyatli bo‘lish bilan bog‘liq. Bunday allomalardan Arastu, Leonardo da Vinchi, R.Dekart, G.V.Leybnits, M.V.Lomonosov va boshqalarni keltirish mumkin..

15.4. Talantning tuzilishi

Psixologiyada qobiliyatning tug‘ma ekanligini tan olinmas ekan, bu bilan miyaning tuzilishi bilan bog‘liq bo‘lgan differensial xususiyatlarning tug‘maligini inkor qilmaydi. Qobiliyat taraqqiyotining dastlabki tabiiy sharti sifatida namoyon bo‘ladigan miya tuzilishining sezgi a‘zolariga va funksional xususiyatlariga layoqat deb ataladi. Layoqat ko‘p qirralidir. Shaxs tomonidan qo‘yilgan talablarning tabiatiga bog‘liq ravishda aynan bir xil layoqatlar asosida har xil qobiliyatlar rivojlanishi mumkin.

F.A.Gallning fikricha, odamning hamma qobiliyatlari “aql” va “qobiliyat” sifatlari miya yarim sharlarida o‘zining maxsus qat’iy markazlariga ega, ya’ni bu sifatlarning taraqqiyot darajasi miya tegishli qismlarining miqdoriga to‘g‘ridan-to‘g‘ri bog‘liqdir. Layoqatning miya miqdori, massasi va og‘irligiga bog‘liqligi haqidagi faraz ham bekor qilingan. Katta yoshdagi odam miyasining o‘rtacha og‘irligi 1400 grammga yaqin bo‘ladi. U.S.Turgenev miyasining og‘irligi 2001 gramm, D.G.Bayronniki 1800 grammni, mashhur ximik Yu.Libixniki 1360 grammni, yozuvchi Afransniki 1017 gramni tashkil qilgan. Eng katta miya aqliy jihatdan nuqsoni bor odamga taalluqli ekanligi aniqlangan.

1675 yilda F.Galtonning “Talentning irsiyatga bog‘liqligi qonunlari va oqibatlar” degan kitobi nashr etildi. Bunda muallif bir necha yuzlab mashhur kishilarning qarindoshlik aloqalarini o‘rganib, talant ota-onadan irsiyat yo‘li orqali

o'tadi degan xulosaga kelgan. Biroq Galtonning xulosalari ilmiy jihatdan asoslanmagan edi. Baxlar oilasida musiqaga bo'lgan talant dastavval 1550 yilda ma'lum bo'lgan. Bu talant 1800 yillarda yashagan qandaydir Regina Susanadan so'ng tamom bo'lgan. Umuman Baxlar oilasida 57 dan ko'p musiqachi bo'lgan. Ularning 20 tasi mashhur bo'lgan.

Rus psixologi B.M.Teplov va uning shogirdlari ishlarida oliy nerv faoliyati tiplarining xislatlari ta'siri tufayli shaxs qobiliyatlarining tuzilishida qandaydir sifat xususiyatlari paydo bo'lishini aniqlashga urinishgan. Jumladan, nerv tizimining alohida sezgirligi ma'lum qobiliyat nishonasi sifatida vujudga kelishi mumkin.

F.Galtonning irsiyat qonunlari to'g'risidagi g'oya qobiliyatning tabiiy shartlangan xususiyatlari tavsifini ochib bera olmaydi. Chunki unda dalilga muhtoj juda ko'p o'rinlar mavjuddir. Shuning uchun qobiliyat tabiatini biologik irsiyatdan emas, balki turmush muhitining nasldan naslga o'tishidan qidirish maqsadga muvofiqdir, agarda insonning taraqqiyoti ijtimoiy-tarixiy qonunlar bilan boshqarilishi tan olinar ekan, qobiliyatning taraqqiyoti biologik irsiyat qonunlarga bo'ysunishi mumkin emas.

Rus psixologlaridan B.M.Teplov, A.N.Leontev, V.D.Nebylisin, N.S.Leytes va boshqalar shug'ullanganlar. Rossiya psixologiyasida tarkib topgan nuqtai nazarni qisqacha shunday ta'riflash mumkin: inson qobiliyatlari o'z tabiatiga ko'ra bioijtimoiydir. Qobiliyatlar muammosi bilan O'zbekiston psixolog olimlaridan E.G.G'oziyev, R.Z.Gaynutdinov, M.G.Davletshin, B.R.Qodirov, V.A.Tokareva va boshqalar o'z ilmiy tadqiqotlarini olib borganlar.

Maxsus qobiliyatlarning rivojlanishi maktabda, ayniqsa, kichik va o'rta sinflarda davom ettiriladi. Maxsus qobiliyatlarning rivojlanishiga avval bolalarning turli xil o'yinlari yordam beradi, so'ngra esa ularga o'quv va mehnat faoliyati o'z ta'sirini o'tkaza boshlaydi.

O'yinlar jarayonida ko'pchilik harakatli, konstruktorlik, tashkilotchilik, badiiy-tasviriy va boshqa ijodkorlik qobiliyatlarining rivojlanishi sodir bo'ladi.

Qobiliyatlarning rivojlanishiga ko'proq, bolani o'ylashga majbur qiladigan ijodkorlik faoliyati yordam beradi. Bunday faoliyat har doim biror yangilik yaratish, o'zi uchun yangi bilimni kashf etish, o'zida yangi imkoniyatlarni aniqlash

bilan bog‘liq va u bilan shug‘ullanish uchun, hamda yuzaga keladigan qiyinchiliklarni bartaraf etishga qaratilgan zarur kuchlarni ishga solishga kuchli rag‘bat bo‘ladi. Qobiliyatlarning rivojlanishi ko‘p darajada iste’dod nishonalarining joriy etilishiga imkon yaratuvchi sharoitlarga bog‘liqdir. Bunday sharoitlardan biri oiladagi tarbiya xususiyatlaridir. Agar ota-onalar o‘z bolalarida qobiliyatlarning rivojlanishi haqida qayg‘urar ekanlar, bolalarda biror-bir qobiliyatning aniqlanish ehtimolligi o‘z hollariga tashlab qo‘yilgan bolalarga qaraganda ancha yuqori bo‘ladi.

Qobiliyatlarning rivojlanishini insonga tabiat tomonidan berilganlarning etilishi kabi tabiiy iste’dod nishonalarining ham miqdor jihatdan o‘sishi sifatida tushunish yaramaydi. Inson amaliyotda foydalanmay qo‘ygan rivojlantirilmagan qobiliyat vaqt o‘tishi bilan yo‘qoladi. E.A.Klimov kasbiy yaroqlilikni to‘rt darajaga bo‘ldi:

Birinchi daraja - ushbu kasbga yaroqsizlik. U vaqtinchalik yoki umuman bartaraf etilmaydigan bo‘lishi mumkin.

Ikkinchi daraja - u yoki bu kasb yoki guruhga yaroqlilik. Bu darajada odam u yoki bu mehnat sohasiga nisbatan qarshi ko‘rsatmalarga ega emas, lekin ko‘rsatmalar ham berilmagan bo‘ladi.

Uchinchi darajada - ushbu faoliyat sohasiga muvofiqlik: qarshi ko‘rsatmalar yo‘q, ma’lum kasb yoki kasblar guruhi talablariga aniq mos keladigan ba’zi shaxs sifatleri mavjud.

To‘rtinchi darajada - faoliyatning ushbu kasb sohasiga moyillik. Bu inson kasbga yaroqliligining oliy darajasi.

Nazorat uchun savollar:

1. Layoqat nima?
2. Qobiliyatlar deganda nima tushuniladi?
3. Qobiliyatning shakllanishi nimalarga bog‘liq?
4. Qobiliyatning qanday turlari mavjud?
5. Qobiliyatlar taraqqiyotining oliy darajasi nima deb ataladi?
6. Musiqa qobiliyatlari muammosi ustida kimlar tadqiqotlar olib borgan?

XVI BOB. PSIXOLOGIYADA INTELLECT VA KREATIVLIK MUMMOSINING O'RGANILISHI

16.1. Intellekt va kreativlik haqida tushuncha

Kreativlik - bu shaxsning yangi g'oyalarni yaratishi, tafakkurning an'anaviy sxemasidan chetga chiqib, o'ziga xos, original qarorlar qabul qilishga qodirligi. Mazkur atamaga ilk bora 1922 yilda D.Simpson tafakkurning nostandart usuli, deb ta'rif bergan.

Kreativlikni o'rganish bo'yicha Rossiyada A.M.Matyushkin, A.V.Petrovskiy, M.G.Yaroshevskiy, V.N.Drujinin kabi olimlar ish olib borganlar.

Psixologiyada intellekt va kreativlikni aloqasini tushuntiruvchi 3 ta nazariya mavjud.

D.Veksler, G.Ayzenk, L.Termen, R.Stenberg va boshqalar intellekt va kreativlikni oliy darajadagi insoniy qobiliyatlarning birligi deb bilishadi. Intellekt kreativlikning yuqori bosqichidir. Bu degani nafaqat ular birlikda, balki ijodkorlik intellektning hosilasidir. Yuqori darajadagi intellekt-yuqori darajadagi qobiliyatning asosisi hisoblanadi. Quyi intellekt- quyi darajadagi intellektni yuzaga keltiradi. Gans Ayzenk kreativlikni qobiliyatning o'ziga xos ko'rinishi deb hisoblagan. Kreativlik intellektning yuqori bo'lishi bilan belgilangan.

V.Shterni, J.Piaje, D.Veksler va boshqa avtorlar ham intellektni insonlarni yangi hayotiy sharoitlarga moslashashtiruvchi umumiy qobiliyat sifatida qarashgan. Ular o'z tadqiqotlarida amerikalik minglab maktab o'quvchilarini logityud metodi orqali tadqiq etishgan. Tadqiqot jarayonida , dastlab ularni IQ (intellekt ko'effisenti) aniqlab olindi. O'quvchilarni IQ ko'effisientiga qarab guruhlariga ajratildilar va 30, 40, 50, 60 yil oralig'ida kuzatishgan. Yillar davomida intellekt ko'effisenti yuqori bo'lgan sinalluvchilar hayotda, faoliyatda yuqori ko'rsatkichlarni ko'rsatishgan. IQ ko'effisenti pastroq bo'lgan sinalluvchilar ulardan farqli o'laroq 30 marta kam yutuqlarga erishishgan.

16.2. Kreativlik muammosi

Kreativlik - bu insonni hayotga moslashishi emas, balki uni o'zgartirishidir. Kreativlikning asosiy omili bu insonning dezadaptatsiyasi, ya'ni uni atrof olam va ijtimoiy muhitga moslasha olmasligida deb qaralan nazariyalar ham mavjud. Ba'zi

olimlar shaxsning kreativlik xususiyatini tashqi olam va insonlardan yolg'izlanish deya ta'rif berishgan. Aynan real olamga nisbatan dezadaptatsiyasi mavjud bo'lgan, moslasha olmagan inson o'zidagi yolg'izlikni engib o'tish uchun ijod qilish va yangilik yaratishni boshlar ekan. A.Adlerning fikricha, insondagi kreativlik o'zida mavjud bo'lgan noto'liqlik kompleksini to'ldirish vositasi deb bilgan.

Kreativlik va intellektni qarama-qarshi qo'ygan olimlardan yana biri Dj.Gilvord bo'lib, u o'z nazariyasini ikki xil tafakkur asosida quradi. Ya'ni konvergent va divergent tafakkur. Konvergent tafakkur masalani echishda mavjud barcha vositalarni tahlil qilib, ulardan yagona maqbulini tanlashdir. Konvergent tafakkur intellekt asosida quriladi. Divergent tafakkur- masalani echishning turli variantlarini yaratishdan iborat tafakkur turidir. Divergent tafakkur- kreativlik asosida quriladi.

Intellektni go'yo qolipga solingan, buyuk kashfiyotlarni yaratmaydigan moslashuvchi qobiliyat sifatida ko'ramiz. Intellektga faqat qaytarish xosdir. Psixologlarning fikricha bu g'oya noto'ridir. Sababi evolyusion rivojlanish nazariyasida insoniyatning antropogenez rivojlanishning asosiy omilini intellektning rivojlanishidadir deb aytib o'tilgan. Olovni o'zlashtirish va qurollar yasash bunga misol bo'la oladi.

Intellektni kreativlikdan yiroq qilish, shaxsdagi yaratuvchanlik , originallik kabi sifatlarni kreativlikka moslab qo'ymoqda. Kim birinchi bo'lib buyuk kashfiyotni, o'q-yoylarni yaratgan, kim olovni o'zlashtirish mumkinligini o'ylab topgan? Intellektmi? yoki Kreativlikmi? Agar kreativlik bo'lsa, unda intellekt qayerga ketdi. Demak, bunday mulohazalar intellektni insoniyatning texnik va ilmiy muvaffaqiyatlarini yaratishdagi o'rnini pasaytirmoqda.

16.3. Xoriji olimlar olib brogan ilmiy tatqiqotlar haqida

Spirmenning fikricha, insonlarda umumiy intellekt mavjud. Uning fikricha insonlarni bir-biridan ajratib turuvchi o'ziga xos qobiliyatlari bor. Spirmen faktorli analiz, statistik prosedurani ishlab chiqdi. Satosi Kanadzava (2004 y.) umumiy intellektni intellektning bir turi sifatida ko'radi. Umumiy intellekt bizga kundalik hayotda mavjud muammoalarni hal qilishda yordam beradi.

1980 yillarga kelib Spiremennig yagona intellekt nazariyasini va Terstounning akedemik qobiliyatlar nazariyalarini taqqoslash jarayoni kuzatilgan. Ularning fikricha, shaxs biror kognitiv sohada muvaffaqiyatga erishayotgan bo'lsa, demak u boshqa sohalarda ham xuddi shunday zafarlarga erishadi. Hayotga moslashishning asosiy omili shaxsdagi umumiy intellekt emas, balki vaqt o'tib, qobiliyatlar bir-biriga ta'sir eta boshlao'ldir. X.Gardner intellektni bir necha qobiliyatlar yig'indisi deb qaragan. U o'z tadqiqotlarini past qobiliyatli odamlarda o'tkazgan. Miyaning shikastlanishi bir qobiliyatni so'ndirishi mumkin lekin qolgan

R. Shtenbegr, R.Vagner Gardnerning g'oyasiga qo'shilishgan. Lekin shaxsda aqlni 3 xil faktori mavjudligini taxlil qilishgan:

Amaliy intellekt kundalik hayotda atrof muhitga moslashish uchun muammolarning ko'plab echimidan qulayini tanlashga yordam beradi.

Ijodiy aql. Buni tip vakillari notanish vaziyatlarda o'zining reaksiyasini ko'rsatishi bilan ajralib turadi.

Mustaqil fikrlashning yuqori shakli bo'lmish ijodiylik muammosi chet el psixologiyasida juda chuqur o'rganilgan, bu asosan qobiliyatning kreativligi tarzida talqin qilingan. Biz bu ta'rifdan "ijodiy" deb foydalanmasligimizga sabab ("create" - inglizcha "ijod qilish" demakdir), ijodiylik - bu intellektual faollikning yuksak bosqichi, degan tasavvur paydo bo'lmasligi uchun "kreativlik" atamasidan foydalandik.

Psixologiyada kreativlik muammosi 1950-yillardan boshlab izchil ravishda o'rganilmoqda. Lekin biz o'z tadqiqotimizda "kreativlik" atamasini o'zbek tilida shartli ravishda "aqliy ijodiylik" deb atadik va uni mustaqil fikrlashning psixologik asosi sifatida o'rganishni lozim topdik. Shunday qilib, bundan buyon aqliy ijodiylik haqida mulohaza yuritilganda fikrlashning nostandartligi, uning mustaqilligi va "kreativligi" nazarda tutiladi.

Kreativlikning ajratilishiga aqlning an'anaviy testlari va muammoni yechishning muvaffaqiyati o'rtasida bog'lanish yo'qligi haqidagi ma'lumot turtki bo'lgan. Bu sifat mohiyatan aql orqali berilgan ma'lumotlarni, qo'yilgan vazifalarni hal qilishda tezkor usul va har xil yo'sindan foydalanish qobiliyatiga bog'liqligini ifodalaydi.

1962 yilda J.W.Getzels va P.W.Jackson aqliy ijodiylikning ko'rsatkichlari orasida bog'liqlik yo'q, degan ma'lumotni matbuotda e'lon qilishgan.

Ular ijodiylikni o'lchash uchun o'zlarining (Sr) koyeffisientini kiritishgan, xolos. Aqliy iste'dod esa bolaning guvohnomasidagi yoshiga nisbati qo'lga kiritgan muvaffaqiyatlarining miqdori bilan o'lchanib, IQ koyeffisienti bilan belgilanadi. IQ va Cr koyeffisientlarini ajratish qobiliyat bilan mantiqni aqliy ijodiylikka qarama-qarshi qo'yishga omil bo'lgan.

Xuddi shu bois ham XX asrning 60-yillariga kelib, ijodiylikning 60 dan ortiq ta'rifi ishlab chiqildi. Ijodiylik ta'riflarini tahlil qilish orqali ularni 6 turga ajratish mumkin: geshtaltik ta'rif (ijodiy jarayonni mavjud geshtaltlarni buzib, yaxshirog'ini tuzish sifatida ta'riflanadi), innovasion (yangi) ta'rif (so'nggi natijaning yangiligi bo'yicha ijodiylikni baholashga yo'naltirilgan), estetik yoki ekspressiv (ijod qiluvchining o'zini-o'zi ifodalashga ahamiyat beruvchi), psixoanalitik (ijodiylikni "U", "Men" va "Ideal - Men" o'rtasidagi o'zaro munosabat deb ta'riflovchi); muammoli (ijodiylikni masalalar yechish jarayoni deb aniqlaydigan. Bunga J.P.Guilfordning "Ijodiylik - divergent qobiliyat jarayonidir", degan ta'rifini ham mujassamlashtirish mumkin), oltinchi tipga yuqorida ta'riflangan tiplarning birortasiga ham kirmaydigan har xil ta'riflarni kiritish mumkin (masalan, "umuminsoniy" bilimlar zaxirasini to'ldirish)

- intellekt va ijodiylikning yuqori darajasiga erishgan o'quvchilar o'zlarini to'g'ri baholaydilar, ularda o'zini-o'zi nazorat qilish yuqori, ular barcha yangi narsalarga qiziqishadi va baholashda mustaqillikka egadirlar;

- intellektual darajasi yuqori va ijodiylik darajasi past o'quvchilar maktabda muvaffaqiyatga intiladilar, lekin birovdan o'z sirlarini yashiradilar, o'zlarini pasaytirib baholaydilar;

- intellektual darajasi past va ijodiylik ko'rsatkichi yuqori o'quvchilar xavotirli, e'tiborsiz, quyi ijtimoiy moslashuv bilan boshqalardan ajralib turadilar;

- intellektual darajasi va ijodiylik ko'rsatkichi quyi o'quvchilar vaziyatga oson moslashadilar, ijtimoiy intellektual darajasi yuqori, lekin sust sub'ektlar o'zlarini to'g'ri baholaydilar.

Shunday qilib, ijodiylik jarayoni bilan intellekt darajasi o'rtasidagi munosabat o'quvchilarning shaxsiy xislatlariga va ularning moslashuv usullariga ta'sir qiladi.

Stenberg va Gardnerlarning fikricha bir necha qobiliyat shaxsni omadli bo'lishiga olib kelishi mumkin.

Ijodiylik mezonlaridan biri - bu nostandartlikdir. E.P.Torranke ta'kidlaganidek, noyob va original javoblar mohiyatan har doim ham mos tushavermaydi. Ko'pincha tushunchalarning mazmunini asoslanmagan ravishda aralashtirish holati ro'y beradi. ijodiy qobiliyat esa nostandartlik bilan bir xil deb qaraladi, nostandartlik originallik bilan, originallik esa sinaluvchilar guruhidagi noyob javoblar bilan ayniy deb talqin etiladi. Nostandartlik originallik (o'ziga xoslikka nisbatan kengroq tushunchadir.

Ikkinchi mezon - anglanganlikdir. Bu asnoda so'z borganda sinaluvchi tomonidan muammo yechimining anglanganligi nazarda tutiladi.

Intellektual testlar shaxsdan konvergent tafakkurni talab qiladi. Kreativ testlar esa divergent tafakkurni talab etadi.

Kreativlik-bu birvaqtning o'zida yangi va qadrli g'oyalarni yaratuvchi ijodkorlik qobiliyatidir.

Sternberg va uning izdoshlari kreativlikning 5 komponentini ishlab chiqishgan.

1. Shaxsdagi bilimning ko'pqirraligi. Qo'lga qiritgan bilimlarimiz g'oyalarimizning ko'p bo'lishining asosi hisoblandi. Dunyoviy bilimlarimiz qanchalik ko'p bo'lsa, psixikamizdagi bloklar ham shunchalik ko'p bo'ladi. Hayotda muammolarni hal qilishda bilimlarimiz qanchalik ko'p bo'lsa, uni hal qilish shunchalik oson bo'ladi.

2. Tasavvuriy tafakkur narsa va hodisalarini yangidan ko'rishga, ularni qayta yaratishga va bog'lashga imkon beradi. Muammoning asosiy elementini tasavvur qilib uni o'zlashtiramiz va uni yangi bosqichga olib o'tamiz.

3. Tavakkalchilik- yangi ta'surotlarni qidirish. Buni ikki ma'noda ko'rish mumkin. Ya'ni birinchisi tavakkal va muammoni engib o'tishdagi qat'iylikda deb ko'rish mumkin.bunday xususiyatga ega bo'lgan shaxslar orqaga qaytishdan ko'ra, yangi tajribaga ega bo'lishni avzal deb bilishadi.

4. Ichki motivatsiya majburlikdan ko‘ra shaxsda murakkab masalani echishda qiziqiqish va qoniqish hissini yuzaga keltiradi. Ijodkor shaxs masalaning muddatini, uning keltiruvchi daromadini va talabgorlari haqida o‘ylamaydi. Butin e‘tibori masalani echishdagi qoniqish hisi va stimuli qaratadi. Isaak Nyutondan “Siz bunday murakkab masalalarni qanday qilib hal qilagansiz” deb so‘rashganda, u shunday javob bergan “Men bu muammo haqida tunu kun o‘ylab yurganman” deb javob bergan.

5. Ijodiy muhit shaxsdagi ijodiy g‘oyalarni qo‘llab-quvvatlashga yordam beradi. Hamkasblar bilan ijobiy munosabat va ularni ko‘magi shaxsdagi g‘oyalarni kamol topishiga turtki bo‘ladi. Lekin shuni ta‘qidlab o‘tish kerakki, ba‘zi tadqiqotlarda ijtimoiy muhitning shaxsga salbiy ta‘siri holati ham kuzatilgan. Masalan, amerikalik talabalarga insho yozish topshirig‘i berilgan. Ular yozgan inshoni uning kursdoshlari tomonidan tekshirilishi oldindan ogohlantirilgan. Boshqa guruhga esa faqatgina insho yozishni aytishagan. Natijalar shuni ko‘rsatdiki, ogohlantirilgan guruhning insholari yomon yozilgani ma‘lum bo‘lgan. Bu holatda biz ijtimoiy muhitning ijodkorlikka salbiy ta‘sirini yaqqol ko‘rishimiz mumkin.

Emosional intellektni E.Torndayk, Golman va boshqa olimlar ham tadqiq etgan. Dj.Mayer, P.Solovey, D.Krauzo qobiliyat sirasiga kiruvchi emosional intellektning 4 komponentini tadqiq etuvchi testlarni ishlab chiqishdi.

Komponentlar:

- Emotsiyani qabul qilish (inson yuzidan uni aniqlash)
- Emotsiyani tushunish (ularni o‘zgarishini aytib berish)
- Emotsiyani boshqarish (qaysi vaziyatda qaysi bir emosiya bilan foydalanishni bila olish)

- Emotsiyani moslashuvchan va ijodkor tafakkurda qo‘llay olish

Agar shaxs yuqori intellekt ko‘yefisientiga ega bo‘lsa, ammo bosh miyasining biror joyidan jarohat olsaunniq emosional intellekti pasayib ketar ekan. Nevrolog Antonio Damasio o‘z tajribasida miya saratoni mavjud Elliot ismli bemorni mosol qilib keltirgan. U o‘z bemoridagi o‘smanni jarrohlik yo‘li bilan olib tashlagan. U

bemor sogʻaygandan keyin u bilan boʻlgan soatlab suhbatda unnig yuzida emosiyaning hech qanday koʻrinishini payqashmagan. Elliotga turli xil vahshiona va turli tabiiy ofitlar orqali insonlarda yuz bergan talofatlar aks etgan rasmlarni koʻrsatishgan. Elliot oʻzida hech qanday his yoʻqligini bilgan va uni ifodalay olmagan. Natijada Elliot oʻz ishi va oilasini yoʻqotdi. Uning qayta turmishi ham oʻxshamagan. Intellectning yuqori boʻlishi miya yarim sharlariga bogʻliqmi? Bu masalani tadqiq etishganda shu narsa maʼlum boʻldiki, Bayron, Betxovenlarning miyasining ogʻirligi normal odamning miyasidan anchagina ogʻirligini aniqlashgan. Miyasi ogʻir boʻlgan shaxslar yuqori intellectga ega boʻlishadi degan qarashlar ham mavjud boʻlgan. Lekin afsus baʼzi bir olim daxolarning miyasi normal insonlarnikidan ancha pastligini ham aniqlashgan. Aksincha baʼzi bir jinoyatchilarning miyasining ogʻirligi xuddi Bayroninkiday ekanligi aniqlangan. Baribir keyinchalik MRT asob bilan miyani tahlil qilishda ishtellekt bilan miyani bogʻliqligi koʻrsatiladi. Intellectning yuqori boʻlishi nafaqat uning ogʻirligiga balki miyannig frontal va pariyetal manglay boʻlagidagi aktivlik jarayoniga bogʻliqligini aniqlashgan.

16.4. Intellect va irsiyat

Intellectni oʻlchash tarixida dastlabki qadamni ingliz olimi Frensis Galton tomonidan amalga oshirilgan. Galtoninng fikricha xarakter irsiyat yoʻli bilan avlodddan-avlodga oʻtar ekan. U bunga bogʻliq ravishda aqliy qobiliyatlarni irsiyat yoʻli bilan tushuntirmoqchi boʻlgan. Galtonning tadqiqotlari unchalik yaxshi natijalarni koʻrsatmadi va erkak kishilarning natijali ayollarninkiga qaraganda yuqori chiqanini koʻrishimiz muvin. Galtonning tadqiqotlari oʻz samarasini bermagan boʻlsa ham biz uni aqliy qobiliyatlarni aniqlagan dastlabki tadqiqotchi sifatada tan olamiz. Intellectni teslar yordamida aniqlash yana bir qadamni fransuz olimi Alfred Bine tomonidan amalga oshirilgan.

Unga frantsuz maktablarida yaxshi oʻzlantirmayotgan yoki aksincha juda yaxshi oʻzlashtirib maxsus taʼlim programmasiga ehtiyoj sezgan bolalarni tadqiq etish topshirilgan. Bunning sababi ularning qobiliyatlaridagi farqlar boʻlishi mumkin deb qaralgan. 1904 yil A.Bine oʻz xodimi Tedor Simon bilan birga maktabda oʻzlashtirishda maʼlum muammolarga duch keluvchi oʻquvchilarni

aniqlovchi obyektiv testlarni yaratishgan. Bine va Simon aqliy yosh va xronologik yosh degan hodisani o'rgantishni boshlashgan. Uning aqliy yoshi xronologik yoshiga mos kelishi kerak edi. Agar kimda bu mutanosib kemas, uni maxsus ta'lim metodi orqali moslashitirish mumkin deb hisoblagan. Bine va Simon Galtondan farqli o'laroq aqliy qobiliyatni muhitga bog'liq deb bilgan.[416]

Binedan so'ng Stanford universitetining professori Lyuis Terman Bine va Simonning intellekt testlari Stanford universitetining talabalariga mos kelmayotganini aniqlab, unga ma'lum o'zgartirish kiritdi. Endilikda unga Stenford-Bine testi deb nomladi. Keyinchalik nemis olimi Vilyam Shtern aqliy qobiliyat koeffitsienti hisoblangan o'sha mashhur IQ atamasini fanga kiritdi.

Demak, dastlab angliyalik olim F.Galton individual- aqliy qobiliyatlarni tadqiq etgan. Lekin unda buni qanday qilib o'lchash kerakligini aniqlay olmagan bo'lsa ham. A.Bine esa uning g'oyasini rivojlantirib, fransuz ta'lim tizimida o'quvchilarning kelajakda o'zlashtirira olishini aytib bera olgan. Xuddi Galton dek L.Terman aqliy qobiliyatlar irsiyatning mevasi deb bilgan.

Intellektning rivojlanishi irsiyasiyatmi yoki ijtimoiy muhitning roli kuchlimi? F.Galtonning fikricha, intellektning rivojlanishiga irsiyatninng rolini yuqori qo'ygan. Lekin ijtimoiy muhitnig rolini yuqori qo'ysak, unda yaxshi ta'lim-tarbiya olmagan nosog'lom muhitda o'sgan bola qobiliyasiz bola deb hisoblashga tg'ri keladi.

Haqiqatda ham bir tuxumdan tug'ilgan egizaklarda intellekt koeffitsienti deyarli bir xil natijani ko'rsatgan. Agar bir tuxumdan tug'ilgan egizaklarni boshqa boshqa oilalarda tarbiya qilib ularning intellekt koeffitsienti tekshirilganda, baribir natijani bir xiligini ko'rishimiz mumkin.

Nazorat uchun savollar:

1. Intellekt va kreativlikka ta'rif bering?
2. Intellekt va kreativlikning o'zaro aloqasi nimalardan iborat?
3. Kreativlikning 5 komponentini joriy etgan olim kim?
4. Ijtimoiy intellekt nima?
5. Intellektni dastlab o'lchagan olim kim edi?
6. Jinsiy farqlarning asosiy komponentlarida nima namoyon bo'ladi?

XVII BOB. FAOLIYAT VA MOTIVATSIYA

17.1. Shaxs va uning faolligi

Faollik (lotincha «actus» - harakat, «activus» - faol soʻzlaridan kelib chiqqan tushuncha) shaxsning hayotdagi barcha hatti-harakatlarini namoyon etishini tushuntiruvchi kategoriyadir.

Fanda inson faolligining asosan ikki turi farqlanadi:

Tashqi faollik - bu tashqaridan va oʻz ichki istak-xohishlarimiz taʼsirida bevosita koʻrish, qayd qilish mumkin boʻlgan harakatlarimiz, mushaklarimizning harakatlari orqali namoyon boʻladigan faollik.

Ichki faollik - bu bir tomondan u yoki bu faoliyatni bajarish mobaynidagi fiziologik jarayonlar (moddalar almashinuvi, qon aylanish, nafas olish, bosim oʻzgarishlari) hamda, ikkinchi tomondan, bevosita psixik jarayonlar, yaʼni aslida koʻrinmaydigan, lekin faoliyat kechishiga taʼsir koʻrsatuvchi omillarni oʻz ichiga oladi.

Demak, ikkala turli faollik ham shaxsiy tajriba va rivojlanishning asosini tashkil etadi. Bir qarashda har bir konkret shaxsga va uning ehtiyojlariga bogʻliq boʻlib tuyulgan bunday faollik turlari aslida ijtimoiy xarakterga ega boʻlib, shaxsning jamiyat bilan boʻladigan murakkab va oʻzaro munosabatlarining oqibati hisoblanadi.

Inson faolligi «harakat», «faoliyat», «xulq» tushunchalari bilan chambarchas bogʻliq boʻlib, shaxs va uning ongi masalasiga borib taqaladi. Shaxs aynan turli faolliklar jarayonida shakllanadi, oʻzligini namoyon qiladi ham. Demak, faollik yoki inson faoliyati passiv jarayon boʻlmay, u ongli ravishda boshqariladigan faol jarayondir.

Inson faolligini mujassamlashtiruvchi harakatlar jarayoni faoliyat deb yuritiladi, faoliyat - inson ongi va tafakkuri bilan boshqariladigan, undagi turli-tuman ehtiyojlardan kelib chiqadigan, hamda tashqi olamni va oʻz-oʻzini oʻzgartirish va takomillashtirishga qaratilgan oʻziga xos faollik shaklidir.

Bu - yosh bolaning real predmetlar mohiyatini oʻz tasavvurlari doirasida bilishga qaratilgan oʻyin faoliyati, bu - moddiy neʼmatlar yaratishga qaratilgan mehnat faoliyati, bu - yangi kashfiyotlar ochishga qaratilgan ilmiy - tadqiqotchilik

faoliyati, bu - rekordlarni ko‘paytirishga qaratilgan sportchining mahorati va shunga o‘xshash. Shunisi xarakterliki, inson har daqiqada qandaydir faoliyat turi bilan mashg‘ul bo‘lib turadi.

17.2. Faoliyat turlari

Har qanday sharoitda ham barcha harakatlar ham ichki-psixologik, ham tashqi - muvofiqlik nuqtai nazaridan ong tomonidan boshqarilib boradi. Har qanday faoliyat tarkibida ham aqliy, ham jismoniy - motor harakatlar mujassam bo‘ladi.

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

- **perseptiv** - ya’ni, bular shunday harakatlarki, ularning oqibatida atrofdagi predmetlar va hodisalar to‘g‘risida yaxlit obraz shakllanadi;

- **mnemik faoliyat**, - narsa va hodisalarning mohiyati va mazmuniga aloqador materialning eslab kolinishi, esga tushirilishi hamda esda saqlab turilishi bilan bog‘liq murakkab faoliyat turi;

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

- **imajitiv** - («image» -obraz so‘zidan olingan) faoliyati shundayki, u ijodiy jarayonlarda hayol va fantaziya vositasida hozir bevosita ongda berilmagan narsalarning xususiyatlarini anglash va hayolda tiklashni taqozo etadi.

Agar tashqi faoliyat asosida psixik jarayonlarga o‘tish ro‘y bergan bo‘lsa, bunday jarayonni psixologiyada interiorizasiya deb ataladi, aksincha, aqlda shakllangan g‘oyalarni bevosita tashqi harakatlarda yoki tashqi faoliyatga ko‘chirilishi eksteriorizasiya deb yuritiladi.

Faoliyat turlari yana ongning bevosita ishtiroki darajasiga ko‘ra ham farqlanadi. Masalan, shunday bo‘lishi mumkinki, ayrim harakatlar boshida har bir elementni jiddiy ravishda, alohida-alohida bajarishni va bunga butun diqqat va ongning yo‘nalishini talab qiladi. Lekin vaqt o‘tgach, bora-bora unda ongning ishtiroki kamayib, ko‘pgina qismlar avtomatlashib boradi.

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

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

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

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

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

17.3. Ijtimoiy xulq motivlari

Motivatsiya - inson xulq-atvori, uning bog'lanishi, yo'nalishi va faolligini tushuntirib beruvchi psixologik sabablar majmuidir.

Motiv va motivatsiya muammolarini tadqiq etishda rus va sobiq ittifoq psixologlari o'zlarining munosib hissalarini qo'shganlar, jumladan, K.D.Ushinskiy, I.M.Sechenov, I.P.Pavlov, V.M.Bekhterev, A.F.Lazurskiy, V.M.Myasishchev, A.A.Uxtomskiy, L.S.Vo'yotskiy, S.L.Rubinshteyn, A.N.Leontev, P.M.Yakobson va boshqalar.

O'z zamonasining buyuk eksperimentatori A.F.Lazurskiy psixik jarayonlar va shaxs xususiyatlarini tadqiq etayotganida motivlar masalasiga qiziqish bilan

yondashadi. Buning uchun muallif o'z izlanishlarida “mayllar va xohishlar kuchi hamda zaifligi”, “motivlar kurashiga moyilligi”, “motivlar muhokamasiga ortilganligi”, “xohishning qadriyatga ega ekanligi, aniq xususiyatlilik” singari kontekstlar orqali o'rganishga intiladi. Shuning bilan birga A.F.Lazurskiy intilish rivojining darajasi ongli irodaviy zo'r berish bilan bog'liq ekanligini alohida ta'kidlaydi.

Motiv muammosi D.N.Uznadze tomonidan o'rganilgan bo'lib, uning mohiyatini tushuntirish, ustanovka nazariyasiga asoslangan. Shuning uchun motivni muallif subekt faolligining manbai, deb tushuntiradi, motivasiyani esa irodaviy aktga olib keluvchi bosqich deb hisoblaydi.

A.N.Leontev motivasiya masalasini tushuntirishda inson ongining namoyon bo'lishini tahlil qilish vositasi orqali yondashadi. U hatti-harakat xulq motiviga aylanishini psixologik mexanizmlarini tahlil qiladi.

V.N.Myasishev fikricha, motiv harakat obektiga nisbatan munosabatning ifodalanishidir.

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

ichki sabablar, ya'ni xatti-harakat egasining sub'ektiv psixologik xususiyatlari nazarda tutiladi (motivlar, ehtiyojlar, maqsadlar, mo'ljallar, istaklar, qiziqishlar va hokazolar)

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

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

vaziyat boshqacharoq bo'ladi, ya'ni, dispozisiya anglangan, ongli hisoblanadi.

Shu nuqtai nazardan: **motiv** - konketiroq tushuncha bo'lib, u shaxsdagi u yoki bu xulq-atvorga nisbatan turgan moyillik, hozirlikni tushuntirib beruvchi sababni nazarda tutadi.

Mashhur nemis olimi Kurt Levin motivlar muammosi, ayniksa, shaxsdagi ijtimoiy xulq motivlari borasida katta keng hamrovli tadqiqotlar olib borib, shu narsani aniqlaganki, har bir odam o'ziga xos tarzda u yoki bu vaziyatni idrok qilish va baholashga moyil bo'ladi. Shunisi ajablanarliki, o'sha bir konkret vaziyat xususidagi turli shaxslarning baholari ham turlicha bo'ladi. Bundan tashqari, bir shaxsning o'zi ham o'zidagi holat, kayfiyatga bog'liq xolda bir xil vaziyatni alohida xollarda turlicha idrok qilishga moyil bo'larkan. Shuning uchun ham odamning ayni paytdagi real harakatlarini o'sha ma'lum sharoitdagi ichki va tashqi stimullarga uning bergan bahosi yoki reaksiyasi sifatida qaramay, balki unda shunga o'xshash holatlarni idrok qilishga ichki bir hozirlik - dispozitsiyaning mavjudligi bilan tushuntirish to'g'riroq bo'ladi. Shu ma'noda shaxs xulqining motivasiyasi turli sharoitlardan orttirilgan tajribaga tayangan, ongli tahlillar, hattoki, ijtimoiy tajriba normalarining ta'sirida shakllanadigan sabablar kompleksini o'z ichiga oladi. Har qanday motivlarning orqasida shaxsning ehtiyojlari yotadi.

1. Biologik ehtiyojlar: bu - fiziologik (tashnalik, ochlik, uyqu), jinsiy, moslashuv ehtiyojlari.

2. Ijtimoiy ehtiyojlar: bu - mehnat qilish, bilish, estetik va axloqiy-ma'naviy ehtiyojlar.

Ehtiyojlarni biologik hamda ijtimoiy turlarga bo'lganimiz bilan shu narsani unutmasligimiz lozimki, shaxsdagi har qanday ehtiyojlar ham ijtimoiylashgan bo'ladi, ya'ni, ular o'sha jamiyat va muhitdagi qadriyatlar, madaniy normalar va insonlararo munosabatlar xarakteriga bog'liq bo'ladi. Masalan, eng tabiiy va tushunarli hisoblangan bizning yemishga - ovqatga bo'lgan ehtiyojimizni olsak, u ham konkret muhitga qarab turlicha harakatlarni keltirib chiqaradi. Yana misol uchun, tuy marosimlari yoki juda to'kin dasturxon atrofida o'tirgan odam nima uchun shunchalik ko'p ovqat iste'mol qilib yuborganini bilmay qoladi. Agar bu

tabiat qo‘yni yoki paxta dalasidagi hashar bo‘lsa-chi, bir burda issiq non ham butun tanaga rohat baxsh etuvchi malham bo‘lib, ochlikni bilintirmaydi. Kamtarona dasturxondan ovqat yeb o‘rgangan kishi oz-oz yeyishga o‘rgansa, yoshligidan normadan ortiq yeb o‘rgangan odam vrach oldiga borib, o‘zi uchun ozdiruvchi dori-darmon so‘rasa so‘raydiki, lekin uyda o‘zi yemishini nazorat qilishi kerakligini bilmaydi. Demak, bu ham madaniyatga, etikaga, oila muhitiga bevosita bog‘liq narsa ekan.

17.4. Motivlarning turlari

Motivlar quyidagi turkumlarga ajratiladi: shaxsning ijtimoiy ehtiyojlariga mos motivlar; umumiylikka ega bo‘lgan motivlar; faoliyatga mos motivlar; paydo bo‘lish xususiyati, muddatiga ko‘ra motivlar; aks etish darajasi nuqtai-nazaridan iyerarxik vujudga kelgan motivlar.

Amerikalik olimlar D.Makklelland, D.Atkinson va nemis olimi X.Xekxauzenlarning fikriga ko‘ra, turli ishlarni bajarishini ta‘minlovchi asosan ikki turdagi motiv mavjud.

1. Muvaffaqiyatga erishish motivi
2. Muvaffaqiyasizliklardan qochish motivi.

Boshqacha xulq-atvorni muvaffiqiyasizlikdan qochish motiviga tayangan shaxslarda kuzatish mumkin. Muvaffiqiyatga yo‘nalgan shaxslarning o‘zlariga nisbatan qo‘ygan talablari darajasi ham yuqori bo‘lsa, ikkinchi toifa vakillarining talablari aksincha, past bo‘ladi. Bunday tashqari har birimizdagi o‘zimizdagi real qobiliyatlar to‘g‘risidagi tasavvurlarimiz ham ushbu motivlarning faoliyatdagi o‘rniga ta’sir ko‘rsatadi.

Motivlar tizimi bevosita shaxsning mehnatga, odamlarga va o‘z-o‘ziga munosabatlaridan kelib chiqadi va undagi xarakter xususiyatlarini ham belgilaydi.

Anglanmagan ijtimoiy xulq motivlari: psixologiyada ijtimoiy ustanovka (inglizcha «attitud») hodisasi orqali tushuntiriladi.

Amerikalik olim G.Ollport ijtimoiy ustanovkaning uch komponentli tizimini ishlab chiqqan:

Kognitiv komponent - ustanovka obyektiga aloqador bilimlar, g‘oyalar, tushuncha va tasavvurlar majmui;

Affektiv komponent - ustnovka obyektiga nisbatan sub'ekt his qiladigan real hissiyotlar (simpatiya, antipatiya, loqaydlik kabi emosional munosabatlar);

Harakat komponenti – sub'ektning obyektga nisbatan real sharoitlarda amalga oshirishi mumkin bo'lgan harakatlari majmui (xulqda namoyon bo'lish).

Bu uch xil komponentlar o'zaro bir-birlari bilan bog'liq bo'lib, vaziyatga qarab u yoki bu komponentning roli ustivorroq bo'lishi mumkin. Shuni aytish lozimki, komponentlararo monandlik bo'lmasligi ham mumkin. Bu bir qarashda so'z va ish birligi tamoyilining turli shaxslarda turlicha namoyon bo'lishini eslatadi. Agar odam bir necha marta bila turib, ijtimoiy xulqqa zid harakat qilsa, va bu narsa bir necha marta qaytarilsa, u bu holatga o'rganib qoladi va ustanovkaga aylanib qolishi mumkin. Shuning uchun ham biz ijtimoiy normalar va sanksiyalar vositasida bunday qarama-qarshilik va tafovut bo'lmasligiga yoshlarni o'rgatib borishimiz kerak. Bu shaxsning istiqboli va faoliyatining samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Qisqacha xulosalar: Shaxs va uning faolligi masalasi doimo dolzarbdir. Shaxs faoliyati turlariga o'yin, mehnat, o'qish, muloqot kiradi. Shaxsdagi harakatlar jismoniy va aqliy harakatlarga bo'linadi. Ularning har bir o'z tuzilmasi va xususiyatiga ega. Shunga ko'ra tashqi va ichki faollik kuzatiladi. Shaxs harakatida motivlar muhim bo'lib, ular ijtimoiy xulq motivlari, shaxs motivasiyasi, motivlar kabi turlarga bo'linadi. Shaxsda muvaffaqiyatga erishish va mag'lubiyatdan qochish motivlari ko'rinadi. Ishlab chiqarish jarayonida ro'y beradigan turli vaziyatlarda shaxs motivasiyasining o'zgarishi va uni boshqarish masalalari muhim bo'lib, uni o'rganish har bir shaxs uchun zarurdir.

Nazorat uchun savollar:

1. Faoliyat nima?
2. Faollik so'zining ma'nosi qanday?
3. Inson faolligining turlari?
4. Aqliy harakat ko'rinishlari qanday?
5. Interiorizasiya deb nimaga ataladi?
6. Eksteriorizasiya qanday jarayon?

XVIII BOB. MULOQOT PSIXOLOGIYASI

18.1. Muloqot haqida tushuncha

Muloqot ikki yoki undan ortiq odamlar o'rtasidagi bilish yoki affektiv-baholash xususiyatiga ega bo'lgan axborot almashinuvida ularning o'zaro ta'sirlashuvi sifatida ta'riflanadi.

Muloqot - odamlar o'rtasida hamkorlik faoliyati ehtiyojidan yuzaga keladigan va axborot almashinuvi, o'zaro ta'sirning yagona yo'lini ishlab chiqish, boshqa odamni idrok qilish va tushunishdan iborat bo'lgan aloqalarni o'rnatish va rivojlantirishning murakkab, keng qamrovli jarayoni.

Nutq - inson psixik kamolotining, shaxs sifatida shakllanishida muhim omil hisoblanadi. Nutq ta'sirida inson e'tiqodi, intellektual salohiyat, ma'naviy va estetik hissiyotlar shakllanadi. Nutq yordamida barcha bilishga oid psixik jarayonlar erkin va boshqariladigan tus oladi. Shunday ekan, nutq - bilishga oid psixik jarayon bo'lib, inson tomonidan talaffuz qilinayotgan va eshitib turilgan tovushlar uyg'unligidan iborat, ayni vaqtda shu tovushlarga mos yozuv belgilari tizimi orqali ifodalangan ma'no va mazmunga ega.

Til - shartli belgilar tizimi bo'lib, ularning yordamida odamlar uchun muayyan ma'noga va mazmunga ega bo'lgan tovushlar yig'indisi uzatiladi.

Nutqda alohida insonning ruhiyati ifoda topadi. Nutq xususiy jihatdan alohida shaxsga xos bo'lib, unda alohida olingan insonning psixologiyasi aks etadi, til esa hamma uchun bittadir.

Nutq orqali bildirilgan ishoralar yordamida muayyan predmet, harakat, holat va h.k. ifodalanadi. So'z esa, predmet yoki hodisa to'g'risidagi tasavvur bilan bog'liq.

Inson nutqining aniqligi cheklangan miqdordagi nutqiy belgilar - turli murakkablikdagi tarkibiy qismlar (tovushlar, bo'g'inlar, so'zlar va gaplar) yordamida insonning cheksiz-chegarasiz turli-tuman fikrlarini, maqsadlarini va tuyg'ularini ifodalash imkonini beradi.

Muloqot mazmuni - bu individualliklararo aloqalarda bir tirik jonzotdan ikkinchisiga etkaziladigan axborot. Muloqot mazmuniga tirik mavjudotning ichki motivasion yoki emotsional holati haqidagi ma'lumotlar kirishi mumkin. Muloqot

orqali bir tirik mavjudotdan ikkinchisiga, tirik mavjudotni ma'lum tartibda aloqaga kirishishga yo'naltiruvchi, ularning emotsional holatlari (mamnunlik, shodlik, g'azab, qayg'u, hijron va shu kabilar) haqidagi ma'lumotlar o'tishi mumkin. Bunday axborot odamdan odamga yetkaziladi va shaxslararo aloqalar o'rnatish vositasi bo'lib xizmat qiladi.

Muloqot maqsadi - Muloqot, odatda, beshta: shaxslararo, kognitiv, kommunikativ-axborotli, emotiv va konativ tomonlarining birligida namoyon bo'ladi.

Muloqotning shaxslararo tomoni insonning bevosita atrof-muhiti: boshqa odamlar va o'z hayotida bog'liq bo'ladigan umumiyliklar bilan o'zaro ta'sirini aks ettiradi.

Muloqotning kognitiv tomoni suhbatdoshning kim, qanday odam ekanligi, unlan nima kutish mumkinligi haqidagi, shuningdek, sherikning shaxsi bilan bog'liq bo'lgan boshqa ko'pgina savollarga javob berish imkonini beradi.

Muloqotning kommunikativ-axborotli tomoni tasavvurlar, g'oyalar, qiziqishlar, hissiyotlar, mayllar va sh.o'.lari turlicha bo'lgan odamlar o'rtasidagi almashinuvdan iborat.

Muloqotning emotiv tomoni sheriklarning shaxsiy aloqalaridagi his-tuyg'ular, kayfiyatning vazifa bajarishlari bilan bog'liq.

Muloqotning konativ (xulq-atvor tomondan) tomoni sheriklar qarashlaridagi ichki va tashqi qarama-qarshiliklarni muvofiqlashtirishga xizmat qiladi.

Muloqot vositalariga quyidagilar kiradi:

1. Til - muloqot uchun qo'llaniladigan so'zlar, ifodalar va ularni muloqotda qo'llash uchun ma'noli iboralarga birlashtirish qoidalari tizimi, shuningdek, turli ko'rinish va shakllardagi (matnlar, chizmalar, suratlar), axborot yozish, yetkazish va saqlashning texnik vositalari (radio- va videotexnika, yozuvning mexanik, magnitli, lazerli va boshqa shakllari) dagi belgilar tizimlari va yozuvdan iborat.

2. Ohang, emotsional ifodalanganlik, bir xil iboraga turlicha ma'no berishga qodir.

3. Suhbatdoshning mimikasi, gavda holati, nigohi ibora ma'nosini kuchaytirishi, to'ldirishi yoki rad etishi mumkin.

4. Imo-ishoralar muloqot vositasi sifatida umumiy qabul qilingan, ya'ni, belgilangan ma'noga ega bo'lishi yoki ekspressiv, ya'ni, nutqning ifodaliligini yanada oshirishi mumkin.

5. Suhbatdoshlar muloqotidagi masofa madaniy, milliy an'analarga, suhbatdoshga bo'lgan ishonch darajasiga bog'liq bo'ladi.

Inson o'zining tur ichidagi muloqot usullari va vositalarini tanlashdagi kashfiyotchiligi bo'yicha yer sayyorasida bizga ma'lum tirik mavjudotlarni ancha quvib o'tdi.

Muloqotning bosqichlari:

- muloqotga bo'lga ehtiyoj (axborotni yetkazish yoki undan xabardor bo'lish, suhbatdoshga ta'sir ko'rsatish zarur, va h.k.) Boshqa odamlar bilan aloqaga kirishishga undaydi;

- muloqot maqsadlari, muloqot vaziyatini to'g'ri belgilash;

- suhbatdosh shaxsini belgilash;

- o'z muloqoti mazmunini rejalashtirish, odam aynan nima haqida so'z yuritishini tasavvur qiladi (odatda anglanmagan holda);

- inson ongsiz ravishda (ba'zan ongli) foydalanishi mumkin bo'lgan aniq vositalar, nutqiy iboralarni tanlaydi, qanday gapirib, o'zini qanday tutishini o'ylab qo'yadi;

- suhbatdoshning javob reaksiyasini idrok qilish va baholash, qaytar aloqa o'rnatish asosida muloqot samaradorligini nazorat qilish;

- muloqot yo'nalishi, uslubi, metodlariga tuzatishlar kiritish.

Agar muloqot aktining biror-bir halqasi izdan chiqqudek bo'lsa, so'zlovchi muloqotdan kutgan natijalariga erisha olmaydi.

Insonning hayvonot olamidan farq qiluvchi, uning fiziologik, psixik va ijtimoiy rivojlanish qonuniyatlarini aks ettiruvchi asosiy xususiyatlardan biri nutq deb ataluvchi alohida psixik jarayonning mavjudligi hisoblanadi.

Nutq - bu odamlarning til vositasida muloqot qilishi. Gapira olish va begona tilni tushunish malakasiga ega bo'lish uchun tilni bilish va undan foydalana olish zarur.

Til va nutqning psixologik rivojlanish yoʻlida tutgan oʻrni beqiyosdir. Nutqning paydo boʻlishi bilan birga insonning psixologik va ruhiy doirasi ham rivojlana bordi. Nutq - inson psixologiyasining eng muhim vazifalaridan biri boʻlib, boshqa psixologik jarayonlarni boshqarib, bir biriga boqʻlab turadi. Tafakkur va tasavvur qilish jarayonlari nutq faoliyati bilan chambarchas bogʻliq boʻlib, inson fikrlash faoliyati - nutqiy tafakkurni paydo qiladi. Nutqning rivojlanishi boshqa psixologik jarayonlarning rivojlanishiga turtki boʻladi.

Nutq oʻz navbatida tashqi, ichki, ogʻzaki, yozma dialog va monolog koʻrinishlarida boʻladi. Nutq oʻzaro munosabat va muloqotda eng asosiy qurol hisoblanadi.

Muloqot davomida odamga nisbatan ehtiyoj tugʻiladi. Muloqot tufayli odamlar turli xil amaliy va nazariy faoliyatlarni uyushtiradi. Bundan tashqari axborot almashish, bir-birini tushinish kabi jarayonlar ham muloqot tufayli sodir boʻladi. Shuningdek, muloqot shaxslar oʻrtasidagi munosabatlarni yaratib, ularni amalda qoʻllashda yordam beradi.

Psixologiyada «til» va «nutq» tushunchalari mavjud. Til - bu odamlar uchun maʼlum maʼno va ahamiyat kasb etuvchi tovush birikmalarini yetkazuvchi shartli ramzlar tizimi.

Til jamiyat tomonidan ishlab chiqilgan boʻlib, odamlarning ijtimoiy ongida ularning ijtimoiy turmushini aks ettirish shakli, shuningdek, ijtimoiy-tarixiy rivojlanish mahsuli boʻlib hisoblanadi. Tilning noyob hodisaviyligi shundaki, har bir odam atrofdagilar muloqotda boʻladigan tarkib topgan tilga ega boʻladi va rivojlanish jarayonida uni oʻzlashtirib boradi.

Til - bu murakkab hosila. Istalgan til, avvalo, tilning leksik tarkibi deb ataluvchi maʼnodor soʻzlarning maʼlum tizimiga egadir. Bundan tashqari, til soʻz va soʻz birikmalari turli shakllarining maʼlum tizimidan iborat boʻlgan til grammatikasiga, shuningdek, aniq bir tilga xos boʻlgan maʼlum tovush yoki fonetik tarkibga egadir.

Til, asosan, har bir soʻz maʼnosini mustahkamlash uchun xizmat qiladi. Soʻzning istalgan maʼnosi umumlashtirishni anglatadi, masalan, slova «odam», «mashina», «stol» va boshqalar.

Nutqda soʻz ifodalari bilan yetkaziladigan mazmundan tashqari, bizning soʻzlayotganlarimizga nisbatan munosabatimiz ham ifodalanadi. Bu hodisa nutqning emosional-ifodali jihatida deb ataladi va iborani talaffuz qilishda qoʻllaydigan soʻzlarning jaranglash toni bilan belgilanadi.

Nutq rivojlanishining keyingi bosqichida nutq harakatlarining asta-sekin mehnat faoliyatidan ajralib, nutq vositalari sifatida ixtisoslashi, yaʼni, ularning jestlarga aylanishi bilan bogʻliq. Harakatlarning nutqiy va mehnat harakatlariga boʻlinishiga odamlar mehnat faoliyatining murakkablashishi sabab boʻldi. Natijada maxsus qoʻl bola til va qoʻl (kinetik) nutqi paydo boʻldi. Shunday qilib, odam qoʻli mehnat va muloqotning asosiy vositasi boʻlib qoldi.

Nutq rivojlanishining keyingi bosqichi yozuvning yaratilishidir. Yozuvli nutq ogʻzaki nutq kabi oʻz taraqqiyotida bir necha bosqichlardan oʻtdi. Dastlab yozuv belgilari paydo boʻldi, keyinroq esa, tovushli nutq paydo boʻlishi bilan yozuv belgilari tovushlar maʼnosini aks ettira boshladi, bu esa harf-fonetik turdagi zamonaviy yozuvning yuzaga kelishiga olib keldi.

Til va nutq oʻzaro farqlanadilar. Til - muloqot vositalarining qatʼiy meʼyoriy tizimi, nutq esa - muloqot jarayonida fikr va hissiyotlarni yetkazish uchun qoʻllanma. Til uni qoʻllaydigan odamlar uchun bir xildir, nutq individual tarzda oʻziga xos boʻladi. Nutqda alohida olingan odam yoki odamlar jamoasining psixologiyasi ifodalanadi, til esa oʻzida halq psixologiyasini ifodalaydi.

Ogʻzaki nutqning asosiy boshlangʻich koʻrinishi boʻlib, suhbat shaklida kechadigan nutq hisoblanadi. Bunday nutq suhbat yoki dialog deb ataladi. Uning asosiy xususiyati suhbatdosh tomonidan faol olib boriladigan nutq hisoblanadi, yaʼni, suhbat jarayonida ikki suhbatdosh ishtirok etib, tilning sodda gap va iboralarni qoʻllaydilar. Dialog nutqning ochiq holda ifodalanishi talab etmaydi, chunki suhbatdosh suhbat davomida nima haqida soʻz yuritilayotganini tushunadi va boshqa suhbatdosh tomonidan bildirilgan iborani fikran yakunlay oladi. Shunga oʻxshash vaziyatlarda birgina soʻz boshqa suhbatdosh tomonidan aytilgan iborani yakunlab qoʻyishi mumkin. Bunda birgina soʻz yaxlit iboraning oʻrnini bosadi.

Nutqning faol shakli - bu soʻzlovchining nutqi, tinglovchining nutqi esa sust shaklda namoyon boʻladi. Gap shundaki, tinglayotganimizda tashqaridan unchalik

sezilmasada, ichimizda soʻzlovchining soʻzlarini takrorlaymiz. Odamlar faol va sust nutq shakllarining rivojlanish darajasiga koʻra ajratiladilar. Koʻpincha odam boshqa odamning nutqini yaxshi tushunadi, lekin oʻzining fikrlarini etkazib berolmaydi. Va, aksincha, odam etarlicha yaxshi soʻzlab berishi mumkin, lekin boshqalarni tinglashni umuman bilmaydi.

Nutqning boshqa turi yozma nutq hisoblanadi. Yozma va ogʻzaki nutqlar oʻrtasida psixologik tafovutlar mavjud. Ogʻzaki nutqning yozma nutqdan farqlaridan biri ogʻzaki nutqda soʻzlarning qatʼiy ravishda ketma-ket kelishi, bir soʻz talaffuz etilganida undan oldin kelgan soʻz na soʻzlovchi va na tinglovchi tomonidan idrok qilinmasligidan iborat. Yozma nutqda boshqacharoq: yozayotgan ham, oʻqiyotgan ham oʻzlarining idrok maydonlarida bir vaqtning oʻzida soʻzlar qatoriga ega boʻladilar, ehtiyoj tugʻilgan vaziyatlarda esa bir necha satr yoki sahifa orqaga qaytishlari mumkin. Yozma nutqning ogʻzaki nutq oldidagi afzalligi shundan iborat. Yozma nutqni ixtiyoriy ravishda tuzish mumkin, chunki yozganlaringiz doimo koʻz oldingizda boʻladi. Shu bilan birga, yozma nutq murakkab nutq shakli boʻlib hisoblanadi, chunki u avvaldan oʻylab iboralar tuzish, mulohazalarni aniqroq bayon etishni talab etadi, negaki, unga emosional tus berib, zarur imo-ishoralar bilan amalga oshira olmaymiz.

Nutqning yana bir - kinestetik shakli mavjud. Nutqning bu turi insonda oʻtmish davrlardan buyon saqlanib qolgan. Vaqt oʻtishi bilan nutqning ushbu turi oʻz vazifalarini yoʻqotgan va hozirda asosan nutqning emotsional-ifodali tarkibiy qismlari - imo-ishoralar sifatida qoʻllaniladi.

Nutq turlarining ichki va tashqi nutq turlariga boʻlinishining yana bir umumiy koʻrinishi mavjud. Tashqi nutq muloqot, axborot almashinuv jarayonlari bilan bogʻliq. Ichki nutq, avvalambor, tafakkur jarayonini taʼminlash bilan bogʻliq.

18.2. Munosabatlar psixologiyasi

Shaxslararo munosabatlarni oʻrganish psixologiya fanida eng dolzarb muammolardan hisoblanadi. Chunki inson shaxsining eng nufuzli va yetakchi faoliyatlaridan biri boʻlgan muloqot va u orqali oʻzaro munosabatlar odamlar orasida umumiylik, oʻxshashlik, uygʻunlik kabi sifatlar paydo boʻlishiga olib keladi. Ayniqsa, oila muhitida shaxslararo munosabatlarning, chunonchi, ota-ona

va farzand orasidagi munosabatlarning o'ziga xos tomonlari shaxsning hayoti, faoliyatining samarasi va mazmuniga bevosita ta'sir etadi. Shaxslararo munosabatlarda muomalaning inson psixik dunyosiga ta'siri masalalarini psixolog olimlardan L.S.Vigotskiy, S.L.Rubinshteyn, A.N.Leontev, B.G.Anan'ev, A.V.Zaporoj'ev, A.A.Bodalev, B.F.Lomov, A.A.Leontev, M.I.Lisina tadqiqot ishlarini olib borganlar.

L.S.Vigotskiy bola shaxsi ruxiy dunyosi rivoji va taraqqiyotida muomalani tushuntirib deydi: "Bola shaxsiy faolligini namoyon bo'lishining asosiy yo'li kattalar bilan muomalasi hisoblanadi. Uning tashqi olamga munosabati xamisha boshqa odam orqali munosabat bildirishdir".

L.S.Vigotskiy shuningdek shaxslararo munosabatlarda asosiy qurol va vosita muomala jarayoni ekanligini uqtiradi. Uning fikricha, shaxslararo munosabatlarda dastavval muomala asosiy vosita, so'ngra esa xulq atvor vositasi turadi. Chunki inson yakka qolgan paytda ham muomala funksiyasini o'zida saqlaydi.

V.M.Bexterevning boy merosida shaxslararo munosabatlar muammosi, xususan, muomala mavzusi ijtimoiy psixologik nazariya jihatidan o'rganilgandir. Uning qarashlarida insonlarning o'zaro ta'sir etishlari muhim muammo sifatida talqin etiladi. V.M.Bexterev ijtimoiy hayotda muomalaning rolini tavsiflab, uning funksiyalarini xamkorlik faoliyatini amalga oshirish mexanizmi sifatida ajratib talqin qiladi. Uning fikricha, shaxsning atrofdagilari bilan muomalasi qanchalik xilma-xil va boy bo'lsa, shunchalik uning taraqqiyoti muvaffaqiyatli amalga oshadi.

V.N.Myasihevning «Shaxsning munosabatlar psixologiyasi» konsepsiyasiga ko'ra, shaxs "dialogik" xususiyatli, muomalaning shaxsiy tajribasi va boshqa odamlar bilan o'zaro munosabat maxsuli sifatida namoyon bo'ladi. Shu tufayli shaxsda qiziqish darajasi, emosiya kuchi, xoxish, ehtiyoj, ijtimoiy yo'nalganlik kabi shaxsni xarakatlantiruvchi ichki kuchi tarkib topadi va bu uning kechinmalari, xulqida, xarakatida ifodalanadi.

V.Shaxslararo munosabatlarda yuzaga keladigan uch xil vazifalar va murakkab jarayon tuzilmasini G.M.Andreyeva "Ijtimoiy psixologiya" kitobida ushbu tuzilishini taklif etadi:

1. Muloqotning kommunikativ tomoni, ya'ni o'zaro munosabat yoki muloqotga kirishuvchilarning o'rtasida ma'lumotlar almashinuvi jarayoni sifatida;
2. Muloqotning interaktiv tomoni, ya'ni muloqotga kirishuvchilarning xulq atvorlariga ta'sir jarayoni sifatida;
3. Muloqotning perseptiv tomoni, ya'ni muloqotga kirishuvchilarning bir birlarini idrok etishlari va tushunchalari bilan bog'liq jarayon sifatida.

O'zaro munosabatlarda muloqotning psixologik jihatdan murakkab ekanligini B.F.Parigin shunday yozadi: "Muloqot shunchalik ko'p qirrali jarayonki, unga bir vaqtning o'zida quyidagilar kiradi:

- A) individlarning o'zaro ta'sir jarayoni;
- B) individlar o'rtasida axborot almashinuvi jarayoni;
- V) bir shaxsning boshqa shaxsga munosabati jarayoni;
- G) bir kishining boshqalarga ta'sir ko'rsatish jarayoni;
- D) bir biriga xamdardlik bildirish imkoniyati;
- Ye) shaxslarning bir birini tushunishi jarayoni".

18.3. Shaxslararo munosabatlarning shaxs taraqqiyotidagi o'rni

Muloqotning elementar funksiyasi - suhbatdoshlarning o'zaro bir-birini tushunishlarini ta'minlashdir

Muloqotning assiy vazifasi - u odamni u yoki bu faoliyatga chorlaydi. Odamlar guruhidan uzoqlashgan, ular nazaridan qolgan odamning qo'li ishga ham bormaydi, borsa ham jamiyatga emas, balki faqat o'zigagina manfaat keltiradigan ishlarni qilishi mumkin. Masalan, ko'plab tadqiqotlarda izolyasiya, ya'ni odamni yolg'izlatib qo'yishning uning ruhiyatiga ta'siri o'rganilgan.

Shaxsning muloqotga bo'lgan ehtiyojining to'la qondirilishi uning ish faoliyatiga ham ta'sir ko'rsatadi. Odamlar, ularning borligi, shu muhitda o'zaro gaplashish imkoniyatining mavjudligi fakti ko'pincha odamni ishlash qobiliyatini ham oshirarkan, ayniksa, gaplashib o'tirib qilinadigan ishlar, birgalikda yonma-yon turib bajariladigan operatsiyalarda odamlar o'z oldida turgan hamkasbiga qarab ko'proq, tezroq ishlashga kuch va qo'shimcha iroda topadi.

Insoniyatning muomala quroli til bo'lib, odamlar bir-birlari bilan bo'ladigan barcha munosabat va muloqotlarini so'zlashish yordamida amalga oshiradilar..

- **Tog'ri so'zlashning qoidalari mavjud:**
- O'rinsiz gapirmaslik;
- Yoqimli ,ibo bilan so'zlash;
- Samimiy bo'lish;
- Foydali bo'lgan gaplarni aytish.
- Andisha bilan so'zlash,
- Kimdir gapirayotganda so'zini bo'lmaslik;
- Keraksiz so'zlarni ishlatmaslik.
- Birovni g'iybat qilmaslik va h.k

Muloqot kishilarning jamiyatda o'zaro hamkorlikdagi faoliyatlarining ichki psixologik mexanizmini tashkil etadi. Qolaversa, hozirgi yangi demokratik munosabatlar sharoitida turli ishlab chiqarish qarorlarini yakka tartibda emas, balki kollegial - birgalikda chiqarish ehtiyoji paydo bo'lganligini hisobga olsak, odamlarning muomala madaniyati va mulokat texnikasi mehnat unumdorligi va samaradorlikning muhim omillaridandir.

18.4. Muloqotning psixologik vositalari

Psixologiyada psixologik ta'sirning asosan uch vositasi farqlanadi:

1. Verbal ta'sir - bu so'z va nutqimiz orqali ko'rsatadigan ta'sirimizdir. Bundagi asosiy vositalar so'zlardir. Ma'lumki, nutq - bu so'zlashuv, o'zaro muomala jarayoni bo'lib, uning vositasi - so'zlar hisoblanadi. Monologik nutqda ham, dialogik nutqda ham odam o'zidagi barcha so'zlar zahirasiidan foydalanib, eng ta'sirchan so'zlarni topib, sherigiga ta'sir ko'rsatishni xohlaydi.

2. Paralingvistik ta'sir - bu nutqning atrofidagi nutqni bezovchi, uni kuchaytiruvchi yoki susaytiruvchi omillar. Bunga nutqning baland yoki past tovushda ifodalanayotganligi, artikulyatsiya, tovushlar, to'xtashlar, duduqlanish, yo'tal, til bilan amalga oshiriladigan harakatlar, nidolar kiradi. Shunga qarab, masalan, do'stimiz bizga biror narsani va'da berayotgan bo'lsa, biz uning qay darajada samimiyligini bilib olamiz. Kuyib - pishib, ochiq yuz va dadil ovoz bilan «Albatta bajaraman!», desa ishonamiz, albatta.

Noverbal ta'sirning - ma'nosi «nutqsiz» dir. Bunga suhbatdoshlarning

fazoda bir-birlariga nisbatan tutgan o‘rinlari, holatlari (yaqin, uzoq, intim), qiliqlari, mimika, pantomimika, qarashlar, bir-birini bevosita his qilishlar, tashqi qiyofa, undan chiqayotgan turli signallar (shovqin, xidlar) kiradi. Ularning barchasi muloqot jarayonini yanada kuchaytirib, suhbatdoshlarning bir-birlarini yaxshiroq bilib olishlariga yordam beradi.

Psixologiyada muloqot muammosining o‘rganilishi.

O‘zaro munosabatlarda odamlar biri gapiradi, ikkinchisi tinglaydi, eshitadi. Muloqotning samaradorligi ana shu ikki tomonning qanchalik o‘zaro mosligi, bir-birini to‘ldirishi bilan bog‘liq. Deyl Karnegi «Yaxshi suhbatdosh - yaxshi gapirishni biladigan emas, balki yaxshi tinglashni biladigan suhbatdoshdir» degan fikrni bildirganda haqli edi. Mutaxassislarning aniqlashlaricha, ishlayotgan odamlar vaqtining 45%ni tinglash jarayoniga ketar ekan, odamlar bilan doimiy muloqotda bo‘ladiganlar 35 - 40% oylik maoshlarini odamlarni «tinglaganlari» uchun olarkanlar. Bundan shunday xulosa kelib chiqadiki, kommunikasiyaning eng qiyin sohalaridan hisoblangan tinglash qobiliyati odamga ko‘proq foyda keltirarkan.

Yaxshi tinglashda ham shunday kuch borki, u suhbatdoshni Sizga juda yaqinlashtiradi, ishonchni tug‘diradi. Chunki muloqot jarayonidagi eng qimmatli narsa - bu axborotning o‘zi. Tinglayotgan odam ma’nili, yaxshi dialogdan faqat yaxshi, foydali ma’lumot oladi. Gapirgan esa aksincha, o‘zidagi borini berib, gapirmaydigan suhbatdoshdan «teskari aloqani» olib ulgurmay, hech narsasiz qolishi ham mumkin. Shuning uchun muloqotga o‘rgatishning muhim yo‘nalishlaridan biri - odamlarni faol tinglashga, bunda barcha paralingvistik va noverbal omillardan o‘rinli foydalanishga o‘rgatishdir.

Professional tinglash texnikasiga quyidagilar kiradi:

- **aktiv holat.** Bu - agar kreslo yoki divan kabi mebel bo‘lsa, unga bimalol yastanib yoki yotib olmaslik, suhbatdoshning yuzidan tashqari joylariga qaramaslik, mimika, bosh chayqash kabi harakatlar bilan uning har bir so‘ziga qiziqayotganligingizni bildirishni nazarda tutadi;

- **suhbatdoshga samimiy qiziqish bildirish.** Bu nafaqat suhbatdoshni o‘ziga jalb qilib, balki keyin navbat kelganda o‘zining har bir so‘ziga uni ham

ko'ndirishning samarali yo'lidir.

• **o'ychan jimlik.** Bu suhbatdosh gapirayotgan paytda yuzda mas'uliyat bilan tinglayotganday tasavvur qoldirish orqali o'zingizning suhbatdan manfaatdorligingizni bildirish yo'li.

Nazorat uchun savollar:

1. Muloqot qanday amalga oshiriladi?
2. Muloqotga ehtiyoj qanday sabablarga asosan yuzaga keladi?
3. Muloqot qanday vazifalarni bajaradi?
4. Psixologik ta'sir vositalari qanday?
5. Ta'sirning adresati - kim hisoblanadi?
6. Professional tinglash texnikasiga nimalar kiradi?

XIX BOB. SHAXSNING HISSIY VA IRODAVIY SOHASI

19.1. Hissiy xolatlarning nerv-fiziologik asoslari

Odamning aks ettirish jarayoni doimo faol xarakterga egadir. Aks ettirish jarayoni quyidagilarni qamrab oladi:

a) shaxsning ehtiyojni qondirish imkoniyatiga egaligini;

b) qondirishga yordam beradigan yoki qarshilik ko'rsatadigan obyektlarga sub'ekt sifatida qatnashishi;

v) uni harakat qildiruvchi bilimga intiltiruvchi munosabatlar va hokazo.

Hissiyot - bizning tuyg'ularimizning o'ziga xos aks ettirish jarayoni bo'lib, bunda narsa va hodisalarni aks ettirish jarayonida bizda tug'iladigan ichki kechinmalar va munosabatlar aks ettiriladi. Demak, hissiyotlar o'z- o'zidan yuzaga kelmasdan, tashqi olamdagi narsa va hodisalarning ta'siri bilan bog'liq ravishda yuzaga keladi.

Emosiya - shaxsning voqelikka o'z munosabatini his qilishidan kelib chiqadigan, uning ehtiyoj va qiziqishlari bilan bog'liq bo'lgan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalaridir. Keltirilgan ta'riflardan ko'rinadiki, hissiyot tushunchasi emosiya nisbatan kengroq tushuncha bo'lib, shaxsning kundalik hayoti, turmush tarzidagi barcha jabhalarni qamrab oladi.

Hissiyotlar o'zining yuzaga kelishi nuqtai nazaridan odamning ehtiyojlari, qiziqishlari va intilishlari bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, odamning organik ehtiyojlarini qondirishi bilan bog'liq bo'lgan hissiyotlar odamda rohatlanish, qanoatlanish tuyg'usini yuzaga keltiradi. Organik hissiyotlarni qondira olmaslik odamning ruhini tushirib, kayfiyatini buzib, azoblanish, toqasizlanish hissiga sabab bo'ladi.

Hissiyot odamda sodir bo'layotgan hodisa va narsalardan shaxs sifatidagi odam uchun ahamiyatli bo'lganlari haqida darak beruvchi signallar tizimi hisoblanadi. Mazkur holda sezgi a'zolariga ta'sir qiluvchi cheksiz miqdordagi qo'zg'ovchilardan aniq bo'lib ajraladi, ba'zilar bir-birlari bilan qo'shib ketadi va paydo bo'lgan hissiyot bilan birlashib ketadi. Natijada ta'ssurot uyg'otib, biror hissiy nom bilan ifodalangan xotira obrazlari tariqasida saqlanib qoladi. Buni fiziologik jihatdan shunday tushuntirish mumkin: ma'lum qo'zg'atuvchilar tirik

mavjudotlar uchun xotirjamlik haqida darak beruvchiga aylanadi. Hissiy kechinmalar esa insonning shaxsiy tajribasida tarkib topadigan reflekslar tizimini mustahkamlash sifatida namoyon bo‘ladi. Hissiyotning mana shu darak beruvchilik vazifasi psixologiyada hissiyotning impressiv tomoni deb ataladi.

Hissiyot boshqa hamma psixik jarayonlar kabi bosh miya po‘sti qismining faoliyati bilan bog‘liqdir. Bosh miya hissiyotlarning kuchini va barqarorligini idora qilib turadi. Hissiyotlar boshqa bilish jarayonlaridan farqli bosh miya po‘stining faoliyatidan tashqari organizmning ichki a‘zolari faoliyati bilan ham bog‘liqdir, boshqacha qilib aytganda hissiyotlar vegetativ nerv tizimining faoliyati bilan ham bog‘liqdir. Chunonchi, odam qattiq uyalgan paytida qizarib ketadi, qattiq qo‘rqqan paytida esa rangi o‘chib, qaltirab ketadi, xattoki odamning ovozi ham o‘zgarish paydo bo‘ladi. Ana shunday hissiy holat yuz bergan paytda odamning yuragi tez ura boshlaydi, nafas olishi ham tezlashadi.

19.2. Yuksak ma‘naviy hissiyotlar

Yuksak ma‘naviy hissiyotlar ham o‘zining nerv-fiziologik asosiga ega bo‘lishi kerak (chunonchi intellektual, axloqiy, estetik hissiyotlar). Bu jihatdan akademik I.P.Pavlovning dinamik streotip haqidagi ta‘limoti juda katta ahamiyatga egadir. Ayrim murakkab hissiyotlarning asosida dinamik streotipning yotishi yaqqol ko‘rinadi. Agar bu hissiyotlarning nerv-fiziologik asoslarini tahlil qiladigan bo‘lsak, quyidagilarni ko‘rishimiz mumkin.

Shunday qilib, hissiyot vegetativ nerv tizimi orqali boshqariladigan ichki a‘zo faoliyati bilan bog‘liq bo‘lsa ham bari bir bosh miya po‘sti orqali idora qilinadi. Chunki akademik I.V.Pavlovning fikricha, odamning butun a‘zoyi badanida bo‘ladigan har qanday hodisalarning hammasini bosh miya po‘sti qismidagi neyronlar idora qiladi. Ana shu jihatdan olganda hissiyotning nerv-fiziologik asosi bosh miya po‘sti bilan bog‘liq.

Tasavvur fundamental psixologik dalil bo‘lib hisoblanadi, bizning hislarimiz esa turli tasavvurlar o‘rtasida o‘rnatiladigan aloqalarga mos keladi, va tasavvurlar o‘rtasidagi nizolika nisbatan ta’sirlanish sifatida ko‘rib chiqiladi, deb hisoblagan I.F.Gerbert, bu nazariyaning aniq ifodasini keltirdi. V.Vundt ham bu nazariyaning tarafdori edi. Shunday qilib, hissiyotlarni tadqiq qilishda ular haqidagi sub’ektiv,

ya'ni, hissiyotlarning psixik tabiati haqidagi fikrlar o'z tasdig'ini topdi, unga muvofiq psixik jarayonlar ma'lum organik o'zgarishlarni keltirib chiqaradi.

1872 yilda ch. Darvin «inson va hayvonlarda hissiyotlarning ifodalanishi» asarini chop etdi. Uning fikriga ko'ra, hayvon va odam hulq-atvori o'rtasida umumiyliklar mavjud. O'z fikrini u hayvonlar va odamlar turli emosional holatlarining tashqi ifodalanishini kuzatishdan kelib chiqqan holda, asoslab berdi. Ushbu kuzatishlardan olingan ma'lumotlar evolyusion ta'limot nomini olgan hissiyotlar nazariyasi asosiga qo'yildi, bu ta'limotga asosan, hissiyotlar tirik mavjudotlar evolyusiyasi jarayonida hayotiy muhim bo'lgan organizmning yashash sharoitlari va vaziyatlariga moslashishni ta'minlovchi moslashish mexanizmlari sifatida yuzaga keldi.

Hissiyotlarning hozirgi zamon tarixi 1884 yilda U.Djemsning «hissiyot nima?» maqolasining chop etilishidan boshlanadi. U.Djeyms va undan mustaqil ravishdag. Lange hissiyotlar nazariyasini ishlab chiqdilar, unga asosan, hissiyotlarning paydo bo'lishi hosil qilinadigan tashqi ta'sirlar, ixtiyoriy harakat va tizimlar sohasidagi o'zgarishlar bilan bog'liq. Bu o'zgarishlar bilan bog'liq bo'lgan hissiyotlar, emosional kechinmalarning xuddi o'zidir. Djems bo'yicha, «yig'laganimiz sababli qayg'ulimiz, qaltiraganimiz uchun qo'rqamiz; kulganimiz uchun xursand bo'lamiz». Bu hissiy xabar miyaga ta'sir ko'rsatib, ma'lum hulq-atvorni o't oldiradi, teskari somatosensor va visserosensor afferentatsiya esa hissiyotni yuzaga keltirishini bildiradi.

19.3. Faollashtirish nazariyasi

Lindsey-xebbning faollashtirish nazariyasi Djems-Lange va Kennon-Bardlarning psixoorganik nazariyalaridan so'ng paydo bo'ldi. Bu nazariyaga ko'ra, emosional holatlar bosh miya quyi qismi nayining retikulyar formatsiyaga ta'siri bilan belgilanadi, chunki bu tuzilma organizmning faolligi darajasiga javob beradi. Hissiyotli ifodalanishlar esa asab tizimining biror bir seskantiruvchiga javoban faollik darajasining o'zgarishidir.

Kognitivistik nazariyalar qatoriga P.V.Simonovning hissiyotlar axborot beruvchi konsepsiyasi ham kiritilishi mumkin. Bu nazariyaga asosan, emosional holat individ dolzarb ehtiyoji sifati va jadalligi, hamda, uni qondirish ehtimolligini

baholashi bilan belgilanadi. Bu ehtimollikni baholashni inson tugʻma va avval orttirilgan individual tajriba asosida, ixtiyorsiz ravishda ehtiyojni qondirish uchun taxminiy zarur vositalar, vaqt, zahiralari haqidagi maʼlumotni ayni vaqtda olgan maʼlumot bilan taqqoslagan holda amalga oshiradi. Miya poʻstlogʻi emosional holatlarni boshqarishda oʻta muhim oʻrin tutadi. I.P.Pavlov tomonidan aynan, miya poʻstlogʻining hissiyotlar kechishi va ifodalanishi, boshqarishi, tanada yuz beradigan barcha hodisalarni oʻz nazorati ostida ushlab turishi, poʻstloq osti markazlariga tormozlovchi taʼsir koʻrsatishi, ularni boshqarishi koʻrsatib oʻtilgan.

Miya katta yarim sharlari poʻstlogʻi shikastlangan bemorlarda istalgan seskantiruvchi muvofiq kelmaydigan tashqi taʼsirlanish: qattiq kulgi yoki shashqator koʻz yoshlarga sabab boʻlishi mumkin. Lekin, kulib turib, bu bemorlar oʻzlarini qaygʻuli, yigʻlab turib esa, baʼzan xursandchilik sezadilar.

Hissiyotlarning tarkibiy qismlari quyidagilar:

- 1) subʼektiv kechinma,
- 2) organizm reaksiyasi,
- 3) hissiyotlar bilan yuzaga kelgan va xayoldagi fikrlar yigʻindisi,
- 4) oʻziga xos yuz ifodasi,
- 5) umumlashtirilgan hissiyotli reaksiyalar, salbiy hissiyotda atrofdagi voqealarga nisbatan munosabatingiz ham salbiy boʻladi,
- 6) ushbu hissiyot bilan assosiatsiyalangan harakatlarga moyillik.

Individ barqaror hislari predmeti, ularning jadalligi va xarakteri atrofdagilarga insonning emotsional olami, hislari va bu bilan, uning individualligini ochib beradi. S.I.Rubinshteynning yozishicha, shaxsning xarakteri va aqliy qobiliyati, qiziqishlari va boshqa odamlarga munosabatlarining barcha oʻziga xos xususiyatlari hissiyotlar va sezgilarning kamalak rangida namoyon boʻladi va aks etadi.

Emotsionallik tugʻma boʻladi, lekin affektlar, sezgilar hayot jarayonida rivojlanadi, bu esa insonning shaxs sifatida rivojlanishini bildiradi. Bunday rivojlanish inson emotsional sohasiga yangi obyektlarni kiritish, shaxs sezgilarini ongli irodaviy boshqarish va nazorat qilish darajasining oshishi axloqiy

boshqarishga yuksak axloqiy qadriyatlar (vijdon, mas'uliyatlilik, nomus va boshqalar)ning asta-sekin kiritilishi bilan bog'liq.

Hissiyotlar - yorqin sub'ektiv tusga ega bo'lgan ichki va tashqi seskantiruvchilarning ta'siriga nisbatan inson va hayvonlar javob reaksiyalari. Bundan kelib chiqadiki, hissiyotlarning ahamiyatli belgisi ularning sub'ektivligidir. Hissiyotlar evolyutsiyaning moslashuvchi «mahsuloti» sifatida, odatdagi vaziyatlarda organizm xulq-atvorining biologik jihatdan umumlashtirilgan usullari sifatida yuzaga kelganlar.

Hissiyotlar ehtiyojlar bilan ularning qondirilishi yoki qondirilmaslgi bilan bog'liq. Hissiyotlar ikki valentli - ular yoki ijobiy, yoki salbiy bo'ladi. Hissiyotlar - organizmning muhit bilan o'zaro ta'sirining mutanosibligi darajasini bevosita baholash mexanizmi. Ehtiyojlar o'rnidagi hissiyotlar harakatga yo'naltiriladi. Ko'plab hissiyotli ifodalarda boshlang'ich hissiyotlarning to'rt xili: shodlik (zavqlanish), qo'rqinch, g'azab va hayratlanish ajratiladi.

Hislar - bu inson ongida uning yuksak ehtiyojlarining qondirilishi yoki qondirilmaslrigida paydo bo'ladigan voqelikka nisbatan munosabatining aks etishi.

Hissiyot va tuyg'ular o'rtasida umumiylik ko'p, lekin farqlar ham mavjuddir. Xuddi shunday, hissiyotlar - bu kengroq tushuncha, hislar emotsional kechinmalarning ifodalanishlaridan biri. Hissiyotlar - birlamchi, hislar esa - paydo bo'lishi, kelib chiqishi jihatidan ikkilamchi. Hissiyotlar yo'nalishli reaksiya xususiyatiga ega bo'lgani uchun, ular ko'pincha, noaniq va etarlicha anglanmagan bo'ladilar, sezgilar esa, ko'p hollarda aniq va jism bilan bog'liq bo'ladilar. Hissiyotlar biologik jarayonlar bilan, sezgilar esa - ijtimoiy soha bilan bog'liq bo'ladilar. Bundan tashqari, anglanmaydigan soha bilan bog'langan, sezgilar esa ongimizda maksimal darajada namoyon bo'lgandirlar. Inson sezgilari doimo tashqi ifodalarga ega bo'ladilar, hissiyotlar esa ega bo'lmaydilar. Hissiyotlar turlicha vazifalarni bajaradilar. Ularning boshqaruvchi, aks ettiruvchi, daraklovchi, undovchi (rag'batlantiruvchi), mustahkamlovchi, o'tkazuvchi, moslashuvchi, kommunikativ, hosil qiluvchi, ifodalovchi vazifalari shular jumlasidandir.

Hissiyotlar va sezgilar organizm holati va inson xulq-atvorini boshqarish vazifasini bajaradilar. Bunda hissiyotlar va sezgilarning boshqaruvchi vazifasi

namoyon bo'ladi. Aks ettiruvchi vazifasi voqealarning umumiy baholanishi ifodalandi, sezgilar butun organizmning qamrab olgani uchun, ular ta'sir ko'rsatayotgan omillarning foydasi yoki zararini aniqlashga va zararli ta'sir aniqlangunicha ta'sirlanish imkonini beradi. Masalan, yo'lni kesib o'tayotgan odam undagi vaziyatga ko'ra turli darajadagi qo'rqinchni boshidan kechiradi. Bundan kelib chiqadiki, hissiyotlar va sezgilarning aks ettirish vazifasi insonga atrof-olamda to'g'ri yo'nalish olish va jismlar, hodisalarni ularning istalganligi nuqtai nazaridan baholash imkonini yaratadi. Hissiyotlar va sezgilarning baholovchi yoki aks ettiruvchi vazifasi bevosita undovchi vazifasi bilan bog'liq. S.L.Rubinshteyn ko'rsatib o'tganidek, «... hissiyot o'zida jismga yoki unga teskari yo'naltirilgan ehtiros, tilak, intilishni mujassamlashtiradi». Shunday qilib, hissiyotlar va sezgilar yuzaga kelgan ehtiyojni qondirishga erishish yoki inson oldida turgan vazifalari hal etiladigan yo'lni izlash yo'nalishni aniqlashga yordam beradi. Moslashuvchi vazifasi hissiyotlar tufayli jonli mavjudotlar o'zlari uchun dolzarb bo'lgan ehtiyojlarni qondirishda u yoki bu sharoitlarning ahamiyatlilikini ko'rsatishlaridan iborat. Ch.Darvin fikriga ko'ra, hissiyotlar moslashtiruvchi vosita sifatida yuzaga kelgan. O'z vaqtida paydo bo'lgan sezgi tufayli organizm atrof-muhitga samarali tarzda moslashib olish imkoniyatiga ega.

19.4. Mimika va pantomimika

Mimika va pantomimika harakatlari insonga o'z kechinmalarini boshqalarga etkazib berishga, o'zlarining atrof-olam jism va hodisalariga bo'lgan munosabatlari haqida ma'lumot berish imkoniyatini tug'diradilar. Mimika, tana holatlari, imo-ishoralar, ma'noli xo'rsinishlar, tovush ohangining o'zgarishi «insoniy hislar tili», hissiyotlardan xabar beruvchi vosita bo'lib hisoblanadi. Tadqiqotlarning ko'rsatishicha, sezgilarning barcha ifodalanishlarini ham oson aniqlab bo'lmaydi. Dahshat (57%), so'ngra nafrat (48%) va ajablanish (34%) kabi hislarni oson aniqlab olish mumkin. Kommunikativ vazifada atrofdagilarga ta'sir ko'rsatish vazifasini ham ajratish mumkin.

Hissiyotlarning umumlashtiruvchi vazifasi vaqt va fazoda bir-biriga yaqin bo'lgan alohida voqea va dalillarni birlashtirish imkonini beradi. Bundan tashqari, hissiyotlar ekspressiv vazifani bajaradilar. Ko'p hollarda ular periferik xususiyatga

ega bo'lgan organik o'zgarishlar (qizarish, oqarish, nafasning tezlashishi, erakning tez-tez urishi va boshqalar) bilan birgalikda kechadi, ifodali harakatlar (mimika va pantomimikada, vokallashtirish)da ifodalanadi. Kundalik hayotda ifodali harakatlar orqali biz, odatda, atrofdagi odamlarning emotsional holati, kayfiyatidagi o'zgarishlarni yetarlicha aniq idrok qilamiz va baholaymiz.

Hissiyotlar insonlar hayotida o'ta muhim o'rinni egallaydilar. Xuddi shunday, hozirgi kunda hissiyotlarning organizm hayotiy faoliyati xususiyatlari bilan aloqasini hech kim inkor etmaydi. Ma'lumki, hissiyotlar ta'sirida qon aylanish, nafas olish, ovqat hazm qilish, ichki va tashqi sekresiya bezlari va boshqa organlarining faoliyati o'zgaradi. Kechinmalarning ortiqcha jadalligi va davomiyligi organizmda buzilishlarni keltirib chiqarishi mumkin.

Affekt - sub'ekt uchun dolzarb bo'lgan hayotiy sharoitlarining keskin va kutilmaganda o'zgarishi bilan bog'liq ravishda paydo bo'ladigan va aniq ifodalangan harakatli visseral (ichki organik) namoyon bo'lish birga kuzatiladigan kuchli va nisbatan qisqa muddatli emotsional holat. Affektiv holat ongli faoliyatning tormozlanganligi bilan ifodalanadi, sub'ekt xulq-atvorini ongli nazoratining izdan chiqishida namoyon bo'ladi. Affekt real sharoitlarda sub'ektning xavfli, ko'p hollarda kutilmaganda paydo bo'lgan vaziyatlardan mutanosib holda chiqib ketish yo'lini topa olmaslik layoqasizligida rivojlanadi. Affektga misol tariqasida kuchli g'azab, achchig'lanish, dahshat, shiddatli quvonch, chuqur qayg'u, umidsizlik kabilarni keltirish mumkin. Affektning eng asosiy xususiyatlaridan biri ushbu emosional ta'sirlanishning yengib bo'lmas darajada odamga qandaydir faoliyatning bajarish zaruriyatini bog'lashdan iborat, lekin bunda odamda voqelik hissi yo'qoladi.

Nazorat uchun savollar:

1. Psixologik holatlar nima?
2. Psixik xolat turlariga nimalar kiradi?
3. Stress tushunchasining mohiyati?
4. Stress turlari?
5. Frustratsiya so'zining ma'nosi?
6. Yuksak hislar va ularning turlari?

XX BOB. EMOTSIANAL REAKSIYALARNING FIZIOLOGIK MEXANIZMLARI

20.1. Astenik emosiyalar

Harakat faolligiga ta'sir ko'rsatishga qarab, emotsiyalar stenik va astenik turlarga bo'linadi. Stenik emotsiyalar va sezgilar faol harakatga undaydi, inson kuchlarini to'playdi. Xuddi shunday, quvonch va ilhomlanish hislari insonni energiyaviy faoliyatga rag'batlantiradi. Astenik emotsiyalar insonni bo'shashtiradi, faolligini pasaytiradi, faoliyatni to'xtatadi.

Kayfiyat - bu u yoki bu emosiyalarning barqaror kechinmasi. Uzoq davom etuvchi, xulq-atvorni bezovchi emotsional holat. Uni individning shaxsiy tomonlarini, asosiy hayotiy hissiyotlarini, ishiga nisbatan muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyasizlik, qulay yoki noqulay sharoit, odamlar munosabatlaridagi madaniyat darajasi, ichki holat kabilarni qamrab oluvchi ta'sirlar keltirib chiqaradi. Kayfiyatda hissiyotlar va sezgilarning rag'batlantiruvchi vazifasi, ularning inson faoliyatiga ta'siri namoyon bo'ladi. Kayfiyat ijobiy yoki salbiy, ma'lum jadallik, ifodalanish, zo'riqish va barqarorlikka ega bo'lishi mumkin.

Hissiy ton. Hissiyot ko'pincha faqat hissiy tus sifatidagi ruhiy jarayonlarning o'ziga xos tomoni tariqasida namoyon bo'ladi. Yoqimli suhbatdosh, kulguli voqea, yoqimsiz hid, zerikarli kitob, ko'ngildagi mashg'ulot, hushchaqchaq sayohat, og'ir ish kabilar. Ko'pincha emotsiyalar o'zining ta'sirchanligi bilan bir-biridan ajralib turishiga qaramay, bunday sifatni hissiy holatlar stenik (yunoncha so'zdan olingan bo'lib, kuch degan ma'noni anglatadi) xususiyatli deyiladi. Bunda emotsiyalar dadil xatti-harakatlarga, mantiqiy mulohazalarga, nisbiy izlanishlarga kuch quvvat, qanoat bag'ishlaydi. Emotsional javob - jismlari muhitdagi joriy o'zgarishlarga nisbatan operativ emotsional ta'sirlanish. Go'zal manzarani ko'rib qoldingiz - emotsional javob yuzaga keldi. Bu javob insonning emotsional qo'zg'aluvchanligi, emotsional tonusi bilan belgilanadi. Emotsional javobning turlaridan biri sintoniya - boshqa odamlar emosional holatini birga qayg'urish - insonning muhim ijtimoiy sifati hisoblanadi. Nizoli asosidagi emotsional holatlarga stress, frustratsiya, affekt kiradi.

Stress tushunchasining mazmuni mohiyati borasida qator ta'riflar uchraydi. Jumladan, A.V.Petrovskiy tomonidan stress-ffektiv holatga yaqin turadigan, lekin boshdan kechirilishining davomiyligiga ko'ra kayfiyatlarga yaqin bo'lgan his-tuyg'ularni boshdan kechirilishining alohida shaklidir, deb ta'rif beriladi. Professor E.G'oziyevning umumiy psixologiya kitobida yozilishicha, stress-og'ir jismoniy va murakkab aqliy yuklamalar ishlarning me'yoridan oshib, ketib xavfli vaziyatlar tug'ilganida, zaruriy chora-tadbirlarni zudlik bilan topishga intilganda vujudga keladigan hissiy zo'riqishlar sifatida ko'rsatiladi.

20.2. Stress va uning turlari

Stress - inson organizmini haddan tashqari zo'riqish natijasida paydo bo'ladigan tanglik jarayonidir.

Stress ko'rinishiga qarab ikki turga ajratiladi:

Konstruktiv - biz turidagi (ko'pchilik orasida);

Destruktiv - men turidagi (yakka shaxs o'zi bilan) kechadigan jarayon.

Stress tushunchasi kanadalik olim Gans sele tomonidan kiritilgan, u stressni organizmning jismoniy yoki psixik jarohatni keltirib chiqaradigan ta'sirlarga nisbatan moslashish-himoya reaksiyalari yig'indisi sifatida ta'riflagan. Stress holatining rivojlanishida G.Sele uch bosqich: a) xavotirlanish, b) qarshilik ko'rsatish, v) izdan chiqishlarni ajratdi.

Xavotirlanish reaksiyasi shok davri (mns tushkunlik holati) va izdan chiqqan psixik vazifalarning tiklanish, shokka qarshi davridan iborat. Qarshilik ko'rsatish bosqichi (rezistentlik) stressorlar ta'siriga nisbatan chidamlilikning yuzaga kelishi bilan xarakterlanadi. Ularning davomli ta'sirida organizm kuchi kamaya boradi, va izdan chiqish bosqichi boshlanadi, ba'zn organizm o'limiga olib keluvchi nuqsonli kasallik jarayonlari yuzaga keladi.

Stress hayot uchun xavfli bo'lsada, organizm uchun zarurdir: austressda («foydali» stress) individning moslashish mexanizmlari ishlab chiqiladi. Axborotli va psixik stress turlari mavjud (emosional stresslar).

Hissiyot va sezgilarning yana bir qonuniyati - bu psixosomatik korrelyasiya, vegetativ o'zgarishlar bilan aloqa, bu organizm va inson hayotiy faoliyati vazifalarining o'zgarishiga olib keluvchi hissiyotlar ta'sirini bildiradi.

Emotsional kechinmalarning xilma-xilligi avvalambor, odamlarning kayfiyatida ifodalanadi. Emosional jihatdan kuchsiz ta'sirlanadigan odamlarda faqat qandaydir o'ta xavotirli voqea yaqqol ifodalangan hislarni yuzaga keltiradi. Boshqa toifadagi, emotsional ta'sirchan odamlarda arziyas holat ham kuchli hissiyotlarga sabab bo'lishi mumkin. Hatto, ahamiyatsiz voqea ham kayfiyatlarini ko'tarishi yoki tushirib yuborishi mumkin.

Odamlar o'rtasida hissiyotlarning ifodalanishining chuqurligi va barqarorligi bo'yicha farqlanadigan xususiyatlar kuzatiladi. Ba'zi odamlarni hissiyotlar o'rab olib, o'zidan keyin chuqur iz qoldiradi. Boshqalarda hissiyotlar yuzaki xususiyatga ega bo'lib, oson, sezilarsiz, darhol va umuman izziz o'tib ketadi. Odamlarda affekt va ehtirolar ifodalanishidagi farqlar yaqqol namoyon bo'ladi. Bunda nomutanosib, o'zi va xulq-atvori nazorati yo'qotilgan, affekt va ehtirolarga beriluvchan, masalan, g'azab, jazava, xavotirga tushadigan odamlarni ajratish mumkin. Boshqa odamlar, aksincha, doimo o'zini tuta biladi, o'z hislarini, ongini nazorat qiladi.

Odamlar o'rtasidagi farqlardan biri shundan iboratki, hislar va hissiyotlar ularning faoliyatida aks etadi. Xuddi shunday, ba'zi odamlar hislar ta'sir etuvchi xususiyatga ega, harakatga undaydi, boshqalarda barchasi qator o'zgarishlarga sabab bo'lmaydigan hisning o'zi bilan chegaralanadi. Hislar sustligining yorqin shakli insonning ko'ngilchanligida ifodalanadi.

Shunday qilib, hissiyot va hislarning namoyon bo'lishidagi farqlar ma'lum odamning betakrorligi, ya'ni, uning individualligini belgilab beradi.

Oniomaniya va shopogolizm bilan bog'liq bo'lgan yana bir muammoni ko'rib chiqamiz. Oniomaniya (do'konlarga bog'liqlik) - xarid qilishga bo'lgan miyaga o'rnanib qolgan mayl, zaruriyati va oqibatlari bilan kelishmagan holda, vasvasa holatlarida kuzatiladi. Bunday bog'liqlik zamonaviy tilda - shopogolizm deb ataladi.

20.3. Psixologiyada frustratsiyaning o'rganilishi

Frustratsiya - tushkunlik, ma'lum maqsadga erishishda umidlarning parchalanishi bilan kechadigan inson muvaffaqiyasizligining emotsional og'ir kechinmasi. Frustratsiya ko'p hollarda frustratorga qarshi qaratilgan tajovuzkorlik xulq-atvor bilan bog'liq. Frustratsiya sabablari bartaraf etilmaganida, psixikaning

davomli izdan chiqishi bilan bog‘liq bo‘lgan chuqur depressiv holat yuzaga kelishi mumkin (xotira, mantiqiy tafakkurga bo‘lgan layoqatlarning susayishi). Frustratsiya holati inson biror chiqib ketish yo‘llarini izlaydi, shirin xayol olamida beriladi, ba’zida esa tubanlashadi, ya’ni, psixik rivojlanishning dastlabki bosqichlariga qaytadi.

Hissiy jarayonlarning har xil shakllari normal odamda alohida, yakka holda mavjud bo‘lmaydi. Yuzlab va minglab kechirilayotgan emotsiyalar, affektlar, kayfiyatlarda aniq yashaydigan umumlashtirilgan hislar yuksak hislar deyiladi. Yuksak hislar o‘z tarkibiga birinchi soddaroq ko‘rinishdagi turli hislarni oladi.

Inson faoliyatining qaysi bir turi, yoki qaysi bir sohasi, hislarni qaysi birining asosiy ekanligiga qarab, yuksak hislarning muhim turlari: praksik, axloqiy, intellektual, estetik turlari ajratiladi.

Axloqiy hislar odamning boshqa kishilarga, jamoa va o‘zining ijtimoiy burchlariga bo‘lgan munosabatlarida ifodalanadi. Inson bu hislarni kechirar ekan, ma’lum axloqqa, ya’ni ijtimoiy axloq-qoidalar va normalari majmuiga asoslanib, boshqa kishilarning xatti-harakatlariga yoki ruhiy xususiyatlariga hamda o‘zining xatti-harakatlariga baho beradi.

Intellektual hissiyotlar ham o‘z mohiyati jihatidan axloqiy hissiyotlarga yaqin bo‘lgan hissiyotlardir. Intellektual hissiyotlar odamning bilish jarayoni bilan bog‘liq bo‘lgan hissiyotlar bo‘lib, biror narsadan hayron qolish, hayratda qolish, shubhalanish kabi holatlarda ifodalanadi. Estetik hislar ham yuksak axloqiy hislardan hisoblanadi. Estetik his deganda biz go‘zallikni idrok qilish, go‘zallikdan zavqlanish va go‘zallik yaratishga intilishni tushunamiz. Estetik hissiyot hamma odamlarga xos bo‘lgan hissiyotdir. Atrofdagi tabiat manzaralari estetik hissiyotlarimizning birinchi manbai hisoblanadi.

Praksik hislar. Inson amaliy hayotining istalgan sohasi maqsadga muvofiq aqliy faoliyatiga, shaxsning ularga nisbatan muayyan munosabatda bo‘lish sohasiga aylanib qoladi. Bu birinchi navbatda biror maqsadni anglabgina qolmay, uni e’tirof etadigan yoki inkor qiladigan maqsadlarga erishish yo‘llarini baholaydigan ta’sir qilish usullari va ko‘lamlarini ma’qullaydigan va ma’qullamaydigan, ularni to‘g‘ri tanlanganligiga shubhalanadigan, nihoyat

muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizlik hissini kechiradigan mehnat faoliyatida kuzatiladi. Hayotiy faoliyat jarayonida muhit va irsiy shartlar asosida insonda barqaror emotsional sifatlar - emotsional xususiyatlar va xossalar shakllanadi. Shaxsning emotsional xususiyatlariga emotsional reaktivlik, qo'zg'aluvchanlik, affektlilik, emotsional barqarorlik, umumiy emotsional tonus, emotsional ta'sirlanishlar kuchi va ularning tashqi ifodalanishi - ekspressivlik taalluqlidir.

Emosional xossalar individning psixik ko'rinishini belgilaydilar, shaxs emotsional tipini tashkil etadilar. Odamlar emotsional, o'ta ta'sirchan, ehtirosli va frigid mijozlilarga bo'linadilar. Birinchisi oson qo'zg'aluvchan, emotsional ta'sirchan, impulsiv; ikkinchisi - o'z sezgilarini mushohada qilish, ulardan zavqlanishga moyil; uchinchisi - emotsional intiluvchan, o'ta faol, maqsadga erishishda sabotli; to'rtinchisi - aql bilan ish ko'radilar, qayg'urish hissi ularga yot.

Hissiyotlar va sezgilarining yuzaga kelishi va so'nishi shartli refleks shakllanishining barcha qonuniyatlariga bo'ysunadi.

Biror obyektga nisbatan ishlab chiqilgan sezgilar ma'lum darajada bir jinsli obyektlar sinfiga ko'chirib o'tkaziladi. Shunday qilib, sezgilar qonuniyatlaridan biri ularning umumlashtirilganligi va ko'chirib o'tkazish imkoniyati hisoblanadi. Boshqa qonuniyat - sezgilarining davomli seskantiruvchilar ta'sirida sustlashishi. Xuddi shunday sevimli qo'shiq hadeb tinglansa, yoqmay qolishi mumkin; juda ko'p marta takrorlanadigan hazil kulgili bo'lmay qoladi.

Ijobiy hissiyotlar kabi, salbiy hissiyotlar ham so'nishga moyil bo'ladi. Odam ma'lum darajada turli vaziyatlarga, shuningdek, salbiy ta'sirlar (badbo'y hid, xunuk manzara, noqulay sharoit)larga ham ko'nikadi.

Turli seskantiruvchilar ta'sirida yuzaga keladigan turli segilar o'zaro taqqoslanadi va bir-biriga ta'sir ko'rsatib, o'zaro ta'sirlashadi. Biror shaxsning xunuk harakatidan, xuddi shunday vaziyatdagi boshqa shaxsning oliyjanob harakati solishtirilganida taassuf hissi kuchayadi, qoniqish hissi qoniqmaslik hissidan so'ng kuchliroq seziladi.

Insonning taqdiri, azob-uqubatlari qanchalik og'ir, muvaffaqiyatsizliklarining yakun topishi shunchalik quvonch bilan idrok qilinadi - bu sezgilarining keskin qarama-qarshiligi.

Sezgi qonuniyatlaridan biri - ularning jamlanishi. U yoki bu obyekt tomonidan muntazam ravishda hosil qilinadigan sezgilar to‘planib, jamlanadi. Buning natijasida insonda ota-onaga, do‘stga, qadrdon yurtga nisbatan muhabbat va ehtirom mustahkamlanadi. Salbiy kechinmalar (hayotiy qiyinchiliklar)ning to‘planishi affekt holatiga tashqi tomondan ahamiyatsiz bo‘lgan voqeadan juda kuchli ta’sirlanishga olib kelishi mumkin.

Emotsional holatlar o‘rin almashishi mumkin. Xuddi shunday, biror faoliyatdagi muvaffaqiyat boshqa faoliyatdagi muvaffaqiyatsizlikning o‘rnini bosishi mumkin.

Hissiyotlarning yana bir qonuniyati - ularning o‘zgaruvchanligi hisoblanadi. Biror obyekt yuzasidan qondirilmagan hissiyotlar boshqa obyektlarga (barchaga «zarar o‘rnini to‘ldirish» hodisasi) o‘tkazilishi mumkin.

Ambivalentlik - lotincha har tomonlama kuchga ega ma’nosini anglatib kishining bir obyektning o‘ziga nisbatan bir vaqtning o‘zida paydo bo‘ladigan bir-biriga qarama - qarshi emotsional irodaviy holatdir.

Hissiyotda ambivalentlik bu rohatlanish va azoblanishni birga qo‘shilib va biri ikkinchisiga o‘tib ketmaydigan emas, balki bunda birga bo‘lish kechiriladigan hissiyotning zarur xarakterli sifatlaridan birini tashkil qiladi. Masalan, rashk hissida muhabbat va nafrat.

Hissiyot va sezgilarning yana bir qonuniyati - bu psixosomatik korrelyasiya, vegetativ o‘zgarishlar bilan aloqa, bu organizm va inson hayotiy faoliyati vazifalarining o‘zgarishiga olib keluvchi hissiyotlar ta’sirini bildiradi.

20.4. Irodaviy faoliyatning xususiyatlari

Odamning shaxs sifatidagi faollik xususiyati shundan iboratki, o‘z ehtiyojlarini qondirishga yordam beradigan harakatlari instinktiv harakatlar emas, balki asosan oqilona, ongli harakatlardir. Bu onglilik shundan iboratki, odam oldindan biron-bir maqsadni ko‘zlab harakat qiladi, shu maqsadga etishish uchun yordam bera oladigan vositali yo‘l va usullarni oldindan qidirib topadi, to‘sqinlik va qiyinchiliklarni yengish uchun ongli ravishda kuch-g‘ayratini ishlata oladi.

Odamning ixtiyorsiz harakatlari qat’iy bir maqsadsiz, ko‘pincha impulsiv tarzda, ya’ni reflektor tarzda yuzaga keladi. Masalan, yo‘talish, aks urish, ko‘z

qovog'ini ochib yumilishi va shu kabilar. Bu harakatlarni odam oldindan o'ylab rejalashtirmaydi. Ixtiyorsiz harakatlar har qanday sharoitda yuz berishi mumkin. Ixtiyorsiz harakatlar ba'zan, odamning aqliy faoliyatlari bilan ham bog'liq bo'ladi. Chunonchi, ixtiyorsiz idrok, ixtiyorsiz diqqat, ixtiyorsiz esda olib qolish, ixtiyorsiz esga tushirish holatlari ham bo'ladi. Bunday hollarda odamning ixtiyorsiz harakatlari idrok qilinayotgan narsaning boshqa narsalardan keskin farq qilishi yoki odamning qiziqishlari, ehtiyojlari bilan bevosita bog'liq bo'ladi.

Irodaviy harakatlarda har doim maqsad aniq bo'ladi. Odam o'z oldiga qo'ygan maqsadidan kelib chiqadigan natijalarni ham oldindan tasavvur eta oladi. Ana shuning uchun har qanday qiyinchiliklarni yengib bo'lsa ham maqsadini amalga oshirishga intila boradi. Umumiy irodaviy faoliyatni yoki alohida akti amalga oshirishning muhim xususiyatlaridan biri amalga oshirilayotgan harakatlarning erkin ekanligini anglashdan iboratdir.

Irodaning eng muhim xususiyati unda faoliyatni amalga oshirishning puxta o'ylab chiqilgan rejaning mavjudligidir. Avvaldan rejalashtirilmagan xatti-harakatlarni irodaviy harakat deb bo'lmaydi. Shu bilan birga iroda avvaldan mavjud bo'lmagan, lekin faoliyatni natijasiga erishishdan so'ng hosil bo'lishi mumkin bo'lgan qoniqishga butun e'tiborini qaratishdan iboratdir.

Ko'p hollarda iroda vaziyat yoki qiyinchilik ustidan g'alaba qozonish emas, balki o'z-o'zini engish hamdir. Bu ayniqsa, muvozanatsiz, hissiy, qo'zg'aluvchan, sust kishilarga xos bo'lib, o'zlarining tabiiy xarakterologik xususiyatlari bilan kurashishga to'g'ri keladi.

Hech bir muammo irodaning ishtirokisiz hal etilmaydi. Inson kuchli irodasiz katta muvaffaqiyatga erisha olmaydi. Odamzod boshqa tirik mavjudotlardan o'zining ongi va aqli bilangina emas, balki irodasining mavjudligi bilan ham ajralib turadi.

Irodaviy ya'ni ixtiyoriy harakatlarning nerv - fiziologik asosida bosh miya katta yarim sharlari po'stlog'ining shartli reflekslar hosil qilishdan iborat bo'lgan murakkab faoliyati yotadi. Irodaviy harakatlar har doim to'la ongli harakatlar bo'lgani uchun bosh miya po'stlog'ida yuzaga keladigan optimal qo'zg'alish manbalari bilan ham bog'liq bo'ladi. Bu haqda akademik I.P.Pavlov shunday deb

yozgan edi: “Mening tasavvurimcha, ong ayni shu chog‘da xuddi shu sharoitning o‘zida ma’lum darajada optimal (har holda o‘rtacha bo‘lsa kerak) qo‘zg‘alishga ega bo‘lgan bosh miya katta yarim sharlarining ayrim joylaridagi nerv faoliyatidan iborat”.

Maqsad-kishining shu paytda ma’qul yoki zarur deb topgan ish harakatini tasavvur etish demakdir. Masalan, inson pedagogika universitetiga kirib o‘qishni zarur deb topdi yoki viloyatga ish bilan borib kelish zarurligini tushundi, deylik. Bularning hammasida kishining maqsadi o‘z-o‘zidan zohir bo‘layotganga o‘xshaydi, ba’zan esa bu maqsad bir qadar fikr yuritish natijasida yuzaga keladi.

Maqsadni tasavvur qilish odatda shu maqsadga erishish istagini va zarur ishni amalga oshirish bilan bog‘liq bo‘lib, u quyidagicha ifodalanishi mumkin. Ehtiyoj ko‘ngildan kechib, mudom kuchaygan shu ehtiyojni qondirishga intilish maqsadi ham anglanila boshlaydi. Bunday anglanilgan ehtiyojlar tilak-havaslar deb ataladi. Ammo odam o‘z intilishlarining maqsadini tasavvur qilganda ham shu maqsadga etishish yo‘llari va vositalarini hali tasavvur qila olmasligi mumkin. Bunday to‘la anglanilmagan intilishlar (tilak, havas) ba’zan zo‘r xayol surish bilan, ba’zan esa cheksiz orzu bilan bog‘liq bo‘ladi. Ba’zan (xayolparast insonlarda) bunday tilak havaslar ko‘ngildan kechirish orqali orzu (fantaziya) doirasida qolib ketaveradi. Xilma-xil tilak havaslari to‘lib-toshgan kishilar ham mavjud. Bu kishilar doimo xo‘rsinadilar, armon qiladilar, o‘zlarini ham tevarak-atrofdagi kishilarni ham tanqid qiladilar. Bu kishilar ko‘pincha yaxshi orzular qilishadi-yu, amalda kam faoliyat ko‘rsatishadi yoki butunlay faoliyat ko‘rsatishmaydi. Irodaviy ixtiyoriy harakatlar g‘ayri ixtiyoriy (irodadan tashqari) harakatlardan farq qilib, motiv tufayli sodir bo‘ladi. Maqsadga etishish yo‘llarini va vositalarini tanlash jarayonida rejalashtirish, motivlar kurashi bilan bog‘langan bo‘lib, qarorga kelish bilan tugaydi. Qarorga kelish-muayyan bir maqsadni va shu maqsadga erishish yo‘lida harakat usullaridan birini tanlab olish demakdir. Motivlar kurashida buning ma’nosi shuki, motivlardan biri hal qiluvchi rol o‘ynagan bo‘ladi.

Qarorni ijro etish .Qarorni ijro etish odatda ma’lum vaqt, muddat bilan bog‘liq bo‘ladi. Qaror kechikmasdan belgilangan vaqtda ijro etilsa bu irodaning ijobiy sifatidan dalolat beradi. Bu esa ishchanlik, puxtalikni bildiradi.

Kishining irodaviy sifatlari ya'ni iroda kuchi, mustaqilligi jihatidan ayrim hollarda turlicha namoyon bo'ladi. Har bir kishida irodaning ayrim sifatlari umr bo'yi mustahkamlanib, shu odamning xususiy sifatlari (ya'ni doimiy hislatlari) bo'lib qolishi mumkin. Shaxsning bu o'ziga xos xususiyatlari xarakter xislatlari deb ataladi. Har bir kishidagi biron bir irodaviy sifatlarning har qanday namoyon bo'lishi shu kishi xarakterining hislati bo'lavermaydi.

Nazorat uchun savollari:

1. Psixologik holatlar nima?
2. Psixik xolat turlariga nimalar kiradi?
3. Stress tushunchasining mohiyati?
4. Stress turlari?
5. Frustratsiya so'zining ma'nosi?
6. Yuksak hislar va ularning turlari?

XXI BOB. MOTIVASIYANING TUZILISHI VA FUNKSIYALARI ASOSIY TURLARI VA RIVOJLANISH BOSQICHLARI

21.1. Motivatsiya va motivlarning nazariy muammolari

Motiv va motivatsiya muammosi jahon psixologiyasida turli tuman nuktai nazardan yondashish orqali tadqiq kilib kelinmokda. Uzoq va yaqin chet ellarda o'ziga xos psixologik maktablar vujudga kelgan bo'lib, ularning negizida ilmiy pozisiyalar va konsepsiyalar mohiyati jihatdan farqlanuvchi g'oyalar va yo'nalishlar mujassamlashdi. Hozir ularning ayrimlariga qisqacha to'xtalib o'tamiz. Rus va sobiq sovet psixologiyasi namoyandalari K.D.Ushinskiy, I.M.Sechenov, I.P.Pavlov, V.M .Bexterev, A.F.Lazurskiy, V.N.Myasishev, A.A.Uxtomskiy, D.N.Uznadze, S.L.Rubinshteyn, A.N.Leontev, P.M.Yakobson, V.S.Merlin, L.I.Bojovich, V.I.Selivanov, V.G.Aseyev va boshqalar mazkur muammo yuzasidan tadqiqot ishlari olib borganlar. Ushbu mualliflarning karashlari oldingi bobda berilganligi uchun ularga qaytatdan to'xtalishga hojat yo'qdir. Rus va sobiq sovet psixologiyasi vakillaridan tashqari Yevropa va Amerika mamlakatlarida motivatsiyaga oid 50 (%) dan ortiq ilmiy konsepsiyalar mavjuddir. Ana shu psixologik maktablarning www.ziyouz.com kutubxonasi ayrim namoyandatarining tadqiqotlari yuzasidan mulohaza yuritishga harakat qilamiz: introspektiv psixologiya, bixeviorizm, geshtaltpsixologiya, psixoanaliz, strukturaviy psixologiya, assosianistik psixologiya, empirik psixologiya, analitik psixologiya, gumanistik psixologiya, antropologik psixologiya va hokazolar. Bixeviorizmning asoschisi Dj.Uotson (1878-1938) psixologiya faninig bosh vazifasi xulqni tadqiq etishdan iborat deb tushunadi. U psixik hodisalardan mutlaqo voz kechib, xulqni ikki shaklga, ya'ni ichki va tashqiga ajratadi, ular o'zaro javoblar stimuli bilan uzviy bog'lik ekanligini ta'kidlab o'tadi. Bixeviorizm uchun «xulq» asosiy tushunchaga aylanib, uning psixikasi bilan aloqasi chetlab o'tilgandir. Shunga qaramasdan, ba'zi bixeviaristlar, jumladan E.Torndayk, E.Tolmen, K.Xoll, D.Xebb kabilar xulq motivatsiyasiga muayyan darajada e'tibor qilganlar. Ular o'zlarining izlanishlarida xulq motivatsiyasining «quyi darajalari»ni o'rganib, kalamushlarda tajriba ishlarini olib borib, jonivorda ochlik, tashnalik va ularning turlicha darajalarini reaksiya tezligiga nisban namoyon bo'lish xususiyati,

har xil sharoitda motivatsiyaning kuchi to'g'risida muayyan qonuniyatlar ochishga intilganlar. Vilyam Makdugall (1871-1938) motivatsiyaning irsiy (tabiatdan beriladigan) xususiyatga ega degan holatni asoslash uchun tug'ma instinktlar masalalari bilan mazkur voqelikni bog'lab tushuntirishga harakat qilgan. Uning fikricha, tug'ma instinktlar ham insonlarga, ham hayvonlarga bir tekis taalluqli bo'lib, ular odamlarning motivida oldin 14 ta, keyinchalik esa 18 tagacha «asosiy instinktlar» sifatida hukm surishi mumkin.

1. Bixeviorizm motivatsiya modelini topish bilan shug'ullanib va xulq prinsiplarini vujudga keltira borib, hayvon xulqi hamda ularda kashf etilgan xulq motivatsiyasi qonuniyatlariga asoslanib insonning xulq motivatsiyasi yuzasidan xulosa chiqarishga harakat qiladi.

2. Bixeviorizm insonni biologik mavjudot sifatida qarab unga biologik jabxada yondashadi, oqibat natijada uning ijtimoiy mohiyati tadqiqot predmetidan chetda qolib ketadi.

3. Bixeviorizm ham insonga, ham hayvonlarga xos bo'lgan xulqning umumiy prinsiplarini topishga intiladi.

4. Bixevioristlar insonni shaxs sifatida taraqqiy etish jarayonini ifodalovchi o'ziga xosligini yo chetlab o'tadilar yoki o'ta sodda tarzda izohlashga moyildirlar.

5. Hayvonlarning xulq motivatsiyasi shakllarini juda sodda tarzda tushuntirishga asosan tadqiqot natijalarini insonning murakkab va boshqa bir sifat bosqichidagi motivatsiyasiga ko'chirish ishonchli dalillarga ega emas.

6. Inson motivatsiyasini o'rganishda foydalanilayotgan bixeviorizmning tushunchalari, chunonchi, birlamchi mayllar, organizmni qitiqlovchi tugma ehtiyojlar kabilar odamning motivatsiya doirasi tuzilishi mohiyatini juda yuzaki ocha oladi, xolos.

21.2. Bixeviorizm namoyondalarining qarashlari

Psixanalitik konsepsiyalar negizida motivatsiya ortganlik ravishda inson mayllariga xosdir, degan g'oya yotadi. Ularning manbai maylni aks ettiruvchi qaysidir organdagi yoki uning qismidagi somatik jarayon tushuntiriladi.

Z.Freydning konsepsiyasida mayllar va instinktlar tushunchalari o'rtasida hech qanday tafovut yo'qdir. Ongsizlik ta'limotining asoschisi Z.Freyd xulq

motivlari va extiyohlari muammosini ishlab chiqayotib, motivatsiyaning manbai instinkt, u tur va individning saqlanish shartidir deb taqdirlaydi. Mazkur holatni muallif individning energetik potentsiya sifatida talqin etadi. Eng asosiy masala shuki, Z.Freyd motivatsiya regulyatori va motivatsiya energiyasining irsiy manbai sifatida «u» tushunchasiga qanday ma'no ko'rsatib o'tgan. Uningcha, «u» tushunchasining mazmuni tug'ma va o'zgarmasdir. Xuddi shu bois mantiq qonunlari va aql darajalari, ko'rsatkichlari unga hech qanday ahamiyat kasb etmaydi Z.Freyd affektiv, impulsiv shakldagi mustahkamlashgan qo'zg'ovchilarni nazarda tutgan bo'lsa ajab emas. Ushbu qo'zg'atuvchilar (turtkilar)ning impulsivlik, taxminiylilikning affektiv mohiyati, notanqidiylik, ongli va irodaviy nazoratga itoat etishda qiyinchilik kabilarning dinamik xususiyatlarini mustahkamlashtirish bo'lib, ularning asosida quyi genetik va strukturaviy darajadagi qo'zg'atuvchilar yotadi. Z.Freyd tak'idlab o'tgan dinamik xususiyatlar va xossalari mohiyatida motivatsiyaning chuqur asosiy manbasini ko'radi. Uning konsepsiyasida inson xulqi xarakatining dvigateli jinsiy instinkt hamda uning transformatsiyam ustuvor o'rin egallaydi. Ushbu mulohazani yanada mukammallashtirish maqsadida neofreydistlar hisoblanmish A.Adler, K.Yung kabilarning nazariyalarini tahlil qilishga o'tamiz. A.Adlerning fikricha, insonni harakatga undovchi asosiy kuch, uning faoliyati maqsadini aniqlovchi, ularga erishish yo'llari hukumatga va qudratga erkdir. Xorni, Fromm va boshkalarning asarlarida o'z ifodasini topgan ma'lumotlar mohiyati Z.Freyd tomonidan kiritilgan psixika tushunchasi va uning harakatlantiruvchi nazariyasini almashtirishga intilish yaqqol ko'zga tashlanadi. Xorning nuqtai nazaricha, inson qanchalardir tug'ma kuchlarga ega bo'lib, uning negizi bolalarcha yordamga muhtojlikka ko'rilgandir, bu holatlar birlamchi bezovtalanish tuyg'usida va tug'ma qo'rqinch hissida o'z ifodasini topadi. Xorning ta'kidlashicha, inson xulqining motivatsiyasi boshqa motivlar yordami bilan aniqlanishi mumkin, jumladan, birlamchi bezovtalanish (bolalarcha yordamga muhtojlik keltiruvchi) atrof-muhitga nisbatan dushmanlik hissini tug'diradi, xavfsizlikka ehtiyoj esa insonni boshqa odamlar tomonidan baholash va o'z-o'zini baholashga nisbatan ichki intilishni vujudga keltiradi. Fromm ham o'z qarashlarida libido masalasiga katta e'tibor bermaydi, chunki uni

qiriqtirgan muammo inson xulqi jabhalarda ijtimoiy va psixologik omillarning o‘zaro ta’sir o‘tkazish jarayonidir. Insonni individualizatsiyalash unda tanholik hissini vujudga keltirishga olib keladi, shuningdek, o‘z qadr-qiymatini anglash sari yetaklaydi. Tanholik hissiyotidan forig bo‘lishga intilish tuyg‘usi inson motivatsiyasini va uning xulq shakllarini aniqlaydi. Neofreydistlarning ilmiy asarlarida inson xulqiga ta’sir qiluvchi intim omillariga va uning motivatsiyasiga muayyan darajada ahamiyat berilgan bo‘lsa-da, lekin oqibat natijada xulqning harakatlantiruvchisi sifatida anglashilmagan tug‘ma kuchlar asosiy o‘rinda turadi.

21.3. Geshtaltpsixologiya motivatsiya masalasi

Geshtaltpsixologiya maktabi namoyandalari uchun motivatsiya o‘ziga xos talqinga ega bo‘lib, uning mohiyatini eksperimental tarzda o‘rganishga, ochib berishga intilish ko‘rsatkichi bilan boshqalardan ajralib turadi. K.Levin (1890-1947) motivlarni eksperimental o‘rganish metodikasini ishlab chiqib, ularni mutlaqo mustaqil holat sifatida tushuntirishga harakat qilgan va bu borada muayyan muvaffaqiyatlarga erishgan.

Geshtaltpsixologiya maktabining namoyandalariga obraz tushunchasi qanchalik o‘ta ahamiyatli bo‘lsa, maydon nazariyasi uchun motiv kategoriyasi xuddi shunday muhim xususiyat kasb etadi. Obraz va motiv o‘zaro aloqasiz xukm surishi ta’kidlanadi, motivatsiyani amalga oshiruvchi vaziyatning predmetli, ma’noviy mazmuni esa inkor qilinadi. K.Levin muayyan mikrintervapda shaxsning bevosita yaqqol muhit bilan munosabatlaridan kelib chiquvchi voqelikdir. Uning mazkur nazariyasida insonda har xil ma’no anglatuvchi ikkita motivasion o‘zgaruvchi hukm surishi tan olinadi, ularning bittasi tug‘ma, hayvonlar turtkisiga o‘xshash va turmush davomida egallangan faqat insongagina xos bo‘lgan.

Geshtaltpsixologlarning asarlarida shunday holatlar ham mavjudkim, ularda xulq motivatsiyasi muammolari shaxsning muhim (asosiy) xususiyatlarini tahlil qilish negizidan kelib chiqib qaraladi. Ushbu holat G.Ollport konsepsiyasida yaqqol ko‘zga tashlanadi, uningcha, eng muhim jihat bu inson xulqini o‘zgarish sabablarini ochishdir. Shuning bilan birga mazkur vaziyatga olib keluvchi motivlarning omillarini tekshirish ham alohida ahamiyatga ega ekanligini anglab

qolish qiyin emas. Bu borada individning javoblari o'ziga xosligi bilan o'zaro ta'sir o'tkazish o'rtasida qandaydir aloqa mavjudligini o'rnatish ham ikkinchi darajali narsa sifatida talqin kilinmaydi. Sobiq sovet psixologiyasida inson xulq-atvorini harakatlantiruvchi kuchi hisoblangan motivlar chuqur va yetarli darajada tadqiq qilinmagan. Ularning psixologik mexanizmlari, uzluksizligini ta'minlovchi omillar, zarur shart-sharoitlar mohiyati, vujudga kelish imkoniyatlari to'g'risida juda yuzaki ma'lumotlarga muayyan darajada tartibga keltirilgan.

21.4. Motivlar

Motivlarning falsafiy metodologik ahamiyati shundan iboratki, ular sabab oqibat, ichki murakkab boglanishlar tuzilishini yuksak darajada rivojlangan tizim sifatida talqin qilinadi.

Motiv tushunchasi, asosan, sut emizuvchi hayvonlarga taalluqli ekanligi ilmiy manbalarda ta'kidlab o'tiladi. Insonlarga aloqador motivlar tushunchasi qo'zg'atuvchilar va qo'zg'ovchilarning barcha turlari (ko'rinishlari, modalliklari, shakllari)ni o'z ichiga oladi (chunonchi, motivlar, ehtiyojlar, qiziqishlar, maqsadlar, intilishlar, motivlashgan ustanovkalar va boshkalar).

Motiv keng ma'noda xulq-atvor determinatsiyam belgilanishiga qaramay, ko'pgina chet el tadqiqotchilari shaxs motivlarini juda tor ma'noda talqin qilib, uni ilmiy jihatdan tekshiradilar, xattoki ular shartsiz reflektor aktlarining mikdorini, affektiv, stress va ekspressiv reaksiyalarni motiv tizimiga kiritmaydilar. Z.Freyd (1856-1939) motivning qonun-qoidalarini faqat dinamik energetik holat tariqasida talqin qiladi. S.L.Rubinshteyn motivning psixologik mohiyati to'g'risida quyidagi mulohazalarni bildiradi: motivatsiya - bu psixika orqali hosil bo'ladigan determinatsiyadir; motiv - bu shaxs xulq-atvori ning kognitivistik jarayonini bevosita tashqi olam bilan boglovchi sub'yektiv tarzda aks etish demakdir. Bizningcha, shaxs o'zining motivlari yordamida borlik bilan uzviy aloqada bo'ladi. Insonning xulq-atvori (xulqi)ni harakatlantiruvchi kuchi sifatida namoyon bo'luvchi motivlar shaxsning tuzilishida (tarkibida) yetakchi o'rin egallaydi. Motivning tuzilish (strukturaviy) tarkibiga shaxsning yo'nalishi, uning xarakteri, emotsional holati (his-tuyg'usi), qobiliyati, ichki kechinmalari, faoliyati va bilish jarayonlari kiradi. Motiv bilan qobiliyatning munosabatlari psixik faollikning

bevosita bajarish negizi hisoblangan faoliyat orqali namoyon bo'ladi. Motivlashgan tizimning tarkiblari amaliyotda ro'yobga chiqaruvchi nafaqat faoliyatnigina aniqlash bilan cheklanib qolmasdan, balki faoliyatning keyingi istiqbol rivoji yoki uning boshqa sohalar bilan qorishib ketish ehtimoli darajasini ham belgilaydi. Motivlarning rivojlanishi tufayli tarbiyaviy talablarni anglashda, ehtiyojlarni ichdan qayta ko'rishda xulq-atvor qoidalari, mezonlari yordami bilan faoliyat doirasining kengayishida, shaxsning borliq bilan munosabati kabilarda o'zgarishlar sodir bo'ladi. A.N.Leontevning fikricha, faoliyatning tuzilishi: maqsadga qaratilgan xatti-harakatlar va operatsiyalardan iboratdir. Odatda faoliyat o'zining predmeti va motiviga ega bo'lib, agarda motiv bilan predmet (jism, narsa) o'rtasida mutanosiblik (moslik) vujudga kelsa, demak shundagina u tub ma'nodagi faoliyatga aylanadi.

Nazorat uchun savollar:

1. Motiv bilan qobiliyatning munosabatlari qanday?
2. Psixologik mexanizmlari uzluksizligini ta'minlovchi omillar qaysilar?
3. Motiv haqida ma'lumot bering?
4. Ongsizlik ta'limotining asoschisi kim?
5. Motivatsiya va motivlarning nazariy muammolari?
6. Motivlarning falsafiy metodologik ahamiyati?

XXII BOB. SHAXS EKZISTENSIAL PSIXOLOGIYASI

22.1. Ekzistensial psixologiya psixologiyaning gumanistik tendensiyalari

Ekzistensial psixologiya bu egzistensializm falsafasiga muvofiq paydo bo'lgan ma'lum bir inson hayotining o'ziga xosligidan kelib chiqadigan psixologiya sohasi. Uning amaliy bo'limi egzistensial psixoterapiya. Ekzistensial psixologiyaning gumanistik tendensiyalariga tegishli.

Ushbu tendensiyaning paydo bo'lishiga Sikkren Kiyerkegaard, Martin Xaydegger va Jan Pol Sartrning egzistensializm falsafasi va Edmund Gusserlning fenomenologik psixologiyasi ta'sir ko'rsatdi. Hozirgi vaqtda egzistensial psixologiyaning asosiy yo'nalishlari: Lyudvig Binsvanger tomonidan egzistensial tahlil

Viktor Frankl tomonidan egzistensial tahlil (logoterapiya). Alfrid Langlning egzistensial tahlili.

Jeyms Bujenthal tomonidan egzistensial maslahat.

Fenomenologiyadan egzistensial psixologiya, xususan, bizning dastlabki tushunchalarimiz va g'oyalarimiz doirasida odamni (mijozni) ko'rib chiqishni rad etish g'oyasini oldi.

Dunyoni tushunish: egzistensial psixologiya va umuman egzistensializm uchun muhim tushuncha inson dunyosi tushunchasi bo'lib, masalan, R.Mayning so'zlariga ko'ra, inson mavjud bo'lgan muhim aloqalar tuzilishi va u foydalanadigan naqshlardir. Ekzistensial psixologiyada dunyo aynan inson dunyosi sifatida tushuniladi. Inson dunyosi, hayvonlar va o'simliklarning yopiq dunyosidan farqli o'laroq, uning ochiqqligi bilan ajralib turadi. L.Binsvangerning so'zlariga ko'ra, bu odam shunchaki moslashadigan statik narsa emas; aksincha, bu o'ziga xos dinamik model bo'lib, uning yordamida inson o'zini o'zi anglashi va rejalashtirish jarayonida bo'ladi. Ekzistensial tahlilchilar dunyoning 3 rejimini (bir vaqtning o'zida mavjud jihatlarni) aniqlaydilar.

Umwelt-atrofimizdagi dunyo moddiy – “biologik” va “jismoniy” dunyo, inson muhiti, obyektlar dunyosi. Inson tug'ilishi haqiqati bilan “tashlab ketilgan” va hayoti davomida unga moslashadigan dunyo.

Mitvelt- dunyo bilan bir xil turdagi mavjudotlar dunyosi, odamga yaqin odamlar dunyosi, odamlar o'rtasidagi munosabatlar dunyosi, ular davomida ular o'zgaradi.

Eigenvelt - mening o'z dunyom - bu o'z-o'zini anglash dunyosi, o'zini anglash va o'zini aks ettirish dunyosi, "men uchun"dunyo. Dunyoning bu tushunchasidan, xususan, dunyoda bo'lish haqiqati yo'qoladi (kamayadi), agar diqqat olamlardan biriga qaratilgan bo'lsa va boshqalar chiqarib tashlansa. Bu ko'pincha insonni tushunishga ilmiy, shu jumladan psixologik, sotsiologik va boshqa yondashuvlarda sodir bo'ladi.

Ekzistensial psixologiya va umuman ekzistensializm A.Bergsonning vaqtni tushunishga bo'lgan nuqtai nazarini baham ko'radi-bu "mavjudlik yuragi" inson tajribalarining o'ziga xos xususiyati. Ekzistensial terapevtlarning ta'kidlashicha, ayniqsa chuqur psixologik tajribalar odamning vaqtga nisbatan pozitsiyasini "silkitadi". Masalan, qattiq tashvish va tushkunlik vaqtni buzadi, kelajakni imkonsiz qiladi. "Qo'rqinchli bo'lsa, vaqt asta-sekin ketadi; juda qo'rqinchli bo'lsa, lahzaning o'zi sekinlashadi; halokatli qo'rqinchli bo'lsa, vaqt nihoyat to'xtaydi", deydi Seren Kiyerkegaard. Shuning uchun Rollo May, Martin Xaydegger va Karl Jaspers fundamental asarlarida Kiyerkegaardning "qo'rquv tushunchasi" risolasiga alohida e'tibor berishadi.

R.May va boshqalar kabi ekzistensial psixologlar va psixoterapevtlarning ta'kidlashicha, inson o'z mavjudligida dunyoda (Dasein) mavjud bo'lib, boshqa tirik mavjudotlardan farqli o'laroq, hozirgi, lahzali vaziyatdan chiqish (chiqish) qobiliyatiga ega.

22.2. Inson tushunchasi

Ekzistensial psixologiyada, R.May ta'kidlashicha, inson har doim G'arb madaniyatiga xos bo'lgan potensial inqirozda bo'lish jarayonida qabul qilinadi, unda u tashvish, umidsizlik, o'zidan begonalashish va nizolarni boshdan kechiradi. Ekzistensial psixoterapiya va psixologiyaning asosiy hissasi, R.Mayga ko'ra, "insonni borliq sifatida tushunish" o'z dunyosidagi odam tushunchasidir.

Inson fikrlash va uning mavjudligidan xabardor bo'lishga qodir, shuning uchun ekzistensial psixologiyada uning mavjudligi uchun javobgar hisoblanadi.

Inson o'zini bilishi va o'zi bo'lishni xohlasa, o'zi uchun javobgar bo'lishi kerak. R.Mayning so'zlariga ko'ra, ekzistensialistlarning asosiy xabari shundan iborat: kuchli kuchlar inson mavjudligiga qanchalik ta'sir qilmasin, inson o'z hayoti aniq ekanligini bilib oladi va shu bilan unga bo'lgan munosabatini o'zgartiradi. Insonning kuchi, qanchalik ahamiyasiz bo'lmasin, ma'lum bir pozitsiyani egallash, aniq qaror qabul qilish qobiliyatidadir. Aynan shu ma'noda inson mavjudligi oxir-oqibat erkinlikdan iborat.: P.Tillich aytganidek, "inson haqiqatan ham qaror qabul qilish paytidagina shaxsga aylanadi".

22.3. Ekzistensial hissiyotlarni tushunish

Ekzistensial psixologiyada tashvish va aybdorlik kabi ba'zi his-tuyg'ular insonning mavjudligidan kelib chiqqan ontologik xususiyatlari sifatida qaraladi. Xususan, tashvish, R.Mayning so'zlariga ko'ra, inson mavjudligining o'zagi uchun tahdiddir, bu yaqinlashib kelayotgan mavjud bo'lmaslik tahdidi tajribasidir. K.Goldshteynning so'zlariga ko'ra, tashvish bizda "bor" narsa emas, aksincha "biz". Xavotir (birinchi navbatda nemis sifatida. Angst Z.Freyd, L.Binsvanger, K.Goldshteynlar tomonidan ishlatilgan va unchalik neytral va kamroq ifodali ingliz tashvishi sifatida emas) insonning o'zini o'zi qadrlash hissi va uning shaxs sifatida qadr-qimmatiga bevosita ta'sir qiladi, bu uning mustaqil shaxs sifatida o'zini namoyon qilish tajribasining yeng muhim jihati bo'lish. Bu insonning mavjudligi salohiyatini bostiradi, uning vaqt tuyg'usini yo'q qiladi, xotiralarni xiralashtiradi va kelajakni xiralashtiradi

Aybdorlik hissi inson mavjudligining ontologik xususiyatidir; u buni turli shakllarda boshdan kechiradi: rad yetish, rad yetish va yoki o'z imkoniyatlarini amalga oshira olmaslik; o'z yaqinlari oldida aybdorlik, inson ularni cheklashlar va xurofotlarning ko'rlari orqali qabul qilishidan kelib chiqadi, bu har doim ma'lum darajada ular vakili bo'lgan narsaning buzilishi, shuningdek, imkonsizdir (birinchi navbatda har bir kishi alohida shaxs ekanligi va mumkin dunyoga faqat o'z ko'zingiz bilan qarang) boshqa odamlarning ehtiyojlarini to'liq tushunish va ularni qondirish;

Umuman tabiatdan ajralish aybi yoki boshqacha qilib aytganda, inson o'zini tanlov qila oladigan va tanlovdan bosh torta oladigan odam sifatida tasavvur qilishi

bilan bog‘liq ontologik ayb. M.Bossning so‘zlariga ko‘ra, umuman olganda, aybdorlik hissi haqida gapirish kerak emas (masalan, bu psixoanalizda bo‘lgani kabi), balki insonning aybi haqida, shu bilan odamning tajribasi va hayotiga jiddiylik va hurmatni ta’kidlash kerak.

Ekzistensial faylasuflarning dalillari bitta fikrni aks ettiradi: inson o‘z haqiqatini yaratadi. Biz imonlilar bo‘lishimiz yoki bo‘lmasligimiz, ilmiy bilimga ega bo‘lishimiz yoki bo‘lmasligimiz mumkin, lekin o‘z hayotimiz uchun javobgarlik har birimizga tegishlidir. Bu olamda mavjudligimizning qiymatini o‘zimiz ham aniqlaymiz. Yigirmanchi asrning ikkinchi yarmida birinchi va ikkinchi Jahon urushlari tufayli inson hayotining qiymati oshdi. Fojiali davr tugagach, urushdan keyingi voqelik yangi shartlarni talab qiladi, bunda inson nimaga ishonish, nima uchun kurashish va nima uchun yashashni o‘zi hal qilish huquqiga ega degan goya paydo bo‘ldi. Ekzistensial falsafa bu his-tuyg‘ularni takrorladi va rivojlanishning yangi bosqichiga chiqdi.

Shu bilan birga, tadqiqotchilar odamlar tipiklashtirilgan va “sxemalar”ga aylangan psixologik yondashuvlarni tanqid qila boshladilar. Jamiyatda inson xulq-atvor reaksiyalari va harakatlari majmuasidan ko‘ra murakkabroq ekanligi haqida yetuk tushuncha mavjud. Ekzistensial psixologiyani asosiy tamoyillaridan biri shunday tug‘ildi: har bir inson o‘ziga xos shaxsga ega, lekin uni faqat boshqalar bilan munosabatlar orqali bilish mumkin. Zamonaviy yekzistensial psixiatr, Stenford universiteti psixiatriya professori va popular sciencye muallifi Irvin Yalom hayotda to‘rtta “yuqori muammo” bor deb hisoblaydi:

O‘lim va uning muqarrarligi hissi; erkinlik (o‘z tanlovi uchun javobgarlikni anglash va ularning hayotga ta’siri — “men o‘z taqdirimni quraman”); ekzistensial izolyatsiya (“biz yolg‘iz tug‘ilamiz va o‘lamiz” iborasi bilan ifodalanadigan tuyg‘u. Bu o‘zining noyob tajribasini anglash bilan bog‘liq, boshqalar buni hech qachon to‘liq tushuna olmaydi); hayotning ma’nosizligi (“nega men harakat qilishim, o‘rganishim va rivojlanishim, sevgi va do‘stlikni izlashim kerak, agar baribir o‘limamanku”).

Ekzistensial psixologiya ushbu to‘rt voqelikka duch kelganda paydo bo‘ladigan tashvishga qaratilgan. Psixologning vazifasi qaror qabul qilish, o‘z

taqdirini o'zi belgilash va ma'no izlash uchun shaxsiy javobgarlikni shakllantirishga yordam berishdir. Siz murosa qilishdan boshlashingiz mumkin. Ha, men o'laman, lekin bu shu paytgacha hayot yorqin va baxtli bo'lolmaydi degani yemas. Ha, ertaga, bir yil yoki o'n yil ichida nima bo'lishini bilmayman, lekin bugun nima qilishni va hozir qanday qarorlar qabul qilishni tanlayman.

Ha, har kim o'z-o'zidan, lekin bu ittifoq va boshqalar bilan munosabatlar qiymat, zavq va baxt keltirmaydi degani emas. Bizning noyob tajribalarimiz boshqalar bilan aloqalar orqali ochiladi va o'rganiladi. Ha, hayotda yagona haqiqiy ma'no yo'q, lekin bu har bir kun o'z ma'nosi va qiymati bilan to'ldirilmagan degani emas. Mening hayotimning ma'nosi men kabi noyobdir va boshqalarning ma'nolaridan farq qilishi mumkin. Hayotda individual ma'noga ega bo'lish aqliy farovonlikning muhim tarkibiy qismidir. Agar ma'no bo'lsa, biz o'zimizni ishonchli va butun his qilamiz.

22.4. Ekzistensial maslahat

E. Ekzistensial psixologiyada bir necha yo'nalishlar mavjud:

Ekzistensial tahlil; Dasein tahlili (shuningdek, mavjudlik tahlili, dasein tahlili sifatida ham tanilgan);

Ekzistensial maslahat; logoterapiya. Logoterapiya ilmiy jamoatchilikda katta e'tirofga yerishdi. U psixiatr va psixolog Viktor Frankl tomonidan yaratilgan. Logoterapiya o'z mavjudligining maqsadini topishga va o'ziga va boshqalarga nisbatan mas'uliyatni o'z zimmasiga olishga yordam beradi. Ikkinchi Jahon urushi konslagerlaridan o'tib, Frankl azob-uqubatlarni yutuqqa aylantirish mumkin deb qaror qildi: hatto vaziyatni o'zgartira olmasak va g'ayriinsoniy sharoitlarga, hayotning cheksizligi yoki ma'nosizligiga chidashimiz kerak bo'lsa ham, biz hali ham o'sish yo'lini tanlashga va o'zimizni o'zgartirishga qodirmiz.

2010 yilda Xitoyda ekzistensial psixologiya bo'yicha birinchi xalqaro konferensiya bo'lib o'tdi. Ushbu tadbirda G'arb va Sharq ekspertlari uchta muhim fikrga kelishib oldilar:

Ekzistensializmning ildizi falsafa va dinda ekanligini tan oldi; ular do'stona muloqot misolida shaxsiyat ekzistensial psixologiyaning asosiy qadriyati ekanligini va turli madaniy ildizlar va dunyoqarashdagi mumkin bo'lgan farqlar

odamlarning do'stligi va manfaatlari zonasini belgilamasligini tasdiqladilar; Ekzistensial terapiya seanslari qanday ishlaydi? Ekzistensial terapiya seanslari bir nechta qoidalarga amal qiladi.

Oxirgi 50-60 daqiqa. Ayrim mutaxassislar moslashuvchan vaqtga rioya qilishadi, ammo aniq chegaralar (shu jumladan sessiyaning o'ziga xos davomiyligi) ekzistensial psixoterapiyaning asoslaridan biridir.

Terapevtik munosabatlarga asoslangan yondashuv. Ushbu yondashuvning asosiy vositasi va yo'nalishi uchrashuv ichida yaratilgan joydir. Ekzistensial terapiyada psixolog va mijoz o'rtasidagi aloqa ishonchli, hukm qilmaydigan, qo'llab-quvvatlovchi, mutaxassisning terapevtik pozitsiyasini, axloqi va farazlarini aniq tushunishi ayniqsa muhimdir.

Ekzistensial psixoterapiya o'sishning tezlashtirilgan jarayoni degan fikr bor. Yaxshi ota-ona bolaning hayotini kuzatadi, qo'llab-quvvatlaydi. Terapevt o'z mijozlari uchun shunday "ideal kattalar"ga aylanadi, chunki u hayotga guvoh bo'ladi (kuzatadi) va yordam so'ragan odamni qo'llab-quvvatlaydi. Inson o'zi haqida boshqalar orqali bilib oladi va bunday terapiya muhitida o'sadi va bolaligi eslaydi va katta bo'lishni o'rganadi.

Moslashuvchan dialog shaklida o'tkaziladi. Uchrashuvlar hozirda mijozga tegishli bo'lgan narsalarni muhokama qiladi. Agar biror inson keyingi yig'ilishda boshqa so'rov yoki shart bilan kirsam, sessiya mavzusi o'zgaradi.

Ekzistensial terapiyaning o'ziga xos xususiyati shablon va ko'rsatmalarning yo'qligi. Har bir inson noyobdir va hamma bilan ishlash uchun yagona skript yo'q. Ekzistensial psixolog qanday so'rovlar bilan ishlaydi? Ekzistensial psixoterapiya insonning har qanday holatini qabul qiladi va u bilan kurashishda yordam beradi: tashvish; Apatiya va umidsizlik; Begonalashtirish; Uyat va ayb; G'azab va nafrat ; depressiv holatlar; Maqsadsizlik hissi.

Agar siz mavjudlikning ma'nosi va ma'nosizligi (ish, munosabatlar) haqida o'ylasangiz, hayotning har qanday bosqichlarining cheksizligi haqida qayg'ursangiz, yaqinlaringiz orasida yolg'izlikni his qilsangiz va hayotingizni erkin boshqarishni o'rganmoqchi bo'lsangiz, ekzistensial terapiya siz uchun. Kechiktirilgan hayot sindromi: bu nima va undan qanday qutulish mumkin.

Ekzistensial usullar stress buzilishi va psixologik travma bilan yordam beradi degan fikr ham mavjud. Shokka tushadigan voqealar ko‘pincha bizni nima bo‘layotganini qayta ko‘rib chiqishga va erkinlik, hayotning mazmuni va uning chekliligi kabi asosiy qadriyatlar haqida o‘ylashga majbur qiladi. O‘lim haqidagi fikrlar, mening dunyodagi ahamiyatim va “Hayot mening harakatlarimga arziydimi, nega rivojlanishim kerak, nega o‘lishim kerak?” Ehtimol, ular barchani ziyorat qilishdi.

Nazorat uchun savollar:

1. Ekzistensial terapiyaning o‘ziga xos xususiyati haqida so‘zlab bering?
2. Ekzistensial hissiyotlarni tushunish?
3. Ekzistensial psixologiyani gumanistik tendensiyalari?
4. Umvelt tushunchasiga ta’rif bering?
5. Terapevtik munosabatlarga asoslangan yondashuv haqida so‘zlab bering?
6. Ekzistensial usullar qaysilar?

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. G‘oziyev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.
2. Yugay A.X., Mirashirova N.A. “Общая психология” - Tashkent 2014.
3. Drujinina V. “Psixologiya “. Uchebnik. “Piter”, 2003.
4. Tuychiyeva. S.M. Umumiy psixologiya O‘Quv Qo‘llanma.Toshkent 2023.
5. Psychology David G. Mers Hope College Holland, Michigan
6. Mangal: S.K. “General Psychology” 2013y.
7. G‘oziyev E.G. Muomala psixologiyasi. T-2001.
8. Ekzistensialnaya psixologiya. Ekzistensiya / Per. s angl. M. Zanadvorova, Yu. Ovchinnikovoy. — M.: Aprel Press : EKSMO-Press, 2001. — 624 s. — (Seriya «Psixologicheskaya kolleksiya»). — ISBN 5-04-088227-0.
9. Shumskiy V. B. Ekzistensialnaya psixologiya i psixoterapiya: teoriya, metodologiya, praktika : ucheb. posobiye. — M.: Izd. dom «Vysshaya shkola ekonomiki», 2010. — 182 s. — ISBN 978-5-7598-0794-0.
10. Sapogova Ye. Ye. Ekzistensialnaya psixologiya vzroslosti. — M.: Smysl, 2013. — 768 s. — ISBN 978-5-89357-321-3.
11. Kazansev V. V. Ekzistensializm: Poisk syeli v jizni v epoxu peremen — <https://kazancyev.com.ua/lifetarget>
12. Psixologiya i pedagogika. Pod.red. A.A.Radugina. Moskva 2003.
13. «Pedagogika» V.A.Slastenin, I.F.Isayev, A.I.Mixenko, Yugay A.X., Mirashirova N.A. “Общая психология” - Tashkent 2014.
14. Psychology David G. Mers Hope College Holland, Michigan . 384 p
15. S.K.Mangal: “General Psychology” 2013y
16. “Psixologiya” Uch.T-2. “Prospekt”. Moskva - 2004.
17. Psychology David G. Mers Hope College Holland, Michigan
18. Safayev N.S., Mirashirova N.A., Odilova N.G. “Umumiy psixologiya nazariyasi va amaliyoti“ TDPU, 2013 y.
19. Dusmuxamedova Sh.A, Tillashayxova X.A, Baykunosova G.Yu, Ziyavitdinova G.Z. Umumiy psixologiya (yosh davrlari pedagogik psixologiya. Darslik. 2021 y.

TESTLAR

1. Psixologiya fani nimani o'rganadi?

- *A) Psixik faktlar va uning mexanizmlari, qonuniyatlari haqidagi fan
- B) Idrok qilish shakllarini
- C) Ruhiy jarayonlar bilish faoliyatlari, individual psixologik xususiyatlarni
- D) Inson shaxsi uning psixologik xususiyatlarini

2. Nerv hujayrasi va uning o'simtalari ularni qoplovchi pardalar deb ataladi?

- *A) Meyilin
- B) Akson
- C) Dendrite
- D) Neyron

3. Jon o'z mohiyatiga ko'ra olovsimon atomdan iboratligini ilgari surgan olim?

- *A) Demokrit
- B) Geraklit
- C) Aflotun
- D) Fales

4. tirik organizmlarning biologik ahamiyatga ega bo'lgan ta'sirlarga javob qaytarish qobiliyatidir.

- *A) Seskanuvchanlik
- B) Sezuvchanlik
- C) Tropizm
- D) Sensor bosqich

5. Bahor kelishi bilan hashoratlarning jonlanib harakatga kelishi qaysi tropizm turiga misol bo'la oladi?

- *A) Termotropizm
- B) Fototropizm
- C) Topotropizm
- D) Geleotropizm

6. psixika yashash sharoiti bilan belgilanadi va sharoit o‘zgarishi bilan o‘zgaradi.

- *A) Determinizm tamoyili
- B) Ong va faoliyat birligi tamoyili
- C) Ongni faoliyatda rivojlanishi tamoyili
- D) Ong va psixika tamoyili

7. ong va faoliyat bir-biriga qarama-qarshi ham aynan bir narsa emas ular bir butunlikni tashkil etadi.

- *A) Ong va faoliyat birligi tamoyili
- B) Anglash va ong tamoyili
- C) Determinizm tamoyili
- D) Psixika va rivojlanish tamoyili

8. “Metodning qo‘lida tadqiqot taqdiri yotadi” mazkur fikr muallifi qaysi qatorda to‘g‘ri ko‘rsatilgan?

- *A) I.P.Pavlov
- B) I.M.Sechenov
- C) V.Vundt
- D) E.Ebbingauz

9. “Metod bu bilish, anglash yo‘li bo‘lib, bu usul orqali fanning predmeti aniqlanadi, o‘rganiladi” mazkur fikr muallifi qaysi qatorda to‘g‘ri ko‘rsatilgan?

- *A) S.L.Rubinshteyn
- B) I.M.Sechenov
- C) V.Vundt
- D) I.P.Pavlov

10. Qaysi qatorda faoliyat tushunchasiga to‘liq ta’rif berilgan?

- *A) Anglangan maqsad bilan boshqariladigan ichki (psixik) va tashqi (jismoniy) harakatlar yig‘indisiga aytiladi
- B) bajarilish ehtiyojga aylangan harakat yoki xulq-atvorning tarkibiy qismi o‘z-o‘zini bilishga, uni qayta qurishga yo‘naltirilgan faolligidir.

C) mashq qilish natijasida turli malakalarning shakllanish jarayoni o‘z-o‘zini bilishga, uni qayta qurishga yo‘naltirilgan faolligidir

D) har bir tirik organizmni o‘z ehtiyojlarini qondirish uchun qiladigan faolligi o‘z-o‘zini bilishga, uni qayta qurishga yo‘naltirilgan faolligidir.

11. Faoliyatning psixologik nazariyasini ishlab chiqqan olim qaysi qatorda ko‘rsatilgan?

*A) A.N.Leontev

B) N.A.Bernshteyn

C) A.K.Anoxin

D) I.M.Sechenov

12. Qaysi qatorda ko‘nikma tushunchasiga to‘liq ta’rif berilgan?

*A) Biror faoliyatni amalga oshirish uchun mavjud bilimlardan va malakalardan foydalana olish usullariga aytiladi

B) mashq qilish jarayonida ish harakatlar bajarilishining avtomatlashgan mashq qilish natijasida turli malakalarning shakllanish jarayoni

C) o‘z-o‘zini bilishga, uni qayta qurishga yo‘naltirilgan faolligidir.

D) Mehnat faoliyatining psixologik asoslari, shaxsning kasbiy xususiyatlari, kasb tanlash va kasbga yo‘llash muammolari, mehnat jamoasidagi munosabatlarini o‘rganadi

13. Qaysi qatorda Malaka tushunchasiga to‘liq ta’rif berilgan?

*A) Mashq qilish jarayonida ish harakatlar bajarilishining avtomatlashgan usullariga aytiladi

B) Biror faoliyatni amalga oshirish uchun mavjud bilimlardan va malakalardan foydalana olish usullariga aytiladi.

C) mashq qilish natijasida turli malakalarning shakllanish jarayoni o‘z-o‘zini bilishga, uni qayta qurishga yo‘naltirilgan faolligidir.

D) Mehnat faoliyatining psixologik asoslari, shaxsning kasbiy xususiyatlari, mehnat jamoasidagi munosabatlarini o‘rganadi

14. Qaysi qatorda empatiya tushunchasiga to‘liq ta’rif berilgan

*A) Boshqa odamlarning psixik holatlarini tushunish va ularga hamdardlik qilish qobiliyati

- B) O'ziga yo'llangan xabarni qabul qilib oluvchi kishi.
- C) muloqot jarayonida ma'lum til normalariga asoslangan holda ma'noli nutqni ifoda etish
- D) o'qituvchining o'quvchi bilan muloqotda bo'lishi

15. Qaysi qatorda identifikasiya tushunchasiga to'liq ta'rif berilgan

- *A) shaxsning o'zini o'zga odam bilan emotsional va boshqa tomondan tenglashtirishi
- B) nutq faoliyatining ovoz chiqarmasdan ifoda etiladigan alohida turi.
- C) ikki yoki undan ortiq odamlarning o'zaro bir - biriga ta'sir etishi.
- D) muloqot jarayonida ma'lum til normalariga asoslangan holda ma'noli nutqni ifoda etish.

16. Qaysi qatorda muloqot tushunchasiga to'liq ta'rif berilgan

- *A) Ikki yoki undan ortiq odamlarning o'zaro bir - biriga ta'sir etishi
- B) shaxsning o'zini o'zga odam bilan emotsional va boshqa tomondan tenglashtirishi
- C) o'qituvchining o'quvchi bilan muloqotda bo'lishi.
- D) muloqot jarayonida ma'lum til normalariga asoslangan holda ma'noli nutqni ifoda etish.

17. Qaysi qatorda afaziya nutq buzilishi tushunchasiga to'liq ta'rif berilgan

- *A) Nutqning to'liq yoki qisman yo'qolish, u odatda bosh miyaning lokal jarohatlanishi natijasida yuzaga keladi
- B) Nutq apparati innervatsiyasining organik buzilishi sababli nutqning talaffuz tomonidan buzilishdir
- C) Yozuv jarayonining qisman o'ziga xos ravishda buzilishidir
- D) Qon- tomir kasalliklar va miyada qon aylanishning buzilishi

18. Qaysi qatorda shaxs tushunchasiga to'liq ta'rif berilgan

- *A) Mehnat tufayli hayvonot olamidan ajralib chiqqan va jamiyatda rivojlanuvchi, til yordamida boshqa kishilar bilan muloqotga kirishuvchi odam shaxsga aylanadi
- B) Har qaysi inson betaror o'ziga xos xususiyatlarga ega shaxsning xos qirralarining mujassamlashuvi individuallikni vujudga keltiradi.

C) Sut emizuvchilar sinfiga daxldor, biologik jonzod ekanligi odamning xos xususiyatidir. Tik yurishlik, qullarning mehnat faoliyatiga moslashganligi, yuksak taraqqiy etgan miya egaligi, sut emuvchilar tasnifiga kirishi uning o'ziga xos tomonlarini aks etiradi.

D) individnng guruh fikrlariga tegishli tomondangina qo'shilib, ichki tomondan esa qo'shilmay o'z fikrida qolishi, guruhga ongli ravishda moslashishi.

19. Qaysi qatorda odam tushunchasiga to'liq ta'rif berilgan

*A) Sut emizuvchilar sinfiga daxldor, biologik jonzod ekanligi odamning xos xususiyatidir. Tik yurishlik, qullarning mehnat faoliyatiga moslashganligi, yuksak taraqqiy etgan miya egaligi, sut emuvchilar tasnifiga kirishi uning o'ziga xos tomonlarini aks etiradi

B) Har qaysi inson betaror o'ziga xos xususiyatlarga ega Shaxsning xos qirralarining mujassamlashuvi individuallikni vujudga keltiradi

C) .Mehnat tufayli hayvonot olamidan ajralib chiqqan va jamiyatda rivojlanuvchi, til yordamida bilan, boshqa kishilar bilan muloqotga kirishuvchi odam shaxsga aylanadi.

D) shaxsning o'zi uchun qimmatli va yoqimli bo'lgan muayyan narsa yoki hodisalarga munosabati, keng va tor, chuqur va yuzaki barqaror bo'lishi mumkin.

20. Qaysi qatorda individuallik tushunchasiga to'liq ta'rif berilgan

*A) Har qaysi inson betaror o'ziga xos xususiyatlarga ega Shaxsning xos qirralarining mujassamlashuvi individuallikni vujudga keltiradi

B) Mehnat tufayli hayvonot olamidan ajralib chiqqan va jamiyatda rivojlanuvchi, til yordamida bilan, boshqa kishilar bilan muloqotga kirishuvchi odam shaxsga aylanadi.

C) Sut emizuvchilar sinfiga daxldor, biologik jonzod ekanligi odamning xos xususiyatidir. Tik yurishlik, qullarning mehnat faoliyatiga moslashganligi, yuksak taraqqiy etgan miya egaligi, sut emuvchilar tasnifiga kirishi uning o'ziga xos tomonlarini aks etiradi

D) kishining maqsadga erishish yo'lida uchraydigan, obyektiv ravishda yengib bo'lmaydigan yoki subyektiv ravishda shunday tuyuladigan qiyinchiliklar tufayli paydo bo'ladigan psixik holati.

21. Qaysi qatorda frustratsiya tushunchasiga to'liq ta'rif berilgan

- *A) kishining maqsadga erishish yo'lida uchraydigan, obyektiv ravishda yengib bo'lmaydigan yoki subyektiv ravishda shunday tuyuladigan qiyinchiliklar tufayli paydo bo'ladigan psixik holati
- B) Qabul etish - odamning o'zi to'grisida nisbatan barqaror, aniqlangan, o'z kechinmalarida ifodalanadigan taassurotlar tizimi.
- C) Individdnng guruh fikrlariga tegishli tomondangina qo'shilib, ichki tomondan esa qo'shilmay o'z fikrida qolishi, guruhga ongli ravishda moslashishi.
- D) biror narsaning namunasi, ayrim odam, guruh va sinf xatti - harakatlari va intilishini belgilovchi oliy maqsad.

22. Qaysi qatorda qiziqish tushunchasiga to'liq ta'rif berilgan

- *A) shaxsning o'zi uchun qimmatli va yoqimli bo'lgan muayyan narsa yoki hodisalarga munosabati, keng va tor, chuqur va yuzaki barqaror bo'lishi mumkin
- B) odam va hayvon faolligining asosiy manbai, aniq sharoitlar bilan bog'liq zaruriyatning ichki holati.
- C) individdnng guruh fikrlariga tegishli tomondangina qo'shilib, ichki tomondan esa qo'shilmay o'z fikrida qolishi, guruhga ongli ravishda moslashishi.
- D) kishining maqsadga erishish yo'lida uchraydigan, obyektiv ravishda yengib bo'lmaydigan yoki subyektiv ravishda shunday tuyuladigan qiyinchiliklar tufayli paydo bo'ladigan psixik holati.

23. Qaysi qatorda diqqat tushunchasiga to'g'ri tarif berilgan?

- *A) Ongimizning muayyan obyektga yo'naltirilishi va unda to'planishidan iborat psixik holat
- B) Insonning amaliy faoliyatiga kiritilgan bo'lib, ularning muvaffaqiyatini taminlaydi
- C) Ma'lum obyektga uzoq vaqt davomida mutassil qaratilishi
- D) Bir vaqtda bir necha obyektga yoki faoliyatga taqsimlanishi

24. Dominanta tushunchasini fanga kiritgan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- *A) A.A.Uxtomiskiy
- B) I.P.Pavlov
- C) I.M.Sechenov

D) A.R.Luriya

25. I.P.Pavlovning takidlashicha diqqatning nerv fiziologik asosini nima tashkil qiladi?

*A) Bu nima refleksi

B) Shartli reflekslar

C) Shartsiz reflekslar

D) Nerv jarayonlarining induksiyasi

26. Ixtiyorsiz diqqatning nerv fiziologik asosini nima tashkil qiladi?

*A) Ixtiyorsiz diqqatning nerv-fiziologik asosini orientirovka yoki bu nima? refleksi tashkil qiladi

B) Ixtiyorsiz diqqatning nerv-fiziologik asosini tekshirish refleksi tashkil qiladi.

C) Ixtiyorsiz diqqatning nerv-fiziologik asosini ixtiyorsiz yoki orientirovka refleksi tashkil qiladi.

D) Ixtiyorsiz diqqatning nerv-fiziologik asosini ixtiyoriy yoki orientirovka refleksi tashkil qiladi.

27. Ixtiyoriy diqqatning nerv fiziologik asosini nima tashkil qiladi?

*A) Ixtiyoriy diqqatning nerv fiziologik asosida miya yarim sharlarining po'stida vujudga keladigan optimal qo'zg'alish manbai bilan ikkinchi signallar sistemasining faoliyati yotadi

B) Ixtiyorsiz diqqatning nerv-fiziologik asosini ixtiyoriy yoki orientirovka refleksi tashkil qiladi

C) Ixtiyorsiz diqqatning nerv-fiziologik asosini orientirovka yoki bu nima? refleksi tashkil qiladi.

D) Ongimizning muayyan obyektga yo'naltirilishi va unda to'planishidan iborat psixik holat

28. Ixtiyoriy diqqatning yuzaga kelishida qaysi jarayon muhim rol o'ynaydi?

*A) Nutq

B) Sezgi

C) Xotira

D) Tafakkur

29. Qaysi qatorda diqqatning barkarorligi tushunchasiga to'liq ta'rif berilgan

- *A) Diqqatning ma'lum obyektga uzoq vaqt davomida mutassil qaratilish imkoniyati
- B) bir vaqtning o'zida diqqatning bir qancha obyektga qaratilishi imkoniyati
- C) diqqatning bir vaqtda bir necha obyektga yoki faoliyatga taqsimlanish xususiyati
- D) diqqatni ixtiyoriy ravishda bir obyektidan ikkinchi obyektga ko'chirish.

30. Qaysi qatorda diqqatning taqsimlanishi tushunchasiga to'liq ta'rif berilgan

- *A) diqqatning bir vaqtda bir necha obyektga yoki faoliyatga taqsimlanish xususiyati
- B) Insonning amaliy faoliyatiga kiritilgan bo'lib, ularning muvaffaqiyatini taminlaydi
- C) diqqatni ixtiyoriy ravishda bir obyektidan ikkinchi obyektga ko'chirish.
- D) markaziy nerv tizimining vaqtincha hukmron qismi bo'lib, boshqa qismlar faoliyatini tormozlaydi.

31. Qaysi qatorda diqqatning ko'chishi tushunchasiga to'liq ta'rif berilgan

- *A) diqqatni ixtiyoriy ravishda bir obyektidan ikkinchi obyektga ko'chirish
- B) Insonning amaliy faoliyatiga kiritilgan bo'lib, ularning muvaffaqiyatini taminlaydi
- C) shartsiz refleksning bir turi, u har qanday yangi qo'zg'ovchi ta'siriga birinchi bo'lib javob beradi.
- D) markaziy nerv tizimining vaqtincha hukmron qismi bo'lib, boshqa qismlar faoliyatini tormozlaydi.

32. Qaysi qatorda diqqatning dominantligi tushunchasiga to'liq ta'rif berilgan

- *A) markaziy nerv tizimining vaqtincha hukmron qismi bo'lib, boshqa qismlar faoliyatini tormozlaydi
- B) Insonning amaliy faoliyatiga kiritilgan bo'lib, ularning muvaffaqiyatini taminlaydi
- C) shartsiz refleksning bir turi, u har qanday yangi qo'zg'ovchi ta'siriga birinchi bo'lib javob beradi.

D) diqqatni ixtiyoriy ravishda bir obyektidan ikkinchi obyektga ko'chirish.

33. Insonning barcha sezgilari qaysi sifatlarga qarab klassifikatsiya qilinadi?

*A) ekstroseptiv, introseptiv, propioseptiv

B) interaktiv, kommunikativ

C) interoseptiv, perseptiv

D) ekstroseptiv, kommunikativ

34. Sezgilari necha qismi bo'lib klassifikatsiya qilinadi?

*A) ekstrotseptiv, introseptiv, propriotseptiv

B) interaktiv, kommunikativ

C) interotseptiv, perseptiv

D) ekstrotseptiv, kommunikativ

35. Interotseptiv sezilar bu ...

*A) ichki a'zolarga joylashgan retseptorlar sezgilar

B) idrok va sezgining birligi

C) kinetik sezgilar

D) vestibulyar apparat

36. Ekstrotseptiv sezilar bu...

*A) Tananing sirtqi a'zolarga joylashgan retseptorlar sezgilar

B) Muskullar va bog'lovchi paylarda joylashgan retseptorlar sezgilar

C) kinetik sezgilar

D) vestibulyar apparat

++++

37. Propriotseptiv sezilar bu...

*A) Muskullar va bog'lovchi paylarda joylashgan retseptorlar sezgilar

B) idrok va sezgining birligi

C) Tananing sirtqi a'zolarga joylashgan retseptorlar sezgilar

D) ichki a'zolarga joylashgan retseptorlar sezgilar

38. Sensibilizatsiya bu.....

*A) Analizatorlarning o'zaro munosabati va mashq qilish natijasida sezgirlikning kuchayishini

B) ichki a'zolarga joylashgan retseptorlar sezgilar

C) markaziy nerv tizimining vaqtincha hukmron qismi bo'lib, boshqa qismlar faoliyatini tormozlaydi.

D) idrok va sezgining birligi

39. Sezgi a'zolariga ta'sir etib turgan narsa va hodisalarni bir butunligicha ongda aks ettirilishi nima deb ataladi?

*A) idrok

B) Sezgi

C) Xotira

D) Xayol

40. Sezgi a'zolariga ta'sir qiladigan narsaning xususiyati va belgilari xaqida umumlashtirilgan bilimlar vujudga kelishi nima deb ataladi?

*A) Idrokning yaxlitligi

B) Idrokning murakkabligi

C) Idrokning konstantligi

D) Sezgi

41. Narsalarning shakliga, o'lchamiga, tusiga va boshqalarga ko'ra nisbatan o'zgarmaydigan tarzda idrok etilishi nima deyiladi?

*A) Idrokning konstantligi

B) Idrokning yaxlitligi

C) Idrokning predmetliligi

D) Idrokning murakkabligi

42. Sezgi a'zolarimizga bevosita ta'sir etib turgan narsa va hodisalarni noto'g'ri yoki buzib idrok qilishi nima deyiladi?

*A) Illyuziya

B) Sezgi

C) Xayol

D) Iroda

43. Jon to'g'risidagi" asar kimga tegishli?

*A) Arastu

B) Aflotun

C) Geraklit

D) Demokrit

44. “Bosh miya reflekslari” asarining muallifi kim?

*A) I.M.Sechenov

B) A.A.Uxtomskiy

C) I.P.Pavlov

D) I.E.Vvedenskiy

45. Umumiy psixologiya fani to‘g‘risida qaysi qatorda to‘g‘ri javob keltirilgan?

*A) Psixik faoliyat va uning qonuniyatlari haqidagi fan

B) ruhiy holatini o‘rganadigan fan

C) psixik xususiyatlarini o‘rganadigan fan

D) psixik jarayonlarini o‘rganadigan fan

46. Psixologiyaning asosiy o‘rganadigan ob’ekti nima?

*A) Psixik hodisalar

B) Psixik holatlar

C) Psixik xususiyatlar Psixik jarayonlar

D) Psixik jarayonlar

47. Yuksak darajada taraqqiy etgan materiyaning maxsuli nima?

*A) Psixika

B) Rivojlanish

C) Ustanovka

D) Akseleratsiya

48. Jon to‘g‘risidagi” asar kimga tegishli?

*A) Arastu

B) Aflotun

C) Geraklit

D) Demokrit

49. Agglyutinasiya jarayonga qaysi qatorda to‘g‘ri javob keltirilgan?

*A) mavjud obraz va tasavvur qismlarini bir - biriga "yopishtirib" ho‘shish asosida yangi obrazlarni yaratishdan iborat xayol faoliyati

B) kattalashtirish bilan bog‘liq xayol faoliyatining bir usuli.

C) shaxsning o'zi uchun yoqimli bo'lgan istiqbol obrazlarni ongida yaratishdan iborat xayol turi. Orzu shaxsning ehtiyojlari, istak va intilishlari bilan bevosita bog'liq.

D) sezgi a'zolariga qachonlardir ta'sir etgan narsa va xodisalarning yaqqol hissiy obrazi.

50. Giperbolizasiya jarayonga qaysi qatorda to'g'ri javob keltirilgan?

*A) kattalashtirish bilan bog'liq xayol faoliyatining bir usuli

B) sezgi a'zolariga qachonlardir ta'sir etgan narsa va xodisalarning yaqqol hissiy obrazi. mavjud tasavvurlar asosida yangi obrazlarni yaratishdan iborat psixik aks ettirish jarayonlaridan biri. U ixtiyorsiz va ixtiyoriy, ijodiy xayol turlariga ajratiladi.

C) mavjud obraz va tasavvur qismlarini bir - biriga "yopishtirib" ho'shish asosida yangi obrazlarni yaratishdan iborat xayol faoliyati.

D) mavjud tasavvurlar asosida yangi obrazlarni yaratishdan iborat psixik aks ettirish jarayonlaridan biri. U ixtiyorsiz va ixtiyoriy, ijodiy xayol turlariga ajratiladi

51. Odamlar xulqini o'rganish asosida xulq-atvor psixologiyasini qaysi oqim namoyondalari yaratdilar

*A) Bixeviorizm

B) Assotsiativ

C) Freydizm

D) Geshtalt psixologiya

52. Psixoanaliz nazariya oqim namoyandasi kim?

*A) Z.Freyd

B) G.Myuller

C) T.Shumen

D) D.Uotson

53. Bir xolatni uzoq vaqt va muntazam o'rganish metodi qaysi javobda ko'rsatilgan?

*A) Longityud metodi

B) Kompleks metodi

C) Empirik metodi

D) Qiyoslash metod

54. Qaysi qatorda faoliyatning turlari to‘g‘ri ko‘rsatilgan?

- *A) O‘yin, o‘qish, mehnat
- B) Malaka, ko‘nikma, iste’dod
- C) Mehnat, muloqot, malaka
- D) Iste’dod, mehnat, o‘qish

55. Mimika – nima?

- *A) Inson yuz harakatlarining bir qismi
- B) Insonning aktiyorlik qobiliyati
- C) Insonlarning jamoaviy harakati
- D) Insonning tana harakatlari

56. Pontomimika – nima?

- *A) Inson tanasi yoki uning qismlari yordamida ifodalanadigan harakatlar tizimi
- B) Katta kuchga ega bo‘lgan qisqa vaqtli his-tuyg‘ular
- C) Kuchli, chuqur, uzoq davom etadigan emotsional holat
- D) Maqsadga erishishda duch kelgan qiyinchiliklarni engishini ta’minlovchi psixik jarayon

57. Jestlar bu–

- *A) Insonning qo‘l harakatlari
- B) Insonning oyoq harakatlari
- C) Insonning tana harakatlari.
- D) Insonning mimikali harakatlari.

58. Individning o‘z tajribasini esda olib qolishi, esda saqlashi va keyinchalik uni yana esga tushurishi nima deb ataladi

- *A) Xotira
- B) Idrok
- C) Xayol
- D) Tafakkur

59. Inson faqat eshitgan ma’lumotining necha foizinigina esda saqlab qola oladi?

- *A) 10 foizini

- B) 30 foizini
- C) 45 foizini
- D) 65 foizini

60. Xis-tuyg‘uga xos xotira nima deb ataladi?

- *A) Emotsional xotira
- B) Ixtiyoriy xotira
- C) Ixtiyorsiz xotira
- D) Xarakat xotira

61. Tasavvurlarni, tabiat manzaralarini, tovushlarni, xidlarni, ta’mlarni esda olib qolishdan iborat xotira nima deb ataladi?

- *A) Obraz xotira
- B) Operativ xotira
- C) Emotsional xotira
- D) Ixtiyorsiz xotira

62. Turli xildagi xatti-xarakatlarni va ularning sistemasini esda olib qolish, esda saqlash va keyinchalik uni yana esga tushurishdan iborat xotira turi nima deb ataladi

- *A) Xarakat xotirasi
- B) Emotsional xotira
- C) Ixtiyorsiz xotira
- D) Ixtiyoriy xotira

63. Bizning o‘y-fikrlarimiz mazmunini nutq asosida mazmunini tashkil etadigan xotira turi nima deb ataladi?

- *A) So‘z-mantiq xotirasi
- B) Xarakat xotira
- C) Obraz xotira
- D) Emotsional xotira

64. Oldimizga biron maqsad qo‘yib esda olib qolinishi bilan bog‘liq xotira turi nima deb ataladi?

- *A) Ixtiyoriy xotira
- B) Emotsional xotira

C) Soʻz-mantiq xotirasi

D) Xarakat xotirasi

65. Idrok qilingan narsa va hodisalarni, ularning bogʻlanishi munosabatlarini favqulodda tez hamda aniq esda qoldirish va esga tushirishga qaratilgan nodir qobiliyat deyiladi

*A) Fenomenal xotira

B) Kasbiy xotira

C) Mantiqiy xotira

D) Obrazli xotira

66. Analiz, sintez, taqqoslash, abstraksiyalash, konkretlashtirish, klassifikatsiyalash, tizimlashtirish psixologiyada nima deb ataladi

*A) Tafakkur operatsiyalari

B) Tafakkur xususiyatlari

C) Tafakkur formalari

D) Tafakkur turlari

67. Narsa va xodisalarni belgi va xususiyatlari xaqida tasdiqlab yoki inkor qilib aytilgan fikr nima deb ataladi?

*A) Xukm

B) Xulosa

C) Tushunch

D) Klassifikatsiya

68. Narsa va xodisalarni umumiy va muhim belgilarini aks ettiruvchi fikr nima deb ataladi?

*A) Tushuncha

B) Sistemalashtirish

C) Konkretlashtirish

D) Xulosa

69. Forma vositasi bilan ikki yoki undan ortiq xukmlardan yangi xukum xosil qilish nima deb ataladi?

*A) Xulosa

B) Tushuncha

- C) Klassifikatsiya
- D) Sistemalashtirish

70. Inson tomonidan bevosita idrok qilinayotgan predmetlar emas, balki faqat tasavvur qilinayotgan narsa va xodisalar xaqida fikrlash nima deb ataladi?

- *A) Ko'rgazmali-obrazli tafakkur
- B) Ko'rgazmali-xarakat tafakkur
- C) Intiutivva analitik tafakkur
- D) Produktiv va reproduktiv tafak kur

71. Inson mexnatni boshlamasdan oldin uning natijasini tasavvur qilish jarayoni nima deb ataladi?

- *A) Xayol
- B) Diqqat
- C) Tafakkur
- D) Idrok

72. So'z asosida tasviriga muvofiq keladigan obrazlar sistemasini yaratuvchi xayol nima deb ataladi

- *A) Qayta tiklovchi
- B) Passiv xayol
- C) SHirin xayol
- D) Ijodiy xayol

73. Qayta tiklovchi xayoldan farq qilgan xolda, qimmatli oddiy maxsulotlarda amalga oshiriladigan yangi obrazlarning yaratilishi qaysi jarayonga bog'liq

- *A) Ijodiy xayol
- B) Qayta tiklovchi
- C) Passiv xayol
- D) SHirin xayol

74. Kishining oldiga qo'yilgan maqsadlarga erishishda qiyinchiliklarni engib o'tishga qaratilgan faoliyati va xulq-atvorini ongli ravishda tashkil qilishi nima deyiladi?

- *A) Iroda
- B) Sezgi

- C) Idrok
- D) Xissiyot

75. Kishining qiyinchiliklarni engishdan bosh tortishga intilishi nima deyiladi?

- *A) Yalqovlik
- B) Istak
- C) Xoxish
- D) Abuliya

76. Verbal nutq nima?

- *A) Og‘zaki nutq
- B) Yozma nutq
- C) Ichki nutq
- D) Nutqsiz kommunikatsiya

77. Noverbal nutq nima?

- *A) Nutqsiz kommunikatsiya
- B) Og‘zaki nutq
- C) Yozma nutq
- D) Ichki nutq

78. Ma’lum ijtimoiy faoliyat maqsadlari asosida to‘plangan, muloqot ehtiyojlari qondiriladigan insonlar uyushmasi nima deb ataladi?

- *A) Guruh
- B) Jamoa
- C) Shaxs
- D) Muloqot

79. Temperamentga kim tomonidan asos solingan?

- *A) Gippokrat
- B) Arastu
- C) Demokrit
- D) Fales

80. Temperament so‘zining lug‘aviy ma’nosi nimani anglatadi?

- *A) Aralashma

- B) Tamg'a
- C) Belgi
- D) Ishora

81. Xarakter so'zining lug'aviy ma'nosi nimani anglatadi?

- *A) Tamg'a
- B) Aralashma
- C) Ishora
- D) Bardosh

82. Imkoniyat, u yoki bu ishda mahoratning zarur darajasi nima deb ataladi?

- *A) Qobiliyat
- B) Xarakter
- C) Temperament
- D) Xissiyot

83. U aql idrokning shunday bo'lagiki, uni o'lchab, o'zgartirib, rivojlantirib bo'ladi, u aql so'zlaridan paydo bo'ladi, gap nima xaqida borayapti?

- *A) Intelekt
- B) Layoqat
- C) Iste'dod
- D) Iqtidor

84. Har tomonlama rivojlangan, nixoyatda kuchli va takrorlanmas qobiliyat nima deb ataladi?

- *A) Iste'dod
- B) Xarakter
- C) Temperament
- D) Xissiyot

85. Akseleratsiya suzining ma'nosi nima?

- *A) Tezlashuv
- B) Usuvchi
- C) Kamayuvchi
- D) Sezuvchi

86. Motivatsiya so'ziga qaysi qatorga to'g'ri ta'rif berilgan

- *A) Xulq-atvorni psixologik va fiziologik boshqarishning dinamik jarayoni bo‘lib, unga tashabbus, yo‘nalganlik, tashkilotchilik kiradi
- B) o‘z-o‘zini aktuallashtirish, o‘z qobiliyatlarini namoyon qilish o‘z shaxsini rivojlantirish ehtiyoji
- C) Bilim-ehtiyojlari ko‘p bilishga intilish, tushinish, tadqiq qilish tartibga intilishi kiradi
- D) qaror qabul qilish nazariyasida ta’kidlashiga inson ongi tafakkurga, iroda va hatti-harakat tanlash imkoniyatiga ega

87. Kreativlik qobiliyatiga to‘g‘ri ta’rif berilgan qatorni aniqlang

- *A) yaratish, yaratuvchi, ijodkor
- B) Qobiliyat iroda
- C) Xayol tafakkur
- D) Yaratish nutq

88. Temperamentning nechta turi mavjud

- *A) 4 ta turi mavjud
- B) 3 ta turi mavjud
- C) 5 ta turi mavjud
- D) 6 ta turi mavjud

89. Katta kuchga ega bo‘lgan qisqa vaqtli his-tuyg‘ular.....deyiladi

- *A) affekt
- B) Kayfiyat
- C) Layoqat
- D) Stress.

90. Sangvinik temperament tipiga mansub kishilarning nerv sistemasi qanday ahamiyatga ega

- *A) Kuchli, muvozanatli, epchil
- B) Kuchli, muvozanatsiz, epchil
- C) Kuchli, muvozanatli, sust
- D) Kuchli

91. Nutqning o‘ziga xos turlari

- *A) Tashki, ichki, og‘zaki, yozma

- B) Verbal, noverbal
- C) Ovozli ovozsiz
- D) Yozma og'zaki verbal

92. Hissiyotning tez va kuchli ko'zg'aluvchanligi, barkaror bo'lishi bilan fark kiladi.

- *A) xolerik temperament
- B) sangvinik temperament
- C) melanxolik temperament
- D) flegmatik temperament

93. Bu xil temperamentli odamlar nihoyat og'ir, yuvosh, bosik, harakatlari salmokli bo'ladi. Yuqorida keltirilgan psixologik xarakteristika qaysi temperament vakiliga tegishli

- *A) Flegmatik
- B) Sangvinik
- C) Xolerik
- D) Melanxolik

94. Kuchli, lekin muvozanatsiz, ya'ni ko'zg'alish tormozlanishdan ustun chikadigan, kizg'in, jo'shkin, tip. Bu -

- *A) Xolerik temperamentning asosini tashkil etadi
- B) Flegmatik temperamentning asosini tashkil etadi
- C) Sangvinik temperamentning asosini tashkil etadi
- D) Melanxolik temperamentning asosini tashkil etadi

95. Melanxolik temperamentning asosi

- *A) kuchsiz tip
- B) kuchli tip
- C) muvozanatsiz
- D) muvozanatli

96. Birinchi turkum sezgilariga nimalar kiradi ?

- *A) Ko'rish, eshitish, hid bilish, ta'm bilish, teri tuyush
- B) Nerv sistemasi, ko'rish,
- C) Ta'm bilish, harakat sezgilari.

D) Teri orqali sezish.

97. Psixologiyada narsa va hodisalardagi xossa belgi xususiyat alomatlarini topish va shu umumiylik asosida birlashtirish tushuniladi. Mazkur fikr qaysi fikrlash operatsiyasiga tegishli

*A) Umumlashtirish

B) Abstraktsiyalash

C) Klassifikatsiyalash

D) Konkretlashtirish

98. Geniallik so‘ziga qaysi qatorda to‘g‘ri ta’rif berilgan

*A) shaxsning eng yuksak darajadagi ijodiyoti bilan o‘zini namoyon qilish hodisasi

B) shaxsning ma’lum faoliyatida ifodalanadigan qobiliyatining yuqori darajasi

C) shaxsning ma’lum faoliyatidagi muvaffaqiyatlarini va osonlik bilan biron faoliyatni egallay olishini ta’minlaydigan individual psixologik xususiyatlar

D) kishining qobiliyatlari birligi. Bu shaxsning aqliy (intellektual) imkoniyatlari doirasi bilan faoliyatining o‘ziga xosligi darajasini belgilab beradi.

99. Har tomonlama rivojlangan, nihoyatda kuchli va takrorlanmas qobiliyat nima deb ataladi

*A) talant

B) iste’dod

C) Iroda

D) Muhabbat

100. Narsa va xodisalarni umumiy va muhim belgilarini aks ettiruvchi fikr nima deb ataladi?

*A) Tushuncha

B) Sistemalashtirish

C) Konkretlashtirish

D) Xulosa

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

20. G‘oziyev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.
21. Yugay A.X., Mirashirova N.A. “Общая психология” - Tashkent 2014.
22. Drujinina V. “Psixologiya “. Uchebnik. “Piter”, 2003.
23. Tuychiyeva. S.M. Umumiy psixologiya O‘Quv Qo‘llanma.Toshkent 2023.
24. Psychology David G. Mers Hope College Holland, Michigan
25. Mangal: S.K. “General Psychology” 2013y.
26. G‘oziyev E.G. Muomala psixologiyasi. T-2001.
27. Ekzistensialnaya psixologiya. Ekzistensiya / Per. s angl. M. Zanadvorova, Yu. Ovchinnikovoy. — M.: Aprel Press : EKSMO-Press, 2001. — 624 s. — (Seriya «Psixologicheskaya kolleksiya»). — ISBN 5-04-088227-0.
28. Shumskiy V. B. Ekzistensialnaya psixologiya i psixoterapiya: teoriya, metodologiya, praktika : ucheb. posobiye. — M.: Izd. dom «Vysshaya shkola ekonomiki», 2010. — 182 s. — ISBN 978-5-7598-0794-0.
29. Sapogova Ye. Ye. Ekzistensialnaya psixologiya vzroslosti. — M.: Smysl, 2013. — 768 s. — ISBN 978-5-89357-321-3.
30. Kazansev V. V. Ekzistensializm: Poisk syeli v jizni v epoxu peremen — <https://kazancyev.com.ua/lifetarget>
31. Psixologiya i pedagogika. Pod.red. A.A.Radugina. Moskva 2003.
32. «Pedagogika» V.A.Slastenin, I.F.Isayev, A.I.Mixenko, Yugay A.X., Mirashirova N.A. “Общая психология” - Tashkent 2014.
33. Psychology David G. Mers Hope College Holland, Michigan . 384 p
34. S.K.Mangal: “General Psychology” 2013y
35. “Psixologiya” Uch.T-2. “Prospekt”. Moskva - 2004.
36. Psychology David G. Mers Hope College Holland, Michigan
37. Safayev N.S., Mirashirova N.A., Odilova N.G. “Umumiy psixologiya nazariyasi va amaliyoti“ TDPU, 2013 y.
38. Dusmuxamedova Sh.A, Tillashayxova X.A, Baykunosova G.Yu, Ziyavitdinova G.Z. Umumiy psixologiya (yosh davrlari pedagogik psixologiya. Darslik. 2021 y.

MUNDARIJA

KIRISH.....	3
I BOB. PSIXOLOGIYA FANINING PREDMETI VA RIVOJLANISH TARIXI.....	5
1.1. Psixologiyaning fan sifatida rivojlanish tarixi.....	5
1.2. Psixologiyada aqliy taraqqiyot muammosi.....	10
1.3. Psixologiyaning predmeti va vazifalari.....	11
1.4. Psixologiyaning tarmoqlari.....	14
II BOB. UMUMIY PSIXOLOGIYA FANINING ILMIY - TADQIQOT METODLARI.....	17
2.1. Psixologiyaning tadqiqot metodlari.....	17
2.2. Faoliyat natijasini oʻrganish testlari.....	18
2.3. Psixologik soʻrovlar.....	19
2.4. Proyektiv testlar.....	20
III BOB. XULQ-ATVORNING PSIXOFIZIOLOGIK ASOSI.....	22
3.1. Xulq-atvor va asab tizimi.....	22
3.2. Ong psixikaning eng yuksak darajasi sifatda.....	24
3.3. Xulq-atvorning psixofiziologik asosi va psixologik xususiyatlari.....	26
3.4. Hayvonlarda instinktlarning namoyon boʻlishi.....	29
IV BOB. ONG TARAQQIYOTI VA ONGSIZLIK.....	32
4.1. Psixologiyada ong muamosining oʻrganilishi.....	32
4.2. Ongsizlik haqida tushuncha.....	35
4.3. Psixik jarayonlarning yuzaga kelishi.....	38
4.4. Ongli harakatlarning anglanmagan qoʻzgʻatuvchilari.....	43
V BOB. DIQQAT.....	47
5.1. Bilish jarayonlari va faoliyat.....	47
5.2. Diqqatning mohiyati.....	48
5.3. Diqqatning vazifalari.....	50
5.4. Diqqatning rivojlanishi.....	53
VI BOB. SEZGILAR.....	54

6.1. Sezgilarning nerv-fiziologik asoslari.....	54
6.2. Sezgilarning turlari va qonuniyatlar.....	55
6.3. Proprioceptorlar harakatning afferent asosi.....	58
6.4. Sezuvchanlik psixologik asosi.....	64
VII BOB. IDROK.....	67
7.1. Idrokning nerv-fiziologik asoslari.....	67
7.2. Idrokning turlari.....	69
7.3. Idrokda predmet va fon orasidagi bog‘liqliklar.....	76
7.4. Idrok qilish qonunlari.....	78
VIII BOB. XAYOL.....	82
8.1. Xayol haqida tushuncha.....	82
8.2. Xayol jarayonlari.....	84
8.3. Xayol va ijodkorlik.....	86
8.4. Xayolning individual xususiyatlari va rivojlanishi.....	88
IX BOB. XOTIRA VA UNING TURLARI.....	90
9.1. Xotira turlari.....	90
9.2. Xotira xususiyatlari va uning tabiiy xossalari.....	94
9.3. Xotira xossalari.....	99
9.4. Xotiraning birlamchi obrazlari.....	102
X BOB. NUTQ VA UNING TURLARI.....	110
10.1. Nutqning psixologik asoslari.....	110
10.2. Til muloqot vositasi sifatida.....	110
10.3. Kinetik nutq.....	111
10.4. Nutqning rivojlanish bosqichlari.....	112
XI BOB. TAFAKKUR.....	115
11.1. Tafakkur jarayonlari.....	115
11.2. Tafakkurning turlari.....	117
11.3. Tafakkur shakllari.....	119
11.4. Tafakkur operatsiyalari.....	119
XII BOB. SHAXS.....	121

12.1. Shaxs va uning mohiyati.....	121
12.2. Ijtimoiy normalar, sanksiyalar va shaxs.....	122
12.3. Ijtimoiy ta'sirlar va ularning anglanganligi.....	123
12.4. «Men» - obrazi va o'z-o'ziga baho.....	125
XIII BOB. SHAXSNIBG INDIVIDUAL PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI, TEMPERAMENT.....	133
13.1. Shaxsnibg individual psixologik xususiyatlari.....	133
13.2. Temperament hulq-atvorining dinamik va emosional xususiyatlari....	134
13.3. Temperamentning fiziologik asoslari.....	139
13.4. Temperament tiplari.....	141
XIV BOB. XARAKTER.....	143
14.1. Psixologiyada xarakter muammosining o'rganilishi.....	143
14.2. Xarakterning irodaviy qirralari.....	143
14.3. Fiziognomika va xiromantiya.....	145
14.4. Indivdning psixologik tavsifi.....	151
XV BOB. QOBILIYATLAR.....	152
15.1. Layoqat va qobiliyat.....	152
15.2. Qobiliyatlarning turlari.....	154
15.3. Musiqa qobiliyatlar.....	156
15.4. Talantning tuzilishi.....	158
XVI BOB. PSIXOLOGIYADA INTELLEKT VA KREATIVLIK MUMMOSINING O'RGANILISHI.....	161
16.1. Intellect va kreativlik haqida tushuncha.....	161
16.2. Kreativlik muammosi.....	161
16.3. Xoriji olimlar olib brogan ilmiy tatqiqotlar haqida.....	162
16.4. Intellect va irsiyat.....	167
XVII BOB. FAOLIYAT VA MOTIVATSIYA.....	169
17.1. Shaxs va uning faolligi.....	169
17.2. Faoliyat turlari.....	170
17.3. Ijtimoiy xulq motivlari.....	171

17.4. Motivlarning turlari.....	174
XVIII BOB. MULOQOT PSIXOLOGIYASI.....	176
18.1. Muloqot haqida tushuncha.....	176
18.2. Munosabatlar psixologiyasi.....	181
18.3. Shaxslararo munosabatlarning shaxs taraqqiyotidagi o‘rni.....	183
18.4. Muloqotning psixologik vositalari.....	184
XIX BOB. SHAXSNING HISSIY VA IRODAVIY SOHASI.....	187
19.1. Hissiy xolatlarning nerv-fiziologik asoslari.....	187
19.2. Yuksak ma’naviy hissiyotlar.....	188
19.3. Faollashtirish nazariyasi.....	189
19.4. Mimika va pantomimika.....	192
XX BOB. EMOSIANAL REAKSIYALARNING FIZIOLOGIK MEXANIZMLARI.....	194
20.1. Astenik emosiyalar.....	194
20.2. Stress va uning turlari.....	195
20.3. Psixologiyada frustratsiyaning o‘rganilishi.....	196
20.4. Irodaviy faoliyatning xususiyatlari.....	199
XXI BOB. MOTIVASIYANING TUZILISHI VA FUNKSIYALARI ASOSIY TURLARI VA RIVOJLANISH BOSQICHLARI.....	203
21.1. Motivatsiya va motivlarning nazariy muammolari.....	203
21.2. Bixeviorizm namoyondalarining qarashlari.....	204
21.3. Geshtaltpsixologiya mativatsiya masalasi.....	206
21.4. Motivlar.....	207
XXII BOB. SHAXS EKZISTENSIAL PSIXOLOGIYASI.....	209
22.1. Ekzistensial psixologiyaning gumanistik tendensiyalari.....	209
22.2. Inson tushunchasi.....	210
22.3. Ekzistensial hissiyotlarni tushunish.....	211
22.4. Ekzistensial maslahat.....	213
FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.....	216
TESTLAR.....	217

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА I. ПРЕДМЕТ И ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ НАУКИ И ПСИХОЛОГИИ.....	5
1.1. История развития психологии как предмета.....	5
1.2. Проблема психического развития в психологии.....	10
1.3. Предмет и задачи психологии.....	11
1.4. Отрасли психологии.....	14
ГЛАВА II. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ МЕТОДЫ НАУКИ ОБЩЕ Й ПСИХОЛОГИИ.....	17
2.1. Методы исследования психологии.....	17
2.2. Тесты по изучению результатов деятельности.....	18
2.3. Психологические запросы.....	19
2.4. Проективные тесты.....	20
ГЛАВА III. ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ ОСНОВА ПОВЕДЕНИЯ.....	22
3.1. Поведенческая и нервная система.....	22
3.2. Сознание как высший уровень психики.....	24
3.3. Психофизиологическая основа и психологические особенности поведения.....	26
3.4. Проявление инстинктов у животных.....	29
ГЛАВА IV. РАЗВИТИЕ СОЗНАНИЯ И БЕССОЗНАТЕЛЬНОСТИ. 32	32
4.1. Изучение проблемы сознания в психологии.....	32
4.2. Понятие о бессознательном.....	35
4.3. Возникновение психических процессов.....	38
4.4. Непонятные возбудители сознательных действий.....	43
ГЛАВА V. ВНИМАНИЕ.....	47
5.1. Познавательные процессы и деятельность.....	47
5.2. Сущность внимания.....	48
5.3. Задачи внимания.....	50

5.4. Развитие внимания.....	53
ГЛАВА VI. ОЩУЩЕНИЯ.....	54
6.1. Нервно-физиологические основы чувств.....	54
6.2. Виды ощущений и закономерности.....	55
6.3. Проприорецепторы афферентная основа движения.....	58
6.4. Психологическая основа чувствительности.....	64
ГЛАВА VII. ВОСПРИЯТИЕ.....	67
7.1. Нервно-физиологические основы восприятия.....	67
7.2. Виды восприятия.....	69
7.3. Взаимосвязь предмета и фона в восприятии.....	76
7.4. Законы восприятия.....	78
ГЛАВА VIII. ВООБРАЖЕНИЕ.....	82
8.1. Понятие о воображении.....	82
8.2. Фантазийные процессы.....	84
8.3. Воображение и творчество.....	86
8.4. Индивидуальные особенности и развитие воображения.....	88
ГЛАВА IX. ВИДЫ ПАМЯТИ.....	90
9.1. Виды памяти.....	90
9.2. Свойств памяти и его природные свойства.....	94
9.3. Свойства памяти.....	99
9.4. Первичные образы памяти.....	102
ГЛАВА X. РЕЧЬ И ЕЕ ВИДЫ.....	110
10.1. Психологические основы речи.....	110
10.2. Язык как средство общения.....	110
10.3. Кинетическая речь.....	111
10.4. Этапы развития речи.....	112
ГЛАВА XI. МЫШЛЕНИЕ.....	115
11.1. Процессы мышления.....	115
11.2. Виды мышления.....	117
11.3. Формы мышления.....	119

11.4. Операции мышления.....	119
ГЛАВА XII. ЛИЧНОСТЬ.....	121
12.1. Личность и его сущность.....	121
12.2. Социальные нормы, санкции и личность.....	122
12.3. Социальные впечатления и их осмысленность.....	123
12.4. «Я» - образ и самооценка.....	125
ГЛАВА XIII. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ. ТЕМПЕРАМЕНТ.....	133
13.1. Индивидуальные психологические особенности личности.....	133
13.2. Динамические и эмоциональные свойства темперамента.....	134
13.3. Физиологические основы темперамента.....	139
13.4. Типы темперамента.....	141
ГЛАВА XIV. ХАРАКТЕР.....	143
14.1. Изучение проблемы характера в психологии.....	143
14.2. Волевые стороны характера.....	143
14.3. Физиогномика и хиромантия.....	145
14.4. Психологическое описание личности.....	151
ГЛАВА XV. СПОСОБНОСТИ.....	152
15.1. Способность и талант.....	152
15.2. Виды способностей.....	154
15.3. Музыкальные способности.....	156
15.4. Структура таланта.....	158
ГЛАВА XVI. ИЗУЧЕНИЕ СИНТЕЗА ИНТЕЛЛЕКТА И КРЕАТИВ- НОСТИ В ПСИХОЛОГИИ.....	161
16.1. Понятие об интеллекте и креативности.....	161
16.2. Проблема креативности.....	161
16.3. О научных исследованиях, проведенных зарубежными учеными..	162
16.4. Интеллект и наследственность.....	167
ГЛАВА XVII. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И МОТИВАЦИЯ.....	169
17.1. Личность и ее активность.....	169

17.2. Виды деятельности.....	170
17.3. Мотивированное социальное поведение.....	171
17.4. Виды мотивов.....	174
ГЛАВА XVIII. ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ.....	176
18.1. Понятие о диалоге.....	176
18.2. Психология отношений.....	181
18.3. Роль межличностных отношений в развитии личности.....	183
18.4. Психологические средства общения.....	184
ГЛАВА XIX. ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ И ВОЛЕВАЯ СФЕРА ЛИЧНОСТИ.....	187
19.1. Нервно-физиологические основы эмоциональных состояний.....	187
19.2. Высокие моральные чувства.....	188
19.3. Теория активации.....	189
19.4. Мимика и пантомимика.....	192
ГЛАВА XX. ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ РЕАКЦИЙ.....	194
20.1. Астенические эмоции.....	194
20.2. Стресс и его виды.....	195
20.3. Изучение фрустрации в психологии.....	196
20.4. Особенности волевой деятельности.....	199
ГЛАВА XXI. ОСНОВНЫЕ ВИДЫ И ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ СТРУКТУРЫ И ФУНКЦИЙ МОТИВАЦИИ.....	203
21.1. Теоретические проблемы мотивации и мотивов.....	203
21.2. Взгляды представителей бихевиоризма.....	204
21.3. В гештальтпсихологии вопрос мотивации.....	206
21.4. Мотивы.....	207
ГЛАВА XXII. ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ	209
22.1. Гуманистические тенденции в экзистенциальной психологии.....	209
22.2. Понятие человека.....	210

22.3. Понимание экзистенциальных эмоций.....	211
22.4. Экзистенциальная консультация.....	213
ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА.....	216
ТЕСТЫ.....	217

CONTENTS

INTRODUCTION.....	3
CHAPTER I. SUBJECT AND HISTORY OF THE DEVELOPMENT OF SCIENCE OF PSYCHOLOGY.....	5
1.1. History of the development of psychology as a subject.....	5
1.2. The problem of mental development in psychology.....	10
1.3. Subject and tasks of psychology.....	11
1.4. Branches of psychology.....	14
CHAPTER II. SCIENTIFIC RESEARCH METHODS OF GENERAL PSYCHOLOGY.....	17
2.1. Research methods of psychology.....	17
2.2. Tests on the study of the results of the activity.....	18
2.3. Psychological enquiries.....	19
2.4. Projective tests.....	20
CHAPTER III. PSYCHOPHYSIOLOGICAL BASIS OF BEHAVIOR	22
3.1. Behavioural and nervous system.....	22
3.2. Consciousness as the highest level of psyche.....	24
3.3. Psychophysiological basis and psychological features of behavior.....	26
3.4. Manifestation of instincts in animals.....	29
CHAPTER IV. DEVELOPMENT OF CONSCIOUSNESS AND UNCONSCIOUSNESS.....	32
4.1. Study the problem of consciousness in psychology.....	32
4.2. The concept of unconsciousness.....	35
4.3. Origin of mental processes.....	38
4.4. Incomprehensible causative agents of conscious actions.....	43
CHAPTER V. ATTENTION.....	47
5.1. Cognitive processes and activity.....	47
5.2. Essence of attention.....	48
5.3. Tasks of attention.....	50
5.4. Development of attention.....	53

CHAPTER VI. FEELINGS.....	54
6.1. Neuropsychological bases of feelings.....	54
6.2. Types of sensations and patterns.....	55
6.3. Proprioceptors afferent basis of movement.....	58
6.4. Psychological basis of sensitivity.....	64
CHAPTER VII. PERCEPTIONS.....	67
7.1. Neuropsychological basis of perception.....	67
7.2. Types of perception.....	69
7.3. Relationship of subject and background in perception.....	76
7.4. Laws of perception.....	78
CHAPTER VIII. IMAGINATION.....	82
8.1. Concept of imagination.....	82
8.2. Fantasy Processes.....	84
8.3. Imagination and creativity.....	86
8.4. Individual characteristics and development of imagination.....	88
CHAPTER IX. TYPES OF MEMORY.....	90
9.1. Types of memory.....	90
9.2. Properties of memory and its natural properties.....	94
9.3. Properties of memory.....	99
9.4. Primary images of memory.....	102
CHAPTER X. SPEECH AND ITS TYPES.....	110
10.1. Psychological basis of speech.....	110
10.2. Language as a means of communication.....	110
10.3. Kinetic speech.....	111
10.4. Stages of speech development.....	112
CHAPTER XI. THINKING.....	115
11.1. Thinking Processes.....	115
11.2. Types of thinking.....	117
11.3. Forms of thinking.....	119
11.4. Operations of thinking.....	119

CHAPTER XII. PERSONALITY.....	121
12.1. Personality and its essence.....	121
12.2. Social norms, sanctions and personality.....	122
12.3. Social impressions and their meaningfulness.....	123
12.4. "I" - image and self-esteem.....	125
CHAPTER XIII. INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL PERSONALIT Y TEMPERAMENT.....	133
13.1. Individual psychological characteristics of personality.....	133
13.2. Dynamic and emotional properties of temperament.....	134
13.3. Physiological basis of temperament.....	139
13.4. Types of temperament.....	141
CHAPTER XIV. CHARACTER.....	143
14.1. The study of the problem of character in psychology.....	143
14.2. Volitional sides of character.....	143
14.3. Fiziognomika i khiromantiya.....	145
14.4. Psikhologicheskoye opisaniye lichnosti.....	151
CHAPTER XV. ABILITIES.....	152
15.1. Ability and talent.....	152
15.2. Types of abilities.....	154
15.3. Musical abilities.....	156
15.4. Structure of talent.....	158
CHAPTER XVI. THE STUDY OF THE SYNTHESIS OF INTELLIGENC E AND CREATIVITY IN PSYCHOLOGY.....	161
16.1. Concept of intelligence and creativity.....	161
16.2. The problem of creativity.....	161
16.3. Scientific researches carried out by foreign scientists.....	162
16.4. Intelligence and heredity.....	167
CHAPTER XVII. ACTIVITY AND MOTIVATION.....	169
17.1. Personality and activity.....	169
17.2. Types of activities.....	170

17.3. Motivated social behavior.....	171
17.4. Types of motives.....	174
CHAPTER XVIII. PSYCHOLOGY OF COMMUNICATION.....	176
18.1. Concept of dialogue.....	176
18.2. Psychology of relationships.....	181
18.3. The role of interpersonal relationships in personal development.....	183
18.4. Psychological means of communication.....	184
CHAPTER XIX. EMOTIONAL AND WILL PERSONALITY SPHERA.....	187
19.1. Neuropsychological basis of emotional states.....	187
19.2. High moral feelings.....	188
19.3. Activation theory.....	189
19.4. Facial expressions and pantomimics.....	192
CHAPTER XX. PHYSIOLOGICAL MECHANISMS OF EMOTIONAL RESPONSES.....	194
20.1. Asthenic emotions.....	194
20.2. Stress and its types.....	195
20.3. The study of frustration in psychology.....	196
20.4. Features of volitional activity.....	199
CHAPTER XXI. MAIN TYPES AND STAGES OF DEVELOPMENT OF STRUCTURE AND FUNCTIONS OF MOTIVATION.....	203
21.1. Theoretical problems of motivation and motives.....	203
21.2. Views of representatives of behaviourism.....	204
21.3. In Gestalt psychology the question of motivation.....	206
21.4. Motives.....	207
CHAPTER XXII. EXISTENTIAL PERSONALITY PSYCHOLOGY...	209
22.1. Humanistic tendencies in existential psychology.....	209
22.2. The concept of person.....	210
22.3. Understanding existential emotions.....	211
22.4. Existential consultation.....	213

LITERATURE USED.....	216
TESTS.....	217