

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA’LIM,
FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
URGANCH DAVLAT UNIVERSITETI**

EKSPERIMENTAL PSIXOLOGIYA

60310900 - Psixologiya ta’lim yo‘nalishi talabalari uchun

darslik

**“BOOKMANY PRINT”
TOSHKENT – 2023**

UO‘K: 015.10

KBK: 88.492

E 42

Eksperimental psixologiya [Matn]: darslik / M.X. Karamyan, B.B. Nurullayeva, E.V. Bondareva, M.X. Djumaniyazova, F.E. Gaziyeva. – Toshkent: Bookmany print, 2023. – 494 b.

Taqrizchilar:

A.I.Rasulov, psixologiya fanlari doktori, professor

K.B.Kadirov, psixologiya fanlari doktori, professor

Mazkur darslikda “Eksperimental psixologiya” fanining mavzulari bo‘yicha asosiy ma’lumotlar keltirilgan. Darslik mavzulari uch bo‘limdan iborat: “Eksperimental psixologiyaga kirish”, “Shaxs. Ichki regulyatsiya”, “Bilish jarayonlari”. Barcha mavzular uchun amaliy va laboratoriya ishlarini bajarishga qaratilgan nazariy materiallar va topshiriqlar berilgan.

Darslik talabalar, o‘qituvchilar, o‘qituvchilar va eksperimental psixologiya masalalari bilan qiziquvchilar uchun mo‘ljallangan.

Mazkur darslik Urganch davlat universiteti rektorining 2023-yil 26-iyundagi 91-sonli buyrug‘iga asosan nashrga ruxsat berilgan.

© **Karamyan M.X., Nurullayeva B.B. va boshq.**

ISBN 978-9910-9680-9-9

© **“Bookmany print” nashriyoti, 2023.**

KIRISH

XXI asrda inson va uning mukammalligi, o‘z ustida ishlashi, o‘z imkoniyatlari xususida qayg‘urish muammosi har qachongidan ham dolzarb masalaga aylandi.

Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyev aytganlaridek, “...biz har bir fuqaro o‘zining kuch va imkoniyati, qobiliyati va salohiyatini ro‘yobga chiqarish uchun keng sharoit va imkoniyat yaratib berishimiz kerak”¹. Bu esa jamiyat a‘zolaridagi ijtimoiy psixologik muammolarni o‘z vaqtida yuqori darajada yechimini topishni talab qiladi.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 7-fevraldagi “O‘zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo‘yicha Harakatlar strategiyasi to‘g‘risida” PF-4947-son Farmonida belgilab berilgan vazifalarni amalga oshirish bugungi kunning dolzarb masalasi hisoblanadi².

Zero, jamiyat taraqqiyotining hozirgi bosqichida psixologiya nafaqat nazariy, balki keng doiradagi amaliy muammolarni hal etishga qaratilgan fandır. Bunday muammolarni hal qilish zarurati talabalarning o‘quv jarayonida tadqiqotchilik va amaliy ko‘nikmalarni shakllantirish va rivojlantirishni talab qiladi.

“Eksperimental psixologiya” fani psixologik ma’lumotlarni olishning nazariy-uslubiy va protsessual-amaliy usullarini, empirik psixologik usullarni o‘rganuvchi fandır. Eksperimental psixologiya o‘quv kursi umumiy psixologiya, rivojlanish psixologiyasi va pedagogik psixologiya fanlari bilan bog‘liq holda tuzilgan. Taklif etilayotgan darslikda eksperimental psixologiyaning maqsad va vazifalari, fanning nazariy va uslubiy asoslari, psixologiyaning empirik usullarini amaliyotda qo‘llash malakalarini shakllantirish masalalari yoritilgan. Eksperimental psixologiyaning asosiy tushunchalarini ochib beruvchi qo‘llanma bakalavrlarning empirik tadqiqotlar o‘tkazish va psixologik jarayonlarni tahlil qilish bo‘yicha kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishga, fundamental qonuniyatlarni o‘rganishning amaliy jihatlariga qiziqish uyg‘otishga qaratilgan.

Darslikda eksperimental psixologiya tarixi, psixologik metodlar tasnifi, shaxs psixologiyasi, temperament va shaxsning kasbiy

¹ Mirziyoyev Sh.M. Erkin va farovon, demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz.- T.: O‘zbekiston, 2016. 23-bet.

² O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 7-fevraldagi “O‘zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo‘yicha Harakatlar strategiyasi to‘g‘risida”gi PF-4947-son Farmoni// O‘zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari to‘plami. – 6(766)-son. – 70-modda. – B.25-151.

qiziqishlari, shaxs motivatsiyasi, emotsional sohasi, irodaviy xususiyatlari, shaxsning bilish jarayonlarini o'rganish usullari haqida keng ma'lumotlar berilgan. Kitobda amaliyotchi psixologlar ishida qo'llanilishi mumkin bo'lgan psixologiyaning klassik tadqiqot usullari keltirilgan.

Darslikning umumiy tuzilishi yagona va aniq sxema bo'yicha taqdim etilgan: Mashg'ulot maqsadi, asosiy tushunchalar, nazariy ma'lumotlar, amaliy yoki laboratoriya mashg'ulotlarini o'tkazish uchun materiallar va tavsiyalar, nazorat savollari, tavsiya etilgan adabiyotlar ro'yxati. Mazkur shakl darslik mazmunini o'quv rejasi bilan bog'lashni osonlashtiradi. Shunisi e'tiborga loyiqki, darslik mashg'ulotlarni o'tkazish uchun zarur bo'lgan barcha vositalarni o'z ichiga olgan bo'lib, bu talabalarga tadqiqot olib borishda qiyinchilik tug'dirmaydi. Materialning minimal miqdori asosida talabaga kelajakda barcha kerakli ma'lumotlarni mustaqil ravishda topish va o'zlashtirish imkonini beradigan bilimlar beriladi.

Tematik jihatdan darslik eksperimental psixologiya bo'yicha o'quv dasturining semantik bloklarini aks ettiruvchi uch bo'limda taqdim etilgan.

“Eksperimental psixologiyaga kirish” birinchi bo'limida eksperimental psixologiya tarixini o'rganish, psixologik tadqiqot usullarining tasnifi, psixologik eksperiment asoslari, psixologiyaning kuzatish, o'zini o'zi boshqarish kabi usullaridan foydalanishga qo'yiladigan talablar bo'yicha tavsiyalar berilgan. Kuzatish, og'zaki va kommunikativ usullar o'z aksini topgan.

Ikkinchi bo'lim “Shaxs psixologiyasi. Ichki regulatsiya” shaxsni o'rganishning biografik usulini, shaxsning yo'nalishini, uning kasbiy qiziqishlarini, temperamentini va aksentuatsiyasini o'rganish usullarini taklif qiladi, insonning ehtiyojini, motivatsion, hissiy va irodaviy sohalarini o'rganish metodlarini ochib beradi.

“Kognitiv jarayonlar” deb nomlanuvchi uchinchi bo'limida psixologik o'lchov, hissiy deprivatsiya, sezgi va idrok psixofizikasi haqida so'z boradi. Bo'limda idrok, diqqat va xotira, fikrlash va nutqni o'rganish usullari keltirilgan.

Darslik O'zbekiston Milliy universiteti va Urganch davlat universitetining bir guruh o'qituvchilari tomonidan tayyorlangan.

1-BO‘LIM. EKSPERIMENTAL PSIXOLOGIYAGA KIRISH

1.1-Mavzu. Eksperimental psixologiya: tushuncha va tarixi

Mashg‘ulotning maqsadi: eksperimental psixologiyaga ta’rif berish va atamani tushunishning turli variantlarini taqdim etish; talabalarni eksperimental psixologiyaning shakllanish tarixi bilan tanishtirish.

Asosiy tushunchalar: eksperimental psixologiya, psixofizika, psixofizik parallellizm.

Nazariy ma’lumot. “Eksperimental psixologiya” atamasi kamida to‘rt xil ma’noga ega¹.

1. Eksperimental psixologiya, V. Vundt, S. Stivens va boshqa olimlar qarashlariga muvofiq butun ilmiy psixologiya, odam va hayvonlarning xatti-harakatlarini eksperimental o‘rganish asosida olingan bilimlar tizimi sifatida tushuniladi. Ilmiy psixologiya eksperimental psixologiyaga tenglashtiriladi hamda falsafiy, introspektiv, spekulativ va gumanitar psixologiyaga qarshi qo‘yiladi.

2. Ba’zida eksperimental psixologiya muayyan tadqiqotlarda qo‘llaniladigan eksperimental usullar va metodlar tizimi sifatida talqin qilinadi.

3. «Eksperimental psixologiya» atamasi odatda umumiy ma’noda psixologik tadqiqot usullari muammosi bilan shug‘ullanadigan ilm-fanni tavsiflash uchun keng ma’noda qo‘llaniladi.

4. Nihoyat, eksperimental psixologiya deyilganda, eksperimentning umumiy ilmiy nazariyasiga asoslangan va birinchi navbatda uni rejalashtirish va ma’lumotlarni qayta ishlashni o‘z ichiga olgan faqat psixologik eksperiment nazariyasi tushuniladi.

XVII asrdayoq psixologik bilimlarni rivojlantirishning turli usullari muhokama qilingan, shuningdek oqilona va empirik psixologiya haqidagi g‘oyalar shakllangan. XIX asrda psixologik laboratoriyalar paydo bo‘ldi hamda eksperimental deb nomlangan birinchi empirik tadqiqotlar o‘tkazildi².

XIX asrning o‘rtalarida eksperimental psixologiyaning paydo bo‘lishi bilan psixik hodisalarni o‘lchash g‘oyasi kelib chiqqan asr

¹ Дружинин В.Н. Экспериментальная психология. 2-е изд., перераб. и доп. СПб: Изд-во «Питер», 2000. 320 с.

² Никандров В.В. Экспериментальная психология. Учебное пособие. СПб.: Издательство «Речь», 2003. 480 с.

nihoysiga etdi. Va bu hodisalarda eng muhim shaxs – nemis olimi Gustav Teodor Fexner (1801-1887) hisoblanadi. U shifokor, fizik, faylasuf bo'lgan holida bu sohalarining barchasida katta natijalarga erishdi. U o'z nomini psixolog sifatida abadiylashtirdi. Panpsixizmning (psixofizik parallellizm turlari) tarafdori sifatida u tajriba va matematik usullardan foydalanib, voqelikning ikki tomoni bo'lgan ruh va materiyaning ayni bir xilligini isbotlashga bel bog'ladi. U jismoniy (moddiy) jihatni o'lchash orqali voqelikning ruhiy (ideal) jihatini ham o'lchash mumkin degan fikrda edi. Faqat ularning o'zaro munosabatlar qonunini aniqlash kerak.

U o'z tadqiqotlarida Leypsig universitetining fiziologiya kafedrasida professor E. G. Veber tomonidan kashf etilgan, hozirgi kunda Buger-Veber qonuni deb ataluvchi sezgi va qo'zg'atuvchi o'rtasidagi aloqadorlikka tayanadi. Natijada Fexner mashhur logarifmik qonunni shaklantiradi, unga ko'ra sezish kuchi, qo'zg'atuvchi kuchining logarifmiga proporsionaldir. Bu qonun Fexner nomi bilan atalgan. Jismoniy stimulyasiya va aqliy javoblar o'rtasidagi bog'liqlikni sinchkovlik bilan o'rganib chiqib, Fexner yangi ilmiy soha – psixofizikaning asosining tamal toshini qo'ydi, bu asli o'sha davrning eksperimental psixologiyasi edi. Fexnerning o'zi fanda “psixofizikaning otasi” faxriy nomini olgan. U bir nechta eksperimental usullarni puxta ishlab chiqdi, ulardan uchitasi “mumtoz” epitetiga sazovor bo'ldi: minimal o'zgarishlar (yoki chegaralar) usuli, o'rtacha xato (yoki to'g'irlash) usuli va doimiy qo'zg'atuvchilar (yoki konstantalar) usuli.

Fexnerning 1860- yilda nashr etilgan asosiy mehnati hisoblanmish “Psixofizika elementlari” haqli ravishda eksperimental psixologiya bo'yicha birinchi asar hisoblanadi. Bu minglab turli xil ilmiy asarlar va hali hanuz cheksiz munozaralar ko'rinishidagi katta ilmiy rezonansga sabab bo'lmoqda.

Fexner tomonidan psixofizik tajriba o'tkazish asoslari ishlab chiqilgan. Psixofizik tajribalarga, berilgan stimullarning jismoniy xususiyatlarini o'zgartirib, sinalayotgan shaxsning his -tuyg'ulari to'g'risida ma'lumot to'plash usullari sifatida qaraldi.

Shu davrning o'zida boshqa bir nemis tadqiqotchisi German Gelmgols (1821-1894) psixologik tajribaning rivojlanishiga juda katta hissa qo'shdi. Jismoniy usullar yordamida u nerv tolasida qo'zg'alishning tarqalish tezligini o'lchadi, bu psixomotor reaksiyalarni o'rganishga, jumladan, eksperimental psixologiyaning sensomotorikani tadqiq etish bo'limiga asos soldi. Uning hissiyotlar psixofiziologiyasiga

oid asarlari fundamental xarakterga ega: “Fiziologik optika” (1867) va “Musika nazariyasining fiziologik asosi sifatida eshitish sezgilarini o‘rganish” (1875). Uning ranglarni ko‘rish nazariyasi va eshitishning rezonans nazariyasi bugungi kunda ham dolzarbligini yo‘qotmagan. Uning “ongsiz xulosa chiqarish” haqidagi gipotezasi idrok psixologiyasini psixik reaksiyalarda obyektiv qo‘zg‘atuvchilar harakatida subyektiv qo‘shimchaning mavjudligini kashf qilinishi orqali boyitildi. Gelmgolsning mushaklarning hissiy bilishdagi o‘rni haqidagi g‘oyalarini keyinchalik buyuk rus fiziologi I.M.Sechenov o‘zining refleks nazariyasida yanada rivojlantirdi.

Fransiyada T. Ribo eksperimental psixologiya predmeti haqidagi tasavvurni shakllantirdi, uning fikricha, bu predmet metafizika yoki ruhning mohiyatini muhokama qilish bilan emas, balki qonunlar va ruhiy hodisalarning bevosita sabablarini aniqlash bilan shug‘ullanishi darkor.

Shunday qilib, eksperimental psixologiya XIX asrning o‘rtalarida keng tarqalgan elementar psixik funksiyalarni – sezgilar, idrok, reaksiya tezligini o‘rganish orqali rivoj topdi. Bu tadqiqotlar eksperimental psixologiyani fiziologiya va falsafadan farq qiluvchi alohida mustaqil fan sifatida shakllantirish imkoniyati borlini ko‘rsatdi.

Eksperimental psixologiya keyingi rivojlanish davri Vilgelm Vundt (1832-1920) nomi bilan bog‘liq. U qiziqishlari keng olim: psixolog, fiziolog, faylasuf, tilshunos ham edi. Ammo, ehtimol, uni birinchi professional psixolog, Fexnerga o‘xshashligi jihatidan esa eksperimental psixologiya “otasi” deb atash mumkin. U dunyodagi birinchi psixologik laboratoriyani (Leypsig, 1879) tashkil etish sharafiga sazovor bo‘lgan, va bu laboratoriya keyinchalik Eksperimental psixologiya instituti sifatida qayta tashkil etilgan. Bundan so‘ng psixologiyani mustaqil fan sifatida rasmiylashtirgan birinchi rasmiy hujjat ham nashr etildi. Leypsig laboratoriyasi eksperimental psixologiya xalqaro markaziga aylandi, bu dargohning ostonasidan “eksperimental psixologiya kashfiyotchilari”, taniqli tadqiqotchilar etishib chiqqan, bular nemis olimlaridan Krepelin, Kyulpe, Meymar; amerikalik olimlardan Stenli Xoll, Mak Kattell, Munsternberg, Titchener, Uorren; inglizlardan Spirmen; fransuzlardan Burdon; hamda belgiyalik olimlardan Terri va Mishottlar.

Vundt “Fiziologik psixologiya asoslari” (1874) asarida ongni elementlarga ajratish, ularni o‘rganish va ular orasidagi bog‘liqlikni aniqlash uchun laboratoriya eksperimenti usulidan foydalanadigan

alohida fan sifatida psixologiyaning rivojlanish rejasini taklif qilgan. Birinchi eksperimental psixologiya laboratoriyasida V. Vundt eksperimental introspeksiya usulini qo'llab ko'rdi (introspeksiya – inson o'z-o'zini psixik faolligini kuzatishi). Eksperimental psixologiyaning vazifasi, Vundtning fikricha, aniq tartibga solingan o'z-o'zini kuzatish yordamida individual ongni aniq tahlil qilishdir. Asosiy tadqiqot predmeti – psixik jarayonlardir. Bunda, nisbatan sodda hodisalarni (sezgilar, idrok, emotsiya, xotira) Vundtning fikricha, tafakkur, nutq, iroda kabi yuksak psixik funksiyalarni tajriba yordamida o'rganib bo'lmaydi, ular madaniy-tarixiy usulda afsonalar, urf-odatlar, til va boshqalarni o'rganish orqali tadqiq etiladi. Ushbu madaniy-tarixiy usulning tavsifi va tegishli empirik tadqiqot dasturi Vundtning 10 jildlik “Xalqlar psixologiyasi” (1900-1920) asarida keltirilgan.

Vundtning fikricha, ilmiy psixologiyaning asosiy metodologik belgilari: o'z-o'zini kuzatish va obyektiv nazorat. O'z-o'zini kuzatmaslik, psixologiyani fiziologiyaga aylantiradi, tashqi nazoratiz esa, o'zini kuzatish ma'lumotlari ishonchsizdir, natijada introspeksionizmning eski spekulativ pozitsiyalariga qaytish sodir bo'ladi. Bu fikrlarni Vundt shogirdlari ham ta'kidlashgan. Shu ma'noda, Rossiyadagi eksperimental psixologiyaning asoschilaridan biri - N.N.Langening (1858-1921) fikricha, eksperimentning psixologiyadagi roli kuzatilgan jarayonlarni tashqi vositalar yordamida aniqlash va qayd etishdan iborat. Ular juda o'zgaruvchan bo'lib, faqat tajriba ularni kuzatiladigan shaklda saqlab qolishi mumkin. Amerikalik E.Titchener (1867-1927) ta'kidlashicha, psixologik eksperiment qandaydir kuch yoki qobiliyatni tekshirish emas, balki ongni qismlarga ajratish, aqliy mexanizm qismini tahlil qilish, psixologik tajriba esa standart sharoitda o'zini o'zi kuzatishdan iboratdir. Har bir tajriba, uning fikricha, o'z-o'zini kuzatish bo'yicha saboq hisoblanadi.

Vundt poydevor o'rnatgan bo'lsa, Titchener esa psixologiyada “strukturalizm” yoki “stukturaviy psixologiya” deb nomlangan kuchli yo'nalishni rivojlantirib berdi. Keyinchalik bu yo'nalishga qarshi bo'lgan “geshtaltizm” va “funksionalizm” yo'nalishlari paydo bo'ldi.

Eksperimental psixologiyaga salmoqli hissa qo'shgan yana bir nemis olimi, German Ebbingauz (1850-1909), u Vundtning introspeksiya (o'z-o'zini kuzatish) tadqiqot usuli sifatida haqidagi qarashlariga qo'shilmagan. Fexner psixofizikasi ta'siri ostida u psixikaning vazifasi sifatida ruhiy hodisaning ma'lum bir omilga bog'liqligi faktini aniqlash kerak deb hisoblagan. Bu holatda

sinaluvchining o'z kechinmalari haqidagi bayonoti ishonchli ko'rsatkich bo'la olmaydi. Balki eksperimentator taklif qilgan u yoki bu faoliyatdagi haqiqiy yutuqlari ishonchli natija va ko'rsatkich hisoblanadi.

Tajriba so'ngida sinaluvchidan hatto uning subyektiv taassurotolari to'g'risida ham so'ralmagan. Ma'lum jismoniy qo'zg'atuvchi yoki fiziologik qo'zg'atuvchi va unga mos keladigan ruhiy jarayon o'rtasidagi aloqadorlikni o'rganishdan boshlab, u muayyan obyektiv sharoitlarda ruhiy jarayonlar kechishini tartibga soluvchi qonunlarni o'rganishga o'tdi. Tashqi sababdan, jismoniy faktlar ruhiy jarayonning shartiga aylandi. Tajriba psixik jarayonlarni ichki qonuniyatlarini o'rganishga qaratildi. Ebbinggauz xotira va ko'nikmalarni o'rganishda asosiy yutuqlarga erishgan. Unutish jarayonining dinamikasini namoyish etuvchi mashhur "Ebbinggauz egri chizig'i" hali ham fan arsenalida muhim o'rin tutadi.

Qo'zg'atuvchi omillarni boshqarish muammosiga birinchi e'tibor Bixevioristik tadqiqotlarda qaratilgan. Bixeviorizm - bu XX asr psixologiyasidagi yo'nalish bo'lib, ongni inkor qilib inson xulq-atvori tashqi muhit ta'sirida organizmda yuzaga keladigan fiziologik reaksiyalarga, bog'liq degan g'oyani ilgari surgan. Bixeviorizm vakillari xulq-atvor tajribasini o'tkazish uchun talablarni ishlab chiqdilar.

Amerika eksperimental psixologiyasi asoschisi S. Xoll hisoblanadi, u 3 yil Leypsigda Vundt laboratoriyasida tahsil oldi. So'ng esa u Amerika Psixologlar Assotsiatsiyasining birinchi prezidenti etib tayinlandi. Boshqa tadqiqotchilar qatorida V.Vundt raxbarligida doktorlik darajasini olgan Djeyms Kettell ham bor edi (1886). U birinchi bo'lib fanga intellektual test tushunchasini kiritdi.

Rus psixologiyasida tajriba o'tkazish normativlarini tushunish yo'lida uslubiy ishlarning birinchi namunalaridan biri A.F.Lazurskiyning tabiiy eksperiment nazariyasi bo'lib, u bu nazariyasini 1910-yilda eksperimental pedagogika bo'yicha 1-Butunrossiya yig'ilishida taklif qilgan.

Nazorat savollari

1. "Eksperimental psixologiya" atamasi nimani anglatadi?
2. Eksperimental psixologiyaga asoschilari bo'lgan olimlar kim?
3. Introspeksiya metodini mohiyati nimada, va bu metodni birinchi bo'lib qo'llagan olim kim?
4. Rossiyada eksperimental psixologiyani rivojlanishi.

O‘quv mashg‘ulotlari va mustaqil ta’lim uchun topshiriq
Konseptual jadvalni to‘ldiring

№	Olim	Asosiy asarlari	Ilmiy qarashlari	Eksperimental psixologiya sohasidagi yutuqlari
1.	V. Vundt			
2.	T. Ribo			
3.	G.Ebbinggauz			
	S. Xoll, E. Titchener va boshqalar			

Test topshiriqlari

1. Psixologiyada sezgi va qo‘zg‘otuvchi o‘rtasidagi munosabatni aks ettiruvchi qonun nima deb ataladi?

- A) Buger-Veber qonuni
- B) Fexner G. qonuni
- D) Ebbinggauz G. qonuni
- E) Zeygarnik B.V. effekti.

2. Sezgi kuchining qo‘zg‘atuvchining kuchi logarifmiga proporsionalligi haqidagi mashhur logarifmik qonun asoschisi kim?

- A) Fexner G.
- B) Veber E.
- D) Buger P.
- E) Vundt V.

3. 1860 - yilda nashr etilgan “Psixofizika elementlari” asarining muallifi kim?

- A) Fexner G.
- B) Veber E.
- D) Gelmgols G.
- E) Vundt V.

4. Nerv tolasida qo‘zg‘alishning tarqalish tezligini o‘lchagan va sensomotor sohani o‘rganishga asos solgan tadqiqotchidir.

- A) Gelmgols G.
- B) Veber E.
- D) Fexner G.

E) Vundt V.

5. German Gelmgols fizik usullardan foydalanib, nerv tolasida qo‘zg‘alishning tarqalish tezligini o‘lchash orqali qaysi sohani o‘rganishga asos soldi?

- A) sensomotor sohani
- B) kognitiv sohani
- D) xotira sohasini
- E) reaksiya tezligini.

6. Amerika psixologiya assotsiatsiyasining birinchi prezidenti, Leypsigda V.Vundt laboratoriyasida tahsil olgan olim eksperimental psixologiya asoschisi...

- A) Xoll S.
- B) Kettel J.
- D) Levin K.
- E) Gelmgols G.

7. Psixologiyaning inson va hayvonlarning xulq-atvorini eksperimental tadqiq qilish asosida olingan bilimlar tizimini o‘z ichiga olgan bo‘limi

- A) eksperimental psixologiya
- B) falsafiy psixologiya
- D) introspektiv psixologiya
- E) gumanitar psixologiya.

8. Usullar, texnikalar, eksperimentni rejalashtirish va psixologik tadqiqot ma’lumotlarini qayta ishlash muammosi bilan shug‘ullanadigan fan bu...

- A) eksperimental psixologiya
- B) umumiy psixologiya
- D) rivojlanish psixologiyasi
- E) psixodiagnostika.

1.2-Mavzu. Eksperimental psixologiyaning hozirgi holati. Psixologiya sohasidagi ilmiy tadqiqotlarning metodologik asoslari

Mashg'ulotning maqsadi: metodologiya tushunchasiga ta'rif berish va atamani tushunishning turli variantlarini taqdim etish; talabalarni psixologiyaning metodologik asoslari bilan tanishtirish.

Asosiy tushunchalar: psixologiyada obyektiv usullar, metodologiya, gipoteza, nazariya, paradigma.

Nazariy ma'lumot: Psixologik bilimlarni namoyon bo'lishi. Psixologiya fanida ilmiy bilimlarni tizimlashtirish empirik ma'lumotlarning to'planishi va eksperimental tadqiqot usullarining rivojlanishiga qarab bosqichma-bosqich amalga oshirildi. Psixologiya fanining rivojlanishi bilan birga uning metodologiyasi ham shakllandi. Metodologiya voqelikni bilish usulini tanlash uchun asos bo'lib xizmat qiladi. Psixologiya fanida "bilim" va "metodologiya" tushunchalariga ta'rif berish muhim ahamiyatga ega.

Olimlar psixologik bilimlarning namoyon bo'lishining to'rt shaklini ajratib ko'rsatishadi:

- 1) ilmiy psixologik bilimlar;
- 2) maishiy psixologik bilimlar;
- 3) psixologik bilimlarning badiiy shakli;
- 4) tasavvufiy, mistik psixologik bilimlar.

Psixologik bilimlarning badiiy shakliga misol

Ism bilan jism aksar bir-birisiga muvofiq tushmaydir. Menim yosh vaqtim, ayniqsa, go'zallik qidirg'an mag'rur chog'larim edi. Oilamizdami, boshqa yerdami baharhol xotiramda yaxshi qolmag'an, Lola otlig' bir qizning chevarligi to'g'risida so'z bo'ldi. Majlis ahli menga yaqin, ya'ni ular oldida husndan bahs ochish uyat bo'ladirg'an kishilar edilar. Shuning uchun menga Lolaning chevarligidan ko'ra muhimroq bo'lg'an "husn"i masalasida izohot so'rashning imkoni bo'lmadi. Lekin Lola ismining ostida bir malakni ko'rgan – "Lolaning ismiga o'xshash husni ham bor" deb o'ylag'an edim. Shu kundan boshlab Lolani ko'rish hajriga tushdim. Bo'yi yetkan qizlarni ko'ra olish bu kunlarda ham amri mahol bo'lg'anidek, mundan o'n yillar ilgarida yana mushkilroq edi. Necha vaqt "hijron o'tida yonib" ko'cha poylab, nihoyat, Lolani suv olish uchun ko'za ushlab ko'chaga chiqqan holatda uchratdim. Burnidagi buloqisidan boshqa (agar buloqi husnga qo'shilsa)

“Lola”likka arziydirgan hech gap yo‘q edi. Yaqindag‘i bir boladan suv olg‘uchining kim ekanini so‘rag‘an edim: — Lola opam, — dedi. Bolaning talaffuzi menga “Mola opam” bo‘lib eshitildi. Bir necha kunlar bu qizning otini “Lola” deb qo‘yg‘anlari uchun achchig‘lanib yurdim. Chunki, afu etasiz, o‘sha kezlarda achchig‘lanishg‘a haqqim bor edi...

Abdulla Qodiriy

“MEHROBDAN CHAYON” romanidan parcha

A.V.Yurevichning fikricha, psixologik tadqiqotlar, psixologik amaliyot va kundalik psixologiyani psixologik bilimning uchta manbai va uchta tarkibiy qismi deb hisoblash mumkin. Biz psixologiyada ilmiy bilish yoki tafakkurning xususiyatlarini muhokama qilishga qaytamiz, ammo hozircha biz psixologik amaliyot va maishiy psixologiyaning asosiy xususiyatlarini ko‘rib chiqamiz.

Psixologik bilimlarning mustaqil sohasini ifodalovchi *psixologik amaliyot* turli individual xususiyatlarga ega bo‘lgan odamlar va amaliyotchi psixolog o‘rtasidagi o‘zaro ta‘sirining yagona va unikal konkret holatlarini tahlil qilishga asoslanadi. Psixologik amaliyot doirasidagi psixologik bilimlar amaliyotchi psixologlarning kasbiy va shaxsiy tajribasi bilan bog‘liq va har doim ham ishonchli eksperimental dalillarga ega emas (A.V. Yurevich, 2005). Maishiy psixologiya doirasida shakllangan psixologik bilim insoning boshqa odamlar bilan o‘zaro munosabati haqidagi g‘oyalar tizimi bo‘lib, u ham “sodda psixolog” va ham kasbning, ham o‘zining kundalik hayotining subyeksi bo‘lgan professional psixologga xosdir.

Ilmiy psixologik tafakkurga qanday xususiyatlar xosdir? Jeyms Gudvinning fikricha, bu xususiyatlar determinizm, obyektivlik va informatsion yondashuvdir. Ilmiy fikrlashga quyidagilar xos:

- 1) inson xulq-atvoridagi qonuniyatlarni izlash;
- 2) olimning subyektivligi, kutishlari va shaxsiy xususiyatlaridan xoli, ya‘ni nisbatan obyektiv;
- 3) ilmiy metodlar orqali olingan dalillarga tayangan ma‘lumotlarga asoslanishi.

Ilmiy bilimlarni rivojlanishi. Ilm-fan – bu inson faoliyati sohasi bo‘lib, uning natijasida haqiqat mezonlariga mos bo‘lgan voqelik haqidagi yangi bilimlar hosil bo‘ladi¹. Ilmiy bilimlarning amaliyligi, foydaliligi, samaradorligi uning haqqoniyligidan kelib chiqqan deb

¹ Дружинин В.Н. Экспериментальная психология. 2-е изд., перераб. и доп. СПб: Изд-во «Питер», 2000. 320 с.

hisoblanadi. Olim, aniqrog'i, ilmiy xodim – bu o'z faoliyatini “haqiqat-yolg'on” mezonidan kelib chiqqan holda tashkillashtiradigan mutaxassisdir.

Bundan tashqari, “fan” atamasi shu kungacha ilmiy metod bilan olingan bilimlarning butun majmuasini bildiradi.

Ilmiy faoliyat natijasi voqelikni tasvirlash, jarayonlar va hodisalarni bashorat qilishni tushuntirish bo'lishi mumkin, ular matn, tizimli diagramma, grafik bog'liqlik, formula va boshqa ko'rinishlarda ifodalanishi mumkin. Ilmiy tadqiqotning ideali bu, qonunlarning kashf etilishi – voqelikning nazariy izohlanishi hisoblanadi.

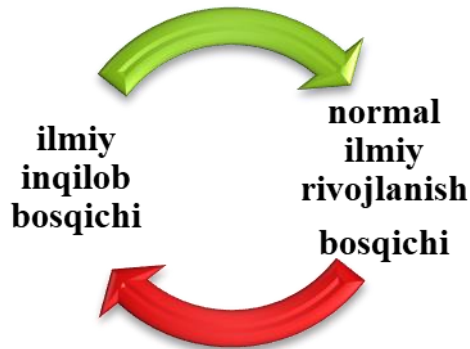
Biroq ilmiy bilimlar nazariyalar bilan chegaralanib qolmaydi. Ilmiy natijalarning barcha turlarini shartli ravishda “empirik - nazariy bilimlar” shkalasi bo'yicha tartiblash mumkin: yagona fakt, empirik umumlashtirish, model, qonuniylik, qonun, nazariya.

Ilm-fan – bilimlar tizimi va inson faoliyati natijasi sifatida to'liqlilik, ishonchlilik, tizimlilik bilan xarakterlanadi. Inson faoliyati sifatida ilm birinchi navbatda usul bilan tavsiflanadi. Ilmiy tadqiqot usuli ratsionaldir. Ilmiy hamjamiyatga a'zo bo'lishni istagan kishi nafaqat inson faoliyatining ushbu sohasidagi qadriyatlarni baham ko'rishi, balki ilmiy usulni ham qabul qilinadigan yagona usul sifatida qo'llashi kerak. Voqelikning amaliy va nazariy o'zlashtirish texnikasi va operatsiyalari to'plami – “metod” tushunchasining bunday ta'rifini ko'pincha adabiyotda uchratish mumkin. Qo'shimcha sifatida, bu usullar va operatsiyalar tizimi ilmiy jamoatchilik tomonidan tadqiqot xulq-atvorini tartibga soluvchi majburiy me'yori sifatida tan olinishi kerak.

Tadqiqot me'yori nima? Bu savolga T. Kun taklif qilgan “normal fan” tushunchasiga murojaat qilib javob topish mumkin. U fanning rivojlanishida ikki xil etapini – inqilobiy va “normal fan” etapini ajratib ko'rsatadi: “normal fan” – bu bir yoki bir nechta ilmiy yutuqlarga mustahkam asoslangan tadqiqotni anglatadi... Hozirgi vaqtda bunday yutuqlar, kamdan -kam hollarda bo'lsa ham, dastlabki holida, boshlang'ich yoki ilg'or turdagi darsliklarda keltiriliadi”. “Normal fan” tushunchasi bilan “paradigma” tushunchasi bog'liqdir.

Paradigma (yunoncha paradeiyma - namuna, misol), T.Kunning fikricha, ilmiy hamjamiyatga hos bo'lgan va voqelikni tushuntirishning o'ziga xos usuliga aylangan qarashlar, qadriyatlar, ustanovkalar to'plamidir. Paradigma gipotezalar, nazariyalar, empirik ma'lumotlarni olish usullarini, ularni qayta ishlash, tahlil qilish, olingan ilmiy bilimlarni baholash mezonlarini tavsiflaydi. Masalan, XIX asrning

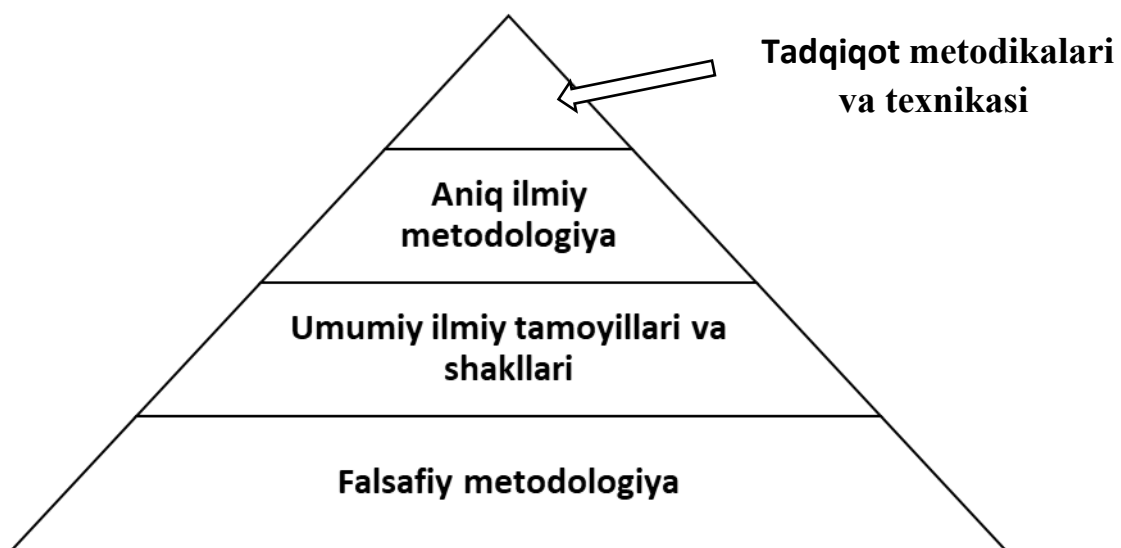
oxirida psixologiyada tabiiy-ilmiy paradigma tadqiqot modeliga aylangan, va uning doirasida laboratoriya tajribasi asosiy usulga aylangan. Bular bugungi kunda ilmiy jamiyatda qabul qilingan, navbatdagi ilmiy inqilobgacha eski paradigmani buzib, uni yangisiga almashtiradigan ilmiy faoliyat qoidalari va standartlaridir.



1.2.1-rasm. T.Kun bo'yicha fanning tarixiy rivojlanish bosqichlari

Ilmiy bilimlarning shakllanishi fanning metodologiyasi bilan belgilanadi. "Metodologiya" atamasi (yunoncha methods – tadqiqot yoki bilish yo'li, logos – tushuncha, ta'limot) A.V.Petrovskiy, M.G.YAroshevskiylarning psixologiya lug'atlarida "nazariy va amaliy faoliyatni tashkil etish va qurish tamoyillari va usullari tizimi va, ushbu tizim haqidagi ta'limot" deb ta'riflangan.

Fan metodologiyasi 4 darajaga ega: falsafiy metodologiya darajasi; tadqiqotning umumiy ilmiy tamoyillari va shakllari darajasi; konkret ilmiy metodologiya darajasi; tadqiqot metodikalari va texnikasi darajasi.



1.2.2-rasm. Ilmiy metodologiya darajalari

T.V.Kornilova, S.D.Smirnov (2006) fikricha, falsafiy metodologiya falsafiy bilimlar bilan bog‘liq bo‘lib, u dunyoning tasvirini yaratishga va uning asosida tadqiqot natijalariga dunyoqarashga mos tarzda tahlil qilish imkonini beradi. Psixologiyada qo‘llaniladigan umumiy ilmiy tamoyillar va tadqiqot shakllariga misol sifatida Lyudvig fon Bertalanffining tizimlar nazariyasini, tizimli tahlilni keltirish mumkin.

Xususiyl ilmiyl metodologiya muayyan fanga xos bo‘lgan obyektlar, hodisalar va vaziyatlarni bilish usullarini aniqlashda o‘z ifodasini topadi. Masalan, oilani o‘rganishga tizimli yondashuv, A. N. Leontevning faoliyat nazariyasi.

Tadqiqot usullari va texnikalari darajasi empirik ma’lumotlarni to‘plashning o‘ziga xos usullari va texniklari bilan bog‘liq. Masalan, oilaning tizim sifatida ishlashini o‘rganish uchun oila a’zolari o‘rtasidagi munosabatlarning stereotiplarini, oilaviy afsonalarni va boshqalarni tashxislaydigan maxsus psixologik metodikalar qo‘llaniladi.

Paradigmaning mavjudligi fan yoki alohida ilmiyl fan yetukligining belgisi hisoblanadi. Ilmiyl psixologiyada paradigmani shakllantirish muammosi V.Vundt va uning ilmiyl maktabi asarlarida aks etadi.

Tabiiyl ilmiyl tajribani namuna sifatida olib, XIX asr oxiri - XX asr boshlari psixologlari eksperimental usulga qo‘yiladigan asosiy talablarni psixologiya asosiga o‘tkazdilar. Va hozircha, tanqidchilar tomonidan psixologik tadqiqotlarda laboratoriya eksperimentidan foydalanish qonuniyligiga qarshi har qanday e’tirozlar bildirilmasin, olimlar tabiiyl ilmiyl tadqiqotlarni tashkil etish tamoyillari bo‘yicha ishlashni davom ettirmoqdalar. Bu tamoyillar asosida dissertatsiya tadqiqotlari olib borilmoqda, ilmiyl ma’ruzalar, maqolalar va monografiylar yozilmoqda.

Metodologiyaning rivojlanishi. K. Popper, I. Lakatos, P. Feerabend, P. Xolton va boshqa bir qator taniqli faylasuf va olimlar XX asr o‘rtasi va oxirlarida ilmiyl metodologiyaning rivojlanishiga ulkan hissa qo‘shdilar. Ular zarur bilimlarning rivojlanishi va tadqiqotchilarning mavjud faoliyatini tahlil qilishga asoslangan edi. Matematika, fizika, kimyo, biologiya, psixologiya va boshqa fundamental fanlarni ham chetlab o‘tmagan tabiatshunoslik inqilobi ularning qarashlariga alohida ta’sir ko‘rsatdi. Fanga va hayotga bo‘lgan yondashuvning o‘zi o‘zgardi. XIX asrda olim faktni, qonuniyllikni topib, nazariyani yaratgan holda, butun hayoti davomida o‘z nuqtayi nazarini tanqidiyl hujumlardan himoya qila olar, hamda *ex cathedra* da – fan falsafadan unchalik farq qilmas edi – o‘z bilim, tushuncha va

qarashlarini haqqoniyligiga va rad etilmasligiga umid qilib ularni targ'ib qilar edi.

Demak, tekshirish tamoyili O. Kont tomonidan ilgari surilgan nazariyaning aniq tasdig'idir. XX asrda bir avlod hayoti davomida voqelik haqidagi ilmiy qarashlar ba'zida keskin o'zgarishlarga uchrardi. Eski nazariyalar kuzatish va tajriba orqali rad etilar edi. Olim faol ilmiy hayot davomida o'z hamkasblari tomonidan qo'lga kiritilgan eksperimental ma'lumotlarni tushuntirish uchun bir-birini rad etuvchi bir qator nazariyalarni ketma-ket ilgari surishi mumkin edi. Inson o'zini g'oyasi bilan tanitishni to'xtatdi, "paranoyal" munosabat samarasiz bo'lib chiqdi va rad etildi.

Nazariyaga endi yuqori baho berilmas, hamda u tig' va freza singari charxlash lozim bo'lgan va oxir-oqibatda almashtirilishga monand bo'lgan, vaqtinchalik asbobga aylanib qolgan edi.

Shunday qilib, har qanday nazariya vaqtinchalik tuzilma bo'lib, u yo'q qilinishi mumkin. Shu ma'noda bilimning ilmiylik mezoni: ilmiy bilimlar – bular empirik tekshirish jarayonida rad etilishi (yolg'on deb e'tirof etilishi) mumkin bo'lgan bilimlar deb tan olinadi. Ma'lum jarayon bilan rad etib bo'lmaydigan bilimlar ilmiy bo'la olmaydi.

Mantiqan, haqiqatning natijasi faqat haqiqat bo'lishi mumkin, yolg'onning natijasi orasida esa haqiqat ham, yolg'on ham uchraydi. Har bir nazariya faqat taxmin bo'lib, uni tajriba yordamida rad etish mumkin. K. Popper quyidagi qoidani shakllantirdi: "Biz bilmaymiz – taxmin qilishimiz mumkin xolos".

Tanqidiy ratsionalizm nuqtayi nazaridan (Popper va uning izdoshlari o'z dunyoqarashlarini shunday ta'riflashgan), eksperiment – bu ishonchli gipotezalarni rad etish usuli. Tanqidiy ratsionalizm mantig'idan gipotezalarni statistik tekshirish hamda eksperimentni rejalashtirish zamonaviy nazariyasi kelib chiqadi.

Popper ilmiy nazariyaning potensial rad etilishi prinsipini soxtalashtirish prinsipi deb atadi.

Ilmiy tadqiqotning tartibga solish me'yoriy jarayoni quyidagicha tuziladi:

1. Farazni (farazlarni) ilgari surish.
2. Tadqiqotni rejalashtirish.
3. Tadqiqotni o'tkazish.
4. Ma'lumotlarni sharhlash.
5. Farazni (farazlarni) rad etish yoki rad etmaslik.
6. Eski faraz (farazlar) rad etilganda – yangisini shakllantirish.

Bu sxema nimadan darak bermoqda? Birinchidan, ilmiy tadqiqotlar tuzilishida ilmiy bilimlarning mazmuni o'zgaruvchan, metod esa o'zgarmasdir.

Ilmiy hamjamiyatga olimlarni qandaydir g'oya, e'tiqod, nazariyaga rioya qilish emas, balki yangi bilim olishning yagona uslubiga rioya qilish birlashtirib turadi.

Biroq Popper taklif qilgan fan modelidan kelib chiqadigan usul aynan yangi bilimlarni bera olmaydi; u faqat eski bilimlarni rad etishga yoki savolni keyingi tanqidlarga ochiq qoldirishga qodir. Bu yondashuv keyinga qoldirilgan muzokaralarni eslatadi.

Yangi bilim ilmiy taklif – gipoteza shaklida tug'iladi, uning prizmasi orqali ma'lumotlarga izoh berish amalga oshiriladi. Gipotezani ilgari surish, haqiqat va nazariya modelini yaratish esa – bu intuitiv va ijodiy jarayonlardir. Ular ilmiy tajriba nazariyasi doirasidan tashqarida joylashgan bo'ladi.

Bu pozitsiyalardan ko'rib chiqilgan eksperiment – tanlab olish, nazorat qilish, ishonchsiz taxminlarni “chiqarib tashlash” usuli hisoblanadi xolos. Yangi bilimlar boshqa yo'llar orqali: empirik bilimlar – kuzatish yo'li orqali, nazariy bilimlar esa – intuitiv farazlarni oqilona qayta ishlash orqali qo'lga kiritiladi.

Ilmiy tadqiqotlar tuzulmasida uslubga qo'shimcha ravishda yana bir ajralmas tarkib mavjud bo'lib, u ham bo'lsa – muammo, bu “qolip”, ya'ni muammo bir vaqtni o'zida ichiga gipotezani, talqinni hamda uslubni oladi.

Popper ilm-fan taraqqiyoti jarayonida gipotezalar ham, nazariyalar ham o'zgarishini bir necha bor ta'kidlagan. Paradigmaning o'zgarishi bilan bir qatorda, metod qayta ko'rib chiqiladi, yangi muammolar paydo bo'ladi, lekin eskilari ham chuqurlashib, tadqiqotning har bosqichida yangicha o'ziga xos ko'rinish kasb etib, saqlanib qoladi.

Aksariyat olimlar “fanlarni” emas (chunki uning nima ekanligini ko'pchilik fahmlamaydi), balki muammolarni tasniflashga moyildirlar.

Tanqidiy ratsionalizm yangi bilim qaerdan paydo bo'lishi haqida hech narsa demaydi, balki eskisi qanday o'lganini ko'rsatib beradi. U qaysidir ma'noda hali ham yangi turlarning paydo bo'lishini tushuntirib bera olmaydigan, ammo ularning barqarorlashishi va yo'q bo'lib ketish jarayonini yaxshi bashorat qila oladigan sintetik evolyutsiya nazariyasiga o'xshab ketadi.

Inson singari, g'oyaning tug'ilishi shart bo'lmagan va tasoddiy holat bo'lsa, lekin uning o'limi muqarrar va tabiiy jarayondir. Demak,

zamonaviy tabiiy fanlar paradigmasi psixologik metodning asosiga aylandi.

Nazariya va uning tavsifi. Nazariya – voqelikning bir qismi haqidagi ichki izchil bilimlar tizimi bo‘lib, bu ilmiy bilimlarning eng oliy shaklidir. K. Popperning ta’kidlashicha, “nazariyalar – biz “dunyo” deb ataydigan narsani ilg‘ab olish, uni anglash, tushuntirish va unga qo‘lga olish uchun mo‘ljallangan to‘r. Biz bu to‘r teshiklarini yana ham kichikroq qilishga intilamiz. Har bir nazariya quyidagi tarkibiy qismlarni o‘z ichiga oladi:

- 1) dastlabki empirik asos;
- 2) ko‘plab taxminlar (postulatalar, gipotezalar);
- 3) mantiq – xulosa chiqarish qoidalari;
- 4) asosiy nazariy bilimlar bo‘lgan nazariy ta’kidlar.

Matematik apparatga tayanmagan sifat nazariyalarini farqlashadi (Z.Freydning psixoanaliz, A. Maslouning o‘z-o‘zini anglash nazariyasi) hamda asosiy xulosalar ma’lumotlarning matematik tahlili asosiga barpo qilingan shakllantirilgan nazariyalar (K. Levinning maydon nazariyasi, J. Piajening kognitiv rivojlanish nazariyasi).

Nazariya voqelikni nafaqat tavsiflash uchun, balki uni tushuntirish va bashorat qilish uchun ham yaratiladi. Agar empirik tekshiruv o‘tkazish jarayonida uni rad etish (yolg‘on deb topilish) ehtimoli mavjud bo‘lsa, bu nazariya ilmiy hisoblanadi. Bunday tekshirish o‘rganilayotgan obyektlarning to‘liq hajmida, ya’ni *bosh to‘plamda* emas, balki uning barcha xususiyatlariga ega bo‘lgan ushbu *bosh to‘plamning bir qismida-tanlanmada* amalga oshiriladi. Bosh to‘plamning bu qismi *tanlanma* deb ataladi. Psixologik nazariyaning o‘ziga xos xususiyatlari: ruhiy hodisalarning sabablarini izohlash, ruhiy hodisaga ta’sir etuvchi omillarning xilma -xilligini asoslash, maishiy va ilmiy g‘oyalarni farqlash hisoblanadi.

Ma’lum ma’noda barcha insonlar tadqiqotchidir va haqiqiy tadqiqotchilar sifatida ular voqelikning bir qismi haqidagi o‘z g‘oyalar tizimini shakllantirib, o‘z nazariyasini yaratishga intilishadi. Bu nazariya maishiy odiiy yoki *implitsit* deb nomlanadi. Ilmiy nazariya esa *eksplitsit* deb ataladi. Eksplitsit nazariyaning implitsit nazariyadan farqi shundaki, uni tushuntirish, tekshirish va aniqlashtirish mumkin. Implitsit nazariyalar noaniq, ifodalanmagan, tajribada tekshirilmagan hisoblanadi.

“Shaxsning implitsit nazariyasi” konsepsiyasi 1954 - yilda J. Bruner va R. Tagiuri tomonidan taklif qilingan va hanuzgacha odamlarning psixik tuzilishi haqidagi anglamagan tasavvurlarni ierarxik tizimini

belgilashda ishlatiladi. Uning mazmuni shaxs xususiyatlar haqidagi tasavvurlardan iborat. Shaxsning implitsit nazariyalarini o'rganishda ikkita asosiy yondashuv mavjud – an'anaviy va muqobil (psixosemantik).

An'anaviy yo'nalish J.Bruner va R.Tagiuri asarlarida, shuningdek, L.Rossning "sog'lom fikr" psixologiyasida, G.Kelli, D. Shader va boshqalarning kauzal atributsiya nazariyasida o'z ifodasini topgan. Muqobil yondashuvga J. Kelli asos solgan va uni nomlagan. Muqobil yo'nalish shaxs konstruktleri-tuzilmalari nazariyasining oqimida paydo bo'lib psixosemantik yo'nalish tomonida rivojlantirilgan (P. Vernon, V.F. Petrenko, A.G. Shmelev va boshqalar).

Muqobil yondashuv vakillari, shaxs implitsit nazariyasining tarkibiy qismlarini ajratib ko'rsatishdan tashqari, individual komponentlar orasidagi sifatlar va aloqalarni shaxsiy semantik makonda baholash va birlashtirishga imkon beradigan omillar tahlilini o'tkazdilar. Agar nazariya ifodalangan, o'zlashtirilgan va empirik, aniqrog'i eksperimental tarzda tasdiqlangan bo'lsa, bu nazariya eksplitsit deb hisoblanadi. Eksplitsit nazariyaning mezonlari – bu muammolarni qamrab olishning kengligi, tejamkorlik va empirik tadqiqotlar bilan bog'liqligidir.

Tadqiqot ma'lumotlarini guruhlash (R.B.Kettell bo'yicha). Tadqiqot ma'lumotlarini qo'lga kiritish usuli bo'yicha guruhlash XX asrning o'rtalarida amerikalik psixolog R.B.Kettell tomonidan taklif qilingan va odatda shaxs muammolari va ijtimoiy-psixologik masalalar haqidagi ma'lumotlarni o'z ichiga oladi.

L-ma'lumotlar (life data) – haqiqiy hayot faktlarini qayd etish yo'li bilan olingan ma'lumotlar. Bu odatda inson yoki guruhning kundalik hayotini kuzatishi haqidagi ma'lumotlardir. Muammoning dastlabki tadqiqotini aynan shulardan boshlash tavsiya qilinadi.

Q-ma'lumotlar (questionnaire data) – so'rovlar, qiziqishlar testi, o'z-o'ziga hisobot berish va o'zini o'zi baholashning boshqa metodlari, shuningdek psixiatrlar, o'qituvchilar va boshqalarni erkin tadqiq etish orqali olingan ma'lumotlar. Yo'riqnomalarning soddaligi va ma'lumot olishning qulayligi tufayli Q-ma'lumotlar shaxsga doir tadqiqotlarida etakchi o'rinni egallaydi. Metodlar miqdori juda ham ko'p. Eng mashhurlari: Ayzenkning so'rovnomalari (EPI, EPQ), Minnesota ko'p tarmoqli shaxslar ro'yxati (MMPI), Kaliforniya psixologik testi (CPI), Kettell 16-faktorli shaxslar inventarizatsiyasi (16PF), Gildford-Simmerman temperament testi (GZIS).

T-ma'lumotlar (test data) – obyektiv testlar, shuningdek fiziologik o'lchovlar orqali olinadigan ma'lumotlar. Bu ma'lumotlar “obyektiv”dir, chunki ular o'z-o'zini baholash yoki ekspertlar xulosasiga murojaat qilmasdan, reaksiyalarni hamda insonlarning xulq-atvorini obyektiv o'lchanishi natijasida olinadi. T-ma'lumotlarni olish metodikalar soni ham juda katta. Bular qobiliyat testlari, intellekt testlari, muvaffaqiyatlar testlari.

Kettell, shuningdek, antropometrik va fiziologik o'lchovlarni, vaziyatli va proektiv testlarni ham shuning ichiga kiritadi (jami 12 guruhga bo'lingan 400 dan ortiq metodlar). Eng mashhurlari: Rorshaxning “Siyox dog'lar testi”, Rozensveig testi, tematik appersepsiya testi (TAT), Stenford-Bine, Veksler, Amthauer intellekt testlari.

Nazorat savollari

1. “Metodologiya” tushunchasiga ta'rif bering.
2. Psixologiya fanidagi ilmiy bilimlarning asosiy belgilarini ayting va misollar keltiring.
3. Fanning soxta fandan farqi nimada? Soxta ilmiy psixologik bilimlarga misollar keltiring.
4. Paradigma nima?
5. Psixologik tadqiqot bosqichlarini tavsiflang.
6. Gipoteza nima? Ilmiy farazlarning qanday turlari mavjud?
7. T. Kun ilm-fanning qaysi ikki etapini ajratib ko'rsatadi?

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

1. Psixologik bilim turlarini tanlash va misollar keltirish - ilmiy, maishiy, badiiy va mistik.

2. Ilmiy psixologik tadqiqotlar o'tkazish uchun asos bo'la oladigan empirik savollarni tuzish va shakllantirish: “Baxt nima?”, “Ayollar tabiatan erkaklarga qaraganda mehribonroq?”, “Haqiqat nima?”, “Salomatlik nima?”, “Badiiy adabiyot o'qish insonga ta'sir qiladimi?”

3. J.Gudvin darsligida ta'kidlangan psevdofanning– ilmparastlik, rad etishdan qochish, yagona dalilga tayanish, murakkab hodisalarni soddalashtirilgan tushunchalarga keltirish kabi xususiyatlari asosida frenologiya, grafologiya, xiromantiya, astrologiya, numerologiyaning asosiy xususiyatlarini tahlil qilish.

4. Ilmiy nashrlarga annotatsiya yozing.

Test topshiriqlari

1. Quyidagilardan qaysi biri psixologiyaning metodologik tamoyillari bilan bevosita bog‘liq?

- A) determinizm tamoyili
- B) qarama-qarshiliklarning birligi va kurashi tamoyili
- D) faoliyat tamoyili
- E) ong va faoliyatning birligi tamoyili.

2. Psixologiya ----- mustaqil fan sifatida shakllandi

- A) XIX asrning 40-yillarda
- B) XIX asrning 80-yillarda
- D) XIX asrning 90-yillarda
- E) XX asr boshlarida.

3. Metodologiya bu -

- A) bilish jarayonining natijasidir
- B) bilimga erishish va shakllantirish usullari
- D) o‘quv faoliyatini mazmunining asosi
- E) xulq-atvor va faoliyatning yangi shakllari vujudga keladigan jarayon.

4. Psixik jarayon uni yuzaga keltiruvchi omillarga quyidagi tamoyil bo‘yicha bog‘liq:

- A) indeterminizm
- B) rivojlanish
- B) determinizm
- E) tizimlilik.

5. T.Kunning fikricha, fanning tarixiy taraqqiyot bosqichlariga bu -

- A) normal fan bosqichi va ilmiy inqilob bosqichi
- B) normal fan bosqichi va ilmiy tahlil bosqichi
- D) ilmiy kashfiyot bosqichi va ilmiy inqilob bosqichi
- E) falsafiy mulohazalar bosqichi va ilmiy inqilob bosqichi.

6. B.G.Ananov psixologik tadqiqotning empirik usullariga qaysi usullarni kiritadi?

- A) kuzatish, eksperiment, psixodiagnostika usullari
- B) qiyosiy, longitudinal, kompleks usullar

- D) matematik va statistik ma'lumotlarni tahlil qilish va sifat tavsiflash usullari
- E) genetik va strukturaviy usullar.

7. Tadqiqotchi tomonidan minimal darajada ta'sirlangan psixologik tadqiqot ma'lumotlari bu -

- A) emic- ma'lumotlar
- B) etic- ma'lumotlar
- D) aralash ma'lumotlar
- E) miqdoriy ma'lumotlar.

8. Rasmiylashtirilgan, sun'iy bo'lgan psixologik tadqiqot ma'lumotlari bu:

- A) etic- ma'lumotlar
- B) emic- ma'lumotlar
- D) aralash ma'lumotlar
- E) miqdoriy ma'lumotlar.

9. Yangi seriya oldidan olib boriladigan tadqiqot, bu tadqiqotda metodologiya va dizayn sifati tekshiriladi, aralashuvchi o'zgaruvchilar aniqlanadi va eksperimental farazlar aniqlanadi - bular:

- A) pilotaj tajriba
- B) takrorlovchi tajriba
- D) qidiruv tajribasi
- E) aniqlashtirish tajribasi.

10. Ilgari hech kim bu usul bilan yechishga urinmagan muammoni hal qilishga qaratilgan ilmiy izlanishlar:

- A) kritik tajriba
- B) aniqlashtirish tajribasi.
- D) qidiruv tajribasi
- E) takrorlovchi tajriba.

1.3-Mavzu. Psixologik tadqiqot metodlarining tasnifi

Mashg'ulotning maqsadi: psixologiyadagi tadqiqot metodlarini tavsiflash.

Asosiy tushunchalar: psixologik metodlarning umumiy ilmiy tasnifi, abstraksiya va konkretlashtirish, induksiya va deduksiya, analiz va sintez, taqqoslash, umumlashtirish, sinflashtirish.

Nazariy ma'lumot. Zamonaviy fanning barcha metodlari nazariy va empirik metodlarga bo'linadi¹. Bu shartli bo'lish hisoblanadi. Mustaqil metod sifatida, o'z xususiyatlariga ega bo'lgan modellashtirishni ajratib ko'rsatish mumkin. Bundan tashqari, nazariy va empirik metodlardan interpretatsion metodlarni, xususan, ma'lumotlarni taqdim etish hamda qayta ishlash usullarini farqlashadi.

Nazariy tadqiqotlar olib borishda, olim real voqelikning o'zi bilan emas, balki uning–aqliy obrazlar, formulalar, fazoviy-dinamik modellar, sxemalar, tabiiy tildagi tavsiflar va boshqalar ko'rinishidagi tasavvurlari bilan ish olib boradi. Nazariy ish “ongda” amalga oshiriladi.

Nazariy tuzulmalarning to'g'riligini tekshirish uchun empirik tadqiqotlar olib boriladi; olim obyektning ramziy yoki fazoviy-majoziy analogi bilan emas, balki bevosita o'zi bilan aloqada bo'ladi. Empirik tadqiqot ma'lumotlarini qayta ishlash va sharhlashda eksperimentator xuddi nazariyotchi kabi grafiklar, jadvallar, formulalar bilan ishlaydi, lekin ular bilan o'zaro ta'sir asosan “tashqi planda” bevosita aloqada sodir bo'ladi: sxemalar chiziladi, kompyuter yordamida hisob-kitoblar amalga oshiriladi va hokazo. Nazariy tadqiqotda tasavvur qilingan tadqiqot obyekti, turli faraz qilingan sharoitlarga joylashtirilganda "fikir tajribasi" amalga oshiriladi, shundan so'ng mantiqiy mulohazalar asosida obyektning ehtimolli xatti-harakati va o'zgarishlari tahlil qilinadi. Modellashtirish usuli umumlashgan hamda mavhum bilim beradigan nazariy metoddan ham, empirik metoddan ham farq qiladi. Modellashtirishda tadqiqotchi analogiya usulidan, “xususiydan xususiyga” ongli xulosa chiqarishdan foydalanadi, eksperimentator esa induksiya usullaridan foydalangan holda ishlaydi (matematik statistika induktiv xulosa chiqarishning zamonaviy varianti hisoblanadi).

¹ Дружинин В.Н. Экспериментальная психология. 2-nashr., qayta ishlanga va to'ldirilgan. – СПб: Изд-во «Питер», 2000. 18-bet.

Nazariyachi o'z vaqtida Aristotel tomonidan ishlab chiqilgan deduktiv xulosa chiqarish qoidalaridan foydalanadi.

Umumiy ilmiy empirik usullarga quyidagilar kiradi: 1) kuzatish; 2) tajriba; 3) o'lchash.

Keling, ularning xususiyatlarini, tadqiqotchiga beradigan imkoniyatlarini hamda kamchiliklarini ko'rib chiqamiz.

Talabalar odatda birinchi kuzatish metodi bilan tanishadilar. Bir qator fanlarda bu yagona empirik usuldir. Astronomiya klassik kuzatish fani hisoblanadi. Uning barcha yutuqlari kuzatish texnikasining takomillashishi bilan bog'liq. Kuzatish xulq-atvor fanlarida muhim hisoblanadi. Etologiyada (hayvonlarning xulq-atvori haqidagi fan) asosiy natijalar hayvonlarning tabiiy sharoitdagi faoliyatini kuzatish orqali qo'lga kiritiladi. Kuzatish fizika, kimyo, biologiya fanlarida ham katta ahamiyatga ega. Voqelikni o'rganishning idiografik deb nomlanuvchi yondashuvi kuzatish bilan bog'liq. Ushbu yondashuv izdoshlari uni noyob obyektlar, ularning xatti-harakatlari va tarixini o'rganadigan fanlarda mumkin bo'lgan yagona yondashuv deb hisoblashadi.

Idiografik yondashuv yakka hodisa va voqealarni kuzatish va qayd etishni talab etadi. U tarix fanlarida keng qo'llaniladi. Psixologiyada ham u katta ahamiyat kasb etadi. Bu borada A.R.Luriyaning "Buyuk xotira haqidagi kitobcha" yoki Z.Freydning "Leonardo da Vinchi" monografiyasi kabi tadqiqotlarni eslashning o'zi kifoya.

Idiografik yondashuvga qarama qarshi bo'lgan va undan farqlanadigan yondashuv bu – nomotetik yondashuv. Nomotetik yondashuv obyektlarning rivojlanishi, mavjudligi va o'zaro ta'sirining umumiy qonuniyatlarini ochib beruvchi tadqiqotdir.

Kuzatish – bu voqelikni bilishga nomotetik yoki idiografik yondashuvni amalga oshirishga asoslangan metod.

Kuzatish metodidagi cheklovlar empirik tadqiqotning boshqa, yanada "mukammal" metodlarini: eksperiment va o'lchashni keltirib chiqardi. Tajriba va o'lchash jarayonni obyektivlashtirishga imkon beradi, chunki ular maxsus jihozlar va natijalarni miqdoriy shaklda obyektiv qayd etish metodlari yordamida amalga oshiriladi.

Kuzatish va o'lchashdan farqli o'laroq, eksperiment voqelik hodisalarini maxsus yaratilgan sharoitlarda takrorlash va shu orqali hodisa va tashqi sharoitlarning xususiyatlari o'rtasidagi sabab-oqibat munosabatlarini ochib berish imkonini beradi.

O'lchash tabiiy sharoitlarda ham, sun'iy ravishda yaratilgan sharoitlarda ham amalga oshiriladi. O'lchashning eksperimentdan farqli jihati shundaki, tadqiqotchi obyektga ta'sir ko'rsatishga intilmaydi, balki tadqiqotchi o'lchash texnikasidan qat'i nazar, obyektning xususiyatlarini o'z holicha "obyektiv" ravishda qayd etib boradi, ammo bir qator fanlarda o'lchashni qo'llab bo'lmaydi.

Kuzatishdan farqli o'laroq, o'lchash metodi obyekt va o'lchash asbobi o'rtasidagi o'zaro ta'siri jarayonida amalga oshiriladi: obyektning tabiiy "xulq-atvori" o'zgartirilmaydi, balki qurilma tomonidan nazorat qilinib, qayd etib boriladi. O'lchash mobaynida sabab-oqibat bog'liqliklarini aniqlashning imkoni yo'q, biroq obyektning turli parametrlari darajalari o'rtasida aloqalarini o'rnatish mumkin. SHu tariqa, o'lchash jarayoni korrelyasiya tadqiqotiga aylanadi.

Obyektning turli parametrlarining o'lchash natijalarini taqqoslash, ular orasidagi munosabatlarni aniqlash imkonini beradi. Obyektning turli xususiyatlari o'rtasidagi aloqalarni o'rnatish – korrelyasiya tadqiqoti deb ataladi. Shuning uchun o'lchashni kuzatish va eksperiment o'rtasidagi "oralik" metod, "instrumental kuzatish" sifatida ta'riflash mumkin.

Kuzatishni shartli ravishda "passiv" tadqiqot metodi deb atash mumkin. Haqiqatan ham, odamlarning xatti-harakatlarini kuzatish yoki xulq-atvor parametrlarini o'lchash orqali, tabiat bizga "shu erda va hozir" nimani taqdim etayotgani bilan ish ko'ramiz. Biz kuzatishni o'zimizga qulay vaqtda takrorlab, jarayonni o'z ixtiyorimizga ko'ra qayta kuzata olmaymiz. O'lchashda biz faqatgina "tashqi" xususiyatlarni ro'yxatdan o'tkazamiz: ko'pincha "yashirin" xususiyatlarga oydinlik kiritish maqsadida, ayrim tashqi sharoitlarni yaratish va o'zgartirish orqali obyekt yoki uning xatti-harakatlaridagi o'zgarishlarni "qo'zg'atish" lozim.

Hodisa va jarayonlar o'rtasidagi sababiy bog'liklikni aniqlash uchun tajriba o'tkaziladi. Tadqiqotchi tashqi sharoitlarni o'rganilayotgan obyektga ta'sir qiladigan tarzda o'zgartirishga harakat qiladi. Bunda, obyektga tashqi ta'sir sabab, obyekt holatining (xulq-atvorining) o'zgarishi esa oqibat hisoblanadi.

Eksperiment – bu voqelikni o'rganishning "faol" metodidir. Tadqiqotchi nafaqat tabiatga savollar beradi, balki uni bu savollarga javob berishga "majburlaydi" ham. Kuzatish va o'lchash "Qanday qilib? Qachon? Qay tarzda?", tajriba esa "Nega?" degan savolga javob beradi.

Sababiy bog‘liqlikning eksperimental gipotezasini tekshirish maqsadida maxsus ishlab chiqilib, boshqariladigan sharoitlarda tadqiqot o‘tkazishga *eksperiment* deyiladi. Tajriba davomida tadqiqotchi doimo obyektning harakatini kuzatib boradi hamda uning holatini o‘lchaydi. Kuzatish va o‘lchash jarayonlari eksperimentga kiradi. Bundan tashqari, tadqiqotchi obyektning holatini o‘lchash uchun unga rejali va maqsadli ravishda ta’sir o‘tkazadi. Mazkur amaliyot *eksperimental ta’sir* deb ataladi.

Eksperiment – zamonaviy tabiatshunoslik va tabiiy fanga yo‘naltirilgan psixologiya asosiy metodi. Ilmiy adabiyotlarda “tajriba” atamasi ham yaxlit eksperimental tadqiqotga – yagona reja bo‘yicha o‘tkaziladigan bir qator eksperimental harakatlarga hamda yagona eksperimental harakat – malakaga nisbatan qo‘llaniladi.

Oraliq natijalar bo‘yicha xulosa qilib, kuzatish bevosita, “passiv” tadqiqot metodi ekanligini ta’kidlaymiz. O‘lchash “passiv”, ammo bilvosita metoddir. Eksperiment – “faol”, lekin ayni paytda voqelikni o‘rganishning bilvosita usulidir.

S.L.Rubinshteyn “Umumiy psixologiya asoslari” asarida kuzatish va eksperimentni asosiy psixologik metodlar sifatida ajratib ko‘rsatadi. Kuzatish “tashqi” va “ichki”ga (o‘z-o‘zini kuzatish), eksperiment – laboratoriya va tabiiyga, hamda psixologik-pedagogik va yordamchi metod – asosiy modifikatsiyadagi fiziologik eksperimentga (shartli reflekslar usuli) ajratilgan. Bundan tashqari, u faoliyat mahsulotlarining o‘rganish metodlarini, suhbat (xususan, Piajening genetik psixologiyasidagi klinik suhbat) va anketani ajratib ko‘rsatadi.

B.G. Anan’ev metodlarni quyidagilarga ajratadi: 1) tashkiliy (biz yuqorida ta’kidlab o‘tgan 4 va 5-darajalar); 2) empirik; 3) ma’lumotlarni qayta ishlash usullari hamda 4) sharhlash.

Ananyev tashkiliy metodlarni qiyosiy, longyutyud va kompleks deb tasniflagan. Ikkinchi guruhga kuzatish metodlari (kuzatish va o‘z-o‘zini kuzatish), eksperiment (laboratoriya, dala-joylarda, tabiiy va boshqalar), psixodiagnostika metodi, faoliyat jarayonlari va mahsulotlarini tahlil qilish (prakseometrik usullar), modellashtirish va biografik metod kiritilgan.

Uchinchi guruhga ma’lumotlarni matematik-statistik tahlil qilish va sifat tavsiflash metodlari kiritildi. Nihoyat, to‘rtinchi guruhni genetik (filo- va ontogenetik) hamda strukturaviy metodlar (klassifikatsiya, tipologizatsiya va boshqalar) tashkil etadi.

Psixologik tadqiqot metodlarini tavsiflash va tasniflashning boshqa yondashuvlari ham mavjud, ammo deyarli har doim psixologik tadqiqotning empirik usullari va umuman psixologik metodlar o'rtasiga tenglik belgisi qo'yiladi, bu holat ikkalasining o'ziga xos xususiyatlarini aniqlashni qiyinlashtiradi.

Boshqa fanlar singari, psixologiyada metodlarning uchta sinfini ajratib ko'rsatish maqsadga muvofiqdir:

1. *Empirik* - unda tadqiqot obyekti va subyektining tashqi haqiqiy o'zaro ta'siri amalga oshiriladi.

2. *Nazariy* -subyekt va obyekti fikriy model (aniqrog'i, tadqiqot predmeti) bilan o'zaro aloqada bo'ladi.

3. *Izohlash va sharhlash* - bunda subyekt "tashqaridan" obyektning belgili-ramziy tasviri (grafiklar, jadvallar, diagrammalar) bilan o'zaro ta'sir qiladi.

Birinchi guruh metodlarini qo'llash natijasi – obyektning holatini asboblari ko'rsatmasi, subyekt holati, kompyuter xotirasi, faoliyat mahsulotlari va boshqalar orqali qayd etuvchi ma'lumotlar hisoblanadi.

Nazariy metodlarni qo'llash natijasi tabiiy so'zlashuv tili, belgili-ramziy yoki fazoviy-sxematik shaklidagi fanni bilish bilan ifodalanadi.

Nihoyat, izohlash-sharhlash metodlari – nazariy va eksperimental metodlarni qo'llash natijalarining "uchrashadigan, birlashadigan soha" va ularning o'zaro ta'sirga ega bo'lish joyidir. Empirik tadqiqot ma'lumotlari, bir tarafdin, nazariya tadqiqoti, modeli, induktiv gipotezani tashkil qiluvchi natijalarga qo'yiladigan talablarga muvofiq birlamchi qayta ishlanadi va taqdim etiladi.

Boshqa tarafdin esa, bu ma'lumotlarning, raqobatdosh tushunchalar atamalarida gipotezalarning natijalarga muvofiq kelishi nuqtayi nazaridan sharhi yuzaga keladi. Sharhning mahsuli – fakt, empirik bog'liqlik va pirovardida gipotezani tasdiqlash yoki rad etish hisoblanadi.

Psixologik tadqiqotning nazariy metodlari deb quyidagilarni e'tirof etamiz: 1) deduktiv (aksiomatik va gipotetik-deduktiv), boshqacha aytganda – umumiylikdan xususiyga, mavhumdan konkretlikka o'tish.

Natija – nazariya, qonun va boshqalar; 2) induktiv — faktlarni umumlashtirish, xususiydan umumiyga o'tish. Natija — induktiv gipoteza, qonuniyat, klassifikatsiya, tizimlashtirish; 3) modellashtirish — murakkabroq obyektning analogi sifatida oddiyroq va / yoki tadqiqot uchun qulay obyekt olinadi, o'xshashlik usuli, "transduksiya",

xususiyydan xususiyyga ongli xulosa chiqarishni konkretlashtirish orqali o'rganiladi. Natija — obyekt, jarayon, holat modeli shakllantiriladi.

Nazorat savollari

1. Noeksperimental psixologik metodlarni sanab bering.
2. Psixologiyadagi so'rov metodlarini ifodalab bering.
3. Eksperimental psixologik metodlar nimadan iborat?
4. B.G.Ananyev psixologik metodlarning qanday tasnifini taklif qilgan?

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

1. Mavzuda qo'llanilgan atamalarni izohlarini umumlashtirib glossariy shakllantiring
2. Nomotetik va idiografik yondashuvlarga mos bo'lgan badiiy asarlardan namuna keltiring.

1.4-Mavzu. Psixologik eksperiment asoslari

Mashg'ulotning maqsadi: talabalarni psixologiyada o'tkaziladigan tajribalarning xususiyatlari va turlari bilan tanishtirish.

Asosiy tushunchalar: izlanuvchi va tasdiqlovchi tajribalar, tanqidiy tajribalar, pilotaj tajribalar, yakkaxon tadqiqot yoki tabiiy eksperiment.

Nazariy ma'lumot. Maxsus boshqariladigan sharoitlarda birorta psixik hodisani o'rganish maqsadida tadqiqot o'tkazish *eksperiment yoki tajriba* deyiladi. Tajriba davomida tadqiqotchi doimo obyektning harakatini kuzatib o'lchab boradi, tadqiqotchi obyektga rejali va maqsadli ravishda ta'sir o'tkazadi. Mazkur amaliyot *eksperimental ta'sir* deb ataladi. Psixologiya sohasidagi eksperimentni o'ziga xosligi shundaki, eksperimentator tajriba jarayonida mustaqil o'zgaruvchini faol boshqaradi, boshqa metodlarda esa, faqat mustaqil o'zgaruvchilar darajasini tanlash variantlari bo'lishi mumkin¹. Rasmiy manbalarda eksperimental tadqiqotlarning bir necha turlari ajratiladi.

Eksperimentning tadqiqot-izlanish va tasdiqlovchi turlari ajratiladi. Ularning farqi muammoning ishlab chiqilish darajasiga, tobe va

¹ Дружинин В.Н. Экспериментальная психология. 2-е изд., перераб. и доп. СПб: Изд-во «Питер», 2000. С.64.

mustaqil o'zgaruvchilar o'rtasidagi munosabatlar haqidagi bilimlarning mavjudligiga bog'liq.

Mustaqil va tobe o'zgaruvchilar o'rtasida sababli bog'liqlik bor yoki yo'qligi noma'lum bo'lganda, (eksplorator) izlanish tajribasi o'tkaziladi.

Shuning uchun izlanish tadqiqotlari A va B o'zgaruvchilar o'rtasida sababli bog'liqlik bor yoki yo'qligi haqidagi gipotezani tekshirishga qaratilgan.

Agar ikkita o'zgaruvchi o'rtasida sifat munosabatlari haqida ma'lumot bo'lsa, bu munosabatlarning turi haqida ilmiy faraz ilgari suriladi. Shundan so'ng tadqiqotchi tasdiqlovchi (konfirmator) tajriba o'tkazadi, unda mustaqil va tobe o'zgaruvchilar o'rtasidagi funksional miqdoriy munosabatlar turi aniqlanadi.

Umuman olganda, tadqiqot algoritmi quyidagicha ko'rinishga ega:

1. A va B o'rtasidagi sifat-sabab bog'liqlik haqida ilmiy faraz ilgari suriladi.

2. Izlanish tajribasi o'tkaziladi.

3. Agar gipoteza tasdiqlanmasa, boshqa sifatli faraz ilgari suriladi va yangi izlanish tajribasi o'tkaziladi; agar sifat gipotezasi tasdiqlansa, miqdoriy funksional gipoteza ilgari suriladi.

4. Tasdiqlovchi tajriba o'tkaziladi.

5. O'zgaruvchilar o'rtasidagi bog'liqlik turi haqidagi gipoteza qabul qilinadi (yoki rad etiladi) va aniqlashtiriladi.

Psixologik tadqiqot amaliyotida "tanqidiy yoki kritik eksperiment", "pilotaj tadqiqoti" yoki "pilotaj tajribasi", yohud "tabiiy tajriba" tushunchalari eksperimental tadqiqotlarning har xil turlarini tavsiflash uchun ham qo'llaniladi.

Bir vaqtning o'zida barcha mumkin bo'lgan farazlarni sinab ko'rish uchun tanqidiy tajriba o'tkaziladi. Ulardan birini tasdiqlanishi boshqa barcha mumkin bo'lgan muqobilarni rad etishga olib keladi. Psixologiyada tanqidiy tajriba o'tkazish nafaqat puxta rejalashtirishni, balki ilmiy nazariyani yuqori darajada ishlab chiqishni ham talab etadi. Bizning ilm-fanda deduktiv modellar emas, balki empirik (tajribaga asonlangan) umumlashtirishlar hukmron bo'lgani uchun tadqiqotchilar kamdan-kam hollarda tanqidiy tajriba o'tkazadilar.

"Pilotaj tadqiqoti" atamasi, asosiy gipoteza, tadqiqotga yondashuvlar, reja va boshqalar qayta ishlanadigan dastlabki tajribani yoki bir nechta bosqichdagi eksperimentlarni ta'riflashda qo'llaniladi. Odatda, pilotaj tajriba "ulkan", ko'p ish talab qiladigan eksperimental tadqiqotdan oldin pul va vaqtni behuda sarflamaslik uchun o'tkaziladi.

Pilotaj tadqiqotlar kam miqdorli sinaluvchilar namunasida, qisqartirilgan rejaga muvofiq va tashqi o'zgaruvchilarni qattiq nazorat qilmasdan o'tkaziladi. Pilotaj natijasida olingan ma'lumotlarning ishonchliligi past, biroq uning o'tkazilishi orqali farazlarni ilgari surish, tadqiqotlarni rejalashtirish, o'zgaruvchilar nazorati va boshkalarga taalluqli qo'pol xatolar bartaraf qilinadi. SHu bilan birga, pilotaj mobaynida "izlanish maydonini" toraytirish, farazni aniqlashtirish va "ulkan" tadqiqot o'tkazish metodikasiga aniqlik kiritish mumkin.

Dala tadqiqotlari kundalik hayotdagi real o'zgaruvchilar o'rtasidagi munosabatni, masalan, bolaning guruhdagi mavqei va tengdoshlari bilan o'yinda mavjud bolalar soni yoki o'yin xonasida egallagan maydoni o'rtasidagi bog'liqlikni o'rganish uchun o'tkaziladi. Mohiyatan, dala-maydon tadqiqotlari (yoki dala-maydon eksperimenti) kvazi-eksperimentlarni nazarda tutadi, chunki uning davomida tashqi o'zgaruvchilarni qat'iy nazorat qilish, guruhlarni tanlash va ulardagi sinaluvchilarni tarqatish, mustaqil o'zgaruvchini boshqarish va tobe o'zgaruvchini aniq qayd etish imkoni mavjud emas. Ammo ba'zi hollarda "dala-maydon" yoki tabiiy eksperiment – bu (rivojlanish psixologiyasi, etologiya, ijtimoiy psixologiya, klinik psixologiya yoki mehnat psixologiyasi va boshqalarda) ilmiy ma'lumot olishning yagona yo'lidir. "Tabiiy eksperiment" tarafdorlari, laboratoriya eksperimenti ekologik jihatdan noto'g'ri natijalar beradigan sun'iy jarayon, deb ta'kidlaydilar, chunki u sinaluvchini kundalik hayot kontekstidan "sug'urib oladi". Ammo dala-maydon tadqiqotlarida, ma'lumotlarning aniqligi va ishonchliligiga ta'sir etuvchi xato va to'siqlar laboratoriya tadqiqotlariga qaraganda ancha ko'p. Shuning uchun psixologlar tabiiy tajribani shunday rejalashtirishga harakat qiladilarki, uni o'tkazish sxemasi laboratoriya tajribasi sxemasiga iloji boricha yaqinroq bo'ladi va ular "dala-maydonda" olingan natijalarni yanada jiddiyrok jarayonlar orqali qayta tekshiradilar.

Psixologiyada eksperimental tadqiqotlar, boshqa fanlarda bo'lgani kabi, bir necha bosqichda olib boriladi. Ularnig bir qismi majburiy, bir qismi esa ba'zi hollarda mavjud bo'lmasligi mumkin, lekin oddiy xatolarga yo'l qo'ymaslik uchun qadamlar ketma -ketligini eslab qolish lozim.

Psixologik eksperimental tadqiqotlarning asosiy bosqichlari va ularning mazmunini qisqacha ko'rib chiqamiz.

1. Har qanday tadqiqot uning mavzusini aniqlashdan boshlanadi. Mavzu tadqiqot sohasi, muammolar doirasi, predmet, obyekt va

usullarni tanlovini cheklaydi. Biroq, aslida tadqiqotning birinchi bosqichi bu muammoning dastlabki qo'yilishidir. Tadqiqotchi zamonaviy psixologik bilimlarda nimadan norozi ekanligini, qaerda muammolar mavjudligini, qanday nazariyalar inson xulq-atvori tushuntirishda qarama-qarshi ta'riflar berayotganini va hokazolarni o'zi uchun bilib olishi darkor.

Empirik tadqiqotlar uchta asosiy holatlarda o'tkaziladi:

- hodisaning mavjudligi haqidagi farazni tekshirish;
- hodisalar orasidagi bog'liqlik mavjudligi haqidagi farazni tekshirish;
- *A* hodisasining *B* hodisasiga sababiy bog'liqligi haqidagi gipotezani tekshirish.

Tajribaning o'zi faqat hodisalarning sababiy bog'liqligini aniqlash uchun ishlatiladi. Maktabning birinchi oylarida 6-7 yoshli bolalarda nevrotizatsiyaning (maktabga noto'g'ri moslashish sindromi) kuchayishining asosiy sababi nima? Ehtimolli javoblar: ta'lim faoliyatiga tayyorgarlikning past darajasi (boshlang'ich ta'lim ko'nikmalarining shakllanmaganligi), irodaviy ixtiyoriy o'z – o'zini boshqarish kam rivojlanganligi, past darajadagi intellekt, sinf kollektiviga qo'shilishning ijtimoiy va psixologik muammolari va boshqalar. Bu gipotezalarning har biri sinovdan o'tishni talab qiladi, garchi ularning hammasi oqilona va asosli ko'rinsa ham.

2. Muammoning dastlabki qo'yilishidan so'ng, ilmiy adabiyotlar bilan ishlash bosqichi boshlanadi. Tadqiqotchi boshqa psixologlar tomonidan olingan eksperimental ma'lumotlar va uni taqozo etgan hodisaning sabablarini tushuntirishga urinishlar bilan tanishib chiqishi kerak.

Zamonaviy tadqiqotchining xizmatida kompyuter ma'lumotlar bazasi, Internet tarmoqlari va boshqalar, kutubxonalar, ixtisoslashtirilgan jurnallar mavjud.

Birlamchi ish psixologik lug'atlarda, shuningdek, tegishli fanlar bo'yicha lug'atlar va ensiklopediyalarda mavjud bo'lgan asosiy tushunchalarning ta'rifini izlashdan boshlanadi. Shu yerning o'zida muammo bo'yicha asosiy nashrlarga havolalar ham mavjud. Keyingi qadam – kutubxona tizimli kataloglari yordamida tadqiqot mavzusi bo'yicha bibliografiya tuzishdan iborat bo'ladi. Tadqiqot mavzusidagi nashrlar bilan referativ jurnallar orqali oldindan tanishish olish mumkin. Bizda VINITI tomonidan nashr etiladigan bunday turdagi yagona jurnal "0.4. Biologiya. 0.4.II bo'lim. Psixologiya" hisoblanadi.

Xorijiy nashrlar ichida eng nufuzlisi qilib Amerika Psixologiya Assotsiatsiyasi tomonidan chop etiladigan *Psychological Abstract* qayd etish mumkin. Unda ingliz tilidagi psixologik jurnallarda chop etilgan ko'pchilik asarlar bo'yicha qisqacha izohlar keltirilgan. Tanlangan muammo bilan bog'liq tadqiqotlar bo'yicha batafsil ma'lumotni nashrlarning o'zidan: ilmiy jurnallar, to'plamlar va monografiyalarning maqolalardan izlash kerak: Rossiyaning eng nufuzli psixologik ilmiy jurnallari: Rossiya Fanlar akademiyasi tomonidan nashr etiladigan "Психологический журнал"; "Вопросы психологии" - Rossiya ta'lim akademiyasining organi; Moskva davlat universiteti nashriyoti tomonidan nashr etiladigan "MDU xabarnomasi. Psixologiya seriyasi"; "Психологическое обозрение" - Rossiya Psixologiya Jamiyatining nashri; L.S. Vigotskiy nomidagi "Diyagnostika, moslashish, rivojlanish" markazi tomonidan nashr etiladigan "Salomatlik maktabi"; Rossiya Fanlar akademiyasining Psixologiya instituti tomonidan nashr etiladigan "Xorij psixologiyasi".

Ilmiy manbalar tahlili bo'yicha ishning natijasi muammoning aniqlanishi, yangi gipotezaning paydo bo'lishi va eksperimental tadqiqot rejasi uchun g'oya hisoblanadi. Ehtimol, psixolog muammoni o'rganishdan voz kechishi mumkin, chunki muammo yechimsiz bo'lib ko'rinishi yoki aksincha, mavjud natijalarga yangi hech narsa qo'shilmaydigan darajada o'rganilgan bo'lishi mumkin.

3. Keyingi bosqichda gipoteza aniqlashtiriladi va o'zgaruvchilar aniqlanadi. Muammoning birlamchi shakllantirilishi allaqachon yashirin ravishda unga javob variantlarini nazarda tutadi. Masalan, umumiy intellektning rivojlanish darajasiga nima ko'proq darajada – irsiyatmi yoki atrof-muhit ta'sir qiladi, degan savol ko'plab umumiy nazariy taxminlarni cheklaydi. Xuddi shunday ravishda, agar siz muammoni – qaysi analizator bola psixikasi rivojlanishining dastlabki bosqichlarida sensorli ma'lumotlarning integratori vazifasini bajaradi qabilida qo'ysangiz, – javob analizator tizimlari ro'yxati va "nol" javob (ya'ni hech qaysi) bilan chegaralanadi.

Eksperimental gipoteza, nazariy gipotezadan farqli o'laroq, implikativ bayonot shaklida shakllantirilishi kerak: "Agar ...u holda ...". Bundan tashqari, uni aniqlashtirish va ishga tushirish kerak. Bu shuni anglatadiki, "agar A bo'lsa, u holda B" bayonotiga kiritilgan A va B o'zgaruvchilari tajribada nazorat qilinishi kerak: ya'ni A - eksperimentator tomonidan boshqariladi va B - bevosita yoki apparaturalar yordamida qayd etiladi. Eksperimental jarayon nuqtayi

nazaridan o'zgaruvchilarning ta'rifi va ularning ishlashi gipotezani aniqlashtirish bosqichini yakunlab beradi. Shunday qilib, eksperimental tadqiqot mavzusi aniqlanadi: psixikaning eksperimental ta'sir yo'naltirilgan tomoni va tajriba davomida qayd etilgan xatti-harakatlarini tartibga soluvchi tomoni. Psixik reallik esa har doim eksperimentda "moderator o'zgaruvchi" yoki "oraliq o'zgaruvchi" sifatida namoyon bo'ladi.

Psixolog psixik reallikni voqelikni emas emas, balki subyektning ruhiyatiga ta'sir qiluvchi vaziyatning tashqi parametrlarini boshqaradi. Mustaqil o'zgaruvchini belgilab olish orqali, psixolog "moderator o'zgaruvchisi" va xatti-harakatlar parametrlari o'rtasida funksional (psixo-regulyator) bog'liqlik mavjudligidan kelib chiqadi. Bu asosiy umumiy faraz – har qanday psixologik eksperiment uchun zaruriy asosdir.

Shuni ta'kidlash kerakki, bir qator rasmiy hujjatlarda uchraydigan talablar, albatta, tadqiqotning dolzarbligi, ilmiy yangiligi, amaliy ahamiyatini tavsiflashi, uning "maqsadlari", "vazifalar" va boshqalarni ajratib ko'rsatishi, haqiqiy ilmiy ishlarni tashkil etish va rejalashtirish bilan aloqasi yo'q.

Mustaqil, bog'liq va "moderator o'zgaruvchi" bilan bir qatorda, tobe o'zgaruvchiga ta'sir qilishi mumkin bo'lgan tashqi o'zgaruvchilar aniqlanishi hamda ishga tushirilishi lozim.

4. Tadqiqotchi unga quyidagilarga imkon beradigan eksperimental vositani tanlab olishi kerak: a) mustaqil o'zgaruvchini boshqarish; b) tobe o'zgaruvchini qayd etish. Gap psixologik eksperiment uchun o'ziga xos texnika va jihozlar haqida ketmoqda. Bundan tashqari, tajriba shartlari (xona, vaziyat, vaqt va boshqalar) tashqi o'zgaruvchilarning ta'sirini yo'qotish yoki ularning tobe o'zgaruvchiga ta'siri konstantligini doimiyligini ta'minlash kerak. Tajriba uchun uskunani tanlash eksperimentator qaysi metodni tanlashi yoki yaratishiga qarab belgilanadi. Ayrim tajribalarda tadqiqotchi qalam, Vitkin-Gotshaldt testi shakli va soniya-o'lchagichdan foydalansa, boshqalarida, kompyuter yordamida avtomatlashtirilgan tajriba o'tkazishi mumkin: qo'zg'atuvchi stimul materialni kompyuter displeyda namoyish etadi, sinaluvchining harakatlari esa joystik yordamida qayd etilishi mumkin, yoki tajriba talab etsa maxsus jihozlar – eksperimental kamerani ham qo'llasa bo'ladi.

Psixologik eksperimentda turli xil jihozlardan, shu jumladan, psixofiziologik apparaturalardan foydalanish mumkin. Faqat

sinaluvchini tadqiqot uchun haddan tashqari ortiqcha testlar bilan yuklashdan qochish kerak.

Afsuski, mamlakatimizda psixologik-eksperimental tadqiqotlarni o'tkazishda qo'llaniladigan uskunalarini ishlab chiqarish yo'lga qo'yilmagan. Eksperimental laboratoriyalarni jihozlash standarti mavjud emas. Sinov metodikalarini chop etish ham tadqiqotchilar va amaliyotchilarning ehtiyojlarini qondirmaydi. Shuning uchun asosiy asbob-uskunalar mustaqil ravishda, hunarmandchilik yo'li bilan ishlab chiqariladi yoki iloji bo'lsa (asosan psixofiziologik tadqiqotlarda) biofizik va psixofiziologik tadqiqotlar uchun tibbiy asbob-uskunalar va jihozlardan foydalaniladi.

5. Eksperimental tadqiqotni rejalashtirish butun jarayonning markaziy qismi hisoblanadi. Birinchi navbatda, tobe o'zgaruvchiga ta'sir qilishi mumkin bo'lgan tashqi o'zgaruvchilarni ajratib ko'rsatish haqida gap ketmoqda. Rejalashtirish eksperimentning tashqi va ichki asosliligini ta'minlash uchun zarur bo'ladi. Mutaxassislar tashqi o'zgaruvchilarni boshqarishning ko'plab usullarini tavsiya qilishadi.

Keyingi qadam eksperimental rejani tanlashdan iborat. Qaysi reja afzalroq? Bu savolga javob eksperimental gipotezaning nima ekanligi, tajribada qancha tashqi o'zgaruvchilarni nazorat qilish kerakligi, vaziyat tadqiqot o'tkazish uchun qanday imkoniyatlarni taqdim etishi va hokazolarga bog'liq. Vaqt va resurslar (shu jumladan moliyaviy) cheklangan holatda eng oddiy eksperimental rejalar tanlanadi. Bir nechta mustaqil o'zgaruvchilarni nazorat qilishni yoki ko'plab qo'shimcha o'zgaruvchilarni hisobga olishni talab qiladigan murakkab gipotezalarni sinab ko'rish uchun tegishli kompleks rejalar qo'llaniladi.

Tadqiqotchi bitta sinaluvchi ishtirokida eksperiment o'tkazishi mumkin. Bunday holatda, u bitta mavzu bo'yicha qaysidir tadqiqot rejalarini qo'llaydi (*single-subject research*). Agar tadqiqotchi guruh bilan ishlayotgan bo'lsa, u holda tajriba va nazorat guruhlari yordamida bir qator rejalarini tanlab olishi mumkin. Ikkita guruh (tajriba va nazorat) uchun mo'ljallangan rejalar eng sodda rejalar hisoblanadi. Agar yanada murakkab nazorat lozim bo'lsa, ko'p guruhli rejalar qo'llaniladi.

Psixologiyada tez-tez qo'llaniladigan yana bir variant – faktor rejalar. Ular ikki yoki undan ortiq mustaqil o'zgaruvchilarning bir tobe o'zgaruvchiga ta'sirini aniqlash zarur bo'lganda qo'llaniladi. Bunda mustaqil o'zgaruvchilar bir necha intensivlik darajasiga ega bo'lishi mumkin. 2x2 yoki 2x2x2 tipidagi eng oddiy faktor rejalar ikki

gradatsiya darajali ikkita va shunga mos ravishda uchta mustaqil o'zgaruvchilardan foydalanishni nazarda tutadi.

Bundan murakkabroq eksperimental rejalar ham mavjud.

Ikki o'zgaruvchi o'rtasidagi munosabatlarni o'rganish rejalarining protsessual tasnifi D. Kempbell tomonidan ishlab chiqilgan. Ularning asosiylari quyidagilardir: ikki guruh uchun dastlabki testdan o'tkazish orqali oddiy reja (test — ta'sir — retest); dastlabki sinovlarsiz ikkita tasodifiy tanlangan guruhga mo'ljallangan reja (tasodifiy tanlov — ta'sir — test); Bu ikkala rejani birlashtiradigan to'rt guruh uchun mo'ljallangan Solomon rejasi. Ular *chin eksperimentlar rejaları* deb ataladi. Agar chin eksperiment rejasini amalga oshirish imkonsiz yoki keraksiz bo'lsa, tadqiqotchi kvazi-eksperimental rejalaridan birini qo'llaydi.

6. Sinaluvchilarni tanlash va guruhlariga taqsimlash, qabul qilingan eksperimental rejaga muvofiq amalga oshiriladi. Ushbu psixologik tadqiqot obyekti bo'lishi mumkin bo'lgan potensial test obyektlarining butun to'plami *populyatsiya* yoki *bosh to'plam* sifatida belgilanadi. Tadqiqotda ishtirok etuvchi aksariyat odamlar yoki hayvonlarga *tanlanma* deyiladi. Eksperimental tanlanmaning tarkibi umumiy populyatsiyadan andoza olishi, bosh to'plamni barcha sifatlarini aks ettirishi lozim ya'ni *reprezentativ* bo'lishi lozim, chunki tajribada olingan xulosalar nafaqat ushbu tanlanma vakillariga, balki populyatsiyaning barcha a'zolariga tegishli bo'ladi.

Populyatsiyani tanlash, tadqiqot maqsadlariga bog'liq. Psixogenetika bo'yicha mutaxassis mono va dizigotik egizaklar, shuningdek, ularning ota-onalari, bobolari va buvilarini subyektlar sifatida tanlab oladi. Tibbiy psixolog posttravmatik stress sindromi bo'lgan odamlardagi tajovuzkor xatti-harakatlarni tadqiq etishda, afg'on urushi faxriylari tanlanmasida tadqiqot o'tkazadi. Operant o'rganish qonunlari tadqiqotchisi kalamushlar tanlanmasida tajribalar o'tkazadi.

Barcha potensial subyektlar jinsi, yoshi, ijtimoiy mavqei, ta'lim darajasi, sog'lig'i va boshqalar bilan tavsiflanadi. Bundan tashqari, ular turli xil individual psixologik xususiyatlarga ega bo'ladi, masalan, aqlning turli darajalari, nevrotizm, tajovuzkorlik. Saralab olingan tanlanma bosh to'plamni namoyon eta olishi uchun, potensial sinaluvchilarni hamma siga eksperiment ishtirokchisi bo'lishlari uchun, teng imkoniyatlar berilishi kerak.

Randomizatsiya (tasodifiy tanlash) texnikasi shundan iboratki, aholining barcha vakillariga indeks biriktiriladi, so'ngra esa tajribada ishtirok etish uchun kerakli o'lchamdagi guruhda tasodifiy tanlov

amalga oshiriladi. Bu holatda, bizda uchta guruh mavjuddir: 1) bosh to'plam; 2) tanlov amalga oshiriladigan randomizatsiya guruhi; 3) eksperimental randomizatsiya tanlanmasi.

Tanlanma uchun talablardan biri – reprezentativlik. Tanlanma sifat va son jihatdan bosh to'plamni, populyatsiyada mavjud bo'lgan potensial sinaluvchilarning asosiy turlarini ifodalashi kerak. Barcha guruhlar ekvivalent bo'lishi maqsadida, sinaluvchilar eksperiment va nazorat guruhlariga to'g'ri taqsimlangan bo'lishi lozim tadqiqotchilar uchun tanlanma shakllantirishni ko'plab usullari mavjud.

Bundan tashqari, tadqiqotchi ketma-ketlik, differensial uzatish va hokazolarning mumkin bo'lgan ta'sirini nazorat qilish yoki hisobga olish uchun turli xil eksperimental sharoitlarga qarab guruhlarini taqsimlaydi.

7. Eksperiment o'tkazish, shubhasiz, tadqiqotning eng muhim qismi bo'lib, odamdan nafaqat bilim va ko'nikmalarni, balki tajriba o'tkaza olish qobiliyatini ham talab qiladi. Har qanday eng yaxshi g'oyani, beparvo tajribalar bilan buzib yuborish mumkin. Tajriba mobaynida tadqiqotchi subyekt bilan o'zaro ta'sir qilish jarayonini tashkil qiladi, ko'rsatmalarni o'qib beradi, zarurat tug'ilganda o'rgatish etapini o'tkazadi. U mustaqil o'zgaruvchini (vazifalar, tashqi sharoitlar va boshqalarni) o'zgartirib turadi, o'zi yoki assistenti yordami bilan sinaluvchi xatti-harakatlarini qayd etadi.

Nihoyat, eksperimentator eksperiment oxirida sinaluvchi bilan savol-javob o'tkazadi (eksperimentdan keyingi suhbat).

Tadqiqotning yakuniy mahsuloti – ilmiy *hisobot, maqola qo'lyozmasi, monografiya, ilmiy jurnal tahririyatiga maktubdan iborat bo'ladi.*

Agar eksperimental gipoteza rad etilgan yoki ishonch bilan rad etilmasa hamda tadqiqot natijalari tegishli shaklda ilmiy jamoatchilik muhokamasiga taqdim etilgan taqdirda, tadqiqot tugallangan hisoblanadi.

Nazorat savollari

1. Psixologiyada tajriba o'tkazishning qanday turlaridan foydalaniladi?
2. "Tabiiy eksperiment" tushunchasiga izoh bering.
3. Tajriba o'tkazish qanday bosqichlarni o'z ichiga oladi?

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

Eksperimental loyiha rejasini ishlab chiqing

1. Tadqiqot mavzusini shakllantirish.
2. Tadqiqotning ahamiyati, dolzarbligi, ilmiy yangiligi va amaliy ahamiyatini asoslab bering.
3. Tadqiqotning ishchi gipotezasini tavsiflang, qarshi gipoteza va nol gipotezani tuzing.
4. O'zgaruvchilarni tavsiflang: mustaqil, tobe, tasoddiy va boshqa o'zgaruvchilar.
5. O'rganilayotgan tanlanmani qanday shakllanishini aytib bering.
6. Tajriba turini aniqlang.
7. Eksperimental loyihani tanlang va eksperiment loyihasini tavsiflang. Barcha turdagi gipotezalarning qaysi asosida tekshirilishini, ularning tasdiqlanishini ko'rsating.

1.5-Mavzu. Kuzatish va o'z-o'zini kuzatish metodi

Mashg'ulotning maqsadi: psixologiyada kuzatish va o'z-o'zini kuzatish metodlarini tavsiflash.

Asosiy tushunchalar: kuzatish tadqiqot metodi sifatida, kuzatish predmeti, shartlari, vositalari, kuzatish turlari.

Nazariy ma'lumot. Obyektni o'rganishning asosiy metodi sifatida boshqa birorta empirik usul qo'llanilsa ham, kuzatish, albatta, unga hamroh bo'lib, jarayonning ajralmas qismi hisoblanadi. Shunday qilib, har qanday tajribani o'tkazishda, eksperimentator sinaluvchining reaksiyalari va xatti-harakatlarini kuzatadi, eksperiment qoidalari va shartlariga rioya qilishini nazorat qiladi, qo'llaniladigan asboblarning ishlashini ko'zdan kechiradi va hokazo. Aynan shu holat test va so'rov o'tkazish, psixofiziologik o'lchovlar va psixoterapevtik ta'sir qilish, biografik ma'lumotlarni yig'ish hamda ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar o'tkazishda ham orqali sodir bo'ladi.¹

Kuzatishning eng qisqa ta'rifi: *tashkillashgan idrok*. Yana bir, qisqa bo'lgan, ta'rif uchraydi: "rejalalashtirilgan idrok". Aniqrog'i esa, *kuzatish – bu psixik hodisalarni maqsadli, tashkillashtirilgan va*

¹ Никандров В.В. Экспериментальная психология. Учебное пособие. СПб.: Издательство «Речь», 2003.

muayyan sharoitlarda o'rganish uchun qayd qilib boriladigan holatda idrok etish.

Keltirilgan so'nggi ta'rifdan ilmiy psixologik kuzatishga taalluqli *asosiy talablar* kelib chiqadi. Bular: *maqsadning mavjudligi, kuzatish jarayonini tashkil etish hamda olingan ma'lumotlarni qayd etish.* Bunga qo'shimcha qilib, yozib olingan materialning o'rganilayotgan hodisalarga *to'liqligi va mosligiga (adekvatligiga)* qo'yiladigan talablarni aytish lozim.

Anglangan maqsadning mavjudligi kuzatish obyekti va predmetiga tegishli munosabatni yaratadi. Kuzatuvchi u yoki bu vaziyatda nimani e'tiborga olish kerakligini allaqachon biladi. U o'z e'tiborini aynan shu fakt va hodisalarga qaratadi, hatto ular aniq bo'lmagan, deyarli sezilmaydigan, boshqa hodisalar bilan niqoblangan hollarda ham ularni ilg'ab oladi. Kuzatishning maqsadga yo'naltirilganligi uning tanlab olinish (selektivlik) xususiyatini belgilaydi, yuzaga kelgan vaziyatlarda tadqiqotchi uchun ahamiyatga molik, asosiy narsani ajratib ko'rsatadi. Ilk qarashda kuzatishning selektivligi, yuqorida ko'rsatilgan to'liqlik talabiga ziddek tuyuladi, chunki ba'zan ma'lumotlarning qayd etilishi fotografiklik kuzatilgan vaziyatga mutlaq muvofiq bo'lishi kerak deb tushuniladi.

Biroq ma'lum bo'lganidek "cheksizlikni qamrab bo'lmaydi". Bunday holda, atrofdagi real voqelikni barcha cheksiz xilma-xilligini, hatto ma'lum bir kuzatilgan vaziyatning cheklangan makon va vaqt sharoitida ham qayd etishning prinsipial jihatdan imkonsizligi haqida gap ketmoqda. Aynan, rejali harakat (tizimlilik) kuzatish predmeti haqidagi bilimlarning zaruriy to'liqligini ta'minlab beradi.

Rejali harakat, shuningdek, *tizimli* kuzatishni, ya'ni predmetni uning yaxlit ko'rinishini tasvirlab bera oladigan holda idrok etishni ham nazarda tutadi. Va bu tizimlilik tadqiqot obyekti va predmeti haqidagi qoniqarli darajada to'liq bo'lgan bilimlarni to'plash imkonini beradi. Rejali harakat va tizimlilik kuzatish jarayoniga ustanovka va idrok shartlarining bir xil talablar asosida olib borilishini ta'minlaydi. Tabiiy vaziyatlarda kuzatishni bir hilligini ta'minlash kuzatuvchiga bog'liq bo'lmaydi. Rejasiz ish ko'rayotgan tadqiqotchiga turli kuzatishlardagi tafovutlarga nimalarga bog'liq bo'lganini: sharoitlarning o'zgarishiga bog'liqmi yoki bo'lmasa hodisalarning o'ziga bog'liqmi aniqlash ancha mushkuldir.

Maqsadga yo'nalganlik va bu orqali kuzatishning rejali harakati hamda tizimlilik pirovard natijada uning *tashkillangaligini* ta'minlaydi.

Tashkillanganlik deganda, kuzatuvchi harakatining ma'lum bir tartiblilikiga tushuniladi, bu kuzatilayotgan hodisani oqilona va samarali idrok etish va qayd etishni ta'minlaydi. Ongli tashkil etilgan kuzatish tadqiqot predmeti haqida bilim olishning maxsus jarayoni hisoblanadi. Mazkur jarayonda, birinchi navbatda, tartib, harakatlar ketma-ketligi ta'minlanadi. Ammo, bu tartib sharoitlarga qarab ehtimoliy hodisalarning ahamiyatini ierarxiyasiga ko'ra o'zgarishi mumkin.

Kuzatishning tashkillangan bo'lishi muhim narsalarni o'tkazib yuborish ehtimolini kamaytiradi (ayniqsa, hodisalar rivoji kutilmagan tomonga o'zgarib ketganda) hamda nozik faktlarni aniqlash ehtimolini oshiradi. Tashkillanganlik darajasi, albatta, har xil bo'lishi mumkin, kamida kutilmagan hodisani idrok etishga faqat psixologik ustanovka mavjud bo'lgandagi tasodifiy kuzatishlardan, toki yaxshi rejalashtirilgan eksperimentda o'ta algoritmik kuzatishlargacha.

Tadqiqot metodi sifatida kuzatishning yutug'i shundan iboratki, ma'lumotlarni jamlash, hodisalarga ta'sir qilmaydi va kuzatilayotgan subyektning psixik jihatdan tabiiy namoyon bo'lishiga to'sqinlik qilmaydi. Odatda kuzatilayotgan shaxslar bu haqida bilishmaydi. Bu holat tufayli axloqiy etik muammolar yuzaga kelishi mumkin, va bu vaziyatlar psixolog tomonidan kasbiy etiket chegarasida, odob va xushmuomalalik bilan hal qilishni lozim.

Metodning kamchiligi sifatida quyidagilarni keltirish mumkin:

1) o'zini qiziqtirgan voqealarni kutayotgan kuzatuvchining passiv rolda bo'ladi, chunki bu voqealar doimo ham sodir bo'lavermaydi;

2) ma'lumotlarni rasmiylashtirishning qiyinligi, ularning miqdoriy tahlilini murakkablashtiradi;

3) barcha ta'sir etuvchi omillarni hisobga olishning iloji yo'qligi sababli, kuzatilayotgan hodisalarning sabablarini aniq belgilashning mushkulligi.

Kuzatuvchining ba'zi ijtimoiy idrok etish qonuniyatlari bilan shartlangan "oreol effekti", "kauzal atributsiya", "qarama-qarshi tasavvurlar" turi, "birlamchilik" va "yangilik" effektlari, identifikatsiya, empatiya, referentlik kabi holatlari va boshqalar kuzatishni murakkablashtiradi.

Kuzatish metodining turlari tadqiqotning maqsadlari, obykti, vaziyati bilan belgilanadi. Odatda kuzatishning quyidagi turlari ajratiladi:

1. Obyektiv – o'z o'zini kuzatish;
2. Dala-joylardagi – laboratoriyadagi kuzatish;

3. Individual – kollektiv kuzatuv;
4. Tasodifiy – ataylab kuzatish;
5. Tizimli – tizimsiz kuzatish;
6. To‘liq – noto‘liq kuzatish;
7. Uzluksiz – tanlab kuzatish;
8. Aniqliqlovchi – baholovchi kuzatish;
9. Standartlashtirilgan – standartlashtirilmagan kuzatish;
10. Ochiq – yashirin kuzatish;
11. Ko‘shilib kuzatish – ko‘shilmasdan kuzatish;
12. Bevosita – bilvosita kuzatish;
13. Uyushtirilgan – uyushtirilmagan kuzatish;

Obyektiv – yon-atrofdan kuzatish, ya’ni kuzatuvchi obyektlarni sirtidan kuzatadi. Mustaqil tadqiqot metodi sifatida psixologiyaning barcha bo‘limlarida, ayniqsa, ijtimoiy psixologiyada, rivojlanish psixologiyasida (birinchi navbatda zoopsixologiyada, qiyosiy, yosh davrlari, bolalar psixologiyasida), pedagogik psixologiyada va aksariyat tarmoqli psixologik fanlarda (tibbiy, sport, siyosiy psixologiyada va boshqalar) qo‘llaniladi. Ajralmas element sifatida u psixologiyaning deyarli barcha empirik metodlariga kiritilgan. Sinonimi – tashqi kuzatish.

O‘z o‘zini kuzatish (*introspeksiya ichiga nazar solish*) – subyektning o‘zini, o‘z ongi va xatti-harakatlarini kuzatishi. U etakchi metod sifatida psixologiya rivojlanishining dastlabki bosqichlarida asosan umumiy psixologiya muammolarini, birinchi navbatda psixik jarayonlarni o‘rganishda qo‘llanilgan. Hozirgi vaqtda u mustaqil metod sifatida deyarli ishlatilmaydi. Autotrening, autogipnoz, psixologik treninglarni ko‘rsatmalarga ko‘ra, o‘z his-tuyg‘ularingizni va xatti-harakatlaringizni kuzatishingiz kerak bo‘lgan holatlarda asosiy element sifatida qo‘llaniladi. Asosan, o‘z-o‘zini kuzatish turli xil zamonaviy metodlarning tarkibiy qismi sifatida ishlaydi, bunda subyektiv taassurotlar, reaksiyalar, xatti-harakatlar og‘zaki bayon qilinadi, ya’ni barcha “subyektiv” va ko‘plab “proektiv” metodlarda qo‘llaniladi. O‘z-o‘zini bilvosita kuzatishning turi psixologik tahlil qilinadigan hujjatli manbalarda: maktublar, kundaliklar, avtobiografiyalarda namoyon bo‘ladi. O‘z o‘zini kuzatishning sinonimlari: *ichki kuzatish* va *introspeksiya*.

Dala-joylarda (*tabiiy*) - obyektlarni ularning kundalik hayoti va faoliyatining tabiiy sharoitlarida kuzatish. U obyektiv kuzatish shaklida to‘laqonli amalga oshirilishi mumkin.

Laboratoriya metodida (*eksperimental*) - sun'iy yaratilgan sharoitda kuzatish. Ushbu sun'iylikning darajasi turli xil bo'lishi mumkin: birlamchi vaziyatda erkin suhbatdagi minimaldan holatdan tortib, to maxsus xonalar, texnik vositalar va majburiy ko'rsatmalardan foydalanilgan eksperimentdagi maksimal holatgacha. Dala-joydagi kuzatishdan farqli o'laroq, ushbu turdagi kuzatish deyarli har doim, yo ular bilan birga yoki ularning ajralmas komponenti sifatida, boshqa empirik usullardan foydalanish bilan bog'liqdir. Tibbiyot amaliyotida kuzatishning bunday turi ko'pincha *klinik kuzatish*, bemorni davolash jarayonida uning holatini kuzatish deb ataladi.

Individual - bitta kuzatuvchi tomonidan olib boriladigan kuzatishdir.

Jamoaviy – bir nechta kuzatuvchilar tomonidan bahamjihat olib boriladigan kuzatish. Bunday holda, bahamjihatlik, birinchi navbatda, kuzatuvchilarning joy va vaqt yagonaligi bilan emas, balki tadqiqotning umumiyliigi (yagona reja, maqsad, metodologiya) bilan belgilanadi, garchi odatda bir xil obyektning bir vaqtning o'zida uni o'rganishda bir nechta ishtirokchilar tomonidan kuzatishni nazarda tutsa ham.

Tasodifiy – oldindan rejalashtirilmagan, kutilmagan mavjud sharoitlar tufayli o'tkaziladigan kuzatish. Kuzatishning bu turi oldindan aytib bo'lmaydigan kamyob hodisalar sohasida alohida ahamiyatga ega. Masalan, NUJ deb ataladigan narsalarning paydo bo'lishi yoki to'satdan sodir bo'ladigan tabiiy ofatlarda odamlarning xatti-harakatlari. Tasodifiy kuzatishning ikki turi ajratib ko'rsatiladi: *kundalik*, har qanday shaxs, shu jumladan mutaxassis-psixologning o'zini o'zi va uning atrofidagi odamlar yoki hayvonlarni kuzatishi, hamda professional ish faoliyati davomida tasodifiy ravishda olib boriladigan *mutaxassislarga oid kuzatish*.

Ataylab - tadqiqotchi niyatining bir qismi bo'lib, muayyan maqsadlarni ko'zlaydigan, oldindan rejalashtirilgan kuzatish. Ko'rinib turibdiki, tasodifiy emas, balki qasddan (ataylab) olib borilgan kuzatishlar ilmiy ma'lumotlarning asosiy qismini ta'minlab beradi.

Tizimli kuzatish – bu oldindan o'ylangan rejaga muvofiq, hamda qoidaga ko'ra, oldindan tuzilgan grafikka ko'ra maxsus olib boriladigan kuzatishdir.

Tizimsiz – bu aniq rejasiz olib borilgan, maqsadsiz kuzatish.

To'liq– kuzatuvchi uchun mavjud bo'lgan maksimal ma'lumot qamrab olinadi va qayd etiladi. Kuzatishning bu turi obyektning o'ta chuqur o'rganish maqsadida qo'llaniladi. Ko'pincha, to'liq kuzatish

majburiy chora sifatida kuzatilayotgan shaxsning holati va xatti-harakatining qaysi omillari qayd etilishi kerakligi va qaysilari zarur emasligi, qaysi biri diqqatga molik va qaysi biri ahamiyasiz hisoblanadigan, qaysilarini taxmin etish mumkinu qaysi birlarini oldindan bilish imkonsiz bo'lgan hollarda amalga oshiriladi.

Noto'liq – kuzatuvchining diqqati kuzatilayotgan vaziyat va xatti-harakatlar muayyan parametrlariga qaratiladigan kuzatishdir. Qayd qilinishi lozim bo'lgan ma'lumotlar kuzatishning vazifalari va shartlaridan kelib chiqqan holda oldindan belgilanadi.

Uzluksiz – obyektning doimiy ravishda to'xtovsiz kuzatish. Odatda uni qisqa muddatli o'rganish yoki zarurat tug'ilganda, o'rganilayotgan hodisalarning dinamikasi haqida eng to'liq ma'lumot olish uchun foydalaniladi.

Selektiv – tadqiqotchi o'z xohishiga ko'ra tanlagan alohida intervallarda olib boriladigan kuzatish. Uzluksiz kuzatishga nisbatan tejamliroqdir. Bu turdagi kuzatishni uzoq muddatli, davomli tadqiqotlar, shuningdek, ma'lum bo'lgan bir hodisa to'g'risidagi alohida bo'shliqlarni to'ldirishda qo'llash maqsadga muvofiq hisoblanadi.

Aniqlik kirituvchi – kuzatilgan hodisalar va harakatlar faqat qayd etiladigan, hamda kuzatish davomida tadqiqotchi tomonidan muhokamaga ehtiyoj bo'lmasligi. Odatda, ushbu qayd etilgan faktlar tahlilga muhtoj emas va bir ma'noli izohga ega.

Baholovchi – kuzatuvchi tomonidan vaziyatga yoki qayd etilgan hodisa va faktlarga baho beriladigan kuzatishdir. Bunday kuzatishda idrok jarayonini izohlash bilan bog'laydigan joriy gipotezalar ilgari suriladi.

Basov tomonidan aniqlangan umumlashtiruvchi va izohlovchi kuzatishlarni, baholovchi kuzatishning variantlari sifatida ko'rsatish mumkin. *Umumlashtiruvchi* – bu kuzatuvchi ilg'agan qisqa qayd qilib qo'ygan, o'ta muhim narsani aks ettiruvchi kuzatishdir. Ba'zi faktlarni muhimga, boshqalarini esa ahamiyatsizga kiritish – ularni baholash hisoblanadi.

Interpretatsion – tushuntiruvchi xarakterga ega bo'lgan kuzatish. Tushuntirish odatda baholash funksiyasini o'z ichiga olgan taqqoslash, turkumlash, tasniflash va hokazo jarayonlarga tayanganligi sababli, ushbu turdagi kuzatishni baholovchi kuzatish turiga kiritish joizdir.

Standartlashtirilgan – oldindan ishlab chiqilgan, fiksatsiya shakli hamda qayd etiladigan parametrlar ro'yxatini belgilaydigan sxema bo'yicha amalga oshiriladigan kuzatish. Aynan shu yerda ba'zan

kuzatish blanklaridan foydalaniladi. Ya'ni ulardan o'rganilayotgan jarayon yoki hodisa umuman tushunarli bo'lganda hamda ularning elementlarini kuzatish, tafsilotlarni aniqlashtirish va qo'shimcha material olish talab etilgandagina foydalaniladi. Bu metodning afzalligi ma'lumotlarning ravshanligi va taqqoslay olinishida, miqdoriy baholash imkoniyatidadir.

Standartlashtirilmagan – tartibga solinmagan kuzatish, bunda sodir bo'layotgan hodisalarning tavsifi kuzatuvchi tomonidan erkin shaklda amalga oshiriladi. U odatda tadqiqotning dastlabki tekshiruv bosqichida, obyekt va uning ishlash qonuniyatlari haqida umumiy tasavvurni shakllantirish zarur bo'lganda qo'llaniladi. Metodning afzalligi, uning obyektga yangicha qarash, ilgari payqalmagan qonuniyat va faktlarni ko'rish imkoniyatidadir.

Ochiq – kuzatilayotganlar o'zlarini tadqiqot obyekti ekanligini anglaydigan. Bunda ular odatda kuzatuvchini bilishadi, bazan uning inkognito holatlari ham bo'lishi mumkin. Yashirin kuzatish – sinaluvchilarga ma'lum qilinmaydigan, ular sezmasdan amalga oshiriladigan kuzatishdir. Bu kuzatishda ko'pincha axloqiy-etik xarakterdagi muammolar uchrasa-da, ochiq kuzatishdan ko'ra keng tarqalgan.

Qo'shib kuzatish – kuzatuvchining o'zi, o'rganilayotgan guruhning a'zosi sifatida bu guruhni go'yoki ichidan turib o'rganadigan kuzatish.

Afzalliklari: 1) taassurotlarning bevositaligi va yorqinligi; 2) guruh muhitiga yaxshiroq kirib borish va insonlarning ichki dunyosini yaxshiroq tushunish imkoniyati. Kamchiliklari: 1) kuzatuvchining kuzatiluvchi pozitsiyasiga o'tishi (empatiya va identifikatsiya effekti) tufayli baholashdagi obyektivlikning yo'qolish xavfi; 2) jarayonni to'liq qayd etishning imkonsizligi sababli, yakuniy hisobotda bo'shliqlar va noaniqliklar bo'lishi mumkin.

Qo'shilmasdan kuzatish - kuzatuvchining o'rganilayotgan obyekt bilan o'zaro ta'sirsiz, tashqaridan kuzatish. Kuzatishning bu turi, aslida, obyektiv (tashqi) kuzatishdir. Kuzatishning ba'zan ko'shib va qo'shilmasdan kuzatishlar *orasidagi* kuzatishning *oraliq* shakllari ham bo'ladi. Masalan, pedagogning o'quvchilar va tarbiyalanuvchilarni kuzatishi. Ushbu oraliq variant, kuzatish elementlarini boshqa empirik usullarga kiritish holatlariga xosdir. Eksperimentlar, psixologik suhbatlar, intervyular va psixologik maslahatlar, psixoterapevtik ta'sirlar ham kuzatishning oraliq shakllaridir.

To'g'ridan-to'g'ri (*bevosita*) – bevosita kuzatuvchining o'zi tomonidan amalga oshiriladigan kuzatish. **Bilvosita** (*vositali*) – vositachilar orqali olib boriladigan kuzatish. Odatda, bu kuzatuvchini qiziqtirgan voqealar guvohlari va ishtirokchilaridan ma'lumot olishni anglatadi. Bilvosita kuzatishning turlariga o'rganilayotgan voqealarga oydinlik kirituvchi hujjatlar (hisobot, yozishma va boshqalar), so'rov va biografik ma'lumotlarni o'rganishni kiritish mumkin.

Uyushtirilgan– uning doirasida, tadqiqotchi kuzatiluvchini qandaydir harakat va amalga undaydigan kuzatish. Ushbu metod odatda o'rganilayotgan hodisani ta'kidlash va kuzatish jarayoni bilan bir vaqtga to'g'ri kelishi uchun qo'llaniladi. Bundan tashqari, o'rganish maqsadga muvofiq bo'lgan ba'zi harakatlar va xatti-harakatlar oddiy sharoitlarda ataylab niqoblanadiki, bu ularni kuzatishni nihoyatda qiyinlashtiradi. Masalan, savdo-sotiqdagi firibgarlik.

Uyushtirilmagan– bunday kuzatish jarayonida, voqea va hodisalarga maxsus ta'sir ko'rsatilmaydi.

Nazorat savollari

1. Kuzatish metodining afzalliklari va kamchiliklarini sanab bering.
2. Qanday holatlarda tadqiqotchi ushbu metodga murojaat qiladi?
3. Obyektiv va subyektiv kuzatish nimani anglatadi?
4. Tadqiqotchi kuzatishni olib borishda qanday axloqiy muammolarga duch kelishi mumkin?

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

1. Kuzatish metodini yutuq va kamchiliklarini T-jadval orqali ifodalang va sharhlang.
2. Kuzatish metodini kichik yoshdagi bolalarda kullanadigan modifikatsiyalarni tuplang va metodikadlar bankini tuzing.

1.6-Mavzu. Verbal-kommunikativ metodlar

Mashg'ulotning maqsadi: psixologiyada suhbat, so'rovnoma va intervyu metodlarini tavsiflash.

Asosiy tushunchalar: suhbat, standartlashtirilgan va standartlashtirilmagan intervyu, chuqur intervyu, suhbatning bosqich va usullari.

Nazariy ma'lumotlar. Verbal-kommunikativ metodlar – nutqiy (ogʻzaki yoki yozma) muloqotga asoslangan psixologik ma'lumotlarni olish va qoʻllash metodlari guruhi¹.

Metodlar xuddi diagnostika, tadqiqot, maslahat va psixokorreksiya ishlarining mustaqil metodi sifatida yoki ularning tabiiy tarkibiy qismlari sifatida boshqa metodlar tarkibiga ham kirishi mumkin. Masalan, eksperiment va test oʻtkazish boʻyicha koʻrsatmalar, psixoterapevtik suhbat, biografik ma'lumot toʻplash, praksimetriya va sotsiometriya boʻyicha soʻrovlar va boshqalar. Ushbu turdagi usullarning asosiy turlari: suhbat va soʻrov (soʻrovnoma oʻtkazish). Soʻrov ikki asosiy usulda amalga oshiriladi: intervyu va anketa oʻtkazish.

Suhbat – tadqiqotchini qiziqtirgan shaxs bilan mavzuga oid suhbat oʻtkazish orqali undan ogʻzaki ma'lumot olish metodi. Suhbat ijtimoiy, tibbiy, yoshga oid (ayniqsa, bolalar), huquqiy, siyosiy psixologiyalarda keng qoʻllaniladi. Mustaqil metod sifatida suhbat ayniqsa konsultativ, diagnostik va psixokorreksiya ishlarida intensiv ravishda qoʻllaniladi. Amaliy psixolog faoliyatida suhbat koʻpincha psixologik ma'lumotlarni toʻplashning professional usuligina emas, balki xabardor qilish, ishontirish va tarbiyalash vositasi rolini ham bajaradi.

Shu bilan birga, **psixologik suhbat**, ya'ni psixologik ma'lumot olish va insonga psixologik ta'sir koʻrsatishga qaratilgan suhbat, ehtimol, introspeksiya bilan bir qatorda, *psixologiyaga xos spetsifik metod* hisoblanadi.

Tadqiqotchi odatda suhbatni erkin, ixtiyoriy tarzda olib borishga, hamda bu orqali suhbatdoshini “ochishga”, oʻziga nisbatan ijobiy munosabat uygʻotishga harakat qiladi. Shundan soʻng suhbatdoshning samimiyligi sezilarli darajada oshadi. Odatda suhbatning muvaffaqiyatli boʻlishi uchun *suhbatning boshlanishi* juda muhim ahamiyat kasb etadi. Uning birinchi iboralari qiziqish va tadqiqotchi bilan muloqotga kirishish istagini yoki aksincha, undan qochish istagini uygʻotishi mumkin. Suhbatdosh bilan yaxshi aloqa oʻrnatishi uchun tadqiqotchi uning shaxsi, muammolari, fikrlariga befarq emasligini namoyon etishi tavsiya etiladi.

Psixologik suhbatning oʻziga xosligi, kundalik suhbatdan farqli oʻlaroq, *suhbatdoshlar pozitsiyalarining tengsizligidadir*. Bu oʻrinda psixolog, qoidaga muvofiq, faol taraf vazifasini oʻtaydi, aynan u suhbat mavzulariga yoʻnalish beradi hamda savollar beradi. Uning sherigi

¹ Никандров В.В. Экспериментальная психология. Учебное пособие. СПб.: Издательство «Речь», 2003.

odatda bu savollarga javob beruvchi rolini bajaradi. Psixologik suhbatning yana bir muhim xususiyati, jamiyatda *psixologga* inson qalbi va inson munosabatlari mutaxassisi sifatida *munosabat* shakllanganligi bilan izohlanadi. Shuningdek, suhbatni olib boradigan psixolog ushbu munosabat tizimiga mos kelishi lozim. U insonlarga nisbatan kirishimli, nazokatli, bag'rikeng, hissiy jihatdan sezgir va hozir-javob, kuzatuvchan va mulohaza yurituvchi, keng ko'lamli masalalar bo'yicha zakovatli, va albatta, chuqur psixologik bilimga ega bo'lishi kerak.

Ammo boshqariladigan deb atalmish suhbat, ya'ni tashabbus tadqiqotchi tomonida bo'lgan suhbat har doim ham samarali bo'lavermaydi. Ba'zida suhbatning boshqarilmaydigan shakliga ega bo'lish unumliroq bo'ladi. Bu erda tashabbus respondentga ko'chib o'tadi hamda suhbat iqrar shaklida bo'lishi mumkin. Ushbu turdagi suhbat psixoterapevtik amaliyot uchun, ya'ni odamga "ichidagini to'kib solish" zarur bo'lganda, odatiy hisoblanadi.

Suhbatning o'ziga xos turlari sifatida quyidagilarni ajratib ko'rsatish mumkin:

1) terapevtik (klinik) suhbat, muhtojlarga (bemorlarga, mijozlarga) psixologik yordam ko'rsatish usuli sifatida;

2) "eksperimentga kirish" - hamkorlikka jalb qilish;

3) eksperimental suhbat, unda ishchi gipotezalar tekshiriladi;

4) insonning hayot yo'lini (yoki guruh tarixini) ochib beradigan avtobiografik suhbat;

5) subyektiv anamnez (suhbatdoshning shaxsi to'g'risidagi ma'lumotlarni) to'plash;

6) obyektiv anamnez (suhbatdoshning tanishlari to'g'risidagi ma'lumotlarni) to'plash;

7) tezkor maslahat va psixologik yordam sifatida telefon orqali suhbat ("ishonch telefoni");

8) intervyu – suhbat va so'rov o'rtasidagi usul.

So'rov – so'rov o'tkazilayotgan odamlarning ularga berilgan savollarga javoblari orqali birlamchi ma'lumotlarni maqsadli ravishda olishning maxsus usuli. Suhbatga qaraganda, so'rovga tadqiqotchi va tadqiqot o'tkazilayotgan shaxs funksiyalari assimetriyasi ko'proq darajada xos. Birinchi (korrespondent) savol beruvchining (so'roq qiluvchi) aktiv pozitsiyasini egallaydi. Ikkinchisi (respondent) javob beruvchining (so'raluvchi) reaktiv pozitsiyasini egallaydi.

So'rovning verbal-kommunikativ usuli sifatida o'ziga xosligi uning muhim vositachiligida va ommaviy o'tkazish uchun keng

imkoniyatlaridadir. Vositachilik, birinchi navbatda, tadqiqotchi va respondent o'rtasida aloqaning maxsus "instrumenti" – odatda oldindan tayyorlangan va so'rovnoma (anketa) deb ataladigan izchil tizimga muvofiq tuzilgan savollar to'plamidan iborat. So'rovning ayrim turlarida bu tizim aniq moddiy shaklda – savollar ro'yxatida, boshqalarida esa – intervyu oluvchining ongida yashirin, ideal nomoddiy shaklda bo'ladi. Lekin har qanday holatda ham, savol so'rov jarayonida suhbatdoshlar o'rtasida vositachi sifatida ishlaydi.

Bundan tashqari, so'rovlarning ko'p turlarida vositachilarning rolini turli xil texnik vositalar o'ynashi mumkin: telefon, ovoz va video yozish uskunalari, televizor, bosma nashrlar (gazeta, jurnallar), pochta va telegraf obyektlari va boshqalar.

So'rov usullari odatda ikkita asosiy turga jamlanadi: 1) yuzma-yuz so'rov – intervyu hamda 2) bilvosita so'rov - anketa.

Ikkala holatda ham asosiy muammo savollar tizimini (so'rovnomaning) ustalik bilan tuzib chiqishdan iborat. Birinchi talab – bu so'rovnomaning tuzish mantig'i: u orqali tadqiqot gipotezasiga muvofiq zarur bo'lgan ma'lumotlar etkazilishi lozim. Respondentlarning javoblari tadqiqotda qo'yilgan vazifalarni hal qilishga yordam berishi kerak. Aynan shunday javoblarni olish uchun esa mazmuni va shakliga mos savollarni berish kerak. Boshqacha qilib aytganda, tadqiqot vazifasiga javoblarning adekvatligi, savollarning adekvatligi bilan ta'minlanadi. Gap shundaki, tadqiqot vazifasining mohiyatini to'g'ri aks ettiruvchi savollar ko'pincha respondentlar tomonidan idrok etilishi va tushunilishi qiyin. Bu savollar tadqiqotga oid yoki dasturiy savollari deb ataladi. Anglashni qulaylashtirish hamda ushbu savollarni tushunilish vaqtini qisqartirish maqsadida ular respondentlar uchun maqbulroq shakllarga aylantiriladi, natijada esa anketa savollari deb ataladigan savollar shakllanadi.

So'rovnomaning ikkinchi talabi – uning yordami bilan olingan ma'lumotlarning ishonchliligi. Bu respondentlarga berilgan savollarning maksimal darajada tushunarli va javoblarning ochiqligi bilan ta'minlanadi. Ushbu shartlarni bajarish uchun so'rovnomaning yaxshi holda ishlab chiqish va alohida savollarni shakllantirish maqsadida butun boshli usullar arsenal mavjud.

Odatda *savollarni tuzishda* quyidagi *qoidalar*ga rioya qilish tavsiya etiladi:

Har bir savol mantiqan alohida bo'lishi kerak. U ikki yoki undan ortiq kichik savollarni (aniq yoki noaniq tarzda) o'zida mujassam

etmasligi lozim. Misol uchun, “Inson faoliyatining eng muhim turlarida qaysi shaxs xususiyatlarni asosiy deb hisoblaysiz?” savolini ikkita alohida savolga ajratish zarur: “Siz inson faoliyatining qaysi turlarini eng muhim deb hisoblaysiz?” va “Siz ushbu turdagi faoliyat uchun qaysi shaxs xususiyatlarni eng muhim deb hisoblaysiz?”.

Noodatiy soʻzlar (ayniqsa, xorijiy soʻzlar), tor ixtisoslashgan atamalar, hamda koʻpmaʼnoli soʻzlardan foydalanmagan maʼqul.

Qisqalik va ixchamlikka intilish kerak. Uzundan uzun savollar, ularni idrok etish, tushunish va eslab qolishni qiyinlashtiradi.

Suhbatdoshga notanish boʻlgan mavzularga oid savollarga tushuntirish kiritish yoki misol shaklida kichik kirish soʻzlaridan foydalanishga ruxsat beriladi. Ammo savolning oʻzi qisqacha boʻlib qolishi lozim.

Savol imkon qadar aniq boʻlishi kerak. Mavhum mavzular va har qanday umumlashmalardan koʻra, alohida holatlarga, aniq mavzu va vaziyatlarga murojaat qilish afzalroqdir. Agar savol tarkibida ehtimolli javoblarga ishora yoki koʻrsatma mavjud boʻlsa, u holda bu javoblar uchun variantlar kengligi tugal (toʻla toʻkis) boʻlishi lozim. Agar bunga erishilmasa, unda hech qanday kalit boʻlmasligi uchun savolni qayta shakllantirish kerak boʻladi. Masalan, talabadan "Siz psixologik maʼlumotni qaerdan olasiz: darslikdanmi yoki maʼruzadanmi?" kabi savolni qoʻyish notoʻgʻri hisoblanadi. Bunday maʼlumotning manbasi sifatida, darslik va maʼruzalardan tashqari, ilmiy va badiiy adabiyotlar, boshqa odamlar, ilmiy konferensiyalar, kundalik tajriba va boshqalar xizmat qilishi mumkin.

Savollar respondentlarni nomaqbul javob berishga undamasligi kerak. Mazmun nuqtayi nazaridan bunga yoʻl qoʻymaslik mushkul boʻlsa, unda savolni shunday shakllantirish kerakki, respondent oʻziga zarar etkazmasdan, “yuzi qizarmasdan” javob berishga imkoniyat topa olsun. Savolning tarkibi stereotipli javoblarni olishga yoʻl qoʻymasligi lozim. Bunday qolipdagi, hech narsaga undamaydigan javoblar, odatda, tadqiqotchi uchun foydali boʻlgan maʼlumotlarga ega boʻlmaydi. Respondent uchun yoqimsiz va uning savolga salbiy munosabatini keltirib chiqaradigan soʻz va iboralarni ishlatishdan qochish maqsadga muvofiq hisoblanadi.

10. Taʼsir oʻtkazadigan savollarga yoʻl qoʻilmaydi. Misol uchun, “Siz bu fikrga qoʻshilmagan boʻlarmidingiz?”, “Sizga bu ... tuyulmayaptimi?” va hokazo kabi shakldagi savollarni mutlaqo qabul qilish mumkin emas.

So'rov metodi nazariyasi savollar bilan murojaat qilish texnologiyasini ishlab chiqqan holda, ularning har biri ma'lum bir muayyan topshiriqni hal qilishga qaratilgan ko'plab turlarga ega.

Savollarning eng mashhur turlari quyidagilardir: 1) ochiq – yopiq; 2) bevosita – bilvosita; 3) shaxsiy – shaxsiy bo'lmagan; 4) subyektiv – proyektiv; 5) asosiy – nazoratchi; 6) qiyin – oson; 7) tendensioz (moyil) – notendensioz (moyillikdan holi); 8) nozik – odatiy; 9) sodda – murakkab; 10) umumiy – xususiy; 11) axborot – munosabat haqidagi savollar; 12) asosiy va to'ldiruvchi.

Nazorat savollari

1. Qaysi metodlar verbal-kommunikativ metodlar sirasiga kiradi?
2. Suhbat metodini tavsiflab bering.
3. Intervyu savollarini tuzishda qaysi qoidalarga rioya etish lozim?

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

Tinglovchi profilini yaratish

Maqsad: suhbatni o'tkazish uchun asos sifatida tinglashning individual xususiyatlarini aniqlash.

Tinglash - bu eshitish va bir vaqtning o'zida tovushli nutqni tushunishni o'z ichiga olgan jarayon. Tinglashning individual xususiyatlarini aniqlash uchun "Tinglovchi profilini yaratish" usuli qo'llaniladi.

Buning uchun subyektlar tinglashning turli jihatlari bilan bog'liq savollarga javob beradilar va o'qlar bo'ylab o'z pozitsiyalarini grafik tarzda belgilaydilar. Savollar soni absissa o'qida, ularga javoblar esa ordinata o'qida baholash darajasiga mos keladigan +3 dan -3 ballgacha kengaytirilgan shkalada keltirilgan:

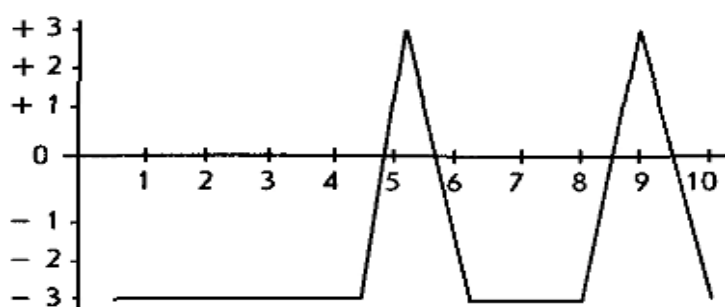
- +3 - men uchun odatiy;
- +2 - menga xos;
- +1 - ba'zida namoyon bo'ladi;
- 3 - hech qachon bo'lishi mumkin emas;
- 2 - odatda sodir bo'lmaydi;
- 1 - deyarli hech qachon sodir bo'lmaydi;
- 0 - bilmayman.

Sinaluvchiga savollar ro'yxati

1. Tinglash paytida men osongina chalg'idimmi?
2. Men tinglamasamda, o'zimni tinglayotgandek ko'satyapmanmi?
3. Men shunchaki odob yuzasidan tinglayapmanmi?

4. Suhbatdosh shoshmasdan gapirsa, men xayol suramanmi?
5. Tinglashdan charchasam ham tinglaymanmi?
6. Suhbatdoshimning gapini tez-tez bo'lib qo'yamanmi?
7. Balki men tinglamayapman, lekin javobim haqida o'ylayapmanmi?
8. Men shoshilinch xulosa chiqaryapmanmi?
9. Asosiy faktlarni eslab qolishga harakat qilamanmi?
10. Men so'zlovchiga salbiy munosabatda bo'lamanmi?

O'zingizning grafik profilingizni ideal bilan bog'lash sizga tinglashdagi kamchiliklaringizni aniqlash imkonini beradi. Ideal holda, grafik quyidagi shaklni oladi:



Dastlabki 5 ta savol tinglashning asosiy sifati - diqqatni baholaydi. Agar bu savollarga muntazam ravishda past natijalarni ko'rsatsa, tinglashning yetarli darajada muvaffaqiyatli bo'lmaganligini sabablarini diqqatning xususiyatlarida izlash kerak deb hisoblanadi.

6, 7, 8-savollar sinaluvchining sabrsizligi, o'zini ko'rsatish istagi kabi fazilatlari bilan bog'liq.

9-savolda sinaluvchining xotira xususiyatlari baholanadi.

10-savol sinaluvchining hissiy barqarorligi, uning shaxsiy mayillarini obyektiv ma'lumotlardan ajratish qobiliyati bilan bog'liq.

2-BO‘LIM. SHAXS PSIXOLOGIYASI. ICHKI REGULYATSIYA

2.1-Mavzu. Shaxsni o‘rganishning biografiya metodi

Mashg‘ulotning maqsadi: biografiya metodi haqida tushuncha berish; talabalarni biografiya metodi shakllanish tarixi bilan tanishtirish, psixologiya fanida biografiya metodidan foydalanish imkoniyatlari bilan tanishtirish.

Asosiy tushunchalar: biografiya, hayot chizig‘i, hayotiy vaziyat, hayotiy voqealar, biografik anketa, kontent-tahlil, biografika, xronotop, hayot samaradorligi

Nazariy ma’lumotlar. Biografiya yoki psixobiografiya deb ataladigan metod psixologiya va gumanitar fanlar metodlari orasida muhim o‘rin egallaydi. Biografiya metodining rivojlanishiga tarixchilar, sosiologlar, faylasuflar, san’atshunoslar va psixologlar hissa qo‘shgan.

Psixologiyada biografiya metodlari (yunoncha βιογραφία - tarjimai hol, βίος - hayot, γράφω - yozaman) - bu insonning hayot yo‘lini tadqiq qilish, tashxislash, korrektsiyalash va rejalashtirish usullarining umumiy nomi. "Biografiya metodi" turli bir biridan farqlanuvchi alohida uslublar yig‘indisidir. Biografiya metodining ko‘plab modifikatsiyalari hayotning turli sohalarini tahlil qilish uchun ishlatiladi. Mazkur so‘rovnoma stress, stressbardoshlilik yoki inson hayotidagi mavjud bo‘lgan stress darajasini aniqlovchi so‘rovnomadir. Adabiyotda siz ushbu testning turli mualliflar tomonidan moslashtirilgan bir nechta versiyalarini topishingiz mumkin.

Biografiya metodi - bu muayyan shaxs, uning turmush tarzi, atrof-muhiti va hayoti davomida sodir bo‘ladigan turli ijtimoiy jarayonlarga qaratilgan tahlildir.

Biografika esa - psixologiyaning bo‘limi bo‘lib, hayotning psixologik mexanizmlarini, hayotiy tanlovlarini, jumladan, ekzistensial kechinmalarni, individuallikning ichki dunyosining ruhiy sinovlarini o‘rganadi. Iste’dod, xarakter, dunyoqarash, hayot falsafasi, individuallik kabi shaxsiy tuzilmalar biografiya metodi orqali tushuntiriladi.

Biografik usulning yo‘nalishi genetik, tashkiliy shakli esa longityuddir. Bu konkret odamlarni uzoq muddatli o‘rganish emas, balki hayotning katta davrlarini shaxs o‘tmishning "yodgorliklari"dan foydalanib retrospeksiya orqali, va shaxsning o‘z kelajagiga nisbatan prognozlari orqali qamrab o‘rganishdir. Ammo XX asrgacha yozilgan mashhur adabiyot va tarix asarlari, bir vaqtning o‘zida psixologiya

uchun biografiya namunasi bo'la oladi. Antik davrda yaratilgan Svetoniyning "O'n ikki Sezar tarjimai holi" yoki Zahiriddin Muhammad Boburning "Boburnoma" avtobiografik xarakterdagi asarini ham misol sifatida ko'rsatish mumkin. Vilgelm Diltey ham biografik metodni gumanitar fanlar tadqiqotining eng yuksak shakli deb hisoblagan.

Avstriyalik gumanist-psixolog Viktor Frankl shunday yozgan: "Shaxs o'z biografiyasida namoyon bo'ladi. Shaxsni to'g'ridan-to'g'ri tahlil qilib bo'lmaydi, u o'z shaxsiyatini "o'zligini", o'ziga xos mohiyatini faqat biografik tushuntirish orqali ochib beradi. Pirovardida, biografiya - bu shaxsni muayyan vaqt va zamon ichida o'rganishdir".

XX asrning birinchi choragida biografiya metodining ilmiy tadqiqot vositasi sifatida rivojlanishiga xorij olimlari Z.Freyd, Sh.Byuler, V.Frankl, A.Adler, X.Tom, G.Olport, A.Maslou, rus olimlari S.L.Rubinshteyn N.A.Ribnikov, B.G.Ananevlar hissa qo'shganlar.

Birinchi bo'lib D.Tidemann 1787-yilda "Bolaning aqliy qobiliyatlarini rivojlantirish bo'yicha kuzatishlar" kitobida o'zining psixologik tadqiqotlarini biografik janrda tasvirlab bergan. Ch. Darvin bolaning rivojlanishi bo'yicha biografik kuzatishlar o'tkazgan bo'lsa, Z.Freyd biografiya metodga o'ziga xos tarzda murojaat qiladi, psixoanalizning asosiy materiali bu pasientlarni o'tmishdagi bolalik taassurotlaridir.

Amerikalik sotsiologlar V.Tomas va F.Znaneskiy asr boshlarida AQSHga ko'chib kelgan polshalik dehqonlarning xatlari va shaxsiy hujjatlarini (764 ta xat) tahlil qilib, biografik metodga murojaat qilganlar.

Sh. Byulerning biografiya metodi bilan bog'liq tadqiqotlari alohida e'tiborga loyiqdir. Sh.Byuler tadqiqotining mazmun-mohiyati uning 1933-yilda Leypsigda nashr etilgan "Insonning hayot yo'li psixologik muammo sifatida" nomli kitobida o'z ifodasini topgan.

Mazkur kitob 20-30-yillarda Sh.Byuler rahbarligida Vena Psixologiya instituti psixologlari tomonidan to'plangan ko'plab biografik materiallar asosida yozilgan. Inson hayoti uchta parametr bo'yicha tahlil qilindi: obyektiv hayotiy voqealar, ijodiy yutuqlar (mahsuldorlik), ichki dunyo holatlari -ma'lum bir yoshga xos bo'lgan tajribalar. Bularning barchasi rivojlanishning turli bosqichlarida organizmning umumiy biologik holati bilan, hayot egri chizig'i (*Lebenskurve*) bilan muvofiqlashtirilgan holda o'rganilgan.

90-yillarda K.A.Abulxanova-Slavskaya biografik metodning konseptual apparatini quyidagi tushunchalar bilan boyitdi: hayotiy vaziyat, hayot hodisasi, turmush tarzi, hayot uslubi, hayot saboqlari va sinovlari, vaqtni tashkil etish uslubi, vaqt potentsiali, hayotiy pozitsiya, hayot istiqboli, hayot chizig'i, o'z taqdirini belgilashda inson ma'naviyatining roli. Biografik usul tushunchalari doirasi kengayishda davom etmoqda.

Hayotiy voqealar bilan bir qatorda hayotning barqaror va yetarli darajada anglanmagan holatlari mavjud, bular: iqtisodiy, siyosiy, huquqiy, axloqiy va boshqa sharoitlaridir.

Rivojlanishning ijtimoiy holati tushunchasi psixologiyada L.S. Vigotskiy tomonidan tavsiflangan bo'lib, muayyan yosh davrida konkret bir shaxsga tegishli sharoitlar majmuini anglatadi. Ushbu holatlarning tabiati hayotning o'ziga xos vaqti va joyiga bog'liq bo'lib, u odatda *xronotop* tushunchasi bilan ifodalanadi, mazkur holda buni *biografik xronotop* deb nomlash mumkin.

Inson hayotining *obyektiv* xarakteristikasi bo'lgan individual hayot faoliyati shakllari odatdagi kundalik turmushi, hayotning *subyektiv* xarakteristikasi - turmush tarzi bilan to'ldiriladi, ya'ni muayyan hayot tarzini ta'minlovchi psixologik mexanizmlar tizimi shakllanadi. Biografik usul shaxsni butun o'mri davomida, yoki muayyan davrda uning individual hayoti doirasida rivojlanish istiqbollari yaxlit o'rganish imkonini bergani uchun keng qo'llaniladi.

Biografik metodda ma'lumot olish anketalar, intervyular, spontan yoki maqsadli bayon qilingan avtobiografiyalar, guvohlarning hikoyalari, kundaliklar, xatlar va boshqa materiallarni tahlil qilish bilan bog'liqdir, shuning uchun bu kontent tahlil metodni shaxsiy hujjatlarni tahlil qilish usuli deb ham nomlaydilar. Kontent tahlil metodi matnlar va hujjatlar bilan ishlash metodidir. Kontent tahlil metodi bu tadqiqot maqsadidan kelib chiqqan holda materialni ma'lum semantik birliklarga ajratib matnlar va boshqa axborot tashuvchilarni baholash usulidir.

Biografik usullar guruhidan asosiy anketalardan biri biografik anketadir. Biografik so'rovnomada insonning hayot yo'lining ko'rsatkichlarini aks ettiruvchi biografik ma'lumotlar guruhi ko'rsatilgan va u quyidagi elementlardan iborat:

- Hayot yo'li,
- Ijtimoiylashuv bosqichlari,
- Rivojlanish muhiti,
- Qiziqishlari,

– Sogʻligi.

Biografik tahlilda eng qiyini bu har bir hikoyada ijtimoiy yoki individual xususiyatlarni ajratib olishdir. Tadqiqotchining inson hayotini tasvirlashda uning tugʻilishidan to oʻlimigacha boʻlgan barcha maʼlumotlardan toʻliq foydalanishi juda kam uchraydi.

Biografik metodni qoʻllaganda “Shaxs shakllanishining xronologik jadvali” tuziladi. Xronologik jadval - bu ikki ustunni oʻz ichiga olgan jadval boʻlib, unda inson hayotining sanalari va asosiy voqealari aks etadi, hayotining boshlanishi va oxiri jadvalning birinchi va oxirgi qatorlariga kiritiladi. Oʻzbekiston xalq yozuvchisi Said Ahmad hayotining xronologik jadvalini qisqartirilgan versiyasini misol qilish mumkin.

Sana	Hayotiy voqealar
1920-yil 10-iyun	Said Ahmad 1920-yil 10- iyunda Toshkent shahri “Samarqand darvoza” mahallasida oʻz davrining obroʻli insonlaridan boʻlgan Husanxoʻja Dadaxoʻjayev oilasida dunyoga kelgan.
1940	1940 - yilda birinchi mualliflik hikoyalar toʻplami “Tortiq” nomi bilan nashr etiladi.
1941	1941 - yilda Nizomiy nomidagi Pedagogika institutini tamomlaydi va “Mushtum” jurnalida, “Qizil Oʻzbekiston”, “Sharq yulduzi” kabi gazeta-jurnallarda turli lavozimlarda mehnat qiladi
1949	Oʻtgan asrning 50-yillarida Said Ahmad qatagʻon davrining ikkinchi toʻlqini vaqtida “aksilshoʻroviy millatchilar guruhi aʼzosi, zararli gʻoyalar targʻibotchisi” sifatida ayblanib 25 yilga qamaladi.
1949..... ...1953	Said Ahmad Qozogʻistonning Qaraganda viloyati Jezqozgʻon lagerida 4 yil qamoqda oʻtiradi. Stalinning oʻlimidan soʻng, “aybi yumshatiladi” va ozod qilinadi.
	Uning “ Choʻl burguti ”, “ Lochin ”, “ Boʻston ”, “ Toʻyboshi ”, “ Odam boʻri ” kabi hikoyalari oʻzbek adabiyotida yangilik ruhini olib kirgan. Adib hajvchi yozuvchi sifatida bir qator hikoyalar yozdi va shu bilan oʻzbek radio va televideniyesida miniatyura teatriga asos soldi. Adibning “ Azroil oʻtgan yoʻllarda ”, “ Borsa kelmas darvozasi ”, “ Azob ” kabi hikoyalari

	qamoqxonada o'tgan yillar asosida yaratilgan Yozuvchining “Yo‘qotganlarim va topganlarim” xotiralari o‘zbek adabiyoti uchun qimmatli asar hisoblanadi. Kitobda bir qator yozuvchi va shoirlarning shaxsi va ijodiga chizgilar bitilgan
Sana	Hayotiy voqealar
1964-1974 1978	Romannavis sifatida ham yozuvchi ko‘plab asarlar yaratgan. 1964-1974-yillarda “Ufq” trilogiyasini yozib tugatadi va o‘zbek adabiyotida trilogiya janriga asos soladi, 1978-yili Hamza nomidagi Davlat mukofotiga sazovor bo‘ladi.
1988	1988 - yilda yozilgan “Jimjitlik” romanida esa sho‘ro davrining turg‘unlik yillari ichki dramalari ko‘rsatilgan.
1990	1990 - yilda “Buyuk xizmatlari uchun” ordeni bilan mukofotlanadi.
1995	Said Ahmad “Do‘stlik” ordeni bilan mukofotlanadi. “O‘zbekiston Xalq yozuvchisi” , “O‘zbekiston Qahramoni” unvonlariga sazovor bo‘ladi.
2007	Said Ahmad 2007-yil 5-dekabrda vafot etadi. Yozuvchi Chig‘atoy qabristoniga dafn etilgan.
2013	2013-yil 10-iyun kuni Toshkent shahridagi O‘zbekiston Milliy bog‘ida Said Ahmad hamda rafiqasi shoira Saida Zunnunovalarga haykallar o‘rnatilgan.

Biografik metod psixokonsultatsiya va korreksiya maqsadida qo‘llanilganligi sababli bu borada maxsus usullar, va uslublar, xususan, biografik trening, uning turli shakllari ishlab chiqilgan. Ular ijobiy biografik fikrlashni rivojlantirishga yordam beradi, hayot subyekti tomonidan o‘zini o‘zi anglash darajasini oshiradi.

Psixologiyada eski **“biograf”** atamasi bilan bir qatorda yaqinda **“biografist”** atamasi paydo bo‘lib, u hayot yo‘li yoki biografik psixologiya sohasida ixtisoslashgan psixologni nazarda tutadi. Biograf o‘zining shaxsiy hujjatlariga asoslanib, ma’lum, odatda taniqli shaxsning tarjimai holi bilan shug‘ullanadi. Biografist esa psixologiyasi sohasida ishlaydi va turli biografik usullardan, jumladan, kvazi-eksperimentlardan foydalanadi.

Nazorat savollari

1. “Biografik usul” atamasi nimani anglatadi?
2. Biografik metodni qaysi olimlar ishlab chiqqan?
3. “Shaxs shakllanishining xronologik jadvali” qanday bo‘limlarni o‘z ichiga oladi?
4. Psixologiyada biografik metodning qanday modifikatsiyalari qo‘llaniladi?

O‘quv mashg‘ulotlari va mustaqil ta’lim uchun topshiriqlar

Talabalarga avtobiografik taqdimot va intervyuning biografik anketasi variantlaridan birini amalda qo‘llash taklif etiladi.

Taklif etilgan biografik anketa quyidagi bo‘limlarni o‘z ichiga olgan:

1. Ijtimoiylashuv bosqichlari: bolalar bog‘chasi - maktab – oliy talim – ish.
2. Jamoatchilik faoliyati va tashkilotlarga a’zolik.
3. Rivojlanish muhiti: yashash, o‘qish, sayohat qilgan joylari.
4. Qiziqishlar va sevimli mashg‘ulotlar.
5. Turli yosh davrlarida bo‘lib o‘tgan kasalliklar.

Anketani to‘ldirish uchun o‘rtacha 70 daqiqa vaqt ketadi.

<i>Xronologiya</i>	<i>Voqea va faktlar</i>	<i>Subyektiv holat</i>	<i>Xarakteristika o‘z- o‘ziga baho</i>	<i>Davrning o‘ziga xosligi</i>
2020, sentabr	Universitetga o‘qishga kirdim	Quvonchim cheksiz edi	Men sodda va quvonchga to‘la edim	Birinchi kurs asabiy davr edi

- Hayotingizning asosiy bosqichlarini, “davrlarini” tasvirlab bering?
- O‘qishni tugatgandan so‘ng qayerda ishlashni xohlaysiz?
- Shaxsiy va maishiy hayotingizni qanday tartibda bo‘lishini xohlaysiz?

- Universitetda o‘qish davri uchun va joriy o‘quv yili uchun o‘z oldingizga qanday maqsadlarni qo‘ygansiz?
- Siz o‘zingizga munosib yashashingizga nimalar to‘sqinlik qiladi?
- Maqsadlaringizga erishish uchun nima qilish kerak?
- Shaxsan siz hayotingizning mazmuni sifatida nimani aytishingiz mumkin? Haqiqiy hayot nima?
- Hayotiy shioringizni ifodalang?
- Umuman olganda, hayotda nima qilishni xohlaysiz?

2.2-Mavzu. Shaxs yo‘nalganligini o‘rganish

Mashg‘ulotning maqsadi: shaxs yo‘nalganligi tushunchasiga ta’rif berish, talabalarni shaxs yo‘nalganligini aniqlovchi metodikalar bilan tanishtirish.

Asosiy tushunchalar: shaxs, shaxs yo‘nalganligi, shaxs ehtiyojlari va motivlari.

Nazariy ma’lumotlar. Shaxs psixologiya fanining turli tarmoqlari tomonidan o‘rganiladi. Bu shaxs xulq-atvorining serqirraligi, ba’zan qaramaqarshiligi hamda sirliyligi bilan bog‘liq.

Umumiy psixologiyada shaxs individning turli jarayonlarini umumlashtiruvchi, uning xulq-atvorini barqarorligi va izchilligini ta’minlovchi o‘zagi, negizi hisoblanadi. Lomovning fikricha, bunday nazariy yondashuvning asosiy vazifasi insonni individ, subyekt, shaxs va individuallik sifatida tafsiflovchi integral psixologik xususiyatlarning obyektiv asoslarini ochib berishdir. Shaxs zamonaviy sosiologiya, psixologiya, pedagogika va etika fanlarining diqqat markazida.

Shaxsning yo‘nalishi tushunchasi insonni psixologik tahlil uchun xizmat qiladigan asoslaridan biridir. Shaxs yo‘nalishi tushunchasi (**inglizcha** *personality trene*) - S.L. Rubinshteyndan boshlab, katta manoga ega bo‘lgan, ammo ko‘pincha qarama-qarshi mazmundagi atama sifatida qo‘llanilgan. S.L.Rubinshteyn shaxs yo‘nalishi tushunchasini ko‘rib chiqishda, birinchi navbatda, ehtiyojlar masalasiga murojaat qiladi.

Ehtiyoj - insonning o‘zidan tashqarida b o‘lgan narsaga zaruriyatidir, shu zaruriyatda, insonning tashqi dunyo bilan aloqasi va unga bog‘liqligi tobeligi namoyon bo‘ladi. Ehtiyojlar inson uchun zarur bo‘lgan moddiy obyektlar eki subyektiv jihatdan ehtiyoj emas, ammo

shaxsni qiziqtiradigan nomoddiy obyektlar bo'lishi mumkin. Ideallar ehtiyoj, qiziqish va manfaatlardan ustun turadi. Shaxsning o'zi uchun zarur bo'lgan narsaga, qiziqishi shu predmetga e'tiborini qaratadi, va unga yo'nalganligini keltirib chiqaradi. Ehtiyoj obyektiga erishmaguncha, odam zo'riqish yoki xavotirni boshdan kechiradi va shu xavotirdan xalos bo'lishga intiladi. Shu holatda ma'lum bir yo'nalishga ega bo'lgan dinamik tendensiya tug'iladi.

Shaxs yo'nalishi ikki jihatni o'z ichiga oladi: a) predmet, chunki orientasiya har doim biror narsaga, ozmi-ko'pmi aniq bir narsaga qaratiladi va b) bu holatda yuzaga keladigan zo'riqish eki xavotir.¹

L. I. Bojovich shaxsning yo'nalishini barqaror (transsituation) intilish, fikrlar, his-tuyg'ular, istaklar, fantaziyalar, etakchi motivlarning hukmronligini natijasi deb hisoblaydi. Shaxs yo'nalishini tahlil qilish qiyin, chunki u: 1) latent (tashqi kuzatishdan yashirin) omillarning (motivlar, ehtiyojlar) inson ongi va xatti-harakatlariga proektsiyasidir; 2) barqaror va vaziyatli omillarni farqlash mezonlari noaniq, shaxsiy motivasiyaning barqarorligi uning yagonaligini anglatmaydi; 3) shaxs o'z yo'nalishini bevosita anglamaydi.

Shaxsning yo'nalishi – konkret vaziyatlardan nisbatan mustaqil ravishda shaxs faoliyatini yo'naltiruvchi barqaror motivlar to'plami. U shaxsning dunyoqarashini aks ettiruvchi qiziqishlari, mayllari, e'tiqodlari va ideallari bilan tavsiflanadi. U bilimlar, munosabatlar va shaxsning xatti-harakati va harakatlarining dominant motivlarining uyg'unligi va izchilligida ifodalanadi. U dunyoqarash, ma'naviy ehtiyojlar va amaliy harakatlarda namoyon bo'ladi².

L. I. Bojovich va M. S. Neymark o'smirlarni yo'nalishi bo'yicha quyidagi guruhlariga ajratdilar: 1) jamoaviy yoki jamoaga yo'nalganlik; 2) ishga yo'nalganlik; 3) o'z o'ziga shaxsiy yo'nalganlik; 4) aralash fokusli yo'nalish (yoki aniq fokussiz). E'tibor bering, "shaxsiy yo'nalganlik" va "ishga yo'nalganlik" tushunchalari F. Kunkel tomonidan kiritilgan (F. Kunkel, 1934). Shaxsning yo'nalishi tushunchasini munosabatlar, qadriyatlar, shaxsiy munosabatlar, his-tuyg'ular orqali tahlil qilishga ham harakat qilingan B. I. Dodonov "emotsional yo'nalganlik" atamasini kiritgan.

¹ Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии. Издательство «Питер», 2002. 720 с. С. 685.

² Словарь практического психолога. Сост. С.Ю. Головин. Минск: «Харвест», 1998. 798 с. С.112.

Shaxsning yo‘nalishini o‘rganish metodikasi

Shaxsning yo‘nalishini diagnostika qilishda chex psixologlari V.Smekal va M. Kucher tomonidan ishlab chiqilgan metod qo‘llaniladi. Smekal-Kucher metodikasi B. Bassning so‘rovnomasiga asoslangan. Smekal-Kucher texnikasi subyektning ishi yoki ishidagi boshqa odamlarning ishtiroki bilan bog‘liq taklif qilingan vaziyatlarda og‘zaki javob reaksiyalariga asoslanadi. Respondentning javoblari u qanday natija yoki mukofot turlarini afzal ko‘rishiga bog‘liq. Sinaluvchida o‘zim haqida ma‘lumot berayapman degan tasavvur paydo bo‘ladi, ammo bu jarayonida, uning asosiy hayotiy pozitsiyasi aniqlanadi.

Tadqiqotning maqsadi insonning yo‘nalishini aniqlashdir:

- 1) shaxsiy yo‘nalish (o‘ziga);
- 2) ishga yo‘nalish (vazifaga);
- 3) jamoaga yo‘nalish (hamkorlikka).

Shaxsiy yo‘nalish (o‘ziga - NS) shaxsiy farovonlik motivlarining ustunligi, obro‘-e‘tiborga intilish bilan bog‘liq. Bunday odam ko‘pincha o‘z, his-tuyg‘ulari bilan band bo‘lib, atrofidagi odamlarning ehtiyojlariga e‘tibor bermaydi. Ish bunday inson uchun o‘z intilishlarini qondirish imkoniyatidir.

Jamoaviy yoki hamkorlikka yo‘nalish insonning xatti-harakatlari muloqotga bo‘lgan ehtiyoj, hamkasblar bilan yaxshi munosabatlarni saqlab qolish istagi bilan tavsiflanadi. Bunday odam birgalikdagi faoliyatga qiziqish bildiradi. Ishga yo‘nalganlik (vazifaga e‘tibor qaratish) faoliyat motivlarning ustunligini, faoliyat jarayoniga bo‘lgan ishtiyoqni, bilimga, yangi ko‘nikma va qobiliyatlarni o‘zlashtirishga qiziqishni aks ettiradi. Odatda, bunday odam jamoa bilan hamkorlik qilishga intiladi, guruhning yuqori mahsuldorligiga erishadi va shuning uchun vazifani bajarish uchun eng samarali yo‘lni belgilaydi. Bunday shaxsda jamoaviy yo‘nalish ham namoyon bo‘ladi. Shuni ta’kidlash kerakki, uch turdagi yo‘nalish mustaqil ravishda namoyon bo‘lmaydi, mavjud emas, balki bir-biri bilan uyg‘unlashgan bo‘ladi. Shuning uchun diagnostika natijasida shaxsiyatning yagona emas, balki dominant yo‘nalishi namoyon bo‘ladi.

Nazorat savollari

1. Yo‘nalganlik tushunchasiga ta’rif bering.
2. Yo‘nalganlik tushunchasida ehtiyoj va motivlar qanday o‘rinni egallaydi?

3. L.I.Bojovich, F.Künkel, B.I.Dodonov kabi mualliflar shaxs yo‘nalishining qanday turlarini ajratib ko‘rsatishgan?

4. Smekal-Kucher usulida (B. Bassning indikativ so‘rovnomasi asosida ishlab chiqilgan) shaxs yo‘nalishining qanday turlari aniqlanadi?

O‘quv mashg‘ulotlari va mustaqil ta’lim uchun topshiriqlar

Maqsad: shaxsning optimizmi va faolligini o‘rganish.

Zarur asbob-uskunalar: Optimizm shkalasi – faollik (AOS) ikkita o‘zgaruvchan miqdor darajalarining ko‘rinishi – shaxs optimizmi va faolligi (kuch-quvvat)ni, shuningdek optimizm va faollik o‘qidagi psixologik tiplarni ham aniqlashga imkon beradi. Rossiyalik olimlar N.Vodopyanova va M.Shteynlar shaxsning beshta tipini aniqlashga va ular turli darajalarda namoyon bo‘lishi mumkinligini ta’kidlaydi: optimizm – pessimizm va faollik – passivlik.

Sinaluvchilarga metodika bo‘yicha ko‘rsatma beriladi. Tadqiqotni individual o‘tkazdirish qulayroq, biroq jamoa tarzda ham o‘tkazdirish mumkin.

Ko‘rsatma. Hukmingizga quyidagi vaziyatlar havola etiladi. Har bir vaziyatni diqqat bilan tanishib chiqing va o‘z fikringizni bildiring. Buning uchun Sizga maxsus blank beriladi. Sizga manzur bo‘lgan javobni belgilang.

Javoblar blanki

№	Vaziyatlar	Yo‘q, umuman rozi emasman.	Ba’zida shunday bo‘ladi	Odatda (tez-tez)	Ha, to‘liq qo‘shilaman (har doim)
1.	Musiqani baland ovozda eshitishni yoqtiraman	1	2	3	4
2.	Fikrimcha, maqsadimga erishish qiyin bo‘ladi	1	2	3	4
3.	Ba’zi noaniq vaziyatlarni yoqtiraman, chunki nima qilishingni va nima bo‘lishini bilmaysan kishi	1	2	3	4
4.	Men “taqdirimga qarshi chiqishni” yoqtiraman	1	2	3	4
5.	Taqdir boshqalarga qaraganda menga nohaqlik qiladi	1	2	3	4
6.	Shunchalik kuch-quvvatga egamanki, hatto ikki soat men jim o‘tira olmayman	1	2	3	4
7.	Boshqalarga qaraganda men, birmuncha, baxtsiz insonman	1	2	3	4
8.	Ehtiyotkor odamlar mening g‘ashimni keltiradi	1	2	3	4
9.	Hozirgi zamonda birorta yaxshilikka ishonib bo‘lmaydi	1	2	3	4
10.	Men musobaqalarni yoqtiraman	1	2	3	4
11.	Men qarama-qarshi jins vakillari bilan bajonidil muloqotga kirishaman	1	2	3	4
12.	Mening kelajagim meni tashvishga soladi	1	2	3	4
13.	Fikrimcha, insonlarda yaxshilikka qaraganda, yomonlik ko‘proq	1	2	3	4
14.	Men turli keskin vaziyatlarni yoqtiraman (tavakkal bilan bog‘liq vaziyatlarni)	1	2	3	4
15.	Mening kayfiyatim xushchaqchaq va ko‘tarinki ruhda	1	2	3	4

Natijalarni qayta ishlash: Optimizm shaxs faolligi (kuch-quvvati) bilan hamkorlikda shaxsning turli kasbiy va psixologik stresslarga nisbatan barqarorligini ta'minlovchi psixologik resurs hisoblanadi. Optimizm va xulq faolligi bilan hamkorlikda salomatlik kopingiga yordam beradi (xulq-atvorni yengishga) va psixik so'nish sindromini yengishda hamda salbiy stress-sindromlar rivojlanishining oldini olishga imkon beradi.

Mazkur metodikada optimizm kishilarning o'z kuchi va yutuqqa bo'lgan ishonchini, o'zga odamlar va kelajakdan ijobiy narsalarni kutib yashashga bo'lgan umidini oshiradi. Faollik deyilganda – kuch-quvvat, xushchaqchalik, beg'amlik, xotirjamlik va tavakkalchilikka moyillik tushuniladi. Passivlik esa o'ziga bo'lgan ishonchning yo'qligida, qo'rquv va xavotirda biror bir faoliyatni amalga oshirishni hohlamaslikda namoyon bo'ladi.

Kalit:

- Faollik (to'g'ri): 1, 3, 4, 6, 8, 10, 11, 14, 15.

- Optimizm (teskari): 2, 5, 7, 9, 12, 13.

Kalitda keltirilgan javoblar asosida ballarning umumiy miqdori hisoblanadi (1 - jadval), ular koordinata modelidagi kvadratga mos kelishi kerak (1-rasm). Har bir kvadratga shaxsning ma'lum bir tiplari mos keladi.

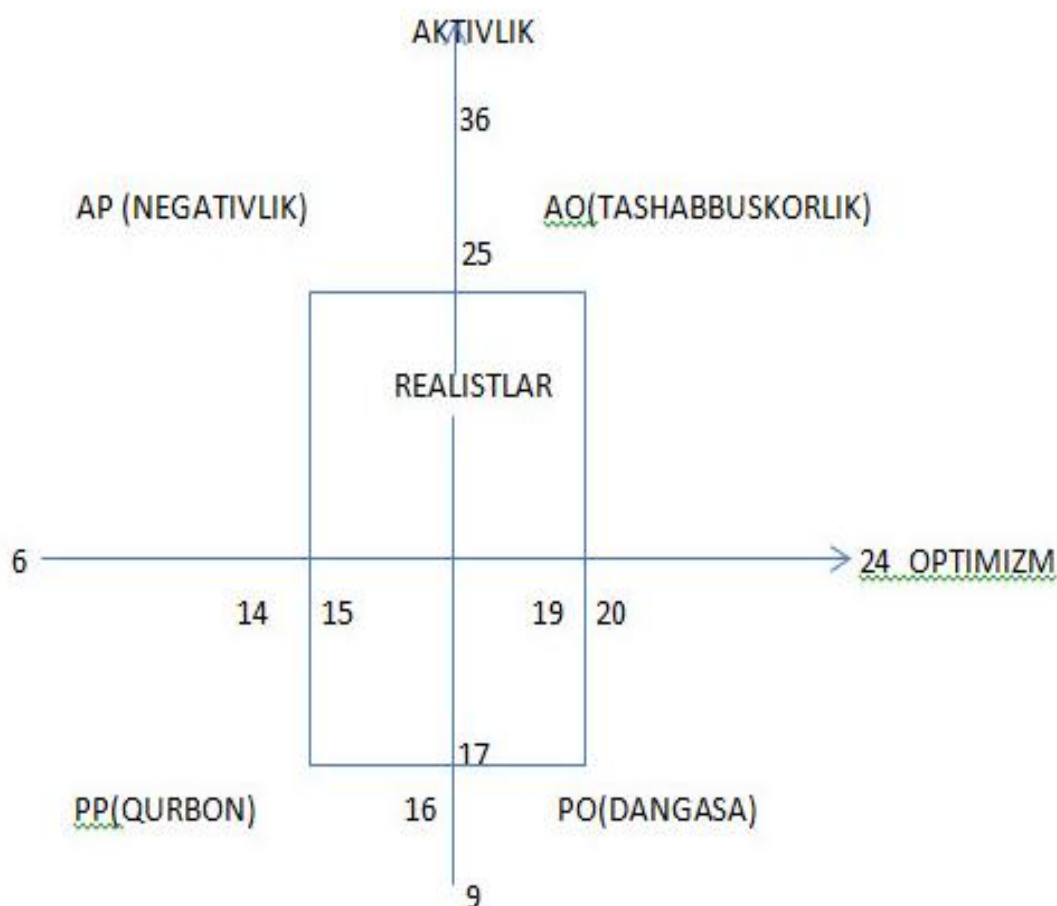
- **“R” kvadrati.** “Realistlar” vaziyatni to'g'ri baholashadi, o'zining kuchi (imkoniyatlariga) ishonadi va hatto o'z imkoniyatlaridan ham yuqori narsalarga erishishga harakat qilishadi. Ular psixologik stresslarga bardoshli insonlardir.

- **“AO” kvadrati.** “Aktiv optimistlar” o'z kuchi va imkoniyatlariga ishonadi, kelajakka pozitiv qarashadi, o'z maqsadiga erishish yo'lida faol harakat qilishadi. Ular doimo xushchaqchaq va tetikdir, hayot qiyinchiliklaridan qo'rqmaydi va ularni osonlikcha yengishga harakat qiladi. Qiyin vaziyatlardan chiqish, stressdan yengish uchun muammoli-orientir strategiyasini qo'llashadi.

2.2.1- Jadval

Psixologik tiplar ko'rsakichlari (ballarda)

Psixologik tip	Optimizm	Aktivlik
Realistlar («R»)	15-19	17-24
Aktiv optimistlar («AO» — «Entuziast»)	20-24	25-36
Aktiv pessimistlar («AP» — «Negativist»)	6-14	25-36
Passiv pessimistlar («PP» — «Qurbon»)	6-14	9-16
Passiv optimistlar («PO» — «Yalqov»)	20-24	9-16



2.2.1-Rasm. Optimistlar va pessimistlar tiplari

- **“PP” kvadrati.** “Passiv pessimistlar” – “aktiv optimistlar”ning teskari toifasi bo‘lib, hech narsaga ishonmaydi va o‘z taqdirini o‘zgartirish uchun ham biror qaror qabul qilmaydi. Ular doimo passivligi va ishonchsizligining yo‘qligi bilan ajralib turadi. Ular og‘ir vaziyatlarda o‘zlarini chetga olib, vaziyat “qurboniga” aylanib qolishidan qo‘rqadi.

- **“PO” kvadrati.** “Passiv optimistlar”, “yalqovlar” Ularning shiori “Barchasi asta-sekin o‘z joyiga keladi”.... Bunday insonlar, “hammasi bir kun yaxshi bo‘lishiga” ishonib, biror harakatni amalga oshirmaydi. Ular xushchaqchaq, xushfe‘l ko‘rinishi bilan, biroq unday insonlarda aktivlik, faollik yetishmaydi. Ular o‘z kuchiga qaraganda ko‘proq tasodiflarga ishonadi. Qaror qabul qilishda passiv kutib turishni yoki ortga qoldirishga moyildir.

2.3-Mavzu. Kasbiy qiziqish va mayllarni eksperimental o'rganish

Mashg'ulotning maqsadi: kasbiy qiziqishlar va moyilliklar haqida tushuncha berish. O'quv jarayonlari va qiziqishlarining o'zaro bog'liqligini ko'rib chiqish. Kasbiy qiziqishlarni o'rganishning eksperimental usullari bilan tanishtirish.

Asosiy tushunchalar: kasb, qiziqish, moyillik, qobiliyat, optant, kasbiy diagnostika, qiziqishlarni tashxislash anketalari.

Nazariy ma'lumotlar. Kasbiy maslahat psixolog faoliyatining asosiy shakllaridan biridir. Kasb-hunarga yo'naltirishda optant tushunchasi mavjud - bu o'z kasbiy rivojlanish yo'lini tanlayotgan shaxs. Optant lotincha - xohish, tanlov - kasbiy rivojlanish yo'lini tanlash to'g'risida qaror qabul qilish jarayoni. Psixolog optantlarga kasb tanlashda yordam beradi, kasbiy faoliyat tuzilishi va insonning psixologik tuzilishini ilmiy asoslangan taqqoslash asosida kasb tanlash to'g'risida muvaffaqiyatli qaror qabul qilish mumkin.

Kasbiy tanlovning muvaffaqiyati nafaqat mehnat bozori va kasb tanlash usullari to'g'risida ma'lumotga ega bo'lish, balki qiziqishlar, moyilliklarni, qadriyatlar yo'nalishlarini, intellektual darajani, psixik jarayonlarni rivojlanganligini, qobiliyatlar o'z-o'zini adekvat baholashni ham talab qiladi. Kasbiy faoliyatning muvaffaqiyati diqqat, xotira, fikrlash, nutq, tasavvur kabi bilish jarayonlarining rivojlanish darajasi bilan ham belgilanadi.

“Optant” tushunchasi Rossiyada inson rivojlanishining mehnat subyekti sifatida keng ommalashgan davriylashtirish tizimini ishlab chiqqan E.A.Klimov tomonidan taklif qilingan (1996). Optasiya - bu ko'pincha o'smirlik davri bilan bog'liq bo'lgan o'zini kasbiy yo'nalishini belgilash bosqichidir, chunki o'smir uchun eng dolzarb muammo uning kelajakdagi hayotini rejalashtirish, ijtimoiy, hayotiy, kasbiy va shaxsiy o'zligini belgilash muammosidir. O'z kasbini yoki ish joyini o'zgartirishni istagan kattalar ham optant pozitsiyasida bo'lishlari mumkin.

Kasbiy qiziqishlar va moyillik. O'smirni kasbga yo'nalishini asosiy omillari - bu uning dastlabki o'zini anglash bosqichidagi qiziqishlari, moyilliklari, qobiliyatlari. Qiziqishlar va moyilliklarning yetarli darajada namoyon bo'lmasligi o'smirlarning kasb belgilashini kechiktiradi. Ularning tanlovi ko'pincha tasodifiy bo'lib chiqadi, ichki

ehtiyojlariga mos kelmaydi, muhit ta'sirida, yoki ota-onalar va tengdoshlarga taqlid sifatida amalga oshiriladi.

Bu tanlangan kasbdan norozilikka va kelajakda kasbiy faoliyatning o'zgarishiga olib keladi. Shuning uchun kasbga yo'naltirish faoliyatida tanlovning motivatsiyasini maqsadli shakllantirish lozim. Qiziqishlarni shakllantirish va rivojlantirishda o'quv faoliyati, shuningdek, turli sinfdan va maktabdan tashqari mashg'ulotlarning roli katta. Biroq, kasbiy qiziqish va moyillikni erta aniqlash ham kasbiy tanlovni muvaffaqiyatini kafolatlamaydi.

Kasb tanlashda, tanlangan mutaxassislikni o'zlashtirish jarayonida inson omilini roli ortib boraveradi. Respondentga tashxis qo'yishda mazkur o'smir uchun eng maqbul ish sharoitlari va ish rejimlarini aniqlash kerak. Va shaxsiy sifatlarni kasbiy faoliyat talabalariga mosligidan kelib chiqqan xolda asosli xulosa berish kerak.

Kasbiy qiziqish va moyillikni rivojlantirish. Turli kasbiy faoliyatlar odamdan ma'lum shaxsiy fazilatlarni, ma'lum qiziqish va moyillikni talab qiladi.

Buxgalter, iqtisodchida hujjatlar, raqamlar, hisob-kitoblar dunyosi jonli qiziqish uyg'otadi. Bu faoliyatda yolg'iz, mustaqil holatda diqqatni jamlab aniq ishlash kerak, raqamlarning quruq ustunlari, hujjatlardagi yozuvlar ortida nima yotganini aniq tasavvur qilish qobiliyati kerak, hujjatlarni rasmiylashtirishning murakkab tomonlariga e'tiborli bo'lish lozim. Bo'yoqchi-malyar uchun ranglar, chiziqlar, shakllar olami juda qiziqarlidir. U binolar va devorlarga rang beradi, bu esa yuksak did va maxorat talab qiladi. Individual qiziqish va mayllarni rivojlantirish natijasida 14-18 yoshdagi odamda uni tengdoshlaridan sezilarli darajada ajratib turadigan ko'plab qobiliyatlar namoyon bo'ladi.

Qiziqish - insonning ijobiy hissiy reaksiyasi va aqliy faoliyatida namoyon bo'ladigan voqelik hodisalariga tanlab munosabat bildirishidir, bilish jarayoni bilan bog'liq bo'lgan ehtiyojlarning hissiy namoyon bo'lishi. Shaxsning hissiy kognitiv faoliyati.

Har qanday ishning natijasi unga bo'lgan qiziqishga bog'liq. Masalan, bir o'quvchi maktabga ota-onasi talab qilgani uchun boradi, ikkinchisi esa o'qitilayotgan fanlarga qiziqqani uchun, yangi bilimlarni o'rganish uchun boradi. Bu o'quvchilarni o'qishdagi yutuqlari ham turlicha bo'ladi.

Qiziqishlar bir necha turlarga bo'linadi:

Mazmuni bo'yicha:

- texnik;

- musiqiy;
- sport;
- badiiy;
- ijtimoiy-siyosiy.

Mavzusi bo'yicha:

- pedagogik;
- qishloq xo'jaligi;
- ma'muriy va boshqalar.

Ko'lami bo'yicha:

- keng;
- tor.

Davomiyligi bo'yicha:

- barqaror;
- o'zgaruvchan.

Qiziqishlar kognitiv xarakterga ega bo'lib inson ehtiyojlari bilan bog'liqdir. Qiziqishlar keng, yoki tor faqat bitta obyektga qaratilgan, chuqur, yuzaki, barqaror yoki beqaror bo'lishi mumkin.

Kasbiy qiziqish - bu shaxsning ma'lum bir faoliyat turiga ijobiy hissiy munosabati.

Moyillik shunchaki kognitiv harakat emas, balki biror narsaga nisbatan faol, ongli, o'zgartiruvchi munosabatdir. Qiziqish biror faoliyati haqida ko'proq bilishga intilish bo'lsa, moyillik bu faoliyat bilan shug'ullanish istagidir. Moyillik turli faoliyatda namoyon bo'ladi va unda shakllanadi.

Qobiliyatlar - bu shaxsning individual xususiyatlari bo'lib uning muayyan faoliyatida muvaffaqiyatni ta'minlaydi. Qobiliyatni rivojlantirishning eng yuqori darajalari iste'dod va daholikdir. Iste'dod - ma'lum bir faoliyatda shaxsning yuksak darajadagi ajoyib qobiliyatlari. Daho - bu shaxsning ijodiy namoyon bo'lishining eng yuqori darajasi. Qobiliyat turlari: umumiy va maxsus.

Umumiy qobiliyatlar - bu shaxsning ko'p sohalarda muvaffaqiyatli faoliyatni ta'minlaydigan yuksak aql, mehnatsevarlik, qat'iyatlilik, kuzatuvchanlik, bilimdonlik va boshqalar kabi umumiy bo'lgan xususiyatlari.

Maxsus qobiliyatlar - bu muayyan kasbiy sohada samarali ishlashga yordam beradigan matematik, texnik, sport, badiiy, adabiy va lingvistik va boshqalar kabi individual xususiyatlar.

Kasbiy qiziqishlarni eksperimental o'rganishda turli usullardan foydalanish mumkin. Talabalarning yoshiga va maqsadiga qarab, tegishli tadqiqot usullari qo'llaniladi:

1. Kuzatish.
2. "Men sevaman!" so'rovnomasi.
3. "Men kelajakdaman" rasmlı test.
4. ASTUR texnikasi (Akimova M.K. Borisova E.M... tomonidan tahrirlangan).
5. SHTUR-2 texnikasi (Akimova M.K. Borisova E.M...).
6. GIT texnikasi (Akimova M.K. Borisova E.M. tomonidan tahrirlangan ...).
7. Kasbiy qiziqishlar so'rovnomasi (J. HollanE).
8. Qiziqishlar xaritasi (Golomshtok).
9. Shaxsiy so'rovnoma G. Ayzenk.
10. Differensial diagnostik so'rovnoma (E.A.Klimov).

Natijada o'quvchilarning keyingi kasbiy ta'limni mustaqil, ongli va munosib tanlashlari uchun shart-sharoit yaratish maqsadida ularning kasbiy xohish va qobiliyatlari to'g'risidagi ma'lumotlar bazasini shakllantirish mumkin. Tashxis natijalari bo'yicha individual maslahat psixolog tomonidan amalga oshiriladi va shaxsiy xulosalar kasbiy qiziqishlarga muvofiq shakllantiriladi. Har bir tadqiqot natijalariga ko'ra, psixolog sifat va miqdoriy tahlil o'tkazadi, tahliliy hisobotlarni, yig'ma jadvallarni tuzadi.

Nazorat savollari

1. Kasbga yo'naltirish, kasbiy maslahat, optant, moyillik, qiziqish, qobiliyat tushunchalariga ta'rif bering.
2. Kasbga yo'naltirishda psixologik diagnostikaning o'rni qanday?
3. Kasbiy diagnostika usullarining qanday turlarini bilasiz?
4. Mualliflarni ko'rsating va usullarni tavsiflang: Qiziqishlar xaritasi, Differensial diagnostik so'rovnoma.

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

Talabalarga kasbiy qiziqishlarini o'rganish maqsadida turli yoshdagi o'quvchilarda kelajakdagi kasbiy rejalari xususida esse yozdirish va muhokama qilish topshiriladi.

2.4-Mavzu. Shaxs temperamentini o'rganish usullari

Mashg'ulotning maqsadi: Temperament, temperament turlari haqida tushuncha berish. Temperament turi va nerv sistemasi xususiyatlarini o'zaro bog'liqligini yoritish. Temperamentni o'rganishning eksperimental usullari bilan tanishish.

Asosiy tushunchalar: temperament, melanxolik, xolerik, sangvinik, flegmatik, ekstraversiya, introversiya, neyrotizm, ambiversiya, qo'zg'alish kuchi, tormozlovchi kuch, asab jarayonlarining harakatchanligi.

Nazariy ma'lumotlar. Temperament - bu inson psixik jarayonlari va xatti-harakatlarining dinamik xususiyati bo'lib, ularning tezligi, o'zgaruvchanligi, intensivligi va boshqa xulq-atvor xususiyatlarida namoyon bo'ladi. Temperament inson dinamikasini tavsifi bo'lib, uning e'tiqodi, dunyoqarashi va manfaatlarini belgilab bermaydi, shaxsning qadr-qimmati va imkoniyatlarini aniqlamaydi, temperament xususiyatlarini xarakter xususiyatlari yoki qobiliyatlari bilan aralashtirmaslik kerak.

Temperamentning fiziologik asosini qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining kuch, muvozanat, harakatchanlik nisbati bilan belgilanadigan oliy nerv faoliyatining tipi tashkil qiladi. Temperament shaxsning faoliyati, xatti-harakati va xulq-atvorida namoyon bo'ladi va tashqi ifodaga ega. Temperament xususiyatlarini tashqi barqaror belgilarga qarab aniqlash mumkin. Temperamentni quyidagi xususiyatlar bilan belgilanadi:

1) aqliy faoliyat va inson xulq-atvorining ifodalanishi turli odamlarda har xil. Ikkita qarama qarshi holatni ajratish mumkin: bir tomondan, sustlik, inertlik va passivlik, boshqa tomondan, katta energiya, faollik, ishtiyoq va faoliyatda tezkorlik.

Bu ikki qarama qarshi holat o'rtasida har xil temperament turlarini ko'rsatish mumkin.

2) shaxs harakatchanligi mushaklar harakatining tezligi, kuchi, keskinligi, intensivligi va nutqida ifodalanadi;

3) Emotsional-hissiy faollik, hissiy holatlarning o'zgaruvchanligi, ta'sirchanlik va impulsivlik bilan ifodalanadi.

Miloddan avvalgi 5-asrda yashagan qadimgi yunon shifokori Gippokrat organizmdagi turli suyuqliklar qon, limfa va o't nisbatiga ko'ra temperamentning to'rt turini ta'riflab quyidagicha nomlagan: sangvinik-qon nisbati yuqori bo'lgan temperament, flegmatik-limfa

nisbati yuqori bo'lgan temperament, xolerik- o't(safro) nisbati yuqori bo'lgan temperament, melankolik-qora safro nisbati yuqori bo'lgan temperament temperament.

Temperamentlarning bir necha tasniflari bor, bular gumoral, konstitutsiyaviy. Temperamentning fiziologik asosini nerv faoliyat tipi tashkil etadi. I.P.Pavlov ta'limotiga ko'ra, xulq-atvorning individual xususiyatlari, aqliy faoliyatning dinamikasi nerv sistemasi faoliyatidagi individual farqlarga bog'liq. Nerv faoliyatidagi individual farqlarning asosi ikkita asosiy asab jarayoni - qo'zg'alish va tormozlanish xususiyatlarining namoyon bo'lishi va o'zaro bog'liqligidir.

Qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining uchta xususiyati mavjud:

- 1) qo'zg'alish va tormozlanishning **kuchi**;
- 2) qo'zg'alish va tormozlanishning **muvozanati**;
- 3) qo'zg'alish va tormozlanishning **harakatchanligi**.

Nerv jarayonlarining **kuchi** asab hujayralarining chidamliligi bo'lib, uzoq yoki qisqa muddat davomida, katta, davomli qo'zg'alish va tormozlanishga chidash qobiliyatida ifodalanadi.

Nerv jarayonlarining **zaifligi** hujayralarning kuchli, davomli qo'zg'alish va tormozlanishga dosh bera olmasligi bilan tavsiflanadi. Kuchli stimullar ta'sirida nerv hujayralari himoya tormozlanish holatiga o'tadi, ularning energiyasi tezda tugaydi. Ammo boshqa tomondan, zaif asab tizimi katta sezuvchanlikka ega: hatto kichik stimullarga ham tegishli reaksiya beradi.

Yuqori nerv faoliyatining muhim xususiyati - bu asab jarayonlarining **muvozanatlashganligi**, qo'zg'alish va tormozlanishning o'zaro proporsionalligi, ya'ni mosligi.

Ba'zi odamlarda bu ikki jarayon o'zaro muvozanatlashgan bo'lsa, boshqalarida bu muvozanat kuzatilmaydi: qo'zg'alish yoki tormozlanish jarayoni ustunlik qiladi.

Oliy nerv faoliyatining asosiy xususiyatlaridan biri nerv jarayonlarining **harakatchanligidir**. Asab tizimining harakatchanligi qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining tezligiga bog'liq. Hayot sharoitlari talab qilganda, ularning boshlanishi va tugash tezligi. Asab tizimini harakat chanligi yangi sharoitlarga tez moslashish, yangi dinamik stereotiplarni oson shakllanishi, tashqi ta'sirlarga tez javob reaksiyasini paydo bo'lishi bilan tavsiflanadi.

Qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlari xususiyatlarining kombinatsiyasi oliy nerv faoliyat turini farqlash uchun asos bo'ldi.

Temperament psixologik tushuncha, nerv tizimining tipi esa fiziologik tushunchadir. Oliy nerv faoliyati va temperament o'zaro bog'liqligi quyidagi jadvalda aks etgan.

Temperament turi	Nerv jarayonlarining xususiyatlari		
	Kuchi	Muvozanatlashganligi	Harakatchanligi
sangvinik	Kuchli	muvozanatlashgan	harakatchan
flegmatik	Kuchli	muvozanatlashgan	harakatchan emas
xolerik	Kuchli	muvozanatlashmagan	harakatchan
melanxolik	Zaif	muvozanatlashmagan	harakatchan emas

Sangvinik temperament. Sangvinik quvnoq, odamlar bilan tezda yaqinlashadi, bir faoliyat turidan boshqasiga osongina o'tadi, lekin monoton ishlarni yoqtirmaydi. U o'z his-tuyg'ularini oson boshqaradi, tezda yangi muhitga ko'nikadi, odamlar bilan faol aloqada bo'ladi. Uning ovozi baland, nutqi , tez; mimika va imo-ishoralari, aniq va ifodali. Ammo bu temperament vakillarini diqqatini barqaror bo'lishi uchun stimullar tez o'zgarib turishi kerak, shunda sangvinik faollashib o'zini gayratli shaxs sifatida namoyon qiladi. Stimullarni bir hilligi va monotonligi sangvinikda ishga nisbatan befarqlik va zerikish uyg'otadi. Sangvinikda quvonch, qayg'u, mehr va iztirob his-tuyg'ulari tez paydo bo'ladi, ammo beqaror va yuzaki bo'ladi. Ular tezda paydo bo'ladi va tezda almashtirilishi mumkin. Sangvinik odamning kayfiyati tez o'zgarsada, odatda yaxshi kayfiyat ustunlik qiladi.

Flegmatik temperament. Bunday temperament egasi xotirjam, bosiq, muvozanatlidir. Flegmatik qat'iyyatli, mulohazali, sabotli, boshlagan ishini oxiriga etkazadi. Flegmatik odamning mimika va harakat lari ifodasiz. Nerv jarayonlari muvozanatli va kam harakat bo'lgani uchun, hissiyot lari odatda namoyon etilmaydi. Flegmatikni kayfiyati barqaror, odamlar bilan doim bir tekis, xotirjam, meyorida muomala qiladi. Flegmatiklar hayotidagi voqea va hodisalardan ham ta'sirlanavermaydi, odatda xafa bo'lmaydi va jahli chiqmaydi. Bu temperament sohibida sovuqqonlik, vazminlik, xotirjamlikni oson rivojlanadi, ammo harakat chanlik, faollikni shakllantirishga alohida e'tibor berish kerak. Chunki muayyan sharoitlarda flegmatikda ishga, odamlarga va xatto o'ziga nisbatan befarq munosabat paydo bo'lishi mumkin.

Xolerik temperament. Bu temperamentdagi odamlar tez, haddan tashqari harakatchan, muvozanatsiz, qo'zg'aluvchan, barcha psixik jarayonlari tezkor va jadal davom etadi.

Ushbu tipga xos bo'lgan qo'zg'alishning tormozlanishdan ustunligi, xolerikning o'zini tuta olmasligida, impulsivligida, jahldorligida, asabiylashishda. ifodali imo-ishoralar va mimikada, shoshqaloq nutqda, keskin harakatlarda namoyon bo'ladi. Xolerikning his-tuyg'ulari yorqin kuchli va tezda paydo bo'ladi, kayfiyati ba'zan keskin o'zgaradi. Xolerikaga xos bo'lgan nomutanosiblik uning faoliyatida aniq kuzatiladi bog'liq: u g'ayrat bilan ishga kirishadi, ishtiyoq bilan ishlaydi, qiyinchiliklarni engadi. Ammo xolerikda ish jarayonida nerv energiyasining g'ayrati tezda tugashi va faolligi pasayishi mumkin, ilhom yo'qoladi, ko'tarinki kayfiyat keskin pasayadi. Xolerik jamoada ziddiyatli vaziyatlarni yaratadi, chunki odamlarni harakatlarini obyektiv baholay olmaydi, muomalasida qattiqqo'llik, asabiylashishga, emotsional beqarorlik kuzatiladi. Xolerikka xos bo'lgan xaddan tashqari to'g'riso'zlik, jahldorlik, qo'pollik, murosasizlik uni jamoada qolishni qiyinlashtiradi va yoqimsiz qiladi. Xoleriklarda vazminlik, mulohazakorlik, o'z o'zini boshqarish kabi sifatlarni rivojlantirsa, uni sobitqadamligi va harakat chanligi jamoada lider bo'lishiga xizmat qiladi.

Melanxolik temperament. Melanxoliklarning psixik jarayonlari sust, kuchli stimullarga reaksiya bildirishlari qiyin. Uzoq davom etadigan va kuchli stress bu temperament egalarini faoliyatini susaytiradi yoki to'xtatadi. Ishda melanxolik odamlar odatda passiv bo'ladi, qiziqish doimo kuchli energiya va asabiyzo'riqishni talab qiladi. Melanxoliklarda his-tuyg'ular asta-sekin paydo bo'lsada, chuqur, kuchli va davomli bo'ladi. Ular tashqi mimika va harakatlarda sezdirmasada, tez xafa bo'lib qoladilar, chukur qayg'uga dosh bera olmaydilar.

Ushbu temperament vakillari yangi muhitga maoslashishi qiyin, yangi noodatiy narsalar ularni tormozlab qo'yadi, notanish odamlar bilan muloqot qilishdan qochadi, yolg'izlikka moyil. Ammo tanish va barqaror muhitda bunday temperamentli odamlar o'zlarini xotirjam his qiladilar va juda samarali ishlaydilar. Melankoliklarga xos bo'lgan his-tuyg'ularining barqarorligini va chuqurligi oson rivojlanadi. Kuchli asab tizimi ba'zi hayotiy vazifalarni muvaffaqiyatli bajaraolsa, zaif asab tizimini ham o'z afzalligi bor, bu uni yuqori sezgirligidir.

Zaif asab tizimi juda sezgir asab tizimidir va bu uning ma'lum afzalligi. Temperamentni bilish o'qituvchiga ta'lim-tarbiya ishlarini

tashkil etishda juda muxim. Temperament masalalarini o'rganishda quyidagilarni inobatga olish kerak: sof temperament kam uchraydi, temperamentning to'rt turiga bo'linishi shartli holat bo'lib, ularni aralash, oraliq turlari mavjud; ko'pincha odamning temperamentida turli temperamentlarning xususiyatlari birlashadi; temperamentlarni "yaxshi va yomonga" ajratish noto'g'ri bo'lib temperamentlarning o'z ijobiy va salbiy taraflari bor, shunga muvofiq to'g'ri tarbiya va munosabat olib borilsa xar bir inson o'ziga mos individual faoliyat uslubini shakllantirib olsa maqsadga muvofiq bo'ladi.

Temperament xususiyatlarini o'rganish usullari. Eksperimental psixologiyada temperament turini aniqlash uchun bir qancha usullardan foydalaniladi.

1. M.K. Akimova, V.T. Kozlovaning kuzatish sxemasi.

2. Strelyau-Vyatkin asab tizimining xususiyatlarini baholash so'rovnomasi

3. A.Belovning temperament testi.

Tadqiqotchilar nerv tizimining kuchi, labilligi va harakatchanligi kabi xususiyatlari aniq namoyon bo'ladigan vaziyatlarda inson xatti-harakatlarini kuzatish sxemasini ishlab chiqdilar.

M.K. Akimova hamda V.T. Kozlovaning kuzatish sxemasi, asosan ta'lim holatlarini o'z ichiga olgan. Tavsiya etilgan vaziyatlarda o'quvchilarning xatti-harakatlarini maktab davrida kuzatish mumkin. Bu usuldan foydalanish, ayniqsa, boshlang'ich maktab o'quvchilari uchun muhimdir, chunki bu yoshda, temperamentni aniqlashni maxsus (elektroensefalograf va x.k.) laboratoriya uskunalaridan boshqa diagnostika usullari mavjud emas. Kuzatish sxemasi 70 ga yaqin ko'rsatkichlarni o'z ichiga oladi.

Undan foydalanib, oliy nerv tizimining kuchli-zaif, mobil-inert, o'rtacha darajadagi, shuningdek, oraliq, ko'rinishlarni ajratish mumkin. Har bir ko'rsatkich besh balli tizimda baholanadi. Masalan, asab tizimining kuchi, harakatchanligi va labilligining namoyon bo'lishini baholash uchun quyidagi shkala qo'llaniladi:

5 ball - asab tizimining kuchi yaqqol namoyon bo'ladi, zaif asab tizimiga xos xususiyatlar kuzatilmaydi;

4 ball - asab tizimining kuchi, harakatchanligi va labilligi sezilarli darajada namoyon bo'ladi, ammo doimo emas, ba'zan zaif asab tizimi xususiyatlari ham kuzatiladi;

3 ball - kuchli va zaif asab tizimi aniq namoyon bo'lmaydi, kamdan-kam holatlarda juda kuchli yoki zaif nerv tizimi xususiyatlari yorqin

namoyon bo'lishi mumkin, ammo ularning paydo bo'lishi holatlari sonida ular bir-birini muvozanatlashtiradi;

2 ball - zaif asab tizimi sezilarli darajada namoyon bo'ladi, ammo doimo emas, ba'zan kuchli asab tizimi xususiyatlari ham kuzatiladi;

1 ball - zaif asab tizimining xususiyatlari yaqqol namoyon bo'ladi, kuchli asab tizimiga xos xususiyatlar kuzatilmaydi;

0 ball - bu ko'rsatkichni baholash uchun ma'lumot yo'q. Nerv tizimining xususiyatlarining namoyon bo'lishini tashxislash uchun faqat so'rovnomalardan foydalanmaslik kerak.

Nerv tizimining xususiyatlarini baholash uchun Strelyau - Vyatkinning so'rovnomasi. Mazkur so'rovnoma 1974-yilda polshalik psixolog J. Strelyau tomonidan ishlab chiqilgan. 1978-yilda so'rovnoma Vyatkin tomonidan rusiyazabon foydalanuvchilar uchun moslashtirilgan, va u ushbu anketaning ikkita versiyasini yaratdi: oddiy odamlar va sportchilar uchun. Metodika 134 ta savol va kalitlardan iborat.

Kuch va harakatchanlikni aniqlashda odatda 42 ball aniq ifodalangan ko'rsatkich hisoblanadi, 60-70 ball kuch va harakatchanlikning yuqori ifodalanligini ko'rsatadi va sport psixologlari ko'pincha ushbu mezonlarga amal qiladilar.

Nerv tizimining muvozanatlashganligi qo'zg'alish va tormozlanish kuchi ko'rsatkichlari nisbati bilan aniqlanadi: 0,9-1,1 qiymatida nerv jarayonlarining muvozanati tashxis qilinadi, 0,9 dan kam - tormozlanishning ustunligi, 1,1 dan yuqori - qo'zg'alishning ustunligi. So'rovnomaning sportchi bo'lmagan versiyasida nerv jarayonlarining muvozanatlashganligi 0,85-1,15 qiymatida belgilanadi.

Yan Strelyau o'z tadqiqotida I.P. Pavlovning asab tizimining tipologiyasidan kelib chiqib, asab tizimining xususiyatlarini aniqlash qo'zg'atuvchining spetsifik xususiyatlariga bog'liqligini isbotlay oldi. Shu bilan birga u temperamentlarning o'ziga xos tasnifini yaratdi.

Strelyau o'z tadqiqotlarida, I.P. Pavlov taklif qilgan asab tizimining xususiyatlari ekstraversiya-introversiya, neyrotizm, xavotirlik kabi temperament ko'rsatkichlarini tavsiflash uchun ishlatilishi mumkinligini aniqladi. Strelyau o'ziga xos temperamentning konsepsiyasini yaratdi – temperamentning regulyatsiya nazariyasi (RTT-reguliruyomaya teoriya temperamenta). Mazkur nazariyaga binoan temperament odamlar va atrof-muhit o'rtasidagi munosabatlarni tartibga solishda muhim rol o'ynaydi, regulyatsiyani ma'nosi aynan shunda. Strelyau temperamentning xususiyatlari "...shaxsning ma'lum anatomik va

fiziologik xususiyatlari asosida yuzaga kelib, tarbiya va ijtimoiy muhit ta'sirida shakllanadi..."¹ deb hisoblagan.

Nazorat savollari

1. Temperament tushunchasiga ta'rif bering.
2. Temperamentni tasniflashning qanday asoslarini ko'rsatish mumkin?
3. Qanday usullar temperamentni aniqlash imkonini beradi?
4. Temperamentning 4 turining har biriga tavsif bering.

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

Bekzod, Safar, Karim va Dilmurod 4-sinf o'quvchilari. Ularning barchasi intizomsiz o'quvchilardir. Ular darsda gaplashadi, qoidalarini buzadi, navbatchi o'qituvchining talablarini bajarmaydi. O'g'il bolalar o'zlarining temperamentlari bilan bir-biridan farq qiladi.

Bekzod tinib tinchimas, u hech qachon sinfda o'tirmaydi. U doimo harakat da, qo'lida nimanidir aylantiradi, qo'lini uzatadi, sinfdoshi bilan gaplashadi. Faqat matematika darslarida Bekzod diqqatni jamlagan, ishchan va qat'iyatli. U juda tez gapiradi – "so'zlarni yutadi". Yurishi qadam tashashi chaqqon. Navbatchi o'qituvchining talablariga bo'ysunmaydi. Har qanday yaxshi, yomon ishga osonlik bilan kirishib ketadi, lekin tezda soviydi. O'qituvchilarning tanbehlarini inobatga olmaydi. O'rtoqlari uni "hech narsaga parvo qilmaydigan" odam deb hisoblashadi.

Safar sinfdoshlari orasida o'zining jo'shqinligi bilan ajralib turadi. Ustozning hikoyasidan ta'sirlanib, haddan tashqari hayajon holatiga tushib, turli murojaat va savollar bilan hikoyani to'xtatib qo'yadi. O'qituvchi har qanday savolga o'ylamasdan qo'lini ko'taradi va shuning uchun ko'pincha noo'rin javob beradi. Bezovtalik va g'azabda u osongina o'zini yo'qotadi va mushtlashishni boshlaydi. U dars vaqtida mushtlashgan paytlari ham bo'lgan. Tanaffus paytida u hech qachon bir joyda o'tirmaydi, koridorda yuguradi yoki birov bilan urishadi. Navbatchi o'qituvchining talablarini mensimaydi.

¹ Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. М., 1982.

Karim odatda sinfda jim o'tiradi, partadoshining savollariga kamdan-kam javob beradi. Sinfda u ko'pincha o'qishga aloqasi yuq ishlar bilan shug'ullanadi. O'qituvchining murojaatlariga javob bermaydi. Uning yuzidan ayni damda nimani o'ylayotganini, nimani his qilayotganini aniqlash qiyin. Uni g'azablantirish yoki kuldirish qiyin, lekin jahli chiqsa, o'zini butunlay yo'qotadi: o'rtoqlarini, o'qituvchisini haqorat qilgan holatlar bo'lgan. Tanaffusda u xotirjam, ba'zan xuddi bilmaganday yugurayotgan sinfdoshini oyog'idan chalib qo'yishi mumkin, sinfdoshlari undan ehtiyot bo'lishadi. Navbatchini talablarini so'zlari e'tiborga olmaydi.

Dilmurod xaddan tashqari sezgir va ta'sirchan bola. Ustozi boshqa partaga ko'chirganida, Dilmurod xafa bo'ldi va nega bunday qilishganini uzoq vaqt o'ylab, barcha darslarda g'amgin o'tirdi. Do'stlariga xalaqit beradi, shumlik qilib, u joydan javob bergiyotgan partadoshini chimchilab qo'yishi mumkin. Sinfda u ko'pincha o'qishga aloqasi yuq ishlar bilan shug'ullanadi. Agar o'qituvchilar unga tanbex bersa, qizarib ketadi va o'zini uzoq vaqt davomida oqlaydi. Tanaffusda u mushtlashayotganlarga qo'shiladi va o'zi urishmasa ham, boshqalarni mushtlashiga undab qo'zg'otib turadi. Navbatchi o'qituvchi paydo bo'lgach, u darhol qochib ketadi. Ushbu belgilarga ko'ra, har bir bola temperamentini aniqlang.

Quyidagi usullardan qaysi biri ularning har biriga nisbatan tavsiya etilishi mumkin va nimaga?

1. Jazolash: a) ota-onani chaqirish, b) kundalikka ogohlantirish yozish.
2. Maktabdagi xulq-atvor qoidalarini tushuntirish.
3. Sinfda mas'uliyatli topshiriq berish (sinf sardori etib tayinlash, birorta tadbir uyushtirish yoki ishn tashkil qilishni topshirish).
4. Shaxsiy suhbat o'tkazish.
5. Shu o'quvchini xatti-harakatlarini kulgili tarzda taqdim etish.
6. Yaxshi xatti harakat larini tez-tez rag'batlantirib borish.
7. Sinfdoshlari bilan yaqinlashtirish.

2.5-Mavzu. Xarakter aksentuatsiyasini o'rganish

Mashg'ulotning maqsadi: aksentuatsiya haqida tushuncha berish, xarakter aksentuatsiyasiga oid qarashlarning rivojlanishini o'rganib chiqish, o'smirlarning deviant xulq-atvorida aksentuatsiyaning rolini aniqlash, aksentuatsiyani tashxislash usullarini tahlil qilish.

Asosiy tushunchalar: aksentuatsiya, xarakter, deviant xulq-atvor, xarakter aksentuatsiyasi, namoyishkoronalik, pedantlik, rigidlik, qo'zg'oluvchanlik, temperament aksentuatsiyasi, gipertimlik, distimlik, xavotirlik, siklotimiya, affektivlik, emotsionallik.

Nazariy ma'lumotlar. Xarakter (yunonchadan muhr, tamg'a, belgi, xususiyat). Ammo xarakterga nisbatan "muhr, tamg'a" so'zlari juda muhim ma'noga ega – xarakter insonning barcha harakatlari, fikrlari va his-tuyg'ularida iz qoldirishini ko'rsatadi¹.

Xarakter - ma'lum bir hayot vaziyatlari va sharoitlarida aloxida subyekt uchun odatiy xatti-harakatlarni keltirib chiqaradigan shaxsning barqaror ruhiy xususiyatlarining individual birikmasi - bu tip va individuallikning birligi.

Bir tomondan, har bir shaxsning hayot yo'li, yashash sharoitlari va o'ziga xos faoliyati individual xususiyatlar va xarakter ko'rinishlarini shakllantiradi. Boshqa tomondan, bir xil ijtimoiy sharoitda yashovchi kishilar hayotining umumiy, tipik holatlari o'xshash tomonlari bir hil xarakter sifatlarini shakllantiradi.

Xarakter – bu shaxs tuzilishining ichki tizimi bo'lib, maqsadga erishishning odatiy usullarini (xarakterning instrumental ko'rinishlari) va odamlar bilan muloqotda namoyon bo'ladigan sifatlarini (xarakterning ekspressiv ko'rinishlari) belgilaydigan barqaror shaxsiy xususiyatlarning individual noyob majmuidir.

Xarakter ingliz Ch.Darvin, G.Mendel, F.Galton, amerikalik J.M. Kettell, nemislar G.Ebbinghaus va V.Vundt, fransuzlar A.Bine, G. Simon va boshqalarning asarlarida tadqiq qilingan. V.Shtern asarlarida nazariy asoslangan xarakterni o'rganish metodlari negizida, alohida fan - differensial psixologiya shakllandi. E. Krechmer (1921) va U. Sheldon (1927) asarlarida konstitutsiyaviy- xarakterologik yondashuv o'zining yakuniy ifodasini topdi.

¹ Психология характера: учебное пособие / Алтайский государственный университет ; сост.: М.В. Шамардина, И.А. Ральникова, Е.А. Петухова. Барнаул: АлтГУ, 2020. С. 3-5.

10-30-yillarda rivojlanishi bilan XX asr shaxs psixologiyasi shaxsiyat va xarakter tushunchalari o'rtasidagi munosabatlar muammosiga duch keldi.

XX asrning 10-30-yillarda psixologiyada shaxs va xarakter tushunchalari o'rtasidagi munosabatlar muammosi paydo bo'ldi. Klinik psixologiyada xarakter tushunchasi psixopatiya muammosi kontekstida, asosan tipologik yo'naltirilgan xarakterologiya an'analari rivojlanadi (P.B. Gannushkin, K. Leongard, A.E. Lichko).

Xarakter aksentuatsiyasini o'rganish. "Xarakter aksentuatsiyasi" tushunchasini fanga nemis psixiatri K. Leongard kiritgan, uning fikricha, xarakterning aksentuatsiyasi – bu haddan tashqari ko'zga tashlanadigan individual shaxsiy xususiyatlar bo'lib, ular salbiy omillar ta'sirida patologik holatga o'tishi mumkin.

K.Leongardning fikricha, ko'p odamlarda individual xarakter xususiyatlarining kuchayishi kuzatiladi. Aksentuatsiya shaxsga xos xususiyatdir.

Xarakter aksentuatsiyasi - odamdagi patologik bo'lmagan, ammo normaning chegarasidagi kuchli namoyon bo'ladigan xarakter xususiyatlar. Ular bolalik davridagi noto'g'ri tarbiya va irsiyat ta'sirida paydo bo'ladi. Aksentuatsiyali shaxslar normal inson bo'lib, ularda ijtimoiy muhitga ijobiy yoki salbiy ta'sir ko'rsatish imkoniyati mavjuddir.

Ko'p hollarda aksentuatsiyalar o'smirlik davrida paydo bo'ladi. Aksentuatsiyaning paydo bo'lishi va rivojlanishiga ko'plab omillar ta'sir qiladi, asosiy omil - irsiyat. Bunga qator ijtimoiy omillarni ham ta'sir ko'rsatadi: o'smirlik davrida tengdoshlar va ota-onalar bilan muloqotning etishmasligi; noto'g'ri tarbiya giperopyoka yoki gipoopyoka. Muloqotning yetishmasligi, shaxsiy ehtiyojlarning qondirilmashligi, nomukammallik kompleksi, asab tizimining surunkali kasalliklari va jismoniy kasalliklar ham aksentuatsiyaga sabab bo'lishi mumkin.

Xarakter aksentuatsiyalari nafaqat sof shaklda, balki aralash shakllarda ham uchraydi. Aksentuatsiyalar o'zgaruvchan, ular hayotning ba'zi davrlarida namoyon bo'lishi yoki, yo'qolib ketishi mumkin. Xarakter aksentuatsiyasi o'smirlarning 80% da uchraydi. O'smirlik - inqiroz davri, shuning uchun vaziyatga qarab, xarakter aksentuatsiyasi deviant xatti-harakatlarning paydo bo'lishiga sabab bulishi mumkin. Ba'zi aksentuatsiyalar, salbiy omillar ta'sirida, katta yoshda ruhiy kasallikka aylanishi mumkin.

Aksentuatsiya tasnifi va turlarning xususiyatlari. A. E. Lichko va K. Leonard tomonidan ajratilgan aksentuatsiya tasniflari mavjud. A.E.Lichko, 11 turdan iborat bo'lgan aksentuatsiya tipologiyasini taklif qildi, ularning har biri o'smirlik davrida kuzatilishi mumkin bo'lgan ko'rinishlar bilan tavsiflanadi. Turlarga qo'shimcha ravishda, Lichko namoyon bo'lishiga qarab farqlanadigan aksentuatsiya shakllarini ajratdi:

- **Ochiq namoyon bo'ladigan** aksentuatsiya - hayot davomida kuchli namoyon bo'ladigan normaning chegarasidagi xarakter xususiyatlari.

- **Yashirin aksentuatsiya** - insonda faqat qiyin hayotiy sharoitlarda kuzatiladigan, normaning chegarasida kuchli namoyon bo'ladigan xarakter xususiyatidir

A. E. Lichkoga ko'ra aksentuatsiya turlari:

1. **Gipertim** - faollik va kayfiyat yuqori darajada bo'ladi. Bunday shaxslar yolg'izlik va birhillika dosh bera olmaydi. Ular muloqotni yaxshi ko'radilar, sevimli mashg'ulotlari tez-tez o'zgarib turadi. Ular odatda boshlagan ishini tugatmaydi.

2. **Sikloid** - kayfiyatda gipertimdan disforik (yomon)gacha siklik o'zgarishlar mavjud.

3. **Emotsional-labil-** kayfiyatni tez-tez sababsiz o'zgarishi. Bunday odamlar juda sezgir bo'lib, ularga ta'sirchanlik, altruizm va xushmuomalalik xos; atrofdagi odamlarga nisbatan ijobiy his-tuyg'ularini ochiq ifoda etadilar.

4. **Sensitiv**-Bunday shaxslarda nomukammallik kompleksi va yuqori sezuvchanlik mavjud. Qiziqishlari intellektual va estetik sohaga qaratilgan.

5. **Asteno-nevrotik** – yuqori darajada injiqlik yig'loqilik kuzatiladi. kayfiyat va ko'z yoshlari kuchayadi. Bunday odamlar tez charchab darmonsizlanib qolishi natijasida asabiylashish paydo bo'ladi.

6. **Shizoid**-Bu turdagi odamlar boshqalardan uzoqlashib, yolg'iz vaqt o'tkazishni yaxshi ko'radi. Bunday o'smirlar tengdoshlari bilan muloqot qilishdan ko'ra kattalar davrasida bo'lishni yaxshi ko'radilar.

- 7.**Psixastenik** – Bunday shaxslar o'z o'zini chuqur tahlil qilishga va refleksiya moyil. Ular mas'uliyatdan qo'rqqani uchun qaror qabul qilishi qiyin. O'zini tanqid qiladilar.

8. **Epileptoid** - Xulq-atvorida boshqa odamlarga nisbatan g'azablanish kuzatiladi. Qo'zg'aluvchanlik va zo'riqish kuchli.

9. **Isterik** - ular diqqat markazida bo'lishni yaxshi ko'radilar. Ular boshqalarga kulgi bo'lishdan qo'rqishadi, namoyishkorona suitsidga moyil.

10. **Konform** - boshqa odamlarga tobe va so'zsiz buysunishga moyil. Atrofdagilardan farq qilmaslikka intiladilar.

11. **Beqaror** – turli mashg'ulotlarga qiziqadi va ishqibozlik qiladi. Dangasa, o'z kelajakini rejalashtirmaydi.

K. Leongard xarakter aksentuatsiyalarini 12 turga tasniflaydi. Ulardan ba'zilari A. E. Lichkoning tipologiyasiga to'g'ri keladi. Leongard tomonidan aniqlangan aksentuatsiya turlari uch guruhga bo'lingan:

1) *temperament* aksentuatsiyasi (gipertim, distim, ekzaltir, xavotirli va emotiv);

2) *xarakter* aksentuatsiyasi (namoyishkorona, tutilib qolgan va qo'zg'oluvchan);

3) *shaxsiy* darajadagi aksentuatsiya (ekstravert va introvert).

K. Leongard bo'yicha aksentuatsiya turlari:

1. **Gipertim** - istalgan vaqtda aloqa o'rnatishga tayyor. Muloqotda mimika va imo-ishoralar aniq ifodalanadi. G'ayratli va faol. Ba'zan nizoga moyillik, asabiylashish va beparvolik kuzatiladi.

2. **Distim** - xushmuomalalikning yo'qligi. Kelajakka pessimistik va melanxolik kayfiyat bilan qarash.

3. **Sikloid** - kayfiyatning tez va keskin o'zgarishi. Odamlar bilan muomala va muloqot qilish uslubi kayfiyatiga bog'liq.

4. **Qo'zg'aluvchan** – bu turdagi odamlarda hissiy jihatdan qo'zg'atilgan paytda, asabiylashish va tajovuzkorlik qayd etiladi.

5. **Tutilib qolgan**- Mijg'ov, boshqalarga aql o'rgatishga va xafagarchilikka moyil. Ba'zi hollarda bunday odamlar qasoskor bo'ladi.

6. **Pedant**- Konfliktlarda passiv, ishlarni vijdonan va aniq bajaradilar, mijg'ovlikka moyil.

7. **Xavotirli** – Bunday odamlar sababli va sababsiz xavotirga tushadilar, o'ziga ishonmaydilar.

8. **Emotiv** - faqat yaqinlaringiz yonida o'zingizni qulay his etadilar. O'zgalarning baxtiga samimiy quvonaoladilar. Yuqori sezuvchanlik kuzatiladi.

9. **Namoyishkorona**-Bunday shaxslar etakchilik pozitsiyasini egallashga moyil. Ular aktyorlik, nostandart fikrlash, egoizm (xudbinlik), ikkiyuzlamachilik va maqtanchoqlik xos.

10. **Ekzaltir** – muloqot qilishni yaxshi ko‘radilar, altruistlar. Impulsiv harakatlarga moyil.

11. **Ekstravert** - bu tipdagi shaxslar odamlar bilan bajonidil muloqatda bo‘lishadi, do‘stlari ko‘p. Ular nizodan yiroq, boshqa odamlarning ta’siriga tushadi osonlikcha mos keladi. Ba’zan o‘ylanmasdan harakat qiladilar va g‘iybat tarqatishi mumkin.

12. **Introvert** O‘zgalaridan uzoqlashishga, xayolparastlikka va yolg‘izlikka moyil.

Shaxs xarakteri va temperamentining aksentuatsiyalarini aniqlash usullari

Test - G. Shmishek, K. Leongardning so‘rovnomasi 1970 - yilda G. Shmishek tomonidan nashr etilgan shaxsning aksentuatsiya turini diagnostika qilish uchun mo‘ljallangan va “K. Leongard shaxs aksentuatsiyasini o‘rganish metodi”ning modifikatsiyasi hisoblanadi.

Test o‘smirlar, o‘spirinlar va kattalar xarakteri va temperamentining xususiyatlarini aniqlash uchun mo‘ljallangan. Shmishek xarakterologik testi o‘quv jarayonida xarakterni o‘rganishda, kasb tanlashda, psixologik maslahatda, kasbga yo‘naltirishda qo‘llaniladi.

Nazorat savollari

1. Aksentuatsiya tushunchasiga ta’rif bering.
2. A.E.Lichko va K.Leongardlar bo‘yicha aksentuatsiya turlarini aytib bering.
3. Qaysi metodlar xarakter aksentutsiyasini aniqlash imkonini beradi?
4. O‘smirlik davrida xarakter aksentuatsiyasining ko‘rinishlari.

O‘quv mashg‘ulotlari va mustaqil ta’lim uchun topshiriqlar

O‘quvchilarning temperamenti va xarakter xususiyatlarini o‘rganish maqsadida kuzatuv olib boring. Tadqiqot qiluvchi o‘quvchining umumiy harakatchanligi, nerv protsesslarining kuchi, muvozanatlashganligi haqidagi ma’lumotlarga ega bo‘lishi.

Tadqiqot vazifasi:

1. Kichik maktab yoshdagi o‘quvchi nerv faoliyatining tipini belgilash.
2. Tabiiy eksperiment o‘tkazishi orqali kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarining temperamentiriga xos xususiyatlarni aniqlash.

Tadqiqot metodikasi. Berilgan topshiriqlarni bajarishga o‘z vaqtida ulgura olmaydigan, ammo sinfda unchalik qoloq hisoblanamaydigan 3 nafar o‘quvchini uy vazifalarini bajarishi uchun

darsdan so'ng sinfda olib qolish kerak. Ularga hamma predmetlar bo'yicha uy ishlarini bajarilishini topshirish, keyin esa ularning har biri uy ishini qanday bajarilayotganini kuzatish kerak. Kuzatish natijalarini kundalikka yozib borish kerak.

Kuzatishda quyidagilarni hisobga olish kerak:

1. Dam olmasdan uzoq vaqt ishlay oladimi?
2. Ish ustida uning diqqati barqarormi yoki beqarormi?
3. Bolaning charchash tezligi va charchashning oldini olish qanday?
4. Topshiriqni bajarayotganda bolaning his – tuyg'ulari (ish yutug'idan xursand bo'lish, muvaffaqiyatsizligidan qayg'urish) aniq namoyon bo'layaptimi?
5. Topshiriqni bajarayotganda bolaning hissiyotlari tez-tez o'zgarib turibdimi yoki barqarormi?
6. Maqsadga erishishi uchun qiynalishga qanday bardosh beryapti?
7. Uning ishdagi kamchiliklarini ko'rsatganingizda o'zini bosib turadimi yoki asabiylashadimi?
8. Faoliyatga (ish bajarishiga) tez kirishadimi yoki sekin?
9. Bir topshiriqni bajargandan keyin boshqa topshiriqni bajarishga tez yoki sust kirishadmi?

Tadqiqot natijasini tahlil qilish:

- a) har qaysi o'quvchida nerv protsessining kechishi;
- b) nerv protsessining muvozanatlashgani yoki muvozanatlashmaganligi;
- d) nerv protsessining harakat ining darajasi;
- e) bolaning umumiy harakatchanligi.

Olgan ma'lumotlarni taqqoslab ko'rib, har qaysi o'quvchining faoliyati va temperamenti tipini belgilashga oid xulosa chiqarish kerak. Ta'lim – tarbiya protsessida o'quvchilargai individual munosabatda bo'lish yo'l-yo'riqlarini, ular haqida fikr-mulohazalarni va takliflarni yozish kerak.

2.6-Mavzu. Ehtiyojlar faoliyatning ichki undovchisi-motivatori sifatida. Ehtiyojlarni o'rganish usullari

Mashg'ulotning maqsadi: psixologik tadqiqotlarda ehtiyoj tushunchasining o'rganilishi va uni tadqiq qilish metodlarini yoritish.

Asosiy tushunchalar: ehtiyoj, biogen, psixogen, sotsiogen ehtiyojlar, qadriyatlar.

Nazariy ma'lumotlar. Psixologiya fanida ehtiyojlar muammosi inson faoliyatining motivatorlari, shaxs faoliyati va xulq-atvorining ichki boshqaruv tizimi sifatida ko'rib chiqiladi. Boshqacha aytganda, organizmlarning faoliyati va xulq-atvorini determinatsiyalash masalalari an'anaviy ravishda psixologiyani motivatsiya, hissiyotlar va ixtiyoriy boshqarishni o'rganishga bag'ishlangan bo'limlarida muhokama qilinadi.

Garchi psixologik lug'atlarda "ehtiyoj" va "ehtiyojlar" tushunchalariga ta'rif berilgan bo'lsa-da, ular ushbu ilmiy muammo bo'yicha qarashlarning barcha xilma-xilligini aks ettirmaydi. Jumladan, A.V.Petrovskiy, M.G.Yaroshevskiylarning psixologik atamalar lug'atida "ehtiyoj" atamasi *"shaxsning mavjudligi va rivojlanishi uchun zarur bo'lgan obyektlarga bo'lgan zarurati tufayli paydo bo'lgan holati va uning faolligi manbaidir"* deb ta'riflanadi. Ushbu ta'rifda "ehtiyoj" tushunchasi insonning zaruriyati va faollik kategoriyalari orqali ochib beriladi.

B.G.Meshcheryakov, V.P.Zinchenko tomonidan tahrirlangan lug'atda ehtiyojlar *"tirik organizmlarning tashqi dunyo bilan aloqa shakli, ularning faolligi (xulq-atvori, faoliyati) manbayi"* sifatida qaraladi. Ushbu ta'rifda kalit so'z sifatida "faollik" tushunchasini ko'rish mumkin. Bunda B.G.Meshcheryakov, V.P.Zinchenko ehtiyojlar biologik tur va individni saqlash va rivojlantirish uchun zarur bo'lgan faoliyat shakllarini keltirib chiqaradigan organizmning ichki muhim kuchlari sifatida namoyon bo'lishini ta'kidlaydi.

E.P.Ilin "ehtiyoj" tushunchasini tahlil qilib, ushbu atamaning ma'nosi haqida bir nechta nuqtayi nazarlarni keltiradi:

- 1) zaruriyat sifatidagi ehtiyoj;
- 2) zaruriyatni qondirish predmeti sifatidagi ehtiyoj;
- 3) ne'mat, farovonlik yo'qligi sifatidagi ehtiyoj;
- 4) qadriyat sifatidagi ehtiyoj;
- 5) ehtiyoj hojat sifatida;
- 6) holat sifatidagi ehtiyoj;
- 7) shaxsning tizimli reaksiyasi sifatidagi ehtiyoj.

V.A.Ivannikov ehtiyojlar deganda yashash uchun zarur shart-sharoitlar bilan ta'minlashda ifodalangan tirik mavjudotlarning hayotiy vazifalari sifatida tushunish kerak, deb hisoblaydi. Masalan, naslning

paydo bo'lishi va tarbiyalanishi uchun joy tayyorlash zarurati, muloqot va parvarishlash zarurati, o'z hududlarini himoya qilish va bolalarni himoya qilish zarurati.

Psixologiyadagi ehtiyojlarni muhokama qilishda ularning organizmning subyektiv kechinmalarida namoyon bo'lishi masalasi muhimdir. Shu munosabat bilan ehtiyojlarning predmeti haqida, ya'ni ehtiyojni qondirish shu predmetni aniqlashtirish bilan bog'liqligi haqida savol tug'iladi. Ehtiyoj har doim uning predmeti orqali, ya'ni uni qondiradigan narsa orqali boshdan kechiriladi. Boshqacha aytganda, "ehtiyoj predmeti bu ehtiyojni qondiradigan narsadir"¹ (masalan, oziq-ovqat, kiyim-kechak, emotsional kechinmalar, ilmiy g'oyalar).

Ehtiyojlar ikki yo'nalishda rivojlanadi:

1) ularni qondiradigan predmetlar doirasini o'zgartirish, ehtiyojlarni qondirishning yangi usullari va vositalarining paydo bo'lishi orqali, mavjudlarini boyitish orqali (E.P.Ilin). Masalan, bola bitta o'yinchoq bilan ham, turli o'yinchoqlar bilan ham o'ynash ehtiyojini qondira oladi;

2) insonni boshqa odamlar, guruhlar, jamiyat, madaniyat bilan yangi ijtimoiy munosabatlarga kiritish orqali. Masalan, odamda yangi ehtiyojlar faqat atrof-muhit bilan o'zaro aloqada bo'lganda paydo bo'ladi.

Ehtiyojlar turli mezonlarga ko'ra tasniflanadi, jumladan

1) predmetning jozibadorlik darajasi (pozitiv va negativ ehtiyojlar);

2) ehtiyojni ro'yobga chiqish vaqti, ya'ni uning subyektda doimiy mavjudligi (doimiy, barqaror, siklik, vaziyatli ehtiyojlar);

3) hayotiylik, ya'ni hayotni saqlash uchun zarurligi (birlamchi va ikkilamchi ehtiyojlar);

4) konkret vaziyatda ehtiyojlarning namoyon bo'lishi (dolzarb va potensial ehtiyojlar);

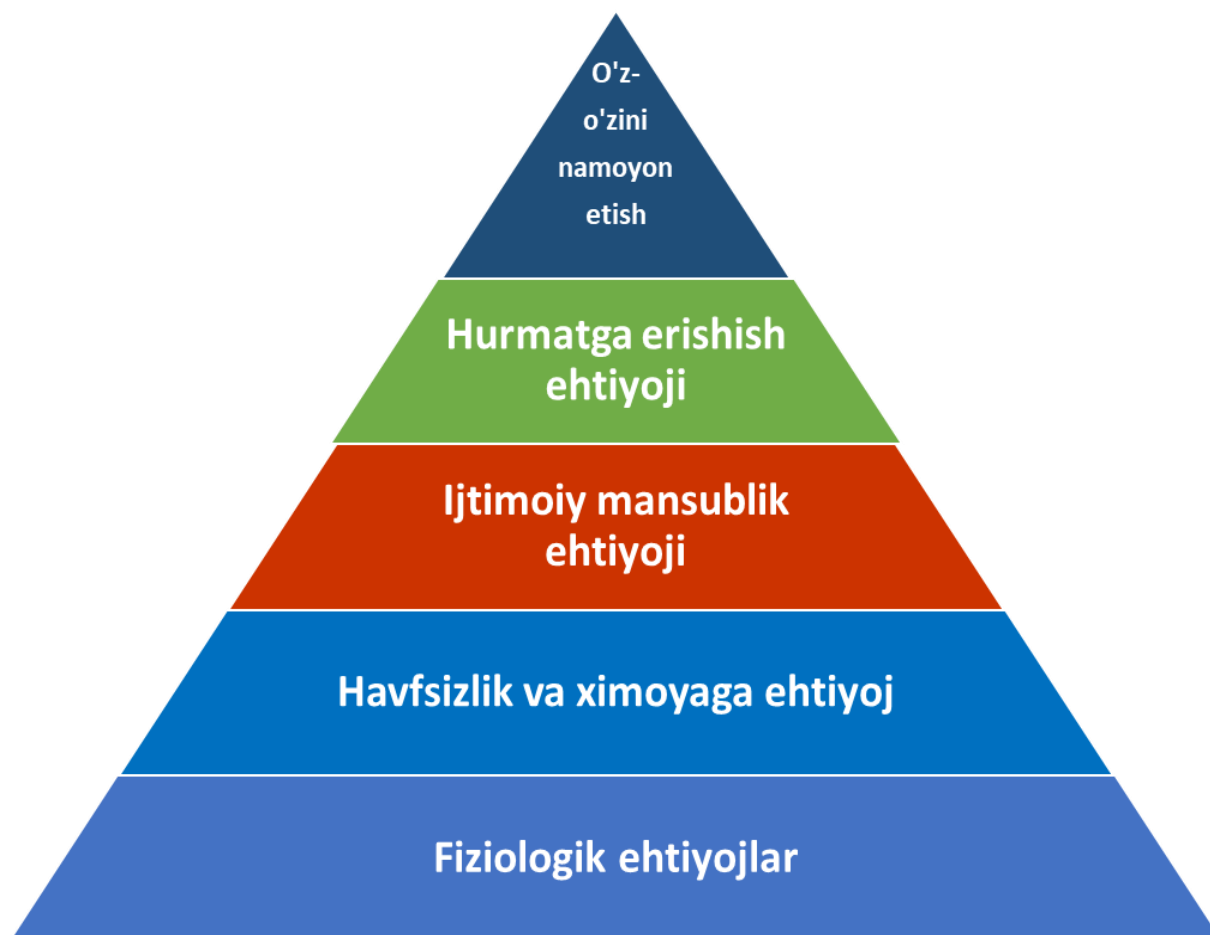
5) inson faolligi darajasi (proaktiv va reaktiv ehtiyojlar);

6) ehtiyoj obyektining moddiy, ijtimoiy yoki madaniy sohaga tegishliligi (moddiy, ijtimoiy yoki madaniy ehtiyojlar) ².

A.Maslouning ehtiyojlar ierarxiyasi modeli inson ehtiyojlarining eng taniqli va tizimli tasnifi hisoblanadi.

¹ Иванников В.А. Основы психологии. Курс лекций. СПб.: Питер, 2010. 336 с. С.201.

² Нуркова В.В., Березанская Н.Б. Психология. Учебник. М.: Юрайт-Издат, 2004. 484 с.



2.6.1-Rasm. A. Maslouning inson ehtiyojlari piramidasi

D.A.Leontev ehtiyojlar va shaxsiy qadriyatlarni farqlashni taklif qiladi. Uning fikricha, ehtiyojlar insonning olam bilan “hozir va shu bu erda” munosabatlarini aks ettiradi, qadriyatlar esa shaxs tarkibiga kiradi va vaziyat omillariga bog‘liq emas. Ehtiyojlarni inson motivatsiyasining vaziyatli o‘zgaruvchan va dinamik xususiyatlari sifatida, qadriyatlarni esa barqaror, ijtimoiy va madaniy me‘yorlar bilan bog‘liq xususiyatlar kabi tavsiflash mumkin.

D.A.Leontev ehtiyojlar muhtojlik, istaklar, keskinlik yoki vasvasalar sifatida boshdan kechirilishini, qadriyatlar esa shaxs ongida ideallar sifatida aks etishini ta’kidlaydi.

Shunday qilib, ehtiyojlar insonning dunyo bilan aloqalari faolligi darajasini va uning atrof-muhit bilan o‘zaro ta’sirining murakkabligini ifodalaydi.

Nazorat savollari

1. Psixologiya fanidagi “ehtiyoj” tushunchasiga ta’rif bering.
2. Inson ehtiyojlari hayvonlar ehtiyojlaridan qanday farq qiladi?
3. Ehtiyojlarni qanday mezonlar asosida tasniflash mumkin?

4. A.Maslouning ehtiyojlar ierarxiyasi modelining mohiyatini ochib bering.
5. Ehtiyojlar qadriyatlardan qanday farq qiladi?

O‘quv mashg‘ulotlari va mustaqil ta’lim uchun topshiriqlar

1.Konseptual jadvalni to‘ldiring

№	Olim	Asosiy asarlari ilmiy qarashlari	Ehtiyojlar tahlili
1.	A.Maslou		
2.	D.A.Leontev		
3.			
4.	V.A.Ivannikov		

2. A.Maslou modelidan foydalangan holda ta’lim muassasasida yoki jamoat tashqilotida ijobiy muhit yaratish bo‘yicha tavsiyalar ishlab chiqish.

Faoliyat kichik guruhlarda bajariladi va 1-jadvalning uchinchi ustunini har bir darajadagi ehtiyojlar qondirilishini ta’minlaydigan shakllar bilan to‘ldirishdan iborat. Ta’lim muassasalari va jamoat tashkilotlarining ehtiyojlarini qondirish uchun shakllarning eng ko‘p sonini ko‘rsatish kerak.

2.6.1-jadval

A.Maslouning ehtiyojlar ierarxiyasi va ularning namoyon bo‘lishining tashkiliy shakllari

Ehtiyoj turlari va darajalari	Misollar	Tashkiliy shakllari
Fiziologik ehtiyojlar	Oziq-ovqat, kiyim, uyqu.	
Xavfsizlik ehtiyojlari	Barqarorlik, xavfsizlik masalan xavfsiz muhit.	
Sotsial ehtiyojlar	Guruhga mansublik, oilaga ega bo‘lish	
E’tirof va hurmatga bo‘lgan ehtiyoj	O‘z-o‘zini baholash, o‘zini hurmat qilish, mavqe	
O‘z-o‘zini namoyon etishga bo‘lgan ehtiyoj	O‘sish, muvaffaqiyat, ijod.	

Test topshiriqlari

1. Ehtiyojlarning ierarxik piramidasini kim ishlab chiqqan?
A) Abraxam Maslou
B) Karl Rojers
D) Gordon Ollport
E) Volfgang Kyoler.

2. Kishining biror narsaga bo‘lgan zarurati - ...:
A) motiv
B) ehtiyoj
D) qiziqish
E) moyillik.

3. Gnostik ehtiyojlar qanday ehtiyojlar sifatida tushuniladi?
A) jamlashga, egallashga
B) bilimga
D) mehnatga
E) guzallikni yaratishga

4. Irodaviy xulq-atvorni kvazi ehtiyojlarning shakllanishi sifatida baholaydigan olim:
A) Kurt Levin
B) Lev Vygotskiy
D) Dmitriy Uznadze
E) Abraxam Maslou.

5. *To‘g‘ri yoki noto‘g‘ri?* D.Makklellandning eksperimental tadqiqotlari shuni ko‘rsatadiki, muvaffaqiyatga ehtiyoji bo‘lgan odamlar o‘rtacha qiyinchilikni afzal ko‘rishadi, ya’ni real erishish mumkin bo‘lgan maqsadlarni qo‘yadilar.

6. Insonning individ sifatida normal rivojlanishi kanday ehtiyojlar belgilab beradi?
A) biogen
B) sotsiogen
D) psixogen
E) ruhiy.

7. Ehtiyojlar biologik va ijtimoiy turlarga nima asosida ajratiladi?
A) ularning shakllanish manbayi
B) hayot faoliyati va amalga oshirish shakli
D) qondirish imkoniyatlari
E) hayot faoliyati sikli.
8. Insonning shaxs sifatida normal rivojlanishi qanday ehtiyojlarga bog‘liq?
A) biogen
B) sotsiogen
D) psixogen
E) ruhiy.
9. *Fikrni to‘ldiring.* Guruhlarda ishlashni afzal ko‘radigan, hamkorlikka moyil, boshqa odamlar bilan birga bo‘lishga intiladigan odamlarda ehtiyojlar aniq namoyon bo‘ladi.
10. Gedonik ehtiyojlar qanday ehtiyojlar sifatida tushuniladi?
A) jamlashga, egallashga
B) qulaylikka, osoyishtalikka
D) harakatning samaradorligiga
E) o‘z ahamiyatini anglashga.

2.7-Mavzu. Motivatsiya va motivlarni o‘rganish metodlari

Mashg‘ulotning maqsadi: shaxsning motivatsiyasi va motivlarini o‘rganish usullarini ko‘rib chiqish.

Asosiy tushunchalar: motiv, motivatsiya, motivatsiya indikatorlari, motivlashtirish, motivatorlar.

Nazariy ma’lumotlar. Shaxsning motivatsion xususiyatlari insonning xulq-atvori va faoliyatining asosiy xususiyatlaridan biridir. Tarixiy jihatdan motivatsiya psixologiyasi shaxs psixologiyasi asosida shakllangan, XX asrning 60-70-yillarida u kognitiv psixologiya bilan yaqinlashgan va keyinchalik mustaqil ilmiy yo‘nalish sifatida rivojlangan. D.A.Leontevning so‘zlariga ko‘ra, motivatsiya psixologiyasining rivojlanish yo‘nalishlari quyidagicha:

1) o‘zaro bog‘liqlik: inson motivatsiyasining ildizlari uning dunyo bilan munosabatlarida;

2) teleologizm: insonning harakatlari doimo maqsadga qaratilgan va ma’noga ega;

3) ijtimoiy-madaniy shartlanganlik: inson motivatsiyasining kelib chiqishi ijtimoiy jamiyatdan kelib chiqadi;

4) shaxsiy xarakter: shaxs motivatsiyani shakllantiradi va boshqaradi ¹.

Inson xulq-atvori motivatsiyasining mohiyati motivlarning funksional avtonomiyasi prinsipini tushunishga yordam beradi. U Gordon Ollport tomonidan kiritilgan bo‘lib, u ushbu tamoyilni - “shaxs psixologiyasi uchun mustaqillik deklaratsiyasi” deb hisoblagan. U umumiy qonun bo‘la turib, umuman shaxssiz va mavjud bo‘lmagan psixikaning mavhum motivatsiyasini emas, balki aniq barchaga xos bo‘lgan, hayotiy motivlarni ko‘rib chiqish imkonini beradi ².

Motivlarning funksional avtonomiyasi tamoyili odamda oldingi motivlar bilan bog‘liq bo‘lgan, ammo ulardan funksional jihatdan mustaqil bo‘lgan yangi motivlarning paydo bo‘lishini tushuntiradi. Shunday qilib, G. Olport dastlab o‘ta zarurat tufayli tejagan ammo keyinchalik garchi bu endi o‘ta zarur bo‘lmasada tejamkorlik odati uning asosiy motiviga aylangan, ziqna odamni misol sifatida keltiradi ³.

Darhaqiqat, motivlarning funksional avtonomligi tamoyili yangi motivlarni shakllantirish mexanizmlaridan birida o‘z aksini topadi. Masalan, A.N. Leontev nazariyasiga asosan motivning maqsadga ko‘chishi.

Psixologiya fanida “motiv” tushunchasiga quyidagicha ta’riflar berilgan.

Motivning mohiyati haqidagi qarashlar turli olimlar orasida turlichadir. E. P. Ilin tadqiqotlarida odatda motivlar quyidagicha yoritiladi:

- 1) maqsad (predmet);
- 2) ehtiyoj;

¹ Леонтьев Д.А. От инстинктов — к выбору, смыслу и саморегуляции: психология мотивации вчера, сегодня и завтра//Современная психология мотивации/Под ред.Д.А.Леонтьева. М.: Смысл, 2002. 343 с. С.4-13.

² Allport G. W. The Functional Autonomy of Motives//American Journal of Psychology. 1937. Vol.50. P.141-156. P.154.

³ Олпорт Г. Трансформация мотивов//Общая психология. Тексты: в 3 т. Т.2: Субъект деятельности. Книга 2. Изд.2-е, испр.и доп./Отв.ред.В.В.Петухов. М.: УМК «Психология»; Московский психолого-социальный институт, 2004. 527 с. В.42-75.

- 3) niyat;
- 4) barqaror shaxsiy xususiyat;
- 5) undovchi omil;
- 6) holat;
- 7) formulirovka.

D. A. Leontev fikricha, “motiv” tushunchasining mohiyati shaxsning faoliyat olib boradigan muayyan vaziyatda faoliyat, moddiy yoki ideal obyektga bo‘lgan intilishiga bog‘liqdir.

Motivlar undosh, yo‘naltirish, boshqarish va tartibga solish funksiyalarini bajaradi. Boshqacha qilib aytganda, motivlar insonning faolligini keltirib chiqaradi, uning xatti-harakatlarining ma’lum bir yo‘nalishini aks ettiradi va ularning ketma-ketligi asosida xatti-harakatlar va faoliyatning mohiyatini belgilaydi.

Shaxsning motivatsion sohasini tabaqalashtirib o‘rganish uchun A.A.Bodalev, V.V.Stolinning psixodiagnostika o‘quv qo‘llanmasida batafsil ochib berilgan motivatsiya ko‘rsatkichlarini ajratish muhimdir¹. Motivatsiya ko‘rsatkichlari uning miqdoriy va sifat xususiyatlarini aniqlashga imkon beradi. Masalan, motivatsiya ko‘rsatkichlariga quyidagilar kiradi:

1. Xulq-atvor sabablari to‘g‘risida shaxsning tasavvurlarini bevosita baholash (kognitiv namoyish).
2. Shaxsning motivatsion xususiyatlarining idrok obyektiga ta’siri.
3. Inson motivatsion xususiyatlarini kognitiv baholash va stimul materialining tuzilishiga ta’siri.
4. Tasavvur va fantaziya motivlarning namoyon bo‘lishi (tematik appersepsiya testi va boshqalar).
5. Asosiy motivatsion tendensiyalarni aks ettiruvchi vaziyatlarga yoki ularning jihatlariga diqqatning tanlovchanligi.
6. To‘siqqa duch kelgandagi qat’iyatlilik.
7. Biror kishining muayyan faoliyat turlariga sarflagan vaqti bilan bog‘liq vaqt ko‘rsatkichlari, shu jumladan dolzarb motivatsiyaga tegishli mavzularni muhokama qilish, kerakli vaqt taqsimoti.

Shaxsning motivatsion sohasini turli xil bevosita, kuzatuv, loyiha va eksperimental metodlar yordamida o‘rganish mumkin. Motivlarni o‘rganishning eksperimental metodlari E.P.Ilin, D.Makkleland va boshqa mualliflarning nashrlarida mavjud.

¹ Глава 6. Психолодиагностика мотивации//Общая психодиагностика: основы психодиагностики, немедицинской психотерапии и психологического консультирования: учебное; под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. М.: Изд-во МГУ, 1987. 303 с.

Shaxsning motivatsion sohasi psixodiagnostikasining bevosita metodlari tadqiqot ishtirokchisining xatti-harakatlarining sabablarini baholashi bilan bog'liq. Bunday metodlar insonning o'qish, kasbiy yoki boshqa faoliyat turlari bilan bog'liq motivlarni baholashiga asoslanadi. Bunday metodlarga so'rovnomalar, xususan, shaxs diagnostika metodlari, T.Elersning muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi yoki muvaffaqiyasizliklardan qochish motivatsiyasi, akademik motivatsiya shkalasini misol qilishimiz mumkin.

Motivatsiyani o'rganish, ya'ni odamning xulq – atvorining sabablarini tushuntirish uchun, suhbat, so'rov, anketa metodlari qo'llaniladi. SHaxsning harakatlarining sabablarini tushunish uchun – xulq-atvorini kuzatish maqsadga muvofiq. Kuzatishda kauzal atributsiya nazariyasining asosiy qoidalarini hisobga olish kerak.

Chuqur motivatsion xususiyatlarni, shu jumladan anglanilmagan motivlarni o'rganish uchun proektiv metoddan foydalanish mumkin. Masalan, G.Myurreyning tematik appersepsiya testi, Rozensveygning frustratsiya reaksiyalari testi, tugallanmagan jumlar yoki tugallanmagan hikoyalar metodlarining turli xil variantlari.

Shunday qilib, inson motivatsiyasini o'rganish uning xatti-harakatlarini paydo bo'lishining subyektiv sabablarini izlash bilan bog'liq.

Nazorat savollar

1. “Motiv” va motivatsiya tushunchalariga ta'rif bering.
2. Motivlarning vazifalarini sanab bering va misollar keltiring.
3. G.Ollport bo'yicha motivlarning funksional avtonomligi tamoyilining mohiyati nimada? Misollar keltiring.
4. “Motivni maqsadga ko'chishi” motivlarini shakllantirish mexanizmining mohiyatini ochib bering.
5. Shaxsning muvaffaqiyatga erishish va muvaffaqiyasizlikdan qochish motivatsiyasini shakllantirishga qanday omillar ta'sir qiladi?

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

Muhokama uchun savollar

1. Motiv va motivatsiyani o'rganish metodlarining qisqacha tavsifi.
2. Shaxs motivatsiyasining amaliy tadqiqotlari.
3. Maktabgacha va kichik maktab yoshidagi bolalarda ijtimoiy hulq motivatsiyasini rivojlanishi.
4. O'smir va o'spirinlarning motivatsiyasi va ichki inqirozlari.

5. Sportchilarni motivatsiyasini rivojlanishi.
6. Talabalarda ta'lim motivatsiyasi.

Muhokamaga tayyorlanish uchun adabiyotlar

1. Алтунина И.Р. Развитие мотивов и мотивации социального поведения у детей дошкольного и младшего школьного возрастов // Психологическая наука и образование. 2006. № 2. С. 5–15.
2. Вартанова И.И. Мотивация и внутренние конфликты старшеклассников [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2012. № 2. URL: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2012/n2/53544.shtml (дата обращения: 06.09.2021).
3. Глава 17. Методы изучения мотивации и мотивов// Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2008. 512 с.
4. Маланов С.В., Субаева А.С. Мотивация, воля, целеполагание и рост спортивного мастерства у бегунов на средние и длинные дистанции // Экспериментальная психология. 2021. Том 14. № 3. С. 168–182.
5. Панферов В.Н., Безгодова С.А., Васильева С.В., Иванов А.С., Микляева А.В. Эффективность обучения и академическая мотивация студентов в условиях онлайн-взаимодействия с преподавателем (на примере видеолекции) // Социальная психология и общество. 2020. Том 11. № 1. С. 127–143.

Test topshiriqlari

1. Qaysi nazariyada motivatsiya qaror qabul qilish jarayoni sifatida baholanadi?
 - A) instinkt nazariyasida
 - B) kognitiv psixologiyada
 - D) faoliyat nazariyasida
 - E) o'rganish nazariyasida.
2. Kimning asarlarida motiv obyektivlashtirilgan ehtiyoj sifatida ko'rib chiqiladi:
 - A) A.N. Leontev
 - B) M.S. Merlin
 - D) S.L. Rubinshteyn
 - E) V.N. Myasishchev.

3. Shaxsning motivatsion sohasini eng yaxshi tavsiflovchi javobni tanlang. SHaxsning motivatsion sohasi..... tavsiflanadi

- A) real motivlarning mavjudligi bilan
- B) real va potensial motivlarning mavjudligi bilan
- D) tizimli, ierarxik tuzilish bilan
- E) intilish va qochish motivatsiyasining mavjudligi bilan.

4. Shaxsni harakatga undaydigan obyektivlashtirilgan ehtiyoj, aynan shu predmetga bo‘lgan ehtiyoj:

- A) motiv
- B) moyillik
- D) tush
- E) qiziqish.

5. “Motiv” va “motivatsiya” tushunchalari bir-biriga qay tarzda bog‘langan:

- A) “motiv” tushunchasi “motivatsiya” tushunchasidan torroq
- B) “motivatsiya” tushunchasi “motiv” tushunchasiga nisbatan torroqdir
- D) bu atamalar sinonimdir
- E) “motiv” tushunchasi “motivatsiya” tushunchasining ko‘rinishi.

6. A.N.Leontev shaxsda yangi motivlarning paydo bo‘lishini quyidagilar bilan bog‘laydi:

- A) motivni maqsadga ko‘chish psixologik mexanizmi bilan
- B) shaxs tomonidan motivni qabul qilish psixologik mexanizmi bilan
- D) o‘rganishning psixologik mexanizmi bilan
- E) o‘rgatishning psixologik mexanizmi bilan.

7. Optimal motivatsiya qonuni qanday qonun deb ataladi?

- A) Yerkes-Dodson qonuni
- B) Ribo qonuni
- D) Lloyd Morgan qonuni
- E) Xik qonuni.

8. Faoliyatni maksimal muvaffaqiyatli bo‘lishini ta’minlaydigan motivatsiya darajasi bu:

- A) optimal motivatsiya

- B) ekstremal motivatsiya
- D) motivatsiyaning pastligi
- E) motivatsiyaning eng yuqori cho‘qqisi.

9. Qaysi psixologik atama quyidagi ta’rifga mos keladi: “Qaror qabul qilish va niyatni shakllantirishga ta’sir etuvchi omil”.

- A) motivatsiya
- B) motivator
- D) motiv
- E) kauzal atributsiya.

10. Motivatsiyani o‘rganuvchi bevosita usullarga quyidagilar kiradi:
A) muvaffaqiyatga erishish yoki muvaffaqiyasizlikdan qochish motivatsiyasi shkalasi

- B) psixosomatik ro‘yxatlar, baxt tarozilari
- D) boshdan kechirilgan his-tuyg‘ularning tabiati haqidagi anketalar
- E) xavotirlik testi.

2.8-Mavzu. Shaxsning emotsional sohasi va uni o‘rganish metodlari

Mashg‘ulotning maqsadi: shaxs emotsional sohasining xususiyatlarini va uni o‘rganish metodlarini ko‘rib chiqish.

Asosiy tushunchalar: shaxsning emotsional sohasi, emotsiya, his-tuyg‘u, affekt, kechinma, ekspressiya.

Nazariy ma’lumotlar. Mashhur olim, emotsiyalarning axborot nazariyasi muallifi Pavel Vasilevich Simonov “Emotsiya nima?”, degan savolga quyidagicha javob beradi: “Emotsiyalar tufayli inson o‘zi uchun foydali bo‘lgan, quvonch va mamnuniyat keltiradigan narsaga intiladi va zararli - xavfli ta’sirlardan qochadi. Ammo buning uchun birinchi navbatda nima foydali va nima zararli ekanligini bilish kerak.

Agar inson nima bilan shug‘ullanayotganini bilmasa, u na quvonch, na qo‘rquv va na xafagarchilikni boshdan kechirishga qodir emas”¹. Ushbu javobda biz inson psixik hayotining hissiy namoyon bo‘lishining murakkabligini, uning ehtiyojlari, tajribasi, ma’lumotni baholash qobiliyati bilan bog‘liqligini ko‘rishimiz mumkin. Ushbu mavzuda

¹ СИМОНОВ П.В. Что такое эмоция? М.: Издательство «Наука», 1966. 93 с. С.7.

emotsional kechinmalarning turlari, emotsiyalarning tarkibiy qismlari va vazifalari ko'rib chiqiladi. Bundan tashqari, shaxsning emotsional sohasini o'rganish metodlarining muammolari ochib beriladi.

Psixologiya fanida V. A. Ivannikov fikricha shaxsning emotsional sohasi bilan bog'liq bo'lgan hissiy kechinmalarni ajratish uchun turli mezonlar qo'llaniladi:

1. Hissiy kechinmaning namoyon bo'lish kuchi va davomiyligi mezon (affektlar, emotsiyalar, tuyg'ular, kayfiyat) (2.8.1-Jadval).

2.8.1-Jadval

Emotsional kechinmalarning davomiyligi va namoyon bo'lish kuchi mezoniga ko'ra hissiy kechinmalarning turlari¹

№	Nomi	Ta'rif
1	Emotsiya	Subyektni atrofdagi dunyoning muhim obyektlariga munosabatini aks ettiradi. Ehtiyojlar mavjudligining subyektiv shakli. Ehtiyojlarning qondirilganligi yoki qondirilmaganligi, kelajakda ularni qondirish imkoniyati borligi yoki yo'qligini ifodalaydi (Y.V.Sayenko).
2	His-tuyg'u	Kimdir yoki biror narsa bilan bog'liq bo'lgan, obyektiv xarakterga ega barqaror hissiy holat (A. A. Krilov).
3	Affekt	Portlovchi tabiatga ega tez sur'atlarda davom etadigan emotsional jarayon bo'lib, ongli nazoratga bo'ysunmaydigan tartibsiz harakat larni keltirib chiqarishi mumkin, ko'pincha faoliyatni izdan chiqaradigan zarbalarda ifodalanadi (S..Rubinshteyn, V.V.Nurkova, N.B.Berezanskaya).
4	Kayfiyat	Intensivligi past, uzoq vaqt davomida barqaror, sezilarli tebranishlarga ega bo'lmagan davomli emotsional holat (B.B.Aysmontas).

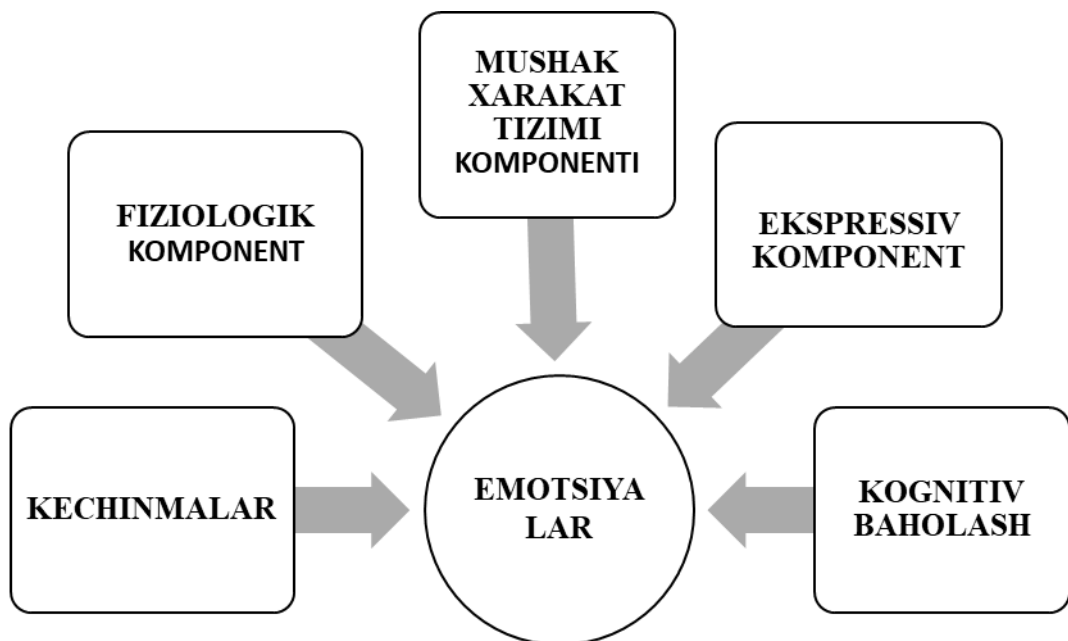
2.Hissiy kechinmalar sifati mezon (ijobiy yoki salbiy).

3.Hissiy kechinmalarning namoyon bo'lish shakli mezon (hissiy reaksiyalar, hissiy holatlar, hissiy munosabatlar).

¹ Саенко Ю.В.Регуляция эмоций: тренинги управления чувствами и настроениями. СПб.: Речь, 2010. 222 с.; Психология: учебник/отв. ред. А. А. Крылов. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Проспект, 2009. 743 с.; Нуркова В.В., Березанская Н.Б. Психология. Учебник. М.: Юрайт-Издат, 2004. 484 с.; Айсмонтас Б.Б.Общая психология: Схемы. М.:Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. 288 с.

Psixologiyada his-tuyg‘ular va emotsiyalarning o‘zaro bog‘liqligi va ularning farqlari alohida o‘rganilgan. Shunday qilib, emotsiyalar ma’lum bir vaziyatga nisbatan, ehtiyojni qondirish yoki qondiraolmaslik imkoniyati borligi yoki yo‘qligi reaksiyasidir. His-tuyg‘ular esa barqaror, doimiy bo‘lib, insonning o‘zi uchun qadrlı bo‘lgan narsaga munosabatini ifodalaydi. Masalan, sevgi tuyg‘usi turli xil norozilik, g‘azab, muloyimlik yoki tashvish hissiyotlari bilan birga kelishi mumkin.

Tuyg‘ular qanday namoyon bo‘ladi yoki ularning komponentlari nima? (2.8.1-Rasm) Bularga kechinmalar, fiziologik, tayanch-harakat, ekspressiv komponentlar va vaziyatlarning foydaliligi va zararliligini kognitiv baholash kiradi. Kechinmalar insonning o‘z holatlarini zavq yoki norozilik, zo‘riqish yoki bo‘shashish, hayajon yoki xotirjamlik shaklida aks ettirishi bilan bog‘liqdir (Y.V.Sayenko). Inson o‘z emotsiyalarini turli xil noverbal vositalar, shu jumladan mimik va pantomimik harakatlar, intonatsiyaning o‘zgarishlari yordamida ifodalaydi.



2.8.1-Rasm. Emotsiyalarning namoyon bo‘lish shakllari yoki komponentlari

Odamlarga noverbal aloqa vositalari muloqotda ma’lumotlarning ko‘p qismini olish imkonini beradi. Masalan, Stefan Sveygning “Ayol hayotidan 24 soat” novellasidagi qo‘l harakatining klassik bo‘lib qolgan tavsifini olsak bo‘ladi.

Ular o'ta g'ayrioddiy va o'ziga xos yagona qo'llar edi. Ammo ulardagi ehtiros, sarosimali ifodalar, bir-birini g'ijimlab changallashlari va hadiksirab ajralishlar borgan sari meni qo'rquvga sola boshladi. Bu yerda his-tuyg'ular bilan to'lib-toshgan odam turganini, u o'zidagi ehtirolardan yonib ketmaslik uchun ularning hammasini barmoqlari uchiga jamlab olganini darhol angladim. Mana hozir, mana shu lahzada, soqqa quruqqina taqirlagan ovoz bilan borib katakchaga tushganda, krupe raqamni e'lon qilgan chog'da... ana shu lahzada har ikkala qo'l kutilmaganda bi-biridan ajraldi-yu xuddi bir o'q bilan otilgan ikki jonzotdek shilq etib yiqildi. Ular holdan toyib emas, balki xuddi halok bo'lgan kabi yiqilishdi, yiqilayotib ularda shunday bir holsizlik, umidsizlik, bir lahzada tamom bo'lganlik ifodasi bor ediki, men buni so'z bilan tasvirlab bera olmayman. Men hali shu paytgacha va undan keyin ham, hech qachon bunchalar ifodali so'zlaydigan qo'llarni uchratmadim, ulardagi har bir mushak so'zlar, har bir xujayradan ehtirolar otilib turardi.

S. Sveygning "Ayol hayotidan 24 soat" novellasidan parcha

Emotsional kechinmalarning fiziologik ko'rinishlari, masalan, yurak urishi tezligi, qon bosimi, nafas olish tezligi, teri harorati, ko'z qorachig'i diametri va ovqat hazm qilish tizimi faoliyatining o'zgarishlarida ifodalanadi. Bunda, ma'lum bir emotsional holatni boshdan kechirayotgan odam: "yuragim urishi tezlashdi", "nafasim quvonchdan to'xtab qoldi", "shunchalik xafa bo'ldimki, boshim og'rib qoldi", "yuragimda sog'inch hissi paydo bo'ldi" kabi iboralarni ishlatishi mumkin.

Emotsiyalar mushak-harakat reaksiyalarida ham namoyon bo'ladi. Masalan, harakatlarning cheklanganligi yoki mushaklarning zo'riqishi g'azab yoki quvonchni ifodalashi mumkin: "odam shu qadar hayratda qoldiki, uning barcha mushaklari taranglashdi", "u xursandchiligidan qarsak chalib yubordi".

Bo'layotgan hodisalarning foydali yoki zararli ekanligini kognitiv baholash kabi komponenti emotsional kechinmalarni boshqarish uchun zarurdir. Emotsiyalarni nazorat qilish bu shaxs tomonidan ularni anglash, ular haqidagi bilimlardan foydalanib muammolarni hal qilish, destruktiv emotsiyalarni konstruktiv emotsiyalarga aylantirishdir (Yu.V.Saenko).

Psixologiya fanida emotsiyalarning bir nechta tasnifi mavjud bo'lib, masalan, K.Izard 10 ta asosiy emotsiya sifatida g'azab, nafrat, jirkanish, qayg'u-azob, qo'rquv, aybdorlik, qiziqish, quvonch, uyat, hayratni ta'kidlaydi. B.I.Dodonov insonning ehtiyojlari va motivlarini hisobga olgan holda emotsiyalarni tasniflashni taklif qiladi. Ushbu emotsiyalarga quyidagilar kiradi:

- 1) altruistik emotsiyalar;
- 2) kommunikativ emotsiyalar;
- 3) gloriylik emotsiyalar, o'zini tasdiqlash, tan olinish va shon-sharafga intilish ehtiyojidan kelib chiqadi;
- 4) praksik emotsiyalar, faoliyatdan kelib chiqqan va ishda muvaffaqiyatga erishish zarurligiga asoslanadi;
- 5) pugnativ emotsiyalar, xavfni engib o'tish, xavfni boshdan kechirish, tavakkalchilik, kurashish zarurati bilan bog'liq bo'ladi;
- 6) romantik emotsiyalar, g'ayrioddiy, noma'lum, ajoyib narsalarni boshdan kechirish istagiga asoslanadi;
- 7) gnostik emotsiyalar yoki intellektual tuyg'ular;
- 8) estetik emotsiyalar, go'zallik kechinmalarida o'z ifodasini topadi;
- 9) gedonistik emotsiyalar, qulaylik, mazali taom, beg'amlikka bo'lgan ehtiyojni qondirishga asoslanadi;
- 10) akizitiv emotsiyalar, kolleksiya to'plash, narsalarni sotib olish kechinmalari bilan bog'liqdir¹.

Abdulla Qodiriyning “O'tkan kunlar” romanidan misollar
Hissiyot va emotsiyalarni ifodalash va tushunishda ekspressiv komponentning rolini ochib beruvchi badiiy asarlardan misollar keltiring.

➤ – Ehtimol, - dedi Otabek va nima uchundir g'ayri ixtiyoriy bir tebrandi. Uning yuzida bir o'zgarish va vujudida bir chayqalish bor edi. Undagi bu o'zgarishdan Rahmat xabarsiz bo'lsa ham, ammo Homid uni yer ostidan taqib etar edi.

➤ Otabek o'ziga qattig' tikilib turg'an Hasanalidan yuzini chetka burishka majbur bo'ldi. Go'yo bu sehrGAR chol hamma sirrini betdan o'qub olar edi.

➤ Kumushbibi uyalib-netib turmadi va kimdan deb ham

¹ Додонов Б.И. Эмоция как ценность. М.: Политиздат, 272 с. URL: Психологическая библиотека: https://bookap.info/book/dodonov_emotsiya_kak_tsennost/load/rtf.shtm

so‘rab o‘lturmadi, darrov tokchada yonib turg‘an sham yoniga borib xatni ocha boshladi. Sham qarshisida qizarg‘an shahlo ko‘zlari, yosh bilan sing‘an jingilla kipriklari, chimrilg‘an to‘sdek qora qoshlari uni allaqanday bir holga qo‘yg‘an edilar.

Emotsiyalar qanday vazifalarni bajaradi? Bularga baholash va undash vazifalari, tartibga solish vazifasi, faollashtirish, axborot defitsitini qoplash, kommunikativ va ekspressiv vazifa, dezorganizatsiya vazifalari kiradi (E.P. Ilin, V.V.Nurkova, N.B.Berezanskaya).

Shaxsning emotsional sohasini o‘rganish masalalarini muhokama qilishda V.A.Ivannikov bir qator quyidagi qiyinchiliklarni ta’kidlaydi:

1) insonning emotsional holatini subyektiv kechinma sifatida tasvirlashning murakkabligi;

2) emotsiyalarni yuzaga keltirish uchun eksperimental vaziyatlarni yaratish axloqiy-etik savollarni tug‘diradi. Masalan, tadqiqot jarayonida qo‘rquv, quvonch, qayg‘uni paydo qilish;

3) emotsional tajribalar tashqi yoki ichki muhitdagi o‘zgarishlar bilan bog‘liq bo‘ladi. Ammo inson doimo emotsiyalarni o‘z holati sifatida boshdan kechiradi.

Emotsional holatlarni o‘rganishda ularning fiziologik parametrlarini, yuz ekspressiyasini o‘lchash qo‘laniladi, ularning diagnostikasi nutqni tahlil qilish yordamida amalga oshiriladi. Shaxsning emotsional sohasining xususiyatlarini psixologik tashxislash uchun anketalar, yuz ekspressiyasi bo‘yicha hissiyotlarni tashxislash, rang testlari qo‘llaniladi.

Shunday qilib, shaxsning hissiy sohasining murakkabligi tufayli uni tushunishga ham, o‘rganishga ham tizimli yondashuv talab etiladi.

Nazorat savollari

1. Emotsiyalar, his-tuyg‘ular va affektlarning emotsional kechinmalarning bir turi sifatida qanday farqlari bor?

2. Emotsiya komponentlari qanday? Tushunchalarni sanab bering va ta’riflang.

3. Emotsiyalar qanday vazifalarni bajaradi? Misollar keltiring.

4. Psixologiya fanida qanday emotsiyalar va ularning qanday tasniflari o‘rganiladi?

5. “Emotsiyalarni boshqarish” iborasining mohiyatini ochib bering. Misollar keltiring.

O‘quv mashg‘ulotlari va mustaqil ta’lim uchun topshiriqlar

1- topshiriq. Muhokama uchun savollar

1. Emotsional reaksiyalarning fiziologik mexanizmlari.
2. Shaxs emotsional sohasini o‘rganishning qisqa tavsifi.
3. Shaxs emotsional sohasini o‘rganishning amaliy tadqiqotlari.

Tavsiya etilgan adabiyotlar

1. Глава 18. Методы изучения эмоциональной сферы человека//Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2001. 752 с. С.437-454.
2. Глава 16. Стихия мозга: эмоции//Амодт С., Вонг С. Тайны нашего мозга, или Почему умные люди делают глупости. Электронная библиотека: <http://www.koob.ru> (дата обращения: 2.08.2021).
3. Панкратова А.А., Осин Е.Н., Лебедев В.В. Подавление экспрессии положительных и отрицательных эмоций в России и Азербайджане // Культурно-историческая психология. 2019. Том 15. № 3. С. 60–70. doi:10.17759/chp.2019150307
4. Задумова Н.П., Трошина Е.С. К проблеме изучения эмоциональной сферы старших дошкольников с дизартрией // Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2018. Том 29. № 1. С. 107–111.
5. Физиологические механизмы эмоциональных реакций//Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2001. 752 с. С.89-99.

2- topshiriq. Musiqaning emotsonal sohaga ta’sirini o‘rganish

1. Quyidagi ilmiy nashrlarga taqriz yozing va muhokama qiling

- Глава 10. Управление эмоциями//Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2001. 752 с. С.267-282.
- Люсин Д.В. Точность распознавания эмоций при социальной перцепции и при восприятии музыки//Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т.10. № 2. С. 155-165.

➤ Горбунов А.С. Влияние музыки на эффективность убеждающего сообщения //Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2006. Т.3. № 4. С. 133-143

2. Musiqaga munosabatni o‘rganish uchun "Tugallanmagan jumlar"¹ metodikasini qo‘llash va tahlil qilish. Tekshiruv yakunida olingan natijalarni kontent tahlil asosida ishtirokchilarining javoblarining mazmunini quyidagi semantik toifalarga ajratish mumkin: hissiy, ramziy, xulq-atvor, fiziologik, qadriyatli-semantik.

Musiqaga munosabatni o‘rganish uchun “Tugallanmagan jumlar” metodikasi

Metodika 6ta jumlani o‘z ichiga oladi. Gaplarni to‘ldirganda blank va ruchkadan foydalaning. Tadbir vaqti cheklanmagan.

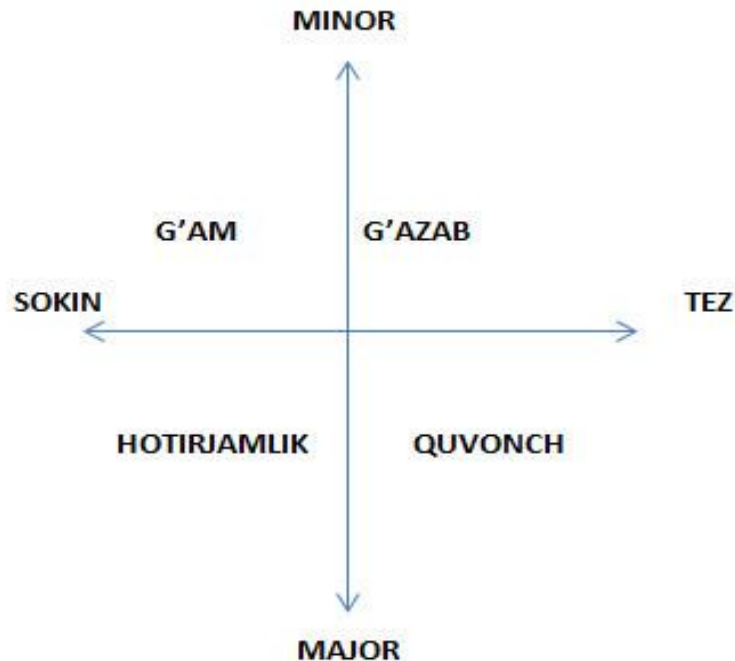
Ko‘rsatma: “Quyidagi tugallanmagan jumlarni o‘qing va uni to‘ldiring. Har bir ibora ustida uzoq o‘ylashning hojati yo‘q, xayolingizga kelgan birinchi fikrni yozing. Iboraning uzunligi va tuzilishi muhim emas. Vazifani tezda bajarishga harakat qiling. Agar jumlani darhol tugatolmasangiz, uni raqamini aylana bilan belgilang va keyinroq ishlang”.

Metodika blanki

№	Tugallanmagan jumlar
1	Men musiqani ... da tinglayman.
2	Odamlar musiqaniuchun tinglaydilar.
3	Men musiqada
4	Menimcha musiqauchun kerak .
5	Men uchun yaxshi ko‘rgan musiqani tinglash bu
6	Hayot musiqasiz ... bo‘lib qolar edi.

¹ Васильева С.В. Методика «Незаконченные предложения» для изучения отношения к музыке». //Практикум по психологии жизненных ситуаций / Под ред. Е.Ю. Коржовой. СПб.: ООО «Фирма «Стикс», 2016. 268 с. С.225-230.

3. Dars davomida tanlangan musiqiy materialni tinglab o'quvchilarning idrok etishining o'ziga xos xususiyatlarini tahlil qilish. Musiqiy material o'quvchilar tomonidan o'z tempi va major-minor prinsipiga ko'ra mustaqil ravishda tanlangan musiqiy asarlar bo'lishi mumkin (масалан, 10.1-10.2-Jadvallar E.P. Ilinning darslikda¹).



2.8.2-Rasm. Musiqa emotsiyalarni kodlashtirish uchun koordinatalar tizimi (E.P.Ilin)

3-topshiriq. Shaxsning emotsional regulyatsiya tizimi diagnostikasi

1. Ilmiy nashrlarga taqriz yozing va ularni muhokama qiling:

➤ Калинина О.С., Свистунова Е.В. Коррекция эмоционально-волевой сферы детей с гиперкинетическим расстройством // Психологическая наука и образование. 2009. № 5. С. 89–98

➤ Панкратова А.А., Осин Е.Н. Кросс-культурное исследование особенностей эмоционального контроля (Россия, Азербайджан) // Психологические исследования. 2015. Т. 8, № 44. С. 6. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 15.08.2020).

➤ Панкратова А.А., Осин Е.Н. Особенности эмоциональной регуляции у представителей русской и азербайджанской культур // Культурно-историческая психология. 2018. Том 14. № 2. С. 44–52.

¹ Глава 10. Управление эмоциями//Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2001. 752 с. С.267-282.

➤ Селютина Н.В. Сформированность некоторых аспектов эмоциональной регуляции поведения у детей 6-7 лет с эмоциональными нарушениями // Аутизм и нарушения развития. 2007. № 1. С. 1–12.

Test topshiriqlari va vazifalar

1. Hissiyotlar yoqimli va yoqimsiz jarayonlar bo‘lib, amaliy faoliyat natijalarining kechinmalarini quyidagicha aks ettiradilar:

- A) bevosita
- B) bilvosita
- D) ongli
- E) ratsional.

2. Qaysi nazariy yondashuv vakillari: odam kulgili bo‘lgani uchun kulmaydi, balki kulgani uchun kulgili bo‘ladi deb hisoblaydilar?

- A) periferik
- B) axborot
- D) kibernetik
- E) kognitiv.

3. Hissiyotlarning axborot nazariyasi kim tomonidan ishlab chiqilgan:

- A) P.Simonov
- B) P. Anoxin
- D) V. Djeyms
- E) K. Izard.

4. Qaysi salbiy hissiyotga psixik faoliyatning susaygan holati mos keladi?

- A) qayg‘u
- B) g‘azab
- D) quvonch
- E) qo‘rquv.

5. Qaysi salbiy hissiyotga psixik faoliyatning kuchayishi holati mos keladi?

- A) g‘azab
- B) xafa bo‘lish
- D) qayg‘u
- E) tashvish.

6. Insonning boshqa odamlarga, jamiyatga munosabati va ularning ijtimoiy burchlari bilan bog‘liq bo‘lgan oliy his-tuyg‘ular, kechinmalari qanday nomlanadi?

- A) axloqiy
- B) estetik
- D) do‘stona
- E) ruhiy.

7. “Xavotir” va “xavotirlanuvchanlik” tushunchalarining farqi nimada?

- A) “Xavotir” hissiy holat, “xavotirlanuvchanlik” esa shaxsiy xususiyatdir
- B) “Xavotir” vaziyatdan, “xavotirlanuvchanlik” esa boshqa odamlardan kelib chiqadi
- D) “Xavotir” xavf haqida signal, “xavotirlanuvchanlik” esa bu signalda paydo bo‘ladigan holat
- E) “Xavotir” - “xavotirlanuvchanlik” holatining subyektiv ifodasidir

8. His-tuyg‘ular emotsiyalarga qaraganda.....

- A) barqaror va davomli
- B) vaziyatli va qisqa muddatli
- D) barqaror, lekin uzoq davom etmaydi
- E) davomli, lekin beqaror

9. Tuyg‘ularning faoliyatga ta’sirini aniqlang - tartibga soluvchi, rag‘batlantiruvchi yoki tartibni buzuvchi ta’sir ko‘rsatganligini. *Javobingizni asoslang.*

41 yoshli erkak 18 yoshli yolg‘iz qizining o‘limi tufayli og‘ir ahvolda. Ilgari u o‘z kasbini juda yaxshi ko‘rar, ishga ongli va mas’uliyatli munosabati bilan ajralib turardi. Endi ish uning uchun og‘ir, u juda charchaganidan shikoyat qiladi, nogironlikka o‘tishni xohlaydi.

10. Tuyg‘ularning faoliyatga ta’sir turi - tartibga soluvchi, rag‘batlantiruvchi yoki tartibsizlantirishgini aniqlang. *Javobingizni asoslang.*

Qiyinchiliklar oldida orqaga chekinayotganda, o‘z irodasining etishmasligining hissi paydo bo‘ladi. Bunday hollarda shafqatsiz va samimiy o‘zini latta, qadrsiz odam deb atash kerak, chunki xafa bo‘lgan

g‘urur tuyg‘usi uyg‘onadi. Bunday “jahl” va bezovtalik bilan ishga kirishsangiz o‘zingizni tanimay qolasiz.

11. Ta’riflangan tajriba hissiy hodisalarning qaysi toifasiga tegishli ekanligini aniqlang: affekt, stress, umidsizlik yoki tushkunlik. *Javobingizni asoslang.*

Grafinya Rostova, o‘g‘li Petyaning o‘limi haqidagi xabarni olgandan so‘ng, stulda g‘alati noqulay tarzda yotib, boshini devorga urdi ...

“Natasha! — deb qichqirdi u atrofida gilarni itarib yuborib. - Hamma ketsin, bu haqiqat emas! O‘ldirildi!.. Ha-ha-ha-ha!.. to‘g‘ri emas!”

12. Ta’riflangan tajriba hissiy hodisalarning qaysi toifasiga tegishli ekanligini aniqlang: affekt, stress, umidsizlik yoki tushkunlik. *Javobingizni asoslang.*

Vijdonli va tirishqoq o‘quvchini o‘qituvchi doskaga javob berish uchun chaqirdi. SHu paytda sinfga maktab direktori kirib keldi. Qiz o‘zini yo‘qotdi va jim qoldi. Savollarga javob beraolmadi. U darsini bilmaganga o‘xshardi. Direktor sinfdan chiqib ketganidan so‘ng, qiz ilgari berilgan savollarga tez va ishonchli javob berdi.

2.9-Mavzu. Iroda, irodaviy boshqaruv va iroda xususiyatlarini o‘rganish metodlari

Mashg‘ulotning maqsadi: iroda va irodaviy boshqaruv, iroda xususiyatlarini o‘rganish metodlarini ko‘rib chiqish.

Asosiy tushunchalar: iroda, irodaviy boshqaruv, irodaviy tartibga solish, irodaviy harakatlar, iroda xususiyatlari.

Nazariy ma’lumotlar. Psixologiya fanida irodaviy boshqaruv muammosini muhokama qilishni taniqli olim Uilyam Djeysmsning iroda haqidagi bayonoti bilan boshlasak bo‘ladi: “Irodaviy aktning bir qismi aktning amalga oshirilishiga rozilik berishning ba’zi elementlarini o‘z ichiga oladi –“Ha bo‘lsin!” qarori. Men uchun ham, o‘quvchi uchun ham, shubhasiz, bu irodaviy harakatning mohiyatini tavsiflovchi elementdir”¹. Iroda haqidagi bu ta’rif shaxsning irodaviy boshqaruvining butun mohiyatini aks ettiradi.

¹ Джемс У. Психология/Под ред. Л.А.Петровской. М.: Педагогика, 1991. 368 с. С.317.

Iroda masalasi psixologiya fanidagi eng qiyin masalalardan biridir. Irodaviy boshqaruvni taniqli tadqiqotchisi V.A.Ivannikovning soʻzlariga koʻra: “Iroda muammosi shundaki, uning mavjudligiga hech kim shubha qilmaydi, lekin uning nima ekanligini hech kim bilmaydi. Demak, irodaning qarama-qarshi taʼriflari va irodani boshqa jarayonlar bilan identifikatsiyalash juda koʻp boʻlib, u mutlaqo asossiz koʻrinadi, chunki irodani mustaqil psixik voqelik sifatida tan olish, lekin ayni paytda irodani diqqatga, emotsiyalarga yoki motivlarga oʻxshatish mantiqsizlik”¹.

Ilm-fanda irodani oʻrganish tarixi haqida toʻxtalmasdan, shuni taʼkidlash kerakki, irodani oʻrganish ilmiy muammoning shakllanishiga olib kelgan uchta reallikni oʻrganish bilan bogʻliq:

1) shaxs tomonidan amalga oshirish yoki tormozlash uchun qabul qilingan, ammo ularni amalga oshirish uchun yetarli darajada motivatsiya boʻlmagan irodaviy harakatlarning paydo boʻlishi;

2) teng darajadagi motivlar, maqsadlar, harakatlarni tanlash zaruriyati;

3) ijro etuvchi harakatlarni ongli ravishda boshqarish niyati (V. A. Ivannikov).

“Iroda” tushunchasi qanday taʼriflanadi?

A.V.Petrovskiy, M.G.Yaroshevskiylarning psixologik lugʻatida iroda – “Oʻz faoliyatini va turli psixik jarayonlarni oʻzi tomonidan belgilashda va oʻzi tomonidan boshqarishda namoyon boʻladigan inson qobiliyatidir”². Ushbu taʼrif insonning xulq-atvorini boshqaruv yoʻnalishini mustaqil tanlash muhimligini taʼkidlaydi.

A.N.Leontev irodaviy harakatlarning belgilari va ularning noirodaviylardan farqi haqida gapirib, quyidagi parametrlarni taʼkidlaydi:

1) tanlovning mavjudligi, yaʼni bir nechta harakatlar oʻrtasida tanlov boʻlsa, iroda mavjud boʻladi;

2) qaror qabul qilish;

3) toʻsiqlarni engib oʻtish, ular boʻlmaganda harakatni irodaviy deb hisoblash mumkin emas³.

¹ Иванников В.А. Основы психологии. Курс лекций. СПб.: Питер, 2010. 336 с. С.232.

² Психология. Словарь/ Под общ. ред. А. В. Петровского, М.Г.Ярошевского.2-е изд., испр. и доп. М.: Политиздат, 1990. 494 с. С. 62.

³ Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии : учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности «Психология»/под ред. Д. А. Леонтьева, Е. Е. Соколовой. 5-е изд., стер. М.: Смысл: Academia, 2010. 509 с.

Bunda irodaviy harakatning umumiy belgilari: 1) harakatning ongliligi, maqsadliligi, niyatga asoslanishi; 2) uni amalga oshirish zarurati; 3) intilish yoki tormozlanishning etishmasligi. Bu bizga irodaviy boshqaruvning “harakat mazmunini ataylab ongli ravishda o‘zgartirish orqali amalga oshirish imkonini beradi yoki harakatning yangi, qo‘shimcha mazmunini yaratish orqali amalga oshiriladigan, birinchi mazmun harakatni bajarish uchun qabul qilinganda, ikkinchi mazmun, ataylab motivatsiyaning etishmasligini qoplash uchun yaratiladi”.¹

Iroda funksiyalariga tormozlovchi, boshqaruv, undovchi, psixik va aqliy resurslarni tashkil etish va safarbar qilish funksiyalari kiradi.

Irodani tahlil qilish masalalari o‘rganilayotgan mezonlarni aniqlash bilan bog‘liq bo‘lib, ya’ni olimlar o‘lchashga harakat qilayotgan – irodaviy harakat, irodani aniqlash qiyin bo‘lgan kuch yoki irodaviy fazilatlaridir (E. P. Ilin). Maxsus adabiyotlarda irodaviy sifatlarni o‘rganishda quyidagi qiyinchiliklar qayd etiladi:

- 1) irodaviy zo‘riqish darajasi uning samaradorligiga mos kelmaydi;
- 2) tadqiqotning natijasi respondentlarning unga bo‘lgan munosabatiga bog‘liqligi;
- 3) irodani emotsiyalardan ajratish qiyinligi;
- 4) irodaviy sifatlarning subyektiv yoki obyektiv mezonlarini qo‘llash;
- 5) respondentga baholash uchun berilgan irodaviy soha bilan bog‘liq vaziyatlarni, uning tajribasidagi ma’lumotlarga nomuvofiqligi va natijada o‘zning irodaviy sifatlarini juda yuqori yoki juda past baholanishi;
- 6) muayyan irodaviy sifat mezonlarining yo‘qligi yoki yetarli darajada ishlab chiqilmaganligi.

Irodaviy sifatlarni o‘rganish uchun ekstensiv va eksperimental metodlar qo‘llaniladi. Tabiiy sharoitda odamning xatti – harakatlarini kuzatish, so‘rov o‘tkazish metodlari (masalan, suhbat, anketa) ekstensiv metodlardir. Ushbu metodlarga misol sifatida o‘z-o‘zini baholash yoki o‘zaro baholash metodini keltirish mumkin. SHunday qilib, tadqiqotlarda o‘zining qat’iyatliligi yoki sabr-toqatini baholash uchun so‘rovnomalardan foydalanadi.

Irodaviy sifatlarni o‘rganishning eksperimental metodlariga tabiiy eksperiment (masalan, tabiiy sharoitlarda qat’iyatlilikni aniqlash, unda

¹ Иванников В.А. Основы психологии. Курс лекций. СПб.: Питер, 2010. 336 с. С.236.

ishtirokchilar oson yoki qiyin yo'l bilan faoliyatni amalga oshirishni tanlashadi), laboratoriya eksperimenti (masalan, qat'iyat, jasorat, sabr-toqatning rivojlanish darajasini diagnostika qilish) kiradi.

Shunday qilib, irodaning mavjudligi shubhasiz haqiqatdir. Ammo uni tizimli o'rganish uchun iroda va irodaviy boshqaruv mezonlarini to'g'ri aniqlash muhimdir.

Nazorat savollari

1. "Iroda" tushunchasiga ta'rif bering. Turli olimlarning irodaning mohiyati haqidagi qarashlarini misol qilib keltiring.
2. Irodaning vazifalarini sanab bering va misollar keltiring.
3. Irodaviy harakat belgilarini sanab bering va misollar keltiring.
4. "Irodaviy boshqaruv" va "ixtiyoriy boshqaruv" tushunchalari qanday o'zaro bog'liq?
5. Irodaviy boshqaruv mexanizmlarining mohiyatini ochib bering va misollar keltiring.

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

1-topshiriq. Muhokama uchun savollar

1. Faoliyat va xulq-atvorni ixtiyoriy boshqarishning psixofiziologik mexanizmlari.
 1. Shaxs irodaviy sifatlarini o'rganishning metodlari.
 2. Ixtiyoriy faollikning yosh va jinsga bog'liq xususiyatlari.

Tavsiya etilgan adabiyotlar

1. Глава 13. Методы изучения волевых качеств// Ильин Е. П. Психология воли. 2-е изд. СПб.: Питер, 2009. 368 с. С.254-269.
2. Глава 3. Психофизиологические механизмы произвольного управления поведением и деятельностью// Ильин Е. П. Психология воли. 2-е изд. СПб.: Питер, 2009. 368 с. С.69-90.
3. Мелёхин А.И. Программа развития модели психического (theory of mind) в поздних возрастах [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2015. Том 4. № 1. С. 110–123. URL: <http://psyjournals.ru/psyclin/2015/n1/Melehin.shtml> (дата обращения: 03.12.2018)
4. Мелёхин А.И. Социо-эмоциональная селективность как фактор субъективного благополучия в пожилом и старческом возрасте [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная

психология. 2015. Том 4. № 3. С. 20–33.
doi:10.17759/cpse.2015040302

5. Савина Е.А. Проблема развития произвольной регуляции у детей в современной западной психологии [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2015. Том 4. № 4. С. 45–54.
doi:10.17759/jmfp.2015040407

6. Савина Е.А., Логвинова А.Э. Исследование компонентов произвольной регуляции у детей первого класса // Психологическая наука и образование. 2015. Том 20. № 2. С. 33–42.
doi:10.17759/pse.2015200204

2-topshiriq

Ilmiy nashrlarni muhokama qiling va ularga taqriz yozing

➤ Приложение. Лекция «Проблема воли в современной психологии»//Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции: Учебное пособие. 3-е изд.- СПб.: Питер, 2006. – 208 с. С.185-203.

➤ Петухов В.В. Критерии воли. Общие ситуации, требующие произвольной и волевой регуляции. Том 2. Субъект деятельности. Книга 1.//Общая психология. Тексты. Под ред. В.В.Петухова, Ю.Б.Дормашева, С.А.Капустина. М., 2004. С.626-641.

3-topshiriq. Shaxs irodaviy sifatlariga ta'rif bering va atamalarni kichik lug'atini keltiring.

Test topshiriqlari va vazifalar

1. Ixtiyoriy harakatlar quyidagilar bilan tavsiflanadi:

A) motivlar kurashi, qiyinchiliklarni yengish, harakatga e'tibor berish

B) motivlar kurashi

D) qiyinchiliklarni yengish

E) bajarilayotgan harakatga e'tibor kuchaygan.

2. L.M.Vekker nazariyasiga ko'ra iroda qanday psixik jarayon hisoblanadi?

A) tartibga soluvchi

B) kognitiv

D) affektiv

E) integratsiya.

3. Shaxsning o'z harakatlari va ruhiyatini ongli ravishda boshqara olishida, ongli ravishda qo'yilgan maqsadga erishish yo'lida yuzaga keladigan to'siqlarni bartaraf etishda namoyon bo'ladigan xususiyat - bu...

- A) iroda
- B) tasavvur
- D) diqqat
- E) ong.

4. Iroda diagnostikasida nima asosiy hisoblanadi?

- A) iroda kuchini o'lchash
- B) vazifani bajarish vaqtini belgilash
- D) jismoniy kuchlanishni o'lchash
- E) harakatning asosiy motivini aniqlash.

5. O'z o'zini determinatsiyasi muammosini ko'rib chiqishda qanday odamni irodali deb hisoblash kerak?

- A) ishni mazmunini o'zgartirish orqali harakatga qo'shimcha turtki yaratishga qodir odamni
- B) kerakli vaqtda tavakkal qila oladigan odamni
- D) ko'zlangan maqsad sari oldinga bora oladigan odamni
- E) tavakkal qilmaydigan odamni.

6. Petyaning onasi (4 yosh 7 oy) o'qituvchiga maslahat so'rab murojaat qildi: tobora qaysar bo'lib borayotgan o'g'lini nima qilish kerak? Uning aytishicha, bolaning otasi va bobosi ham qaysar. "Bu irsiy bo'lishi mumkinmi?" — deb so'radi onam.

Savollar:

- ✓ Onaning havotiri o'rinlimi? Psixologik sababni keltiring.
- ✓ O'g'il bolaning bu xususiyati shakllanishiga qanday ruhiy rivojlanish omillari ta'sir ko'rsatdi?
- ✓ Onaga qanday maslahat berasiz?

7. Misha harakatlarining tez o'zgarishini qanday tushuntirish mumkin? *Javobingizni asoslang.*

Misha (2 yosh, 2 oy) bir daqiqa ham o'tirmaydi: unga qalam va qog'oz bering – u bir oz chizib, stol ostiga tashlaydi, yozuv mashinkasini ushlab, uni olib yuradi va uloqtiradi. Xonani aylanib chiqib, u darhol stulga, keyin divanga va hokazolarga chiqib oladi.

8. Bu vaziyatda irodaning qaysi vazifasi – rag‘batlantirish yoki tormozlash namoyon bo‘ladi? *Javobingizni asoslang.*

Beshinchi sinf o‘quvchisi Vova matematika vazifasi ustida qattiq ishlamoqda, chunki u tezda qo‘shnisi Mishaning oldiga yangi film ko‘rish uchun borishni xohlaydi va onasi barcha uyga vazifalar bajarilgandan keyingina borishi mumkinligini aytdi.

9. Bu vaziyatda irodaning qanday vazifasi – tartibga solish, rag‘batlantirish yoki kechiktirish – ishlaydi? *Javobingizni asoslang.*

Erkak juda chanqagan. U suv omboriga kelib, suv olib, ichishga tayyor. Ammo ular unga: “Bu suv omborida vabo embrioni topilgan, buni yodda tuting”, deyishadi. Erkak suvni to‘kib, yo‘lda davom etadi.

10. Quyida tavsiflangan vaziyatda qaysi ixtiyoriy xususiyatlar (ixtiyoriy harakatning qo‘zg‘aluvchanligi, ixtiyoriy harakatning davomiyligi, energiya, harakatni bosish yoki kechiktirish qobiliyati) namoyon bo‘lganligini aniqlang. *Javobingizni asoslang.*

Afsonaga ko‘ra, yunon jangchisi Marafon shahridan Afinagacha 40 km dan ortiq masofani bosib o‘tib, yunonlarning forslar ustidan qozongan g‘alabasi haqida xabar berib, shahar maydonida halok bo‘lgan.

2.10-Mavzu. Irodaning buzilishi. Irodasiz xulq-atvor

Mashg‘ulotning maqsadi: irodaning buzilishi va shaxsning irodasiz xatti-harakatlarining xususiyatlarini ko‘rib chiqish.

Asosiy tushunchalar: Iroda, irodaning buzilishi, irodasiz xatti-harakatlar, ixtiyoriy diqqatning buzilishi, ixtiyoriy xotiraning buzilishi, harakatlarning maqsadga muvofiqligining buzilishi, harakatlar ixtiyoriyligining buzilishi.

Nazariy ma’lumotlar. Shaxsning irodaviy sohasi irodasiz xatti-harakatlar va irodaning buzilishlarida namoyon bo‘ladi.

E.P.Ilin irodasiz xatti-harakatlarni irodali xatti-harakatlarning aksi deb biladi. Psixologiya fanida irodasiz xatti-harakatlarning aniq ta’rifini topish qiyin. U ta’sirga berilish, tobelik, negativlik, o‘jarlik, dangasalik, o‘rganilgan chorasizlik kabi xususiyatlarda namoyon bo‘ladi.

V.A.Ivannikov harakat mazmunini ongli ravishda atayin o'zgartirishni irodani boshqarishning asosiy mexanizmi deb ataydi. Olim ish-harakatning mazmunini o'zgartirish metodlariga ishora qiladi, masalan, motivning ahamiyatini qaytadan baholash, harakatning qo'shimcha ma'nosini yaratish, berilgan harakatni boshqasining qismi sifatida kiritish.

Shaxsning irodaviy boshqaruvining mohiyatini tushunish uchun patologiyani yoki irodaning buzilishini tahlil qilish muhimdir. Ushbu savollarni o'rganishda quyidagilarga e'tibor berish kerak:

- 1) psixik jarayonlarni ixtiyoriy boshqarishning buzilishi (ixtiyoriy diqqat, idrok, xotiraning buzilishi);
- 2) harakatlarning maqsadga muvofiqligini buzish;
- 3) ixtiyoriy harakatlarining buzilishi, ya'ni apraksiya;
- 4) nutqning motor buzilishi;
- 5) irodaviy intilishlar kuchining buzilishi (masalan, abuliya, gipobuliya, giperbuliya).

Shunday qilib, irodaning yo'qligi va uning buzilishining namoyon bo'lish xususiyatlarini tushunish, uning patologiyasi holatida irodaviy boshqaruv va psixokorreksiyaning rivojlantirish dasturlarini ishlab chiqishga imkon beradi.

Nazorat savollari

1. Shaxs irodasining shakllanishiga qanday omillar ta'sir qiladi?
2. Irodasiz xulq-atvor nima?
3. Irodaning yo'qligi nimada namoyon bo'ladi? Javobingizni psixologik jihatdan asoslab bering.
4. Ixtiyoriy idrok va xotira buzilishlarini sanab o'ting va ularning mohiyatini ochib bering.
5. Irodaviy intilishlar kuchining buzilishi qanday namoyon bo'ladi?

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

1. Irodani rivojlantirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqing.
2. Turli yoshdagi insonlar, kichik maktab yoshidagi bolalar, o'smirlar, o'spirinlar va etuk yoshdagi odamlar uchun irodani rivojlantirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqing.
3. Ruhiy jarayonlarni ixtiyoriy boshqarishning buzilishi.
4. Harakatlarning maqsadga muvofiqligini buzilishi
5. Harakatlarining ixtiyoriyligini buzilishi.
6. Nutq motorikasining buzilishi.

7. Irodaviy qo‘zg‘alishlar kuchining buzilishi

Tavsiya etilgan adabiyotlar

1. Глава 25. Моторные расстройства//Бауманн У., Перре М. Клиническая психология//Электронная библиотека: <http://www.koob.ru>

2. Глава 11. Патология воли// Ильин Е.П. Психология воли. СПб.: Питер, 2009. 368 с. С.229-239.

3. Зейгарник Б.В. Патопсихология: основы клинической диагностики и практики. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Эксмо, 2008. 363 с.

4. Патология волевой и произвольной регуляции//Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции. М., 2006. 208 с. С.81-95.

5. Нейропсихологические механизмы управления поведением. Проблема речи в нейропсихологии//Карвасарский Б.Д. Клиническая психология//Электронная библиотека: <http://www.koob.ru>

6. Забабурина О.С., Савина Е.А. Исследование произвольной регуляции у детей 5 и 6 лет с нарушениями и без нарушений речи [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2015. Том 4. № 1. С. 48–63. URL: http://psyjournals.ru/psyclin/2015/n1/Zababurina_Savina.shtml (дата обращения: 06.09.2021).

Test topshiriqlari va vazifalar

1. Mushaklar kuchini saqlab qolgan holda harakatlarni boshqara olmaslikka olib keladigan ixtiyoriylikning buzilishi, qo‘llarning turli xil pozitsiyalarini to‘g‘ri takrorlashning buzilishi qanday nomlanadi?

- A) kinestetik apraksiya
- B) fazoviy apraksiya
- D) kinetik apraksiya
- E) regulyator apraksiya.

2. “Yuqori-past”, “o‘ng-chap” ko‘rinishidagi harakat larning buzilishi yoki alohida elementlardan yaxlit butunni tuza olmaslikka olib keladigan ixtiyoriy harakatlarning buzilishi – bu...

- A) kinestetik apraksiya
- B) fazoviy apraksiya

- D) kinetik apraksiya
- E) regulyator apraksiya.

3. Shaxsning mas'uliyatli qarorlar qabul qilish va ularni faoliyatda barqaror amalga oshirish qobiliyati – bu...

- A) qat'iyatlilik
- B) mustaqillik
- D) prinsipiallik
- E) dadillik.

4. Insonning uzoq vaqt davomida energiyani pasaytirmasdan, ko'zlangan maqsad sari barqaror harakat qilish qobiliyati – bu...

- A) tirishqoqlik
- B) onglilik
- D) optimizm
- E) mehnatsevarlik.

5. Vaqti-vaqti bilan paydo bo'ladigan o'z sochini yulish impulsLARining namoyon bo'lishi – bu...

- A) kleptomaniya
- B) piromaniya
- D) trixotillomaniya.
- E) telemaniya.

6. Nima uchun “limon” so'zini takrorlaganimizda og'iz nordon bo'lishini tushuntiring? *Javobingizni psixologik asoslab bering.*

7. G'azabni bostirish uchun nima uchun o'ngacha sanash ma'qul ekanligini tushuntiring? *Javobingizni psixologik asoslab bering.*

8. O'quvchining nazorat darsidagi xatti-harakatlarning o'ziga xosligi irodaning qaysi sifatining mavjudligi yoki yo'qligi bilan bog'liq? *Javobingizni asoslang.*

Algebradan nazorat ishi bor edi. Men o'zimga so'z berdim: nima bo'lsa, bo'lar, lekin men o'zim vazifalarni yechishim kerak, hech kimdan yordam so'ramayman. Oxirgi misolning uzoq vaqt davomida echaolmadim. SHunda, ichki ovoz shunday deydi: so'z bergan bo'lsang ham ikki olishing mumkin. Va men shubhalana boshladim. Boshqa ovoz esa takrorlaydi: o'zingni nazorat qil, qiyin paytlarda hamma narsani o'zing qilishing kerak, aks holda hech qachon hech narsa qila olmaysan.

U birinchi ovozga qarshi barcha dalillarni keltirdi va bu yordam berdi. Qo'ng'iroq bilan birga ishni o'qituvchiga topshirdim (V. A. Krutetskiy, N. S. Lukin).

9. Faoliyatga motivatsiyaning qisman yoki to'liq yo'qligi, istaklarning yo'qolishi, og'ir holatlarda - to'liq befarqlik va harakatsizlik, boshqalar bilan muloqotni to'xtatish - bu...

- A) abuliya
- B) giperbuliya
- D) parabuliya
- E) gipobuliya.

10. Shaxsda irodaviy faollik ortishiga o'xshash holat bo'lib, faoliyatga nisbatan paydo bo'ladigan turli xoxishlarni darhol amalga oshirish, tez-tez bir mashg'ulottan boshqasiga ko'chish, natijasida ko'p ishlarni yakunlamaslik, turli g'oya, reja va loyihalarni ko'pligi nima deb ataladi?

- A) abuliya
- B) giperbuliya
- D) parabuliya
- E) gipobuliya.

3-BO‘LIM. BILISH JARAYONLARI

3.1-Mavzu. Psixologik o‘lchov

Mashg‘ulotning maqsadi: psixologik tadqiqotlar kontekstida o‘lchov xususiyatlari va uning shkalalarini ko‘rib chiqish.

Asosiy tushunchalar: miqdoriy ma‘lumotlarni o‘lchash, tartibli (ketma-ket) ma‘lumotlar, sifat ma‘lumotlari, shkala, nominal shkala, tartibli shkala, intervallar shkalasi, munosabatlar shkalasi.

Nazariy ma‘lumotlar. O‘lchash muammosi va uni qo‘llash zarurati psixologiya fanining markaziy muammolaridan biri hisoblanadi. Uning qisqacha muhokamasini taniqli amerikalik psixolog Stenli Stivensning “O‘lchov shkalalari nazariyasiga oid” maqolasining yakuniy jumlaridan birini keltirish orqali boshlash mumkin. S.Stivens o‘z maqolasini yakuniy xulosasida, shunday ta’kidlaydi: “O‘lchov hech qachon o‘lchovni amalga oshiradigan empirik operatsiyalardan yaxshiroq bo‘lmaydi va bu operatsiyalar yomondan yaxshiga o‘zgaradi”.¹ ²Ushbu mulohazani tahlil qilish psixologik o‘lchov nazariyasida uning ta’rifi, uni tavsiflash usullari va matematik xususiyatlari va mumkin bo‘lgan statistik operatsiyalarni ajratib ko‘rsatish muhim degan xulosani keltirib chiqaradi.

O‘lchov nima? “O‘lchov” tushunchasining ko‘plab ta’riflari mavjud, ammo aslida ular N. Kempbelldan keyin o‘lchovni ma‘lum qoidalarga muvofiq obyektlar yoki hodisalarga raqamli qiymatlarni berish deb ta’riflagan S. Stivensning fikrini ifodalaydi. Ushbu va boshqa har qanday ta’riflari o‘lchovni uchta muhim xususiyatni ajratib turadi:

1) tadqiqotchini qiziqtirgan xususiyatni miqdoriy jihatdan baholash imkoniyati mavjudligi. Boshqacha qilib aytganda, odamlarda ma‘lum bir xususiyatning ifodalanganligini ko‘rsatish uchun raqamlar kerak;

2) u yoki bu xususiyatni izchil va tizimli metodlar bilan aniqlash imkoniyati mavjudligi. Boshqacha qilib aytganda, agar bir bor amalga oshirilgan o‘lchov boshqa tadqiqotchi tomonidan yana bajarilsa, u birinchi qilingan o‘lchovimizni takrorlanishiga keladi;

¹ Stevens S. S. On the Theory of Scales of Measurement//Science, New Series, 1946.Vol. 103, No. 2684.Jun. 7. Pp. 677-680. URL: <http://www.jstor.org/stable/167181> (дата обращения: 12.06.2021). С. 680.

² Measurement is never better than the empirical operations by which it is carried out, and operations range from bad to good.

3) o'lchov haqiqiy odamlar, obyektlar yoki hodisalarga emas, balki odamlar, obyektlar yoki hodisalarning xususiyatlariga qaratiladi. Masalan, agar biror kishi tajovuzkorlik bo'yicha yuqori ball to'plagan uchun ishga qabul qilinmasa, unda bu shu odamga "tajovuzkor" yorlig'ini yopishtirishga asos bo'lmaydi. Bu psixologiyada o'lchash vositalarining hech biri ideal emasligi bilan bog'liq.

V.N.Drujinin psixologik o'lchovning mohiyati o'lchov obyekti asosida ajratib olinadigan 3 protsedura (muolaja) dan iborat deb hisoblaydi.

1. Psixolog tomonidan u yoki bu xususiyatlarning ifodalanganligini, ma'lum xususiyatlarning mavjudligini yoki shaxsning ma'lum bir turiga bog'liqligini hisobga olgan holda, bir kishining boshqasidan farqini aniqlash maqsadida odamlarning xulq-atvor xususiyatlarini o'lchash. Bunday holatda *sinaluvchilarni o'lchash* haqida gap boradi.

2. Topshiriqni bajaruvchi tadqiqot ishtirokchisiga tashqi obyektlarni o'lchash (masalan, o'zining emotsional holatini baholash, boshqa odamlarni baholash)ni tasniflash, reytinglash (saralash reyting bo'yicha), baholash va h.k. vazifasi berilganda, bunday holda, *stimullarni o'lchash* haqida gap boradi (ya'ni shkalalanuvchi obyekt nazarda tutiladi).

3. *Stimullar va odamlarni birgalikda o'lchash yoki birgalikda shkalalash*, ya'ni "stimullar" va "sinaluvchilar" bir o'qda joylashgan bo'lishi mumkin¹.

V.N. Drujininning fikricha: "So'zning asosiy ma'nosi psixologik o'lchovni faqat sinaluvchilarning xulq-atvorini o'lchash deb atash mumkin, ya'ni bu o'lchov tushunchasining birinchi ma'nosi"².

O'lchovning afzalliklari nimadan iborat?

1. O'lchov-baholashning subyektivligini minimallashtiradigan va nazariyani tekshiraoladigan obyektivlikdir.

2. O'lchov natijalari miqdor (son va raqam) jihatdan ifodalanadi, bu shaxsiy hulosalardan ko'ra ko'proq ma'lumot to'plash imkonini beradi.

3. Turli xil xususiyatlar o'rtasidagi bog'liqlik mavjudligini aniqroq isbotlash uchun statistik tahlilni qo'llash imkoniyatini beradi.

4. Standartlashtirilgan o'lchov protsedura(muolaja)larini qo'llash tadqiqotchilarga umumiy til topishga va bir-birlarini tushunishga imkon beradi³.

¹ Дружинин В. Н. Экспериментальная психология СПб: Издательство «Питер», 2000. 320 с.: ил.

² Там же. С.147.

³ Coaley K. An Introduction to Psychological Assessment and Psychometrics. SAGE Publications Ltd, 2010. 313 p.

V. I. Lupandin (2009) ham o'lchovni "raqamlar tizimdagi munosabatlar bilan empirik tizimning munosabatlari izomorfik aksi orqali shkalalarni qurish" deb ta'riflaydi. Boshqacha qilib aytganda, ushbu ta'rif aslida o'lchov va shkala o'zaro tenglashtiradi"¹.

O'lchov xususiyatlarini muhokama qilish, albatta, "o'lchov" tushunchasini ko'rib chiqishga olib keladi. O'lchov shkalasi "raqamlarni obyektlarga bog'lash qoidalari" bilan belgilanadi².

S. Stivens shkalalar tasnifini taklif qilayotib, quyidagilarni hisobga olgan:

1) o'lchanadigan obyektlar to'plamida o'rnatiladigan empirik munosabatlar;

2) shkalaning matematik tuzilishini belgilaydigan mumkin bo'lgan o'zgarishlar³.

Shkalalarning tasnifi quyidagilarni o'z ichiga oladi:

1) nomlar shkalasi (nominal yoki nominativ shkala);

2) tartiblar shkalasi (rang, reytinglar, ketma-ketlik shkalasi);

3) intervallar shkalasi;

4) munosabatlar shkalasi.

Nomlar va reytinglar shkalasi noometrik shkalalar, intervallar va munosabatlar shkalalari esa-metrik shkalalardir.

Nomlar shkalasi yoki nominativ shkala – bu eng oddiy o'lchov shakli, ma'lum bir xususiyat yoki ramzning har qanday xususiyati yoki belgisini raqam yoki harf bilan belgilash metodi. Bu bir yoki bir nechta farqlovchi xususiyatlarga asoslangan tasniflash yoki toifalash bo'lib, unda barcha o'lchanadigan xususiyatlar yoki belgilar bir-birini o'zaro inkor qiladigan va to'liq to'ldiradigan toifalarga bo'linadi⁴. Masalan,

1) "ha" yoki "yo'q" degan savolga javoblar;

2) ta'm sifatlari ("shirin", "achchiq", "nordon", "sho'r");

3) temperament turlari: "sangvinnik", "xolerik", "flegmatik", "melanxolik";

4) Nizoli vaziyatlarda o'zini tutish strategiyasi – "raqobat", "hamkorlik", "qochish", "moslashish", "murosaga kelish";

¹ Lupandin В. И. Математические методы в психологии: учеб. пособие. 4-е изд., перераб. / В. И. Лупандин. Екатеринбург : Изд-во Урал, ун-та, 2009. 196 с. С.6.

² Дружинин В. Н. Экспериментальная психология СПб: Издательство «Питер», 2000. 320 с.: ил. С.147.

³ Гусев А. Н., Уточкин И. С. Психологические измерения: Теория. Методы: Общепсихологический практикум. М.: Аспект Пресс, 2011. 317 с.

⁴ Cohen R.J., Swerdlik M.E. Psychological Testing and Assessment: an Introduction to Tests and Measurement. McGraw-Hill Education, 2018. 705 p.

5) Amerika psixiatriya assotsiatsiyasining ruhiy kasalliklar diagnostikasi va statistik qo'llanmasi (DSM), unda har bir ruhiy buzilish o'z raqami bilan belgilanadi.

Tartib shkalasi yoki ketma-ketlik shkalasi ma'lum bir belgi yoki xususiyatni "ko'proq – kamroq" tamoyili bo'yicha tartiblaydi. Ushbu o'lchovda obyekt sinflariga berilgan raqamlar nafaqat tenglik yoki tengsizlik, ekvivalentlik yoki noekvivalentlikni, balki o'lchangan xususiyatga nisbatan obyektlarning tartiblashuvini ham aks ettiradi. Tartib o'lchovlariga talabalarning o'zlashtirishining o'rtacha ko'rsatkichlari, respondentlarning psixologik so'rovnomalarda taklif qilingan ta'kidlarga qo'shilish darajasi ("rozi", "qisman rozi", "qisman rozi emas", "rozi emas"), M. Rokich metodikasidagi qadriyatlarni ahamiyati bo'yicha tartiblash misol bo'la oladi.

Intervallar shkalasi metrik shkala bo'lib, ikkita obyektning taqqoslash imkoniyatini beradi. Intervallar shkalasi ikkita obyektga biror xususiyatni namoyon bo'lish darajasini belgilab beradi. Muayyan xususiyat obyektga ko'p yoki kamligini o'lchov birliklari orqali ko'rsatadi, va bu obyektlarni taqqoslash imkonini beradi. Intervallar shkalasida ma'lumotlarni tahlili uchun median, moda, o'rta arifmetik ko'rsatkich va dispersiya kabi barcha parametrik statistikaning qo'llash mumkin. Ushbu shkala ikkita obyektning qandaydir psixologik xususiyatining ifodalanganlik darajasidagi farqning tengligini nazarda tutadi.¹ Intervalli shkalalarga psixodiagnostik shkalalar misol bo'la oladi.

Munosabatlar shkalasi metrik shkala bo'lib, biror bir xususiyat yoki belgining to'liq yo'qligini bildiruvchi tabiiy nol borligi haqidagi taxminga asoslanadi. Munosabatlar shkalasida tasniflash o'lchanadigan xususiyat yoki belgining ifodalanganligiga proporsional (mutanosib) ravishda sodir bo'ladi. Munosabatlar shkalasiga misol sifatida tovush tonlarning balandligi shkalasi, og'irlik shkalasi, ton balandlik shkalasini keltirish mumkin².

Nazorat savollari

1. Psixologiya fanida o'lchov nima?

¹ Кедич С. И. Практикум по статистическим методам в психологии: учеб. пособие. СПб.: ФГБОУ ВО ПГУПС, 2016. 54 с.

² Гусев А. Н., Уточкин И. С. Психологические измерения: Теория. Методы: Общепсихологический практикум. М.: Аспект Пресс, 2011. 317 с.

2. O'ltchov nazariyasida shkalalarning asosiy turlarini sanab o'ting, ularning xususiyatlarini aytib bering va misollar keltiring.

3. Nomintiv, tartib, interval va munosabatlar shkalalari uchun qanday matematik operatsiyalar va statistik ishlov berish metodlarini qo'llanishi mumkin?

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

1. Psixologiya fanida qo'llaniladigan shkalalarni tavsiflang. Misollar keltiring.

2. Ilmiy nashrlarga annotatsiya yozing:

➤ Введение в психологическое шкалирование// Гусев А. Н., Уточкин И. С. Психологические измерения: Теория. Методы: Общепсихологический практикум / А. Н. Гусев, И. С. Уточкин. М.: Аспект Пресс, 2011. 317 с. С.7-22.

➤ Джеллард Ф.А. Сенсорные шкалы//Психология ощущений и восприятия. Хрестоматия. Под ред. Ю. Гиппенрейтер и др. М., 1999. С. 275-282.

Test topshiriqlari

1. Tashqi kuzatish jarayonida olingan shaxsning haqiqiy xulq-atvori haqidagi ma'lumotlar bu:

- A) L -ma'lumotlar
- B) Q -ma'lumotlar
- D) T-ma'lumotlar
- E) Z -ma'lumotlar.

2. Anketalar va o'z-o'zini baholashning boshqa usullari yordamida olinadigan natijalar bu:

- A) L -ma'lumotlar
- B) Q -ma'lumotlar
- D) T-ma'lumotlar
- E) Z -ma'lumotlar.

3. Ikkita obyektida psixologik xususiyatni namoyon bo'lish darajasini belgilab, shu xususiyat obyektida ko'p yoki kamligiga qarab raqamlaydigan shkala bu

- A) nominativ shkalalar
- B) tartib shkalalari
- D) interval shkalalari

E) munosabatlar shkalalari.

4. Tartib shkalasi qaysi darajadagi o'lchovga mos keladi:

A) nominativ

B) tartib

D) interval

E) munosabatlar.

5. Qanday shkalalar bo'yicha o'lchovlarning mohiyati, obyektlarni ma'lum bir belgining namoyon bo'lish darajasiga ko'ra tartiblashdir:

A) nominativ

B) tartib yoki ketma-ketlik

D) interval

E) munosabatlar.

6. Psixologiyada kamdan-kam qo'llaniladigan shkala bu:

A) nominativ shkalalar

B) tartib shkalalari

D) interval shkalalari

E) munosabatlar shkalalari.

7. Eng umumiy shaklda o'lchov shkalalari qanday shkala bilan ifodalanadi?

A) nominativ shkalalar

B) tartib shkalalari

D) interval shkalalari

E) munosabatlar shkalalari.

8. Qanday shkalalarda hech qanday arifmetik amallarni bajara olmaysiz:

A) nominativ shkalalarda

B) tartib shkalalarida

D) interval shkalalarida

E) munosabatlar shkalalarida.

9. Alohida qiymatlar o'rtasidagi munosabatlar tengligini qanday shkalalarda aniqlash mumkin:

A) nominativ shkalalarda

B) tartib shkalalarida

- D) interval shkalalarida
- E) munosabatlar shkalalarida.

10. Tadqiqotchi respondentlarning demografik xususiyatlari, jumladan, ular tug'ilgan shahar haqida ma'lumot to'playdi. Ushbu ma'lumot qanday o'lchov shkalasiga tegishli?

- A) nominativ shkalalarda
- B) tartib shkalalarida
- D) interval shkalalarida
- E) munosabatlar shkalalarida.

3.2-Mavzu. Sensor deprivatsiya

Mashg'ulotning maqsadi: sensor deprivatsiyaning mohiyati, uning namoyon bo'lishi va eksperimental tadqiqotlari natijalarini tahlil qilish.

Asosiy tushunchalar: ehtiyoj, atrof-muhit, deprivatsiya, psixik deprivatsiya, sensor deprivatsiya, izolyasiya, hissiyotlarni aldash, o'z-o'zini anglashning o'zgarishi, emotsional buzilishlar.

Nazariy ma'lumot. Psixologiya fanida "deprivatsiya" tushunchasini qo'llash (lat. Deprivatio – mahrum qilish, yo'qotish) albatta organizm va atrof-muhitning o'zaro ta'sirining xususiyatlarini muhokama qilishga olib keladi. I.M.Sechenovning so'zlariga ko'ra: "Organizm mavjudligini ta'minlaydigan tashqi muhitsiz bo'lishi mumkin emas; shuning uchun organizmning ilmiy ta'rifi unga ta'sir qiluvchi muhitn ham kiritish kerak"¹.

Mashhur olimning ushbu bayonotida ikkita asosiy holatni ajratish mumkin:

1) organizmning ishlashi faqat atrof-muhit mavjud bo'lgandagina mumkin;

2) organizmning ehtiyojlarining qondirilishi atrof-muhitga bog'liq.

Organizmlarning rivojlanishidagi atrof-muhitning rolini Donald Xebb ham (1955) qayd etgan.

¹ Сеченов И.М. Две заключительные лекции о значении так называемых растительных актов в животной жизни//Избранные произведения. Том 1. Физиология и психология. URL: Электронная библиотека <http://www.koob.ru> (дата обращения: 11.05.2021). 776 с. С. 533.

Sutemizuvchilarda atrof-muhitning normal o'zgaruvchanligi haqida fikr yuritib, taniqli olim ikkita savolni qo'yadi:

1) rivojlanish jarayonida organizmning perseptiv faolligining ahamiyati haqidagi savol, unga javobni atrof-muhitga cheklovlar kiritish orqali olish mumkin. Masalan, ko'rish (vizual) stimullar ta'sirini cheklash.

2) rivojlanishi umuman tugallangan hayvonlar va ularni ta'minlaydigan muhitdan mahrum bo'lganda ularning faoliyati to'g'risidagi savol ¹.

J.Langmeer, Z. Mateychek (1984), bolalikdagi psixik deprivatsiya muammolarini tahlil qilib, jismoniy, psixik yoki ijtimoiy ehtiyojlarni yetarli darajada qondirmaslik g'oyasini aks ettiruvchi atamalarning turliligini ta'kidlaydi: masalan, "psixik ochlik", "psixik etishmovchilik", "psixik kuchsizlanish", "sensor deprivatsiya", "onalik deprivatsiyasi". Ushbu mavzudagi sezgi va idrokni eksperimental o'rganish kontekstida psixik deprivatsiyaning bir turi bo'lgan sensor deprivatsiya haqida so'z yuritiladi.

J.Langmeer, Z.Mateychek (1984) psixik deprivatsiya (ruhiy mahrumlik) "subyektga uning asosiy (hayotiy) psixik ehtiyojlarini yetarli darajada va yetarlicha uzoq vaqt davomida qondirish imkoniyati berilmagan hayotiy vaziyatlardan kelib chiqadigan ruhiy holat" deb hisoblaydi². Olimlar ushbu ehtiyojlarga:

1) ta'sir qiluvchi stimullarni ma'lum miqdori, o'zgaruvchanligi va turiga (modalligiga) ehtiyoj;

2) samarali o'qitish uchun asosiy sharoitlarga ehtiyoj;

3) birlamchi ijtimoiy aloqalarga ehtiyoj;

4) ijtimoiy o'z-o'zini namoyon etishga bo'lgan ehtiyoj (masalan, avtonom ijtimoiy rollarni o'zlashtirish, ijtimoiy-madaniy qadriyatlarni o'zlashtirish).

Sensor deprivatsiya (hissiy mahrumlik) (lat. sensus – his-tuyg'u, hissiyot , deprivatio – mahrumlik, yo'qotish), psixik deprivatsiyaning bir turi hisoblanadi, ma'lum miqdordagi sensor (masalan, vizual, eshitish, taktil) stimullarga bo'lgan ehtiyojni qondirish imkoniyati yo'qligi, ularning o'zgaruvchanligi va modalligi orqali ko'rib chiqiladi. Psixologiya fanida Sensor deprivatsiya va boshqa (masalan, emotsional,

¹ Hebb D.O. The mammal and his environment// The American Journal of Psychiatry. 1955 May; 111(11):826-31. doi: 10.1176/ajp.111.11.826.

² Лангмейр Й., Матейчек З. Психическая депривация в детском возрасте. Прага: Авиценум, 1984. 334 с. С.19.

ijtimoiy) deprivatsiya turlari rivojlanish psixologiyasida, eksperimental psixologiyada, ongning o'zgargan holatlarini tadqiq etishda o'rganiladi

Sensor deprivatsiya insonning ijtimoiy yoki geografik izolyasiyasi sharoitida, ekstremal tabiiy-iqlim sharoitida, maxsus kasbiy hayot sharoitlari (masalan, baland tog'li meteorologik stansiyalar, Arktika qutb stansiyalari)da, sezgi organlarining to'liq yoki qisman shikastlanganida yuzaga keladi. Masalan, Shimol aholisiga yorug'lik va yorqin ranglar etishmaydi. Qutb tunning sharoitlari ular uzoq vaqt davomida faqat yaqin joylashgan yoki bino ichidagi narsalarni ko'rib imkoniyatiga ega bo'ladilar¹. Yoki uzoq dengiz sayohatlari yoki suv osti kemasida suzish paytida tashqi muhit xilma-xilligi bilan farqlanmaydi, ya'ni tashqi stimullarning monotonligi bilan xarakterlanadi.

Ammo biz bu ulkan masofalarni his qilmadik, chunki bizning ufqlarimiz o'zgarmadi, ufq biz bilan birga siljidi va bizning dunyomiz osmonning o'sha yarim shari bilan cheklanib, markazda sol bor edi va har kecha osmonda bir xil yulduzlar porlab turardi.

Tur Xeyerdal. Ekspeditsiya "Kon-Tiki" ²

Sensor deprivatsiyani o'rganish uchun olimlar, masalan, tadqiqot ishtirokchilarini bulbarli poliomielitga yordam berish uchun tovush o'tkazmaydigan kameralarga, izolyasion vannalarga, respiratorlarga joylashtirish bilan bog'liq tajribalar o'tkazdilar va o'tkazmoqdalar (masalan, D.Xebb, J.Lillyning tajribalari). Tadqiqot ishtirokchilarida sensor deprivatsiyani shakllantiradigan shartlarga sensor signallarning yo'qligi, o'zgarishi yoki pasayishi uchun turli xil variantlar kiradi.

1-Jadval

Ekspperimental sensor deprivatsiyani yaratish shartlari ³

Sharoitlar	Namuna
Sensor ta'sirlar darajasining mutlaq pasayishi	Tovush o'tkazmaydigan kamerada yoki suv ostiga kiritish
Kiruvchi signallarning patternlashganligini (obrazli)	Shakllarsiz tarqoq yorug'likni o'tkazuvchi yarim shaffof

¹ Казакова Е.В., Морозова Л.В. Особенности формирования зрительного восприятия у детей-северян 7–8 лет и факторы риска раннего дизонтогенеза // Экспериментальная психология. 2009. Том 2. № 4. С. 91–100.

² Хейрдал Т. Экспедиция «Кон-Тики». Ташкент, 1985. 192 с. С. 105.

³ Гордеева О. В. Измененные состояния сознания при сенсорной депривации // Вестник МГУ. Сер. 14. Психология. Сообщение 1. 2004. № 1. С. 70–87.

sxemalari)ni kamayishi	ko'zoynaklar
Patternlashganlikni(obrazli sxemalari)ni kamaytirmasdan stimulyasiya o'zgaruvchanligini kamaytirish	Monotoniya vaziyati

O.V.Gordeeva (2004) Marvin Sukermanning sensor deprivatsiya oqibatlarining tasnifi asosida uning quyidagi effektlarini aniqlaydi:

- 1) vaqtni idrok etishning o'zgarishi;
- 2) ixtiyoriy diqqat va maqsadli fikrlashning buzilishi;
- 3) emotsional reaksiyalarda xavotirlanish, depressiya, qo'rquv xususiyatlarini kuzatilishi;

4) ma'no-mazmun tizimlarning transformatsiyasi paranoyal g'oyalar, "genial kashfiyot" hissi, sevimli ishlarga qiziqishning pasayishi, yangi ba'zida g'alati va g'ayrioddiy qiziqishlarning paydo bo'lishi

5) gipnoz va boshka ta'sirlarni oson qabul qilish;

6) o'z-o'zini anglashning buzilishi (masalan, tana qiyofasidagi o'zgarishlar, sodir bo'layotgan voqea haqiqiy emasday tuyulishi, bifurkatsiya (ikkiga bo'linish) hissi).

Shunday qilib, V.I.Lebedev o'zining "Ekstremal sharoitdagi shaxs" kitobida sensor deprivatsiyaning eksperimental tadqiqotlarida paydo bo'ladigan "men" birligi va mavjudligining yo'qotishni, begonalashish sindromini ko'rsatadigan misollarni keltiradi (masalan, "Bu men emas, balki boshqa birov hamma narsani bajaryapti deb o'ylayman?");¹

7) suhbatdoshni yaratish, begonaning borligini his qilish shaklida "boshqasini" yaratish hodisalari;

8) kreativlikni ortishi;

9) perseptiv (idrok) jarayonlaridagi o'zgarishlar;

10) sinaluvchilarning hisobotlarida perseptiv (idrok etish) hissiyoti;

11) uyqu va uyg'onish holatlarining o'zgarishi, shu jumladan ularni farqlash qobiliyatining yo'qolishi.

Shunday qilib deprivatsiya, shu jumladan sensor, ham oshkora, ham yashirin bo'lishi mumkin bo'lgan murakkab hodisadir. Deprivatsiyaning oqibatlari psixokorreksion aralashuvini talab qiladi.

Nazorat savollari

1. Psixik va sensor deprivatsiyaning asosiy belgilarini ajratib ko'rsating.

¹ Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях. М., 1989. 303 с.

2. Sensor deprivatsiya va gospitalizm sindromining o'xshashlik va farqlari nimada?

3. Sensor deprivatsiyaning paydo bo'lish asosini qanday mexanizmlar tashkil qiladi?

4. Oshkora va yashirin deprivatsiyaning mohiyati nimada? Stressli holatlarni korreksiyalash uchun Sensor deprivatsiyaning potensial imkoniyatlarini ochib bering.

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

1. "Sensor deprivatsiya: tushuncha, mexanizmlari va oqibatlari" mazusida nazariy hisobot tayyorlang. Hisobotga deprivatsiya tavsifi, deprivatsiya mexanizmlari va oqibatlari konkret misollar orqali yoritilishi lozim.

2. Videokeysni tomosha qiling va muhokama qiling. Videokeys – hujjatli film parchasi (Horizon programme, 2008)

3. Sensor deprivatsiyaga misollar keltiring. Namunalar badiiy, ilmiy va ilmiy ommabop adabiyotdan olinishi kerak. M.Sukermanning tasnifiga mos misollar keltiring.

4. Ilmiy nashrlarga annotatsiya yozing:

➤ Разумникова О.М., Кривоногова К.Д. Сенсорная депривация как модель реализации компенсаторных ресурсов мозга: обзор зарубежных исследований // Современная зарубежная психология. 2020. Том 9. № 2. С. 57–67.

➤ Ранняя психосоциальная депривация: лонгитюдные исследования (кейс румынских сирот) // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Том 27. № 2. С. 167–177.

➤ Кулагина И.Ю., Поляков Е.А. Социальная депривация и дизонтогенез как условия развития личности подростка // Культурно-историческая психология. 2011. Том 7. № 3. С. 61–74.

Test topshiriqlari

1. Ushbu misolda tasvirlangan hodisaning nomi nima?

Fransuz speleologlari uzoq vaqt er ostida yolg'iz qolganda vaqtni noto'g'ri idrok qilish holati yuzaga kelganligini ko'rsatadigan ma'lumotlar olishdi. Antuan Seni g'orda bo'lganining 122-kunida, tajribaning yaqin orada tugashi haqida xabardor bo'lgach, hayratda qoldi: uning hisob-kitoblariga ko'ra, bu 2-aprel emas, balki faqat 6-fevral edi.

2. Orientatsiyani (mo'ljall olishni)yo'qotishga olib kelishi mumkin bo'lgan hissiy o'zgarish qanday nomlanadi?

- A) deprivatsiya
- B) derealizatsiya
- D) devalvatsiya
- E) avtomatlashtirish.

3. Sensor deprivatsiyaning ta'sirini ajratib ko'rsating.

- A) jismoniy illyuziyalar va aldashlar
- B) yaxshiroq uxlash
- D) jismoniy salomatlikni yaxshilash
- E) ijobiy his-tuyg'ularning paydo bo'lishi.

4. Sensor deprivatsiyaning ta'sirini ko'rsating

- A) jismoniy illyuziyalar va chalg'ish
- B) yaxshi uxlash
- D) kognitiv faoliyatning yaxshilanishi
- E) qon bosimining yaxshilanishi.

5. Birinchi bo'lib izolyasiya vannasi yordamida sensor deprivatsiya tadqiqotlarini kim amalga oshirgan.

- A) D.Lilli
- B) D.Xebb
- D T.Liri
- E) G.Xed.

3.3-Mavzu. Sezgilar psixofizikasi

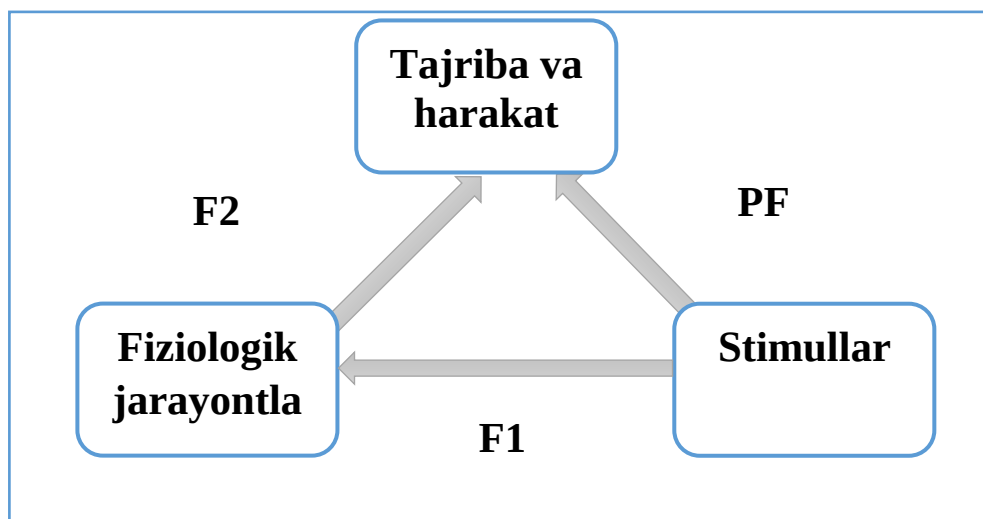
Mashg'ulotning maqsadi: psixofizikaning asosiy qoidalarini ko'rib chiqish sezgirlikni, sezgilarni absolyut yoki mutlaq chegarasini va farqlash chegarasini o'rganish usullarini tatbiq etish.

Asosiy tushunchalar: psixofizika, stimul, mutlaq chegara, mutlaq sezgirlik, differensial chegara, sezgilarni farqlash chegarasi, signallarni aniqlash nazariyasi, Buger-Weber qonuni, Fexner qonuni, Stivens qonuni.

Nazariy ma'lumot. Psixologiya fanida doimo sezgi-idrok jarayonlarini o'rganish muammosi dolzarb bo'lgan. Ularning tadqiqoti

fiziologik va psixofizik yondashuvlar doirasida amalga oshirilishi mumkin.

Fiziologik yondashuv Idrokni fiziologik yondashuv doirasida o'rganish stimullar va fiziologik jarayonlar o'rtasidagi bog'liqlikni o'lchashni nazarda tutadi. Fiziologik jarayonlar deganda asab tizimining anatomik yoki elektrokimyoviy ko'rsatkichlarini nazarda tutamiz (3.3.1-rasm).



3.3.1-Rasm. Idrok qilishga bo'lgan psixofizik (PF) va fiziologik (F1) yondashuvlar. O'lchanadigan o'zaro aloqalar psixofizik (PF) - stimullar va idrok o'rtasidagi, fiziologik (F1) - stimullar va fiziologik jarayonlar o'rtasidagi, fiziologik (F2) - fiziologik jarayonlar va idrok o'rtasidagi o'zaro aloqalar hisoblanadi¹.

Psixofizik yondashuv. Gustav Teodor Fexner (1801-1887) nomi bilan bog'liq bo'lib, u o'zining "Psixofizika elementlari" kitobida stimul va idrok o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni o'lchash uchun miqdoriy usullardan foydalanishni taklif qilgan. Boshqacha qilib aytganda, "psixofizika tashqi stimulyasiya (fizik parametr) va hissiyot (psixologik parametr) o'rtasidagi miqdoriy bog'liklar haqidagi fan" deb ta'riflanadi. Psixofizikani kengroq tavsiflasak, bu stimullar va idrokning o'zaro aloqasining xar qanday o'lchovidir, masalan, sinaluvchidan ikkita deyarli bir xil tovushlar orasidagi farq darajasini aniqlash so'ralganda.

Klassik psixofizika shartli ravishda 2 ta bo'limni o'z ichiga oladi – hissiy sezgirlikni o'lchash va psixofizik shkalalarni shakllantirish. Zamonaviy psixofizika "psixologik o'lchovlarning keng doirasiga qaratilgan bo'lib, uning vazifalari esa sensor jarayonlarining spetsifik

¹ Goldstein E.B. Sensation and Perception. Eight Edition. WADSWORTH CENGAGE Learning, 2010. 490 p. P.11.

xususiyatlari bilan cheklanmagan, psixologik o‘lchov usullarini ishlab chiqish va tatbiq etishdan iboratdir”¹.

Sensor sezgirlikni o‘lchash muammolarini muhokama qilishda quyidagi atamalardan foydalaniladi: mutlaq sezgirlik, mutlaq chegara, yoki limen (lat. “limen” – “chegara”), chegara osti yoki sub-chegara stimuli, chegara usti stimuli, ostki va ustki mutlaq chegara, farqlash (differensial) chegarasi, farqlash sezgirligi. 3.3.2-Jadvalda mazkur atamalarning ta’riflari, 3.3.3-Jadvalda esa insonning turli xil a’zolarida sezgi paydo bo‘lishi bilan bog‘liq mutlaq chegaralarning o‘rtacha qiymatlari keltirilgan.

3.3.2-Jadval

Psixofizikaning asosiy atamalari

Atama	Atamaning ta’rifi
Mutlaq chegara (past chegara yoki sezgilrikning so‘nggi haddi)	Zo‘rg‘a ilg‘ab olindigan sezgini keltirib chiqaradigan minimal qo‘zg‘alish kuchi.
Mutlaq sezgirlik	Insonning juda past intensivlikdagi signallarni sezish qobiliyati.
Chegara osti yoki sub-chegaraga oid stimul	O‘ta zaif bo‘lgani tufayli ishonchli javob reaksiyasini keltirib chiqarmaydigan stimul.
Chegara usti stimuli	Intensivligi chegara qiymatidan yuqori bo‘lgan stimul.
Ustki mutlaq chegara	Qo‘zg‘atuvchining mumkin bo‘lgan maksimal qiymati bo‘lib, undan yuqori ta’sirlar tegishli modallikning stimuli sifatida qabul qilinmaydi yoki boshqa modallikdagi sezgiga o‘tadi, masalan, og‘riq.
Farqlash chegarasi yoki differensial chegara	Sezishda kichik farqni keltirib chiqaradigan, ba’zi jismoniy parametrlarning intensivligidagi ikkita qo‘zg‘atuvchilararo minimal tafovut.
Ajratish sezgirligi	Inson tomonidan ikkita qo‘zg‘atuvchining intensivligini turlicha ekanligini aniqlash qobiliyati.

Psixofizikaning asosiy muammolari: bu qo‘zg‘alishning chegara darajalari, ya’ni zaif signallarni aniqlash, ikki signal intensivligidagi

¹ Общая психология: в 7 т.: учебник для студ.высш.учеб.заведений/под ред.Б.С.Братуся.Т.2: Ощущение и восприятие/А.Н.Гусева. М.: Издательский центр «Академия», 2007. 416 с. С.94-95.

farqni aniqlash shartlari haqidagi savollarga javob izlash va sensor tajribani o'lchash usullari bilan bog'liq. Ushbu savollar H.Shiffman tarafidan quyidagicha qo'yilgan: "... ma'lum bir sensor tizimda sezgini keltirib chiqaradigan minimal energiya miqdori qanchani tashkil etadi?", hamda "...aniqlanishi mumkin bo'lgan stimullar orasidagi minimal farq qanday?"¹.

3.3.3-Jadval

Insoning turli sensor a'zolarida sezgi paydo bo'lishining mutlaq chegaralarning o'rtacha qiymatlari

Sezgi a'zolari	Tegishli modallikdagi sezgini keltirib chiqaradigan, tuyishning mutlaq chegarasining, shartlar ko'rinishida taqdim etilgan, qiymati
Ko'rish qobiliyati	Sham alangasini tim qorong'i kechada ko'zdan 48 km gacha bo'lgan masofadagi uzoqlikda idrok etish mumkin.
Eshitish qobiliyati	6 m gacha bo'lgan masofada jimjitlik holatida, soatning chiqqilashini ilg'ash mumkin
Ta'm bilish	8 litr suv tarkibida bir choy qoshiq shakar eritilganligini sezish mumkin.
Hid bilish	6 xonadan iborat bo'lgan maydonda bir tomchi atir miqdordagi xushbo'ylikni sezish mumkin
Teri tuyish	Pashsha qanotining teri yuzasiga taxminan 1 sm balandlikdan tushishi natijasida hosil bo'lgan havo harakatini (bosimini) tuyish

G.T.Fexner mutlaq chegarani aniqlash usullarini ishlab chiqdi bular – chegaralar yoki minimal o'zgarishlar usuli, o'rtacha xatolik usuli yoki ustanovka usuli, yohud tekislash usuli va doimiy qo'zg'atish usulini. Ushbu usullar sensor qatorlar diskretligi g'oyasiga asoslanadi. Zamonaviy psixofizika usullari signalni aniqlashning psixofizik nazariyasi doirasida ishlab chiqilgan bo'lib, sensor qatorlar uzluksizligi g'oyasiga tayanadi².

Signal aniqlash nazariyasi (SAN) signalni qabul qilayotgan shaxs sensor ma'lumotni passiv qabul qiluvchisi emas, balki "sensor noaniqlik holatida qaror qabul qilishning faol subyekti" degan taxminga asoslanadi. Chegara signalini yoki signallar o'rtasidagi farqni aniqlash

¹ Шиффман Х. Ощущение и восприятие. 5-е изд. СПб.: Питер, 2003. 928 с. С.55.

² Общая психология: в 7 т.: учебник для студ.высш.учеб.заведений/под ред.Б.С.Братуся.Т.2: Ощущение и восприятие/А.Н.Гусева. М.: Издательский центр «Академия», 2007. 416 с. С.94-95.

ehtimollik jarayonidir. Bu shuni anglatadiki, sinaluvchining signal borligi yoki yo‘qligi to‘g‘risidagi qarori uning o‘tmishdagi tajribasi, umidlari, motivatsiyasi va boshqa sezgiga doir bo‘lmagan psixologik omillarga bog‘liq.

Psixofizik tadqiqotlar qator psixofizik qonunlar, jumladan Buger-Veber qonuni, Fexner qonuni va Stivens qonuni shakllanishiga turtki bo‘ldi (3.3.4-Jadval).

Fexner va Stivens qonunlari bir-birini to‘ldirib, tashqi olamni subyektiv aks ettirishning turli darajalarini tavsiflaydi. Fexner qonuni signalni sodda holda farqlash xususiyatlarini ochib bersa, sensor qo‘zg‘atuvchilarning intellektual operatsiyalar bilan bog‘liqligini esa (tanish, turkumlash, baholash, tartiblash, stimul to‘g‘risida hukm chiqarish) Stivens qonuni ifodalab beradi¹.

3.3.4-Jadval

Asosiy psixofizik qonunlar²

Qonun	Qonun mazmuni
Veber qonuni (munosabat)	Aniqlanishi mumkin bo‘lgan minimal intensivlik o‘rishining (turli intensivlik qiymatlarining cheksiz qatorida) dastlabki signalning intensivligiga nisbati doimiydir. Ikki signalni bir-biridan farqlash uchun ular orasidagi farq ularning mutlaq qiymatiga proporsional bo‘lishi lozim.
Fexner qonuni	Arifmetik progressiyada o‘zgarib boradigan sezgi va geometrik progressiyada o‘zgaradigan signal intensivligi o‘rtasidagi bog‘liqlik logarifmik tenglama bilan ifodalanadi. Sezginini bir barobarga oshirish uchun signal intensivligini 10 barobar oshirish lozim. Boshqacha qilib aytadganda, signal intensivligi oshgani sayin bir xil sensor effektiga erishish uchun, ko‘proq signal intensivligi talab etiladi.
Stivens qonuni	Signalning kattaligi va u keltirib chiqaradigan sezginining kuchi o‘rtasidagi bog‘liqlik, ya’ni sensor (subyektiv) sezish kuchi darajaga oshirilgan signalning jismoniy intensivligiga proporsional (mutanosib) ravishda ortib boradi.

¹ Ломтатидзе О.В., Улитко М.В., Лупандин В.И. Психофизика: учеб.-метод.пособие. Екатеринбург: Изд-во Урал.ун-та, 2019. 99 с.

² Определения приведены на основе учебников А.Р.Лурия, А.Н.Гусева, Х.Шиффмана.

Shu tariqa psixofizik tadqiqotlar tufayli ilmiy eksperimental psixologiyaning asoslari yaratildi. Psixofizika zamonaviy dunyoda axborot va texnik tizimlar bilan doimiy aloqada bo'lib, hissiy-perseptiv faoliyat yuritayotgan va qarorlar qabul qilayotgan insonning, sensor imkoniyatlari haqidagi savollarga javob beradi.

Nazorat savollari

1. Eksperimental psixologiyaning fan sifatida rivojlanishida psixofizikaning rolini ochib bering.
2. Hissiy sezuvchanlikni o'rganishning psixofizik usullarining mohiyatini qisqacha tavsiflab bering.
3. Psixofizikaga oid asosiy tushunchalarni aniqlang (masalan, sezuvchanlik, chegaralar).
4. Klassik psixofizika qoidalari signalni aniqlash nazariyasidan qanday farq qiladi?
5. Fexner va Stivens qonunlari sezish va stimullash o'rtasidagi qanday bog'liqlikni aniqlaydi? Bu qonunlar bir-biridan qanday farq qiladi?

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

Ilmiy nashrlarga annotatsiya yozing va muhokama qiling:

- Стивенс С.С. Психофизика сенсорной функции//Психология ощущений и восприятия. Изд.2-е, исправленное и дополненное/Под ред.Ю.Б.Гиппенрейтер, В.В.Любимова и М.Б.Михалевской. М.: ЧеРо, 1999. 610 с. С. 283-291.
- Гершуни Г.В., Соколов Е.Н. Объективное измерение чувствительности и субсенсорная ее область//Психология ощущений и восприятия. Изд.2-е, исправленное и дополненное/Под ред.Ю.Б.Гиппенрейтер, В.В.Любимова и М.Б.Михалевской. М.: ЧеРо, 1999. 610 с. С.250-255.
- Макаров П.О. Об основном психофизическом законе//Психология ощущений и восприятия. Изд.2-е, исправленное и дополненное/Под ред.Ю.Б.Гиппенрейтер, В.В.Любимова и М.Б.Михалевской. М.: ЧеРо, 1999. 610 с. С.271-274.

Test topshiriqlari

1. Nemis fiziologi Ernst Veber nimani o'rganishga e'tibor qaratgan?
A) teri va kinestetik sezuvchanlikni
B) fiziologiyani
D) asab tizimini
E) falsafani.

2. Terining turli joylariga ta'sir ko'rsatib, Veber qanday chegaraning qiymati xar xil ekanligini ko'rsatdi.
A) ikki nuqta chegarasini
B) pastki chegarani
D) yuqori chegarani
E) o'rta chegarani.

3. Seziladigan minimal farqning standart yuk hajmiga nisbati turli standartlar uchun doimiy ekanligi aniqlandi. Bu kashfiyot keyinchalik ... deb nomlandi.
A) Veber qonuni
B) Gelmgols qonuni
D) Stivens qonuni
E) Fexner qonuni.

4. G.Fexner quyidagi metodlardan qay birini qo'llamagan?
A) nerv impulslarining tezligini o'lchash
B) ikki igna bilan teriga engil teginish
D) kam ko'rinadigan yorug'lik nuqtasini kuzatish
E) kam eshitiladigan izolyasiya qilingan tovushni tinglash.

5. Sezuvchanlikni o'rganishda ustanovka usuli va chegara usuli o'rtasidagi asosiy farq nimada?
A) taqdim etilgan qo'zg'atuvchilarning modalligida
B) subyekt qo'zg'atuvchining kattaligini mustaqil ravishda o'zgartirishi
D) taqdim etilgan stimullar kattaligida
E) qo'zg'atuvchilarni tasodifiy tartibda taqdim etishda.

6. Quyidagi sezgi chegaralarini o'lchash usullaridan qaysi biri tarixiy nuqtayi nazardan eng maqbul hisoblanadi.
A) chegara usuli

- B) ustanovka usuli
- D) tasodifiy qo'sh qatorlar usuli
- E) doimiy stimullar usuli.

7. Obyektiv va subyektiv chegaralar o'rtasida joylashgan, miya qobig'ini tormoz holati bilan ifodalangan, anglanmagan jarayonlar zonasi mavjudligini ko'rsatadigan zona nima deb ataladi?

8. Buger-Veber qonuni nimani aks ettiradi?
- A) chegaraosti idrokining qonuniyatlarini
 - B) nerv sistemasi kuchi va sezuvchanlik o'rtasidagi bog'liqlikni
 - D) differensial sezuvchanlik va uning chegaralari o'rtasidagi bog'liqlikni
 - E) absolyut sezuvchanlik va uning chegaralari o'rtasidagi bog'liqlikni.

9. "Subsensor diapazon" tushunchasini qaysi olim kiritgan?

- A) Grigoriy Gershuni
- B) Aleksandr Luriya
- D) Ivan Pavlov
- E) Aleksey Leontev

10. Sezgilarning subyektiv indikatorlari tushunchasini birinchi bo'lib kiritgan olim bu...

- A) G.Fexner
- B) E.Veber
- D) X.Xed
- E) P.Buger.

11. Sinaluvchilarning mutlaq eshitish sezgirligi va asab tizimining xususiyatlaridan biri o'lchandi. Tajribalar natijasida subyektlar qat'iy ravishda eshitish sezgirligini pasayish tartibida joylashtirildi. Mazkur tartibga mos ravishda subyektlar Nerv tizimining xususiyatlariga ko'ra joylashtirilsa bu qanday tartib bo'lar edi?

- A) subyektlar qo'zg'alish jarayonining kuchayishiga qarab joylashtirilgan
- B) subyektlar qo'zg'alish jarayonining kamayishi tartibida joylashtirilgan

D) subyektlar nerv jarayonlarining harakatchanligini pasaytirish tartibida joylashtirilgan

E) subyektlar nerv jarayonlari muvozanatining o'sish tartibida joylashgan.

3.4-Mavzu. Perseptiv obrazni tashkil etishni o'rganish metodlari

Mashg'ulotning maqsadi: idrok obrazini tashkil etish qonuniyatlarini ko'rib chiqish va ularni o'rganish metodlarini qo'llash.

Asosiy tushunchalar: sezgi, idrok, obyektivlik, yaxlitlik, doimiylik, kategoriklik, idrok hajmi, sezgir idrok, illuziyalar.

Nazariy ma'lumotlar. Perseptiv obrazni tashkil etish muammolari va uni o'rganish usullarini muhokama qilish “sezgi” (sensor obrazlar, sensor jarayonlar) va “idrok” (idrok obrazlari, idrok jarayonlari) tushunchalarini ko'rib chiqishni talab qiladi. Ushbu tushunchalar obyektlar va hodisalarning individual xususiyatlarini aniqlash va ajratish bilan bog'liq bo'lgan dastlabki jarayonlar va sensor ma'lumotlarni tushunishni, obyektlar va hodisalarni yaxlit aks ettirishni, ular o'rtasidagi munosabatlarni ta'kidlashni o'z ichiga olgan jarayonlar o'rtasidagi farqlarni ko'rsatish uchun ishlatiladi (3.4.1-Jadval). Shuni esda tutish kerakki, turli xil darsliklarda yoki o'quv qo'llanmalarda sezgi va idrok jarayonlarini alohida ko'rib chiqish amaliy yoki funksional ma'noga emas, balki tarixiy ahamiyatga ega bo'lgan an'anadir (H. Shifman).

3.4.1-Jadval

“Sezgi” va “idrok” tushunchalarining ta'riflari¹

Sezgi	Idrok
Obyektlar yoki vaziyatlarning alohida xususiyatlarini sezgi organlariga bevosita ta'sir qilganda aks ettirish jarayoni (A. R. Luriya)	Sezgi organlariga bevosita ta'sir qilganda bir butun narsalarni yoki vaziyatlarni aks ettirishning murakkab jarayoni (A.R.Luriya)
Obyektiv dunyo predmetlarining sezgi organlarga bevosita ta'siri natijasida yuzaga	Tegishli jismoniy qo'zg'atuvchilarning sezgi organlariga bevosita ta'siri natijasida

¹ Ta'riflar A. R. Luriya, X. Shiffman V. V. Nurkova va N. B. Berezanskaya darsliklari asosida berilgan.

keladigan aloxida ajratib olingan xususiyatlarining psixik aksi (V.V.Nurkova, N.B.Berezanskaya)	yuzaga keladigan obyektlar, vaziyatlar va hodisalarning yaxlit aksi (V. V. Nurkova, N. B. Berezanskaya)
Insonni o‘rab turgan narsalarning sifati yoki xarakterli xususiyatlari to‘g‘risida bilim beradigan bevosita, fundamental va to‘g‘ridan-to‘g‘ri kontaktlardir (kechinmalar). Ushbu bilim oddiy, izolyasiya qilingan qo‘zg‘atuvchi ta’sirining natijasidir (H.Shifman)	Sezgilarni tartibga solish va ularning jismoniy dunyo obyektlari va voqealari haqidagi bilimlarga aylanishi natijasi. Idrokda insonga xos ma’nolar, kontekst, tajriba va xotira ishtirok etadi (H.Shifman)

“Perseptiv tizim” yoki “perseptiv obrazni tashkil etish” iborasi Geshtalt psixologiyasining asosiy qoidalari bilan bog‘liqdir. V.V.Lyubimov (2007) “an’anaviy ravishda perseptiv tizim deganda u yoki bu tarzda uning atrofidagi fonda figurani tanlash bilan bog‘liq bo‘lgan jarayonlar va natijalar tushuniladi, uni tizimli o‘rganish Geshtalt psixologiyada boshlangan” deb hisoblaydi.¹ Ushbu tushunchaning yanada kengroq ta’rifi E. Goldshteyn (2010) tomonidan berilgan: “Kichik elementlarni perseptiv jixatdan kattaroq obyektlarga birlashish jarayoni”.²

Boshqacha qilib aytganda, idrok tizimining mohiyatini tushunish uchun elementlarning figuraga birlashishiga yordam beradigan yoki to‘sqinlik qiladigan omillar, fonda figurani ajratib olishning o‘ziga xos xususiyatlari, shaklni aniqlash haqidagi savollarga javob berish muhimdir. Perseptiv tizim qonunlariga pregnantlik (*eng sodda va qulay*), o‘xshashlik, to‘g‘ri davom etish, yaqinlik, umumiy taqdir, munosabat, o‘tmish tajribasi va boshqalar kiradi.

Idrokning muhim xususiyatlari predmetlilik, yaxlitlik, tanlovchanlik, anglanganlik va kategoriyalilikdir. Shunday qilib, perseptiv obrazning predmetliliigi, uning asosiy xususiyatini ifodalaydi, inson individual sensor sifatlatlar to‘plamini emas, balki “bizdan

¹ Любимов В.В. Психология восприятия. Учебник. М.: Эксмо, ЧеРо, МПСИ, 2007. 472 с. С.317.

² Goldstein E.B. Sensation and Perception. Eight Edition. WADSWORTH CENGAGE Learning, 2010. 490 p. P.418.

tashqaridagi, muayyan sifatlarga ega va shuning uchun haqiqatan ham mavjud bo'lgan obyektning aks ettiradi.¹

Perseptiv obraz yaratish uchun harakat muhim ahamiyatga ega. Luriyaning ta'kidlashicha "Idrok qilish jarayoni har doim obyektning paypaslash, ko'zlarni harakatlantirish, asosiy nuqtalarni idrok etish, tovush oqimining eng muhim xususiyatlarini aniqlashda muhim rol o'ynaydigan tegishli tovushlarni kuylash yoki talaffuz qilish ko'rinishidagi harakat komponentlarini o'z ichiga oladi"².

Idrok obrazini yaratishda harakatning rolining aniqlashning yorqin misoli taktil idrokdir. Shu bilan birga, teginish, harakatning tarkibiga qarab, passiv yoki faol bo'lishi mumkin. Qo'l yoki barmoq harakati bo'lmasa, odam faqat unga ta'sir qiladigan obyektning individual belgilarini aks ettirishi mumkin. Harakat qo'shilganida esa, ya'ni obyektning faol palpatsiya qilganda, uni aks ettirishning aniqligi oshadi va inson nafaqat uning shaklini aniqlashi, balki uni ma'lum bir toifaga ham kiritishi mumkin.

Perseptiv obrazni yaratishda idrok illyuziyalari paydo bo'lishi mumkin, ya'ni xato aks ettirish, idrok etilgan obyektlar yoki hodisalarni ikki tomonlama talqin qilish mumkin. Idrok illyuziyalarini o'rganish nafaqat uning umumiy qonuniyatlarini tushuntiradi, balki ichki va tashqi fazoni tashkil qilish xususiyatlarini ochib berish imkonini ham beradi.

Shunday qilib, idrok obrazini yaratishning o'ziga xos xususiyatlarini o'rganish idrok jarayonlarining qonuniyatlarini tushunish uchun muhimdir, bu bilimlar ham ilmiy, ham amaliy ahamiyatga ega.

Nazorat savollari

1. Sezish va idrok o'rtasidagi qanday farqlar bor?
2. Persepsiya nima? Perseptiv tizimning asosiy qonuniyatlarini sanab bering, ularga ta'rif bering va misollar keltiring.
3. Idrokning asosiy xususiyatlarini sanab bering va izohlang, misollar keltiring.
4. Idrok hajmini o'lchashning klassik metodlari va J. Sperlingning stimuldan keyingi ko'rsatmalar usulini solishtiring.
5. Teri orqali sezishda shaklni idrok etishning xususiyatlari qanday?

¹ Общая психология: в 7 т.: учебник для студ. высш. учеб. заведений / под ред. Б.С. Братуся. Т.2: Ощущение и восприятие / А.Н. Гусева. М.: Издательский центр «Академия», 2007. 416 с. С.26.

² Лурия А.Р. Лекции по общей психологии. СПб.: Питер, 2006. 320 с: ил. С.123.

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

1-Topshiriq. Dominant idrok kanalini aniqlash

Tadqiqot maqsadi: shaxsda ustunlik qiluvchi idrok kanalini S. Efremsevaning anketasi bo'yicha aniqlash va natijalar asosida tavsiyalar shakllantirish (6-Laboratoriya ishi 3-Ilovada).

Shkalalar

Shkala 1. Vizual tip. Bu shaxslar odatda ko'rish bilan bog'liq so'zlarni ishlatadilar. "Qarang", "Vaziyat oydinlashdi", "Chiroyli muomala qildilar", "Dunyo ko'zinga qorong'u bo'ldi", "Bu vaziyatda yo'l ko'ra olmayapman" kabi iboralarni ishlatadilar. Bu insonlar uchun so'zlardan ko'ra rasm, kartina, fotosuratlar ahamiyatli va tushunarli. Bu insonlar o'zini va o'zgalarni tashqi ko'rinishiga ko'p e'tibor karatadilar. Ko'rish obrazlarini, ya'ni rang va shakl, garmoniya yoki tartibsizlikni tez ilg'ab oladilar. Vizuellarni rag'batlantirish uchun so'zlardan ko'ra ma'noli qarash muhimroqdir, ular aytmoqchi bo'lgan so'zlaringizni yuz ko'zingizdan uqib oladilar. Matnlarni yozganda odatda xato qilmaydilar. Vizualar ko'rib o'rganadilar.

Shkala 2. Audial tip. Audial kanali dominant bo'lgan insonlar eshitish sohasiga oid iboralarni ko'p ishlatadilar: "gaplaringizni tushunmadim", "bu xabarlardan garang bo'lib qoldim", "bu yer shovqinli ekan", "bunday shovqinli ohanglarni yoqtirmayman". Audiallar shevalarga taqlid qila oladilar, nutqi ifodali, she'rlarni chiroyli o'qiydilar. Ammo imloviy xatolarni ko'p qilish ehtimoli bor. Audiallarni rag'batlantirish uchun yaxshilab maqtash kerak. Ular uchun musiqa, tovushli effektlar, so'zlar, ohanglar nihoyatda ahamiyatlidir. Audiallar eshitib o'rganadilar.

Shkala 3. Kinestetik tip. Kinestetik kanali dominant bo'lgan insonlar teri tuyish, teginish, his qilish, intuitsiya orqali olamni idrok etadilar. Suhbatlashganda o'z ichki holatlari haqida ko'proq ma'lumot beradilar. Ular "Shu ish bitganda yelkamdan tog' ko'chganday bo'ldi", "Boshimga tashvish tushdi", "Boshim yorilay deyapti", "Gaplaringiz yuragimga yetib bordi" kabi iboralarni ishlatadilar. Bu tip vakillari baquvvat bo'ladilar, kamgap bo'lib harakatli o'yinlarni yoqtiradilar. Kinestetiklarni rag'batlantirish uchun boshini silash yoki yelkasini qoqib qo'yish kerak. Bular faoliyat bajarish orqali amaliyotda o'rganadilar. Ularga tushuntirish yoki ko'rsatishni o'zi kifoya emas.

Test topshiriqlari

1.Idrok - bu

- A) tevarak-atrofdagi dunyoning xato aks etishi
- B) tevarak-atrofdagi olamning barcha predmet va hodisalari tashkil topgan ajralmas element
- D) bir obyektни ma'lum bir toifaga predmetlariga tegishlilikini belgilash
- E) tabiat va jamiyat qonunlarining aks etishi.

2. Ma'lumki, elementlar bir xil yo'nalishga ega bo'lsa, figura hosil qiladi. Bu qanday prinsip?

- A) qo'shimchalar
- B) o'xshashliklar
- D) uzluksizlik
- E) simmetriya.

3. Ushbu misolda idrokning qanday xossasi tasvirlangan? Yuz mimikasi va pantomimasi sust odamlar orasida bo'lgan harakatchan, yuzi ifodali va imo-ishoralari boy bo'lgan odam kuchliroq taassurot qoldiradi (boshqa barcha parametrlar teng bo'lsa).

- A) appersepsiya
- B) idrokning mazmunlilik
- D) qismni idrok etishning yaxlit tizimni idrok etishga bog'liqligi
- E) fondan obyektни tanlash.

4. Ushbu misolda idrokning qanday xossasi tasvirlangan? Inson har qanday shaklni, masalan, kvadratni, uning katta yoki kichikligini, vertikal yoki burchak ostida ekanligini, qora fonda oq rangda yoki oq fonda qora rangda chizilganligini yoki oddiygina chizilganligini bir zumda tanib oladi. Bundan tashqari, odam to'r pardasiga tushgan tasvir parallelogrammga o'xshab ko'rinishi uchun tasvir chizilgan qog'oz egilgan bo'lsa ham, uni taniydi.

5. Ushbu misolda idrokning qanday xossasi ko'rsatilgan? S. Ekzyuperi qahramoni - Kichkina shahzoda shlyapa chizmasida shlyapa emas, balki boshqa mazmunni ko'rdi - filni yutib yuborgan bo'g'ma ilonni.

- A) idrokning konstantligi
- B) ortoskopik idrok etish
- D) idrokning tarixiyli
- E) idrokning mazmunlilik.

6. Tashqi jismoniy dunyo elementlarini mavjud bo'lgan konkret sharoitda maksimal soddalik va muntazamlilik prinsipi bo'yicha geshtaltga birlashishida qanday tamoil namoyon bo'ladi?

- A) izomorfizm tamoyili
- B) pregnantlik tamoyili
- D) perseptiv guruhlashish qonuniyatlari
- E) figura va fon fenomeni.

7. J. Sperling tomonidan ishlab chiqilgan qisman javob berish texnikasining mohiyati shundan iboratki,

A) subyektlardan barcha elementlarning to'liq takrorlanishi so'raladi

B) subyektlardan eslay oladigan barcha elementlar haqida xabar berish so'raladi

D) subyektlardan o'zi uchun ahamiyatli bo'lgan belgilarga e'tibor berish so'raladi.

E) subyektlarga belgilar matritsasi taxistoskopik ko'rinishda uning qaysidir qismini takrorlash vazifasi bilan ko'rsatiladi.

8. Ikki retinal (ko'z to'r pardasidagi) tasvirlar orasidagi farq qanday ataladi?

- A) monokulyar parallaks
- B) binokulyar parallaks
- D) konvergensiya
- E) akkomodatsiya.

9. Faqat ikkita emas, balki bir ko'z bilan ham idrok qilinadigan fazoviy belgilar ataladi?

- A) binokulyar
- B) monokulyar
- D) konstant
- E) yaxlit.

10. Idrokning fikrlash va predmetlarning mohiyatini anglash bilan chambarchas bog'liq xususiyati ... deyiladi.

- A) mazmunlilik
- B) tanlovchanlik (selektivlik)
- D) konstantlik
- E) yaxlitlik.

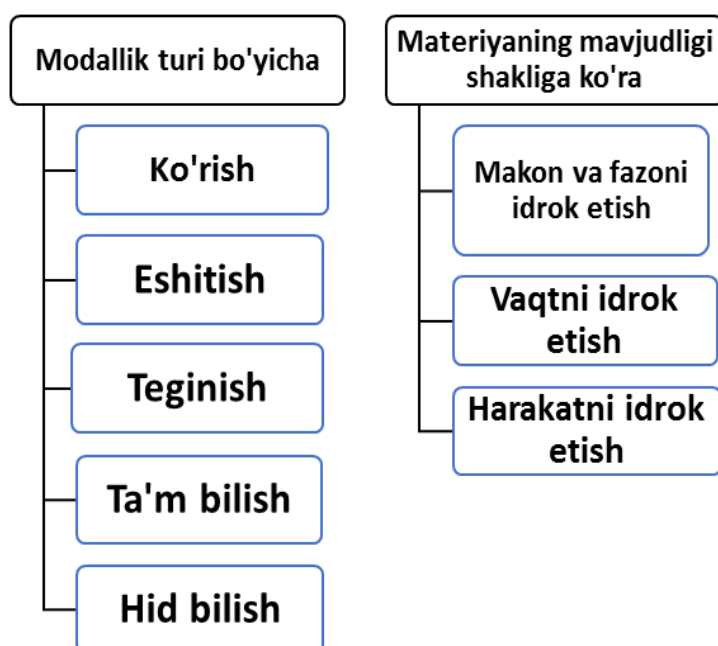
3.5-Mavzu. Idrokning murakkab shakllari va ularni o'rganish metodlari

Mashg'ulotning maqsadi: idrokning murakkab shakllarining xususiyatlarini ko'rib chiqish va ularni o'rganish metodlarini qo'llash.

Asosiy tushunchalar: fazoni idrok etish, stereoskopik idrok, vaqtni idrok etish, shaxsning psixologik vaqti, harakatni idrok etish, kuzatuvchanlik, idrokda kognitiv nazorat.

Nazariy ma'lumot. Idrok-bu muhim xususiyatlarni va harakat komponentlarini ajratib ko'rsatish, o'tgan tajriba izlarini jonlantirish, kuzatuvchi aniqlagan belgilar majmuasi obyektlarning qaysi toifasiga tegishli ekanligi to'g'risida qaror qabul qilish kabi analitik va sintetik ishlarni o'z ichiga olgan murakkab jarayondir (A.R.Luriya). Perseptiv faoliyat natijasida inson real hayot obyektlari yoki hodisalari to'g'risida yaxlit tasavvurga ega bo'ladi.

Idrok turlarining tasnifi bir nechta mezonlarni, shu jumladan etakchi analizatorning mezonini va materiyaning mavjudligi shaklining mezonini hisobga olgan holda keltirilgan (3.5.1-Rasm). Fazoni idrok etish, vaqtni idrok etish va harakatni idrok etish idrokning murakkab shakllariga kiradi. Ularning asosiy farqi shundaki, ular birgalikda ishlaydigan analizatorlar faoliyati natijasiga asoslanadi, turli darajalarda davom etadilar va ongli sensor tajribani o'z ichiga oladilar.



3.5.1-Rasm. Idrok turlarining tasnifi

Fazoni idrok etish muammosi psixologiya fanida fazoni vizual idrok etish va eshitish orqali fazoni idrok etish tahlili asosida ko‘rib chiqiladi. Demak, fazonini vizual idrok etish - bu bizni o‘rab turgan obyektlarning, ularning shakli va hajmining, ularning uch o‘lchovli fazoda bir-biriga va kuzatuvchiga nisbatan o‘ziga xos joylashganligini aks ettirishdir. U chuqurlikni idrok etish, monokulyar va binokulyar fazoviy xususiyatlarni idrok etishni o‘z ichiga oladi, ular haqida X.Shifman darsligida batafsil o‘qish mumkin.

Stereoskopik ko‘rish hodisasi fazoni idrok etishning binokulyar belgisi - binokulyar nomutanosiblik (binokulyar parallaks) bilan bog‘liqdir¹. Bu stereogramlarni ko‘rib chiqishda chuqurlik va hajm ta‘sirining ko‘rinishi, ya‘ni. juftlangan rasmlardir. Ushbu effekt yuzaga kelishi uchun,

1)chap ko‘z bilan chap rasmni ko‘rib chiqing (chap ko‘z ko‘rgan narsa tasvirlanadi), o‘ng ko‘z bilan o‘ng rasm (o‘ng ko‘z ko‘rgan narsa tasvirlanadi);

2)yoki ma‘lum bir tarzda bir-birining ustiga qo‘yilgan juftlangan rasmlarni ko‘rib chiqish kerak.

Bu qiziq

Stereoskopik juftliklarni qanday qilib to‘g‘ri ko‘rish haqida mustaqil ravishda ma‘lumot toping, ularni Internetda qidirib toping, chuqurlik va tovush effektini idrok qilish tajribasiga ega bo‘lishga harakat qiling.

Vaqtни idrok etish insonning voqealar ketma-ketligini, davomiyligini, shuningdek vaqt yo‘nalishini aks ettirishi bilan bog‘liq.

Bu qiziq

Shaxsning psixologik vaqti va psixologik yoshi

O‘zingizning hayotiy tajribangizdan, yoki badiiy asarlardan: kimyoviy moddalarni qabul qilishni, emotsional omillarni (masalan, xursandchilik yoki qayg‘uni boshdan kechirish), atrof-muhit omillarini (masalan, musiqa tinglash), stress boshdan kechirish va fazo kabi bir qator omillar vaqtни idrok etishga ta‘sir ko‘rsatishi haqida misol keltiring

Shaxsning psixologik vaqti va psixologik yoshi haqida quyidagi asarlarda o‘qish mumkin:

➤ Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время

¹ Binokulyar nomutanosiblik (binokulyar parallaks) - bu odamning ko‘zlari bir-biridan taxminan 5-8 sm masofada joylashgan ikkita retinal (retina) tasvir o‘rtasidagi farq.

личности. Киев: Наукова Думка, 1984.

➤ Вологодина Я.О., Рощина И.Ф. Особенности психологического времени личности и когнитивного функционирования при аффективной патологии в позднем возрасте [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2014. Том 3. № 3. URL: https://psyjournals.ru/psyclin/2014/n3/Vologdina_Roschina.shtml (дата обращения: 24.05.2021)

Bu biologik va kognitiv omillar tomonidan belgilanadi. Masalan, kognitiv-attention nazariya vaqtni idrok etishning diqqat markaziga bog‘liqligini tushuntiradi, ya’ni diqqat vazifani bajarishning vaqt bilan bog‘liq xususiyatlariga (hodisaning borishi) yoki uning kognitiv jihatlariga qaratilishi mumkin.

Harakatni idrok etish evolyusion jihatdan muhim idrokdir, chunki u atrofdagi dunyo obyektlarining harakatchanligi yoki harakatsizligini aniqlash uchun ahamiyatga ega. Psixologiya fanida harakatni idrok etish o‘rganilayotganda, haqiqiy harakatni idrok etish va harakat illyuziyasi hodisalari ham o‘rganiladi.

Harakatni idrok etish bilan bog‘liq turli xil effektlar va illyuziyalar, shu jumladan harakat dan keyingi harakat (*yoki sharshara effekti*) effekti, kinetik tumanlashuv, avtokinetik effekt. Harakatni idrok etish xususiyatlari va ularni tushuntiradigan nazariy yondashuvlar va tadqiqot natijalari X. Shifman, A. Gusev, V. Lyubimov darsliklarida batafsil ko‘rib chiqilgan.

“Kinetik tumanlashuv”¹ effektini eksperimental tasdiqlash

Barmog‘ingizni televizor yoki kompyuter monitorining porlab turgan kulrang ekranidan 25-30 sm masofada ushlab turing va uning bir tarafdin ikkinchi tarafga to‘xtovsiz harakatlanishini kuzatib boring. Siz hatto harakatlanayotgan barmoqning yoyilib borayotgan tasvirlarining biroz qo‘rqinchli oqimini ko‘rishingiz mumkin. Ushbu effekt yorug‘likka deyarli bog‘liq emas, lekin u kam yorug‘likda juda aniq namoyon bo‘ladi.

Shunday qilib, idrok atrofdagi voqelikni aks ettirishning murakkab jarayoni sifatida insonga uning turli jihatlarini to‘g‘risida ma’lumot beradi.

¹ Шиффман Х. Ощущение и восприятие. 5-е изд. СПб.: Питер, 2003. 928 с. С.331.

Nazorat savollari

1. Idrokning murakkab shakllariga qanday idrok turlari kiradi?
2. Fazoning monokulyar va binokulyar idrokini solishtiring.
3. Vaqtni idrok etish qanday tarkibiy qismlarni o'z ichiga oladi? Vaqtni idrok etishga qanday omillar ta'sir qiladi?
4. Harakatni idrok etish nima? Harakatni idrok etish bilan bog'liq effektlar va illyuziyalarga misollar keltiring, ularni o'rganish xususiyatlarini qisqacha tavsiflang.
5. Strup effektining mohiyatini va uni o'rganish xususiyatlarini tavsiflang.

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

1. «Idrok illyuziyalari»
Illyuziya fenomenini va uni o'rganish metodlarini muhokama qiling. Illyuziyaga ustanovkani ta'sirini tahlil qiling. Talabalarga illyuziya namoyon bo'ladigan hayotiy misollar keltirish tavsiya etiladi. Illyuziyalardan arxitektura, ta'limda, fokus va tomoshalarni uyushtirishda va boshqa holatlarda foydalanishga oid misollar keltiring. Topshiriq asosida taqdimot tayyorlang.
2. Quyida keltirilgan ilmiy nashrlarga taqriz yozing
 - Обухов А.С., Комарова Н. М., Кондратьева Н.Л. Игры на развитие исследовательских способностей: наблюдательность // Исследователь/Researcher. 2020. №2 (30). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/igry-na-razvitie-issledovatel'skih-sposobnostey-nablyudatel'nost> (дата обращения: 23.05.2021).
 - Полонская Н.Н. Как и что я вижу (диалог с больной, страдающей тотальной агнозией)//Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2012. № 2. С.23-30.
3. Talabalar tomonidan badiiy asarlardan kuzatuvchanlik namunalarini tanlash va uning asosiy xususiyatlarini ajratib ko'rsatish.

Badiiy asarlardan kuzatuvchanlikka misol bo'ladigan namunalar keltiring.

- Qanday bildingiz? Men so'radim (*Doktor Uotson*)
- Nima haqda?- dedi u qoshlarini chimirib. (*Sherlok Xolms*)
- “Iste'fodagi dengiz serjanti bo'lganligi haqidami?”
- “... Demak, siz uning sobiq dengiz serjanti ekanligini

payqamadingizmi?”

- Albatta, yo‘q.

“...Hatto ko‘chaning narigi tomonidan men uning qo‘lidagi tatuirovkani ko‘rdim - katta ko‘k langar. Shuni o‘zidan allaqachon dengiz hidi kelayotganday bo‘ldi. U gavdani harbiylarga xos tutadi va bakenbardlari ham harbiy uslubda. Shunday qilib, bizning oldimizda dengiz floti vakili. U o‘zini qadr-qimmatini biladi, ehtimol boshliqdir. Uning boshini qanchalik baland tutganini, tayoqchasini qanday silkitayotganini payqagan bo‘lsangiz kerak, u o‘rta yoshli bosiq odamga o‘xshaydi - ularning barchasidan men uning serjant ekanligini bildim.

Artur Konan Doyl “Alvon rangli etyud”

Test topshiriqlari

1. Muayyan konvergensiya burchagida to‘r pardaning mos keladigan nuqtalariga proeksiyalanadigan; aylana ko‘rinishida ifodalanadigan, ikkala ko‘zning markazlaridan va fiksatsiya nuqtasidan o‘tadigan fazodagi nuqtalar to‘plami nima deb ataladi?

- A) goropter
- B) illyuziya
- D) ko‘rish doirasi
- E) divergensiya.

2. Harakatsiz yorug‘lik nuqtaning qorong‘uda harakat lanayotganday ko‘rinishi nima deyiladi?

- A) avtokinetik effekt
- B) induksiyali harakat
- D) harakatning keyingi ta’siri
- E) stroboskopik harakat.

3. O‘tmishdagi faoliyat va kechinmalarga boy bo‘lgan davr qanday vaqt sifatida esda qoladi?

- A) uzoq davom etgan davr
- B) tez o‘tib ketgan davr
- D) normal, o‘zgarishsiz davr
- E) ahamiyatsiz davr.

4. Quyida tasvirlangan eksperimentdagi subyekt ikkala vaqt oralig'ini teng yoki teng emas deb qabul qiladimi? Berilgan javobni izohlang.

Sinaluvchi 2 soniya davom etgan ikki vaqt oralig'ini solishtirishi kerak. Birinchi tajribada sinaluvchi telegraf tugmachasini 2 soniya bosib ishlatib turadi. Ikkinchi tajribada faqat vaqt oralig'ini boshlanishi va oxiri ovoqli signal bilan belgilanadi.

5. J. Ridli Strupning metodi quyidagilardan iborat

- A) dixotik tinglash
- B) taqdim etilganlar orasida tegishli kritik stimulni izlash
- D) aralashuvchi ma'lumotlarni o'z ichiga olgan ko'zg'otuvchilarni taqdim etish
- E) bir vaqtning o'zida yoki ketma-ket taqdim etilgan ko'zg'atuvchilarni ularning o'ziga xosligini yoki farqini aniqlash uchun solishtirish.

6. Stroboskopik harakat bu:

- A) faqat harakat bo'lib tuyuladigan holat
- B) tez harakatlanish
- D) sekin harakat
- E) sakrash harakati.

7. So'zlovchini tinglayotgan va unga qarayotgan odam tomonidan qabul qilingan audial va vizual axborotining o'zaro ta'siri, eshitgan narsasini idrok etishga ta'sir etishi effekti qanday nomlanadi

- A) Strup effekti
- B) Fonemani tiklash effekti
- B) Ustanovka effekti
- E) Mak-Gurka effekti.

8. Vaqtni ortiqcha baholashga moyil bolalarga nazorat va mustaqil ish vaqtida vaqt haqida qanday ma'lumot berishi kerak?

- A) vaqt bor, xotirjam ishla
- B) shoshiling, oz vaqt qoldi.

9. Vaqtni kam baholashga moyil bolalarga nazorat va mustaqil ish vaqtida vaqt haqida qanday ma'lumotlar berilishi kerak?

- A) vaqt bor, xotirjam ishla

B) shoshiling, oz vaqt qoldi

10. Misolda harakatning qanday illyuziyasi ko'rsatilgan? Tungi bulutli osmon fonida odam oyni kuzatganda, oy to'xtab turgan bulutlar ortida harakatlanayotganday ko'rinadi. Aslida esa buning aksi: bulutlar harakatsiz oy fonida yurayotgan va uni to'sib qo'yadi.

- A) avtokinetik effekt
- B) induksiya harakat
- D) harakatning keyingi ta'siri
- E) stroboskopik harakat.

3.6-Mavzu. Diqqatning konsentratsiyasini eksperimental o'rganish

Mashg'ulotning maqsadi: o'quv jarayonida diqqat konsentratsiyasining rolini o'rganish, diqqatning barqarorligi va tebranishini o'rganish.

Asosiy tushunchalar: konsentratsiya, ixtiyorsiz va ixtiyoriy diqqat, diqqatsizlik, diqqatning tebranishi.

Nazariy ma'lumotlar. Diqqat xususiyatlari va sifatlarini baholash uchun ixtisoslashgan testlarning aksariyati nisbatan sodda bo'lib o'tkazish jarayoniga ko'ra tezlik testlari turkumiga kiradi¹.

Diqqat konsentratsiyasi asosiy xususiyatlaridan biri bo'lib diqqatni bir obyektga to'planishi hisoblanadi.

Diqqatni o'rganishning keng tarqalgan usuli bu Shulte jadvallari bo'lib, ularda 1 dan 25 gacha raqamlar tasodifiy joylashtirilgan [Burlachuk, 1989; Kulagin, 1984; Marishchuk, 1968; Krilov, 1980]. Sinaluvchi raqamlarni o'sish tartibida topadi va ko'rsatadi. Sinov besh xil jadvalda takrorlanadi.

Ko'rsatkichlar - har bir jadval uchun bajarilish vaqti va xatolar soni. Har bir jadvalni bajarish natijalariga ko'ra, ish qobiliyatining dinamikasini va diqqatning barqarorligini baholash mumkin. Diqqatning ko'chuvchanligini baholash uchun F. Gorbov tomonidan taklif qilingan Shulte jadvallarining modifikatsiyasi qo'llaniladi [Kulagin, 1984; Marishchuk, 1984].

¹ Когнитивная психология. Учебник для вузов/Под ред. В. Н.Дружинина, Д. В. Ушакова.— М.: ПЕР СЭ, 2002.— 480 с. — С. 71-76.

M. Dyuker va G. Lienert [Duker, 1965] tomonidan taklif qilingan *Konzentrations-Leistungs-Test* (KLT), diqqatning xususiyatlarini tekshirish amaliyotida keng qo'llaniladi. Testning har bir pozitsiyasi qo'shish yoki ayirishdan iborat bo'lgan ikki bosqichli vazifadan iborat. Agar vazifaning birinchi qatori natijasi ikkinchi qatorning natijasidan kichik bo'lsa, ular qo'shiladi, aks holda ikkinchi qatorning natijasidan birinchisining natijasi ayiriladi. Testning davomiyligi 30 minut, testda aniqlanadigan ko'rsatkichlar samaradorlik va xatolar soni. Ushbu metod maktab o'quvchilari va talabalarning diqqatini diagnostika qilish uchun keng qo'llaniladi.

D. Abels diqqatning konsentratsiyasini baholash uchun *Konzentrations-Verlauvs-Test* (KVT) metodikasini taklif qildi [Abels, 1961]. Sinaluvchilarga raqam yozilgan 60 ta kartochkani ikkita mezon bo'yicha tasniflash taklif qilinadi: birinchisi - berilgan ikkita raqamdan birining mavjudligi; ikkinchisi - bir vaqtning o'zida ikkita raqamning mavjudligi yoki ikkalasining ham yo'qligi. Ko'rsatkichlar testni bajarish vaqti va xatolar soni hisoblanadi.

Diqqatning konsentratsiyasi va barqarorligini o'rganish uchun chalkash chiziqlar metodikasi qo'llaniladi [Marishchuk, 1984; Shvansara, 1976]. Metodikaning blanki aralash chiziqlari bo'lgan maydondir. Har bir chiziq maydonning chap tarafidan boshlanadi, o'z raqamiga ega va o'ng tarafida tugaydi. Sinaluvchi har bir satrni vizual ravishda kuzatib borishi va u qaerda tugashini topishi kerak. Metodikani bajarish vaqti 7 minut. Bajarish samaradorligi va xatolar soni baholanadi.

Diqqatning kuchi uning konsentratsiyasi va intensivligi bilan tavsiflanadi. Diqqatning konsentratsiyasi – bu qat'iy cheklangan obyektlarga qaratilishi (masalan, o'qituvchining tushuntirishlari, arifmetik masalalarni yechish va boshqalar). Diqqatning bir yoki bir nechta obyektga to'planishi muvaffaqiyatli ishlashni ta'minlaydi, chalg'ishni kamaytiradi va shu bilan kerakli materialni aniqroq va to'liq o'zlashtirishni ta'minlaydi. Diqqatning jamlanishi odamning o'z faoliyatiga to'liq konsentratsiyasidan tortib, diqqatsizlik deb ataladigan diqqat chalg'ishigacha o'zgaradi.

Nazorat savollari

1. “Diqqat konsentratsiyasi” tushunchasiga ta'rif bering.
2. Diqqatning tebranishiga nima sabab bo'lishi mumkin?

3. Diqqat konsentratsiyasini o'lchash uchun qanday metod va vositalar qo'llaniladi?

4. Diqqat konsentratsiyasini namoyon bo'lishining yosh va individual farqlari mavjudmi?

3.7-Mavzu. Diqqatning barqarorligini o'rganish xususiyatlari

Mashg'ulotning maqsadi: o'quv jarayonida diqqat barqarorligini rolini o'rganish, diqqatning barqarorligi va tebranishini tavsiflash.

Asosiy tushunchalar: barqarorlik, diqqat kuchi, ixtiyorsiz diqqat, diqqatning tebranishi, charchash, diqqatning toliqishi.

Nazariy ma'lumotlar. Diqqat bir qator xususiyatlarga ega bo'lib ulardan asosiylari kuchi va barqarorligi. *Inson o'z diqqatini biror narsa yoki hodisaga o'zoq muddat davomida muttasil qaratib tura olishi barqarorlik deb nomlanadi.* Burdon 1895 - yilda diqqatni konsentratsiyasi va barqarorlikni o'rganish metodini taklif qilgan — [Burdon, 1965] (o'chirish testi yoki korrektura testi). Tajriba tasodifiy tartibda joylashtirilgan harflar qatorlari bo'lgan maxsus shakl yordamida amalga oshiriladi. Sinaluvchi ushbu shaklni ko'rib chiqadi va barcha “e” harflarini o'chirib tashlaydi. Har 30 soniyada, eksperimentatorning belgisiga ko'ra sinaluvchi vertikal chiziq belgisini qo'yadi. Sinov natijalari o'tkazib yuborilgan belgilar soni, ish vaqti yoki ko'rib ulgurilgan belgilar soni bo'yicha baholanadi.

Diqqatning barqarorligi vazifani bajarish davomida tanlov tezligining o'zgarishi (alohida stimulni izlashga sarflangan vaqt) bilan baholanadi. Ba'zan ushbu maqsadlar uchun vazifani bajarish tempining o'zgarishi qo'llaniladi (natijalar har 30 s uchun hisoblanadi). Metodikani bajarish natijalariga ko'ra, har bir interval uchun dinamikada diqqat va ishlashning barqarorligini aks ettiruvchi toliqishning egri chizig'i tuzilishi mumkin. Ushbu metodika diqqatning ko'chuvchanligini baholash uchun ishlatilishi mumkin. Bu holda blanka-jadvalining juft va toq qatorlarida turli xil belgilarni o'chiring deb ko'rsatma beriladi.

Ushbu testning turli xil modifikatsiyalari mavjud: Landolt xalqalaridan tuzilgan korrektura jadvali - bolalarni tekshirish uchun eng maqbul metodika; Burdon-Anfimovning korrektura testi-metodikaning ruslashtirilgan versiyasi; harf birikmalarining turli xil variantlaridan iborat Ivanov-Smolenskiy namunasi; G.Myunsterberg tomonidan taklif qilingan izchil matndagi korrektura testining varianti; tasodifiy harflar

to'plami bo'lgan shakl ichida yashirin so'zlar bilan diqqatning selektivligini baholash uchun korrektura testi.

O'chirib bajaradigan testlar turkumiga I.Shvansara [Shvansara, 1976] tomonidan ishlab chiqilgan shakl diskriminatsiyasi testini ham kiritisa bo'ladi. Ushbu testda element sifatida murakkab geometrik shakllar qo'llaniladi.

Krepelinning davomli sanash metodikasi ham mashhurdir [Burlachuk, 1989; Krepelin, 1898; Lauskas, 1967]. 1892 - yilda E. Krepelin diqqatning barqarorligini, ish qobiliyatini va charchashni o'rganish uchun subyektlarga bir soat davomida har bir ustunda 50 ta raqamdan iborat varaqdagi ustunlar bo'ylab joylashtirilgan tub sonlarni qo'shishni taklif qildi. Ko'rsatkichlar sifatida unumdorlik (qo'shishlar soni) va ishning har 3 daqiqasi uchun xatolar soni (20 oraliq) ishlatilgan.

Bir oz boshqacha vazifaga ega bo'lgan standartlashtirilgan va qisqartirilgan shaklda (bir xonali raqamlarni qo'shish va natijani fakat butun raqamlarni ko'rsatgan holda yozib olish) bu metodika *Pauli-Test* deb nomlanadi. Ushbu metodikaning rivojlangan shakli deb Rev T. metodikasini (tekshirish testi) hisoblash mumkin. Metodika blanki 15 qatordan iborat. Har bir qator qo'shilishi kerak bo'lgan tub sonlarni o'z ichiga oladi. Satr oxirida javob qo'rsatilgan. Sinaluvchining vazifasi javobning to'g'ri yoki noto'g'riligini aniqlashdir. Har bir oraliq uchun 30 soniya beriladi. Metodika turli yosh guruhleri uchun standartlashtirilgan.

Krepelin testining so'nggi versiyasi E. Xristiansen tomonidan taklif qilingan [Christiansen, 1983]. Ushbu versiyada empirik tarzda aniqlangan vazifalarning murakkabligidagi farqlar bartaraf qilingan va turli yosh guruhleri uchun normalar shakllantirilgan.

Nazorat savollari

1. "Diqqat barqarorligi" tushunchasiga ta'rif bering.
2. Diqqatning barqarorligi qanday omillarga bog'liq?
- 3 Diqqatning ish qobiliyati va toliqishi o'rganishga qaratilgan tadqiqotlar.
4. Diqqat barqarorligini o'lchash uchun qanday metod va vositalar qo'llaniladi?

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

Diqqatning barqarorligi va konsentratsiyasini xususiyatlarini hayotda qanday namoyon bo'lishiga oid misollar keltirish va rivojlantirishga oid tavsiyalar ishlab chiqish taklif qilinadi. Va quyidagi jadvalni to'ldirish taklif etiladi. Har bir talaba jadvalni mustaqil to'ldiradi, mashg'ulot yakunida jadvallar guruh bo'yicha tahlil qilinadi.

Diqqatning xususiyati	Barqarorlik	Konsentratsiya
Tavsiflab bering		
Mazkur xususiyat namoyon bulgan misollar keltiring		
Rivojlantirish bo'yicha tavsiyalar keltiring		

3.8-Mavzu. Diqqatni ko'chuvchanligi va taqsimlanishi o'rganish

Mashg'ulotning maqsadi: diqqatning ko'chuvchanligini va taqsimlanishini, shuningdek, ushbu xususiyatlarni belgilovchi omillarni o'rganish.

Asosiy tushunchalar: diqqatni ko'chirish tezligi, ish qobiliyati va mashqlantirish, Shulte jadvallari.

Nazariy ma'lumotlar. Ko'chirish - bu o'z diqqatini bir obyektidan ikkinchisiga yoki vaziyatning biror bir xususiyatidan boshqasiga ongli va maqsadli o'tishini anglatadi. Ko'pchilik bir faoliyatdan, boshqasiga o'tishlari qiyinligini aytadi.¹

Diqqatni ko'chirish ongli, ixtiyoriy va maqsadli deb atash mumkin bo'lgan, yangi maqsadni qo'yish, ongning bir predmetdan ikkinchisiga o'tishi bilan bog'liq jarayondir. Faqatgina shu shartlar amalga oshsa diqqat ko'chuvchanligi haqida gapirish mumkin. Agar bu shartlar bajarilmasa, odam chalg'ishi haqida gapiriladi. Diqqatning to'liq va to'liq bo'lmagan (tugallangan va tugallanmagan) ko'chishini ajratish mumkin. To'liq bo'lmagan diqqat ko'chishida yangi faoliyatga o'tgandan so'ng, vaqti-vaqti bilan avvalgisiga qaytish sodir bo'ladi, bu

¹Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. - СПб: Питер, 2005. -713 с. - С. 425-431.

esa xatolarga va ish sur'atining pasayishiga olib keladi. Diqqatning konsentratsiyasi yuqori bo'lganida, uning ko'chuvchanligi qiyinlashadi va bu ko'pincha parishonxotirlik deb ataladigan xatolarga olib keladi. Parishonxotirlik ikki xil ma'noda: yani, sayoz manfaatlarning haddan tashqari seroblighi tufayli (doimiy chalg'ish natijasida) ozgina vaqt davomida ham diqqatni jamlay olmaslik va odamning fikricha ahamiyatsiz ko'ringan nimanidir payqamaganda bir tomonlama jamlangan ong sifatida tushuniladi.

Diqqatning almashishini soat yordamida kuzatish mumkin: agar ularning tiqqillashiga diqqat jamlansa, u bir paydo bo'ladi yoki bir yo'qoladi.

Diqqatni ko'chishi sabablari:

- Faoliyat talablari ko'chishni taqozo etishi.
- Yangi faoliyatga qo'shilish zarurati.
- Dam olish maqsadida.

Shubhasiz, diqqatni murakkab va tez o'zgaruvchan sharoitlarda almashishi shu sharoitni tezda boshqarish qobiliyatini bildiradi. Odamlardagi diqqatni ko'chuvchanligi bir biridan farq qiladi. Ba'zilar osonlik bilan bir faoliyatdan ikkinchisiga o'ta oladi, boshqalarga esa faoliyatni o'zgartirish uchun vaqt va kuch talab etiladi. Shuni ta'kidlash kerakki, bunday almashuvchanlik qator shartlarga bog'liq. Bularga, eng avvalo, oldingi va keyingi faoliyatning mazmuni o'rtasidagi mutanosiblik hamda ularga bo'lgan munosabat kiradi: oldingi faoliyat siz uchun qanchalik muhim va qiziqarli bo'lgan bo'lsa, keyingisiga o'tish qiyinroq bo'ladi va aksincha.

Psixologiyada diqqatni ko'chuvchanligini tadqiq etishning bir necha usullari mavjud. Eng avvalo, Shulte metodlarini va uning barcha mumkin bo'lgan modifikatsiyalarni ta'kidlab o'tish kerak. Sinaluvchilarga ham A jadvalidan, keyin ham B jadvalidan raqamlarni ketma-ket qidirish vazifasi topshiriladi. Bundan tashqari, agar A jadvalidan raqamlarni qidirish "o'sish tartibida" - 1 dan 25 gacha bo'lsa, B jadvalidan - "kamayish tartibida" - 25 dan 1 gacha raqamlarni qidiriladi. Masalan: "1, 25; 2, 24..." Shu bilan birga, sinaluvchi tajribaning bu bosqichida, aytilgan raqamlarni jadvallarda ko'rsatishi hamda ishga sarflangan vaqtni belgilab qayd etishi kerak.

Vazifani bajarishda siz quyidagilarni kuzatishingiz mumkin:

- ijro xarakteri /azartlik, rasmiyatchilik, pedantizm (bachkanalik)/;
- emotsional soha / apatiya, sovuqqonlik, nomuvofiqlik, ortiqcha xotirjamlik, jahldorlik, yig'loqilik, masofani his qilmaslik/;

- nutq /nutq tovushi balandligining ortishi yoki kamayishi, namoyishkorona shivirlash, sukunat, ohlash, ingrashlar/.

Natijalarning miqdoriy tahlili har bir jadvalga sarflangan vaqtga qarab amalga oshiriladi. Odatda, birinchi va ikkinchi seriya bir xil vaqt oladi. Psixik faoliyatning notekisligi sinaluvchi to'satdan to'xtab qolsa va keyingi raqamni topa olmaganida (ko'pincha qon-tomir psixoorganikasida muammo bo'lganida) ko'rinadi.

Diqqatni taqsimlanishi – bu odamning bir vaqtning o'zida ma'lum miqdordagi turli xil obyektlarni diqqat markazida ushlab turish qobiliyati. Diqqatning yaxshi taqsimlanishiga misollar: bir vaqtning o'zida bir-biriga bog'liq bo'lmagan ettita vazifani bajara oladigan Yuliy Sesar fenomeni; Napoleon bir vaqtni o'zida kotiblariga bir nechta mas'uliyatli diplomatik hujjatlarni diktovka qilaoldi; ayrim shaxmatchilar bir vaqtning o'zida diqqatni safarbar qilib bir nechta shaxmat partiyalarini o'ynashlari mumkin. Diqqatni taqsimlash ba'zi kasblar uchun, masalan, bir vaqtning o'zida bir nechta stanoklarni kuzatishi kerak bo'lgan to'qimachilik ishchilari uchun professional muhim xususiyatdir.

Diqqatni taqsimlash o'qituvchi uchun ham juda muhim: u sinfdagi barcha o'quvchilarni o'z diqqati doirasida ushlab turishi kerak. Diqqatni taqsimlash qobiliyati faoliyatni o'zlashtirish jarayonida shakllanadi, uni mashqlar va tegishli ko'nikmalarni to'plash orqali rivojlantirish mumkin.

Qoidaga ko'ra, bir vaqtning o'zida faqat bitta faoliyat turi anglangan holda amalga oshiriladi, bir obyektidan ikkinchisiga tez o'tish natijasida barcha faoliyat bir vaqtning o'zida bo'layotgandek tuyg'u yuzaga keladi. Shunday qilib, diqqatni taqsimlash bu ko'chuvchanlikning teskari tomonidir, buni isboti sifatida tajribada kuzatilgan bir misol keltirishimiz mumkin: uchuvchilarni samolyotda juda past (150-100 m) uchishga va shu bilan birga yerdagi kichik o'lchamdagi nishonlarni qidirishga o'rgatishga harakat qilindi.

Bunday sharoitlarda uchuvchilarning harakatlarini tahlili diqqatni ikkita mustaqil murakkab faoliyatlar o'rtasida taqsimlashning iloji yo'qligini ko'rsatdi, chunki ularning har biri diqqatni maksimal jamlashni talab qilgan. Shu sababli, biz kuchli aqliy harakatlarni talab qiladigan ikkita faoliyatning kombinatsiyasi qiyinchilik keltirib chiqaradi degan xulosaga kelishimiz mumkin.

Nazorat savollari

1. Diqqatning ko'chishi nimalarga bog'liq?
2. Diqqatni taqsimlash tushunchasini ta'riflang.
3. Diqqatning ko'chishi va taqsimlanishini o'lchash uchun qanday metod va usullar qo'llaniladi?

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

Diqqatning ko'chuvchanligi va taqsimlanish xususiyatlarini hayotda qanday namoyon bo'lishiga oid misollar keltirish va rivojlantirishga oid tavsiyalar ishlab chiqish taklif qilinadi. Va quyidagi jadvalni to'ldirish taklif etiladi. Har bir talaba jadvalni mustaqil to'ldiradi, mashg'ulot yakunida jadvallar guruh bo'yicha tahlil qilinadi.

Diqqatning xususiyati	Ko'chuvchanlik	Taqsimlanish
Tavsiflab bering		
Mazkur xususiyat namoyon bulgan misollar keltiring		
Rivojlantirish bo'yicha tavsiyalar keltiring		

3.9-Mavzu. Qisqa muddatli va operativ xotira hajmini o'rganish

Mashg'ulotning maqsadi: qisqa muddatli va operativ xotirani ta'riflash, talabalarni ularni diagnostika qilish usullari bilan tanishtirish.

Asosiy tushunchalar: ixtiyoriy va ixtiyorsiz yodlash, qisqa muddatli xotira, uzoq muddatli xotira, xotira hajmi.

Nazariy ma'lumotlar. Qisqa muddatli xotirani oz vaqt ichida (30 soniyagacha) cheklangan miqdordagi ma'lumotlarni saqlashga imkon beruvchi xotira mexanizmi sifatida ta'riflash mumkin¹. 30 soniyadan keyin miyadagi axborot izi shunchalik zaif bo'lib qoladiki, hatto minimal interferensiya ham uni yo'q qiladi. Qisqa muddatli xotira qayta ishlangan ma'lumotni unutilgunga qadar yoki uzoq muddatli xotiraga o'tkazishdan oldin vaqtincha saqlab turadi. Shunday qilib, qisqa

¹ Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. пособие/В. Д. Балин, В. К. Гайда, В. К. Горбачевский и др. Под общей ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. СПб: Питер, 2001. 560 с.

muddatli xotirani ikkita asosiy xususiyati cheklangan hajm va cheklangan muddatga egaligi.

Qisqa muddatli xotira (QMX) – odam xotirasi komponenti bo‘lib, unga axborot sensor xotiradan idrok yordamida qayta ishlanganidan keyin va uzoq muddatli maqsadli boshqariladigan xotiradan va ixtiyorsiz-spontan xotira tomonidan kiradi, bu odamga qisqa vaqt ichida kichik hajmdagi ma’lumotlardan ong bevosita foydalanishi uchun mos holatda saqlashga imkon beradi. Qisqa muddatli xotirani birlamchi yoki faol xotira deb ham atashadi. Qisqa muddatli xotiraga qaraganda ma’lumotni uzoqroq saqlashga qodir bo‘lgan uzoq muddatli xotira qisqa muddatli xotiradan farqlanadi.

Xotirani qisqa muddatli va uzoq muddatliga bo‘lish g‘oyasi XIX asr davrida paydo bo‘lgan. Ma’lumotni qisqa muddatli saqlashdan ma’lum vaqtdan keyin uzoq muddatli saqlashga o‘tkazishni nazarda tutadigan ko‘p komponentli xotiraning psixologik modellarini ishlab chiqiqilganligi 1950-yillarga to‘g‘ri keladi. Richard Atkinson va Richard Shiffrin tomonidan ishlab chiqilgan ko‘plik modeli keng ommalashdi. Biroq, ma’lumot uzatishning aniq mexanizmi, uzatilgan ma’lumotlar miqdori va xotiraning fiziologik darajadagi tarkibiy qismlarini aniqlash olimlar o‘rtasida bahslarga sabab bo‘lib qolmoqda.

Ong qisqa muddatli xotira tarkibini ko‘radi va uni intellektual operatsiyalar yordamida qisqa muddatli xotiraning operatsion qismida qayta ishlaydi, bu operativ xotirada bo‘lib u miya tomonidan faol ishlov berish jarayonida axborotni vaqtincha saqlash uchun xizmat qiladigan tuzilma, unda joriy vazifani hal qilish uchun zarur bo‘lgan ma’lumotlar to‘planadi va saqlanadi. Bunda qisqa muddatli xotirani ma’lumot bilan ta’minlaydigan idrok va spontan eslab qolish jarayonlari ong tomonidan kam darajada va, bevosita emas, bilvosita boshqariladi. Ma’lumotni qisqa muddatli xotiraga o‘tkazishning zaruriy sharti bu subyektning diqqatini ushbu ma’lumotga qaratishdir. Qisqa muddatli xotiraning asosiy vazifasi atrof-muhitda birlamchi mo‘ljal olish ya’ni orientirovka. Ushbu orientirovka uzoq muddatli xotira uchun material beradi.

Qisqa muddatli xotiraning mexanizmi - bosh miya qobig‘ida nerv impulslarining reverberatsiyasi (aks-sadosi). Subyektiv ravishda, bu jarayon hozirgina sodir bo‘lgan hodisaning "aks-sadosi" sifatida boshdan kechiriladi: ma’lum bir lahzada endi to‘g‘ridan-to‘g‘ri sezilmaydigan narsalar ("ko‘zimiz oldida turgan", "quloqlarimizga eshitilib turgan tovushlar" va h.k.) ni ko‘rish, eshitishni davom ettirayotganga o‘xshaymiz. Shu bilan birga, qisqa muddatli xotiraning o‘zida, kiruvchi

ma'lumotlarning ancha murakkab o'zgarishlari yopiq shaklda amalga oshirilishi mumkin. Qisqa muddatli xotirada saqlanishning (saqlashning) asosiy mexanizmi takrorlashdir. Qisqa muddatli xotirada saqlanadigan elementlar yoki yangi kelgan elementlar bilan almashtiriladi yoki (agar takrorlash bo'lmasa) vaqt o'tishi bilan yo'q qilinadi (unutiladi).

Operativ xotira - ma'lumotlarni eslab qolish, saqlash va ko'paytirish jarayoni bo'lib, undan faoliyatning xususiy maqsadlariga erishish uchun foydalaniladi.

Psixologik tajribalarda operativ (ishchi) xotira deyarli qisqa muddatli xotiraga o'xshash shaklda namoyon bo'ladi. Ularning vaqt doiralari taxminan bir xil tuyulsada, biroq operativ (ishchi) xotiraniki biroz kengroq. Klassik umumiy psixologiyada operativ xotira uzoq muddatli xotira kabi qisqa muddatli xotira bosqichidan o'tib shakllanadi, deya ta'kidlanadi. Ya'ni ma'lumotning ma'lum bir qismini qabul qilgan odam, avvalo, uni qisqa muddatli xotirada saqlaydi, keyin, agar ma'lumot qiziqarli, hayot faoliyati uchun foydali bo'lsa (masalan, kelajakdagi o'qish yoki ish joyining manzili), u uzoq muddatli saqlashga o'tadi. Agar ma'lumot olam manzarasi uchun ahamiyatli bo'lsa, lekin ayni paytda operativ vaziyat uchun muhim bo'lsa, u operativ xotiraga o'tadi (masalan, aytaylik, eksperimentator ma'nosiz raqamlarni yoki so'zlar to'plamini eslab qolish vazifasini berganida yoki talaba imtihonga tayyorgarlik ko'rayotganda, lekin shu bilan birga mavzuni uzoq eslab qolish vazifasini qo'ymasa).

Shunday qilib, operativ xotira va qisqa muddatli xotira o'rtasida quyidagicha muhim farq bor: qisqa muddatli xotiradan ma'lumotlar uch yo'nalishda tarqalib ketadi: uzoq muddatli xotiraga, operativ xotiraga va hech qayerga (*ya'ni unutiladi*). Operativ xotiradagi ma'lumot esa hech qaerga ketmaydi, faqat unutiladi.

Zamonaviy tadqiqotchilar va nazariyotchilar operativ xotira shunchaki qisqa muddatli xotiraning kichik turi yoki boshqacha aytganda, qisqa muddatli xotiraning qandaydir funksional holati degan fikrni bildirmoqdalar.

Qisqa muddatli xotira operativ rejimda ishlaganida, bir tomondan, operativ ma'lumotni bir lahzada saqlash samaradorligi sezilarli darajada oshadi, boshqa tomondan, axborotning tanqidiy qabul qilish, uni tushunish va uzoq muddatli xotiraga o'tishi keskin pasaydi.

Operativ (ishchi) xotirani ishga tushiruvchi tabiiy mexanizm bu safarbarlik funksional holati deb taxmin qilish mumkin. Odam

cheklangan vaqt ichida intellektual muammolarni hal qilishga majbur bo'lganda operativ (ishchi) xotira ishga tushiriladi.

Nazorat savollari

1. Qisqa muddatli xotirani qanday xususiyatga ko'ra farqlash mumkin?
2. Qisqa muddatli xotira asosida qanday mexanizmlar yotadi?
3. Operativ (ishchi) xotira qisqa muddatli xotiradan nimasi bilan farq qiladi?

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

Amaliy mashg'ulotda talabalar kichik guruhlariga bo'linib qisqa muddatli, uzoq muddatli va operativ xotira turlarini tavsiflaydilar va ularni rivojlantirish tavsiyalarini ishlab chiqadilar. Guruh faoliyati jadval ko'rinishida taqdim qilinadi.

Xotira turi	Umumiy tavsifi	Rivojlantirish bo'yicha tavsiyalar
Qisqa muddatli		
Uzoq muddatli		
Operativ xotira		

3.10-Mavzu. So'z-mantiq va obrazli xotirani o'rganish metodlari

Mashg'ulotning maqsadi: so'z-mantiqiy va obrazli xotirani tavsiflash, talabalarni xotirani tashxislash metodlari bilan tanishtirish.

Asosiy tushunchalar: mexanik va mantiqiy xotira, ikki qator so'zlarni yodlash usuli, obrazli xotira hajmi.

Nazariy ma'lumotlar. *Mantiqiy va mexanik xotira.* Xotiraning aniqligi va mustahkamligi birinchi navbatda o'quv materialini yodlash usullari bilan belgilanadi. Yodlash usullariga qarab mexanik va mantiqiy (yoki semantik) xotira farqlanadi¹. Mexanik xotira o'quv materialini idrok etilgan shaklda eslab qolishdan iborat. So'z bilan ifodalangan materialni o'rganayotganda, bu biz ko'rgan, eshitgan yoki bayon

¹Рудик П.А. Психология. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 240 с

qilgandek eslab qolinadigan soʻzlarning oʻzi boʻladi. Agar bu jismoniy mashqlar boʻlsa, biz ularni vizual yoki mushak-motor tomonidan harakatlarning oʻzi va aniq ketma-ketligi qanday qabul qilingan boʻlsa, shunday shaklda eslab qolinadi. Bunda materialning semantik mazmuni yodlash jarayonida, garchi u oʻz ahamiyatini toʻliq yoʻqotmasa-da, goʻyo ikkinchi oʻringa oʻtib ketadi.

Shu munosabat bilan aytishimiz mumkinki, mexanik xotira asosan birinchi signal tizimining neyron aloqalariga asoslangan. Baʼzi hollarda bu yodlash usuli maʼlum bir ijobiy qiymatga egadir. Masalan, chet tilidagi soʻzlarni yodlashda bu soʻzlarning qanday yozilishi va talaffuz qilinishini aniq eslab qolish kerak, agar ularni toʻgʻri koʻrish va eshitish obrazlarida yodlashga eʼtiborni qaratmasak, buni amalga oshirib boʻlmaydi.

Mexanik xotira qiyin atamalarni yodlashda kerak boʻladi, uning ishtirokisiz odatda xotirada atamalar katta xatolar va buzilishlar bilan takrorlanadi. Biz undan, odatda biz uchun alohida semantik maʼnoga ega boʻlmagan materialni, masalan, xronologik sanalarni, telefon raqamlarini, koʻcha nomlarini, noodatiy toʻgʻri nomlarni va boshqalarni yodlashda foydalanamiz. Mexanik xotira maʼlum murakkab boʻlmagan jismoniy mashqlarni oʻzlashtirishda ham qoʻllaniladi.

Mantiqiy xotira, mexanik xotiradan farqli oʻlaroq, oʻrganilayotgan materialning tashqi shaklini emas, balki maʼnosini eslab qolishga qaratiladi. Buni dastlabki fikrlash ishi taʼminlaydi: mantiqiy yodlanadigan oʻquv materiali dastlabki tahlildan oʻtkaziladi, tarkibiy qismlarga boʻlinadi, ular orasidan eng muhim va ahamiyatlilari ajratiladi; bu qismlarning bir-biri bilan qanday bogʻliqligi aniqlanadi va shu tariqa yod olinadigan materialning mohiyati maʼlum boʻladi.

Ushbu aqliy ishning natijalari ogʻzaki formulalar, chizmalar, diagrammalar shaklida rasmiylashtiriladi, ular talaba ongida predmet yoki hodisaning tashqi shaklini emas, balki uning maʼnosi, mazmunini aks ettiradi (ular koʻpincha yodlanadigan materialning tashqi shakliga oʻxshash boʻlmaydi.). Tafakkur faoliyatiga tayangan mantiqiy xotira ikkinchi signal tizimida nerv bogʻlanishlarida (albatta, birlamchi signal bogʻlanishlariga suyangen holda) oʻzining fiziologik asosiga ega boʻladi. SHu bilan birga mantiqiy xotira yordamida yodlangan oʻquv materiali kitob yoki oʻqituvchi soʻzlarini mexanik ravishda aniq takrorlash koʻrinishida emas, balki har doim mustaqil mazmunli anglangan bayonot shaklida taqdim etiladi.

Mantiqiy xotira mexanik xotiradan maʼlumotlarni takror namoyon

etish xususiyatlari bilan ham farq qiladi. Zero, mantiqiy yodlashda o'quv materialining tashqi ko'rinishiga emas, balki ma'nosiga e'tibor qaratiladi, eslash paytida ushbu materialning berilgan shaklni ayrim detallarini batafsil takrorlamaydi va ushbu o'rganilgan material biroz o'zgargan shaklda taqdim etilishi mumkin.

Mantiqiy xotira mexanik xotiraga qaraganda samaraliroq. Uning ko'p va xilma-xil aloqalarga tayanishi katta ahamiyatga ega. Mantiqiy xotira yordamida yodlangan material ba'zan umrbod saqlanadi, mexanik eslab o'rganish esa, agar shakllangan birlamchi bog'lanishlarni mustahkamlash uchun tizimli takrorlash qo'llanilmasa, tez unutiladi. Ba'zi tajribalar shuni ko'rsatadiki, mantiqiy yodlangan material xotirada faqat mexanik xotira yordamida mustahkamlangan o'xshash materialdan ko'p marta yaxshiroq saqlanadi.

Obrazli xotira –bu turli xil sensor (hissiy) tizimlar orqali idrok etish jarayonlari yordamida shakllangan va tasavvurlar shaklida namoyon etiladigan obrazlar uchun xotiradir. Shu munosabat bilan obrazli xotirada quyidagilar ajratiladi:

- vizual xotira(yaqin odamning yuzi obrazi, uy hovlisidagi daraxt, o'rganilayotgan predmet bo'yicha darslik muqovasi);
- eshitish xotirasi (sevimli qo'shiqning tovushlari, onaning ovozi, reaktiv samolyot turbinalari yoki dengiz to'lqinlarining shovqini);
- ta'm bilish xotirasi (sevimli ichimlikning ta'mi, limon kislotasi, qora qalampirning achchiqligi, sharqona mevalarning shirinligi);
- hid sezish xotirasi (yaylov o'tlarining hidi, sevimli atirlar, gulxan tutuning xidi);
- taktil (teginishlar) xotirasi (jo'janing momiq patlari, onaning mehribon qo'llari, tasodifan kesilgan barmoqning og'rig'i, xonani isitish batareyasining issiqligi).

Mavjud statistik ma'lumotlar mazkur xotira turlarining ta'lim jarayonida nisbiy imkoniyatlarini ko'rsatadi. Shunday qilib, ma'ruzani bir marta (ya'ni faqat eshitish xotirasidan foydalangan holda) tinglaganda, ertasi kuni talaba uning mazmunining atigi 10 foizini takrorlashi mumkin xolos. Ma'ruzani mustaqil vizual o'rganishda (bunda faqat vizual xotira ishlatiladi) bu ko'rsatkich 30 foizgacha ko'tariladi. Hikoya va vizualizatsiya bu raqamni 50 foizga etkazadi. Yuqorida sanab o'tilgan xotiraning barcha turlaridan foydalangan holda ma'ruza materialini amaliy qayta ishlab chiqish muvaffaqiyatning 90 foizini ta'minlaydi.

Nazorat savollari

1. Obrazli xotiraning qanday turlarini bilasiz?
2. Mexanik xotira nimaga asoslanadi?
3. Mexanik xotira mantiqiy xotiradan nimasi bilan farq qiladi?

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

Amaliy mashg'ulotda talabalar o'zlari sinovda ishtirok etib xotiraning etakchi turini aniqlashni o'rganadilar. Mazkur metodika kichik maktab yoshidagi bolalar uchun mo'ljallanganligini ma'lum qilib, uni o'quv maqsadlarida qo'llanilayotganligini ta'kidlash lozim. O'n nafar talabani tajribada ishtirok etishga taklif qiling. Yodlash uchun to'rt qatorli so'zlarni tanlanadi, har birida o'ntadan, masalan:

Eshitib yodlash uchun	Vizual idrok orqali yodlash	Motor-eshitish idroki orqali yodlash uchun	Birlashtirilgan (idroki shakllari kombinatsiyasi) idrok orqali yodlash
mashina olma qalam bahor chiroq o'rmon yomg'ir gul qozon to'tiqush	samolyot nok ruchka qish sham maydon chaqmoq yong'oq grafin o'rdak	paroxod olxo'ri hukumdor yoz soya daryo momaqalldiroq kulupnay piyola g'oz	poyezd gilos daftar kuz quyosh sohil bo'ron qo'ziqorin chashka tovuq

Tajriba birinchi ustundagi so'zlarni o'qish bilan boshlanadi (oralig'i 3 sek.), so'ngra sinaluvchilar eslab qolgan so'zlarni yozadilar.

O'n daqiqalik interval qilib tajriba davom etadi, eksperimentator ikkinchi ustundagi so'zlar yozilgan qartochkani ko'rsatadi (30 sek.davomida), va shundan so'ng talabalar yana yodida qolgan so'zlarni yozib olishadi va yana 10 daqiqa davomida boshqa faoliyat biln shug'ullanadilar.

Uchinchi ustunning soʻzlari ovoz chiqarib oʻqiladi (oraligʻi 3 sek.) va sinaluvchilar ularni pichirlab takrorlaydi va keyin eslab qolganlarini yozadi.

10 daqiqadan soʻng toʻrtinchi qatorning soʻzlari yozilgan kartalar koʻrsatiladi, keyin ular ovoz chiqarib oʻqiladi. Sinaluvchilar bu soʻzlarni pichirlab takrorlaydi va ularni havoga “yozadi”, keyin esa eslab qolganlarni yozadi.

Sinaluvchilarning yetakchi xotirasi turi haqida xulosa chiqaring, ularga oʻquv materialini yodlashni tashkil etish boʻyicha amaliy maslahatlar bering.

Eksperimental maʼlumotlar quyidagi blankaga kiritiladi.

Ishtirokchining FISH.	Eshitish xotirasi hajmi		Vizual xotira hajmi		Motor eshitish xotirasi hajmi		Birlashtirilgan xotira xotira hajmi	
	Yodlan-gan soʻ zlar miqdori	mahsuldorlik koefitsienti	yodlangan soʻ zlar miqdori	mahsuldorlik koefitsienti	yodlangan soʻ zlar miqdori	mahsuldorlik koefitsienti	yodlangan soʻ zlar miqdori	mahsuldorlik koefitsienti

3.11-Mavzu. Tafakkur jarayoniga psixologik omillarning taʼsiri

Mashgʻulotning maqsadi: tafakkur jarayoni haqida tushuncha berish, vazifani yechish jarayoniga oʻtmish tajribasining taʼsirini oʻrganish.

Asosiy tushunchalar: tafakkur, tafakkur operatsiyalari, tafakkur shakllari, tafakkur turlari, yoʻnalganlik effekti, ustanovka effekti, axborotni saralash, oldingi vazifa yechish tajribasining tanlangan effektlari.

Nazariy maʼlumotlar. Tashqi olamdagi voqeilikni sezgi, idrok va tassavur jarayonlari orqali bilish muhim ahamiyat kasb etadi, lekin oʻrganilayotgan narsa va hodisalarni atroflicha chuqur aks ettirish uchun

bular xali etarli emas. Chunki ularning o‘zaro munosabatlari, sifat va miqdor o‘zgarishlari, murakkab ichki bog‘lanishlari, o‘zaro ta’sir etish xossalarini bevosita kuzatish yoki hissiy obrazlar yordamida aniqlash imkoniyati yo‘q. Madomiki, shunday ekan, subyektning bilish /anglash/ lozim bo‘lgan obyekt bilan o‘zaro ta’sirini bevosita aks ettirish yo‘li orqali bo‘laqlarga ajratish imkoniyati cheklanganligi sababli hissiy bilish bosqichidan aqliy bosqichga, ya’ni tafakkurga o‘tish zarurati tug‘iladi.

Fikr yuritish yordamida atrof-muhitni chuqurroq bilish, narsalar, voqealar va hodisalar o‘rtasida mavjud bo‘lgan o‘zaro ichki munosabatlar, bog‘lanishlarni aniqlash muammoli tarzda namoyon bo‘ladi. Inson oldida muammo vujudga kelmas ekan, u holda tafakkur jarayoni hosil bo‘lishi mumkin emas.

Shunday qilib, inson o‘zining bilish faoliyatida voqeilikning murakkab jihatlarini hissiy bosqich yordami bilan aks ettira olmay qolganda tafakkurga, fikr yuritishga murojaat qiladi.

Insonning bilish faoliyatida sezgi, idrok, tassavur obrazlari bilan tafakkur o‘zaro uzliksiz ravishda bir-birini boyitib turadi. Ana shunga binoan bilish jarayonining hissiy va aqliy bosqichlari mavjuddir.

Tafakkur, sezgi va idrokdan farq qilib, bir nechta xususiyatga egadir. Uning birinchi xususiyati voqeilikni umumlashgan holda aks ettirishdir.

Tafakkurning ikkinchi muhim xususiyati bog‘lanishlarni bevosita aks ettirishdir. Bu xususiyat tufayli tabiat va jamiyatdagi turli hodisa va voqealar o‘rtasidagi bog‘lanishlarni tushuntirish imkoniyatiga ega bo‘lamiz.

Tafakkurning uchinchi xususiyati so‘z /nutq/ orqali narsa va hodisalar o‘rtasidagi murakkab munosabatlarni aks ettirishdan iboratdir. Insonning fikr yuritishi bir va undan ortiq so‘zlar, tushunchalar vositasida ifodalanadi. SHuning uchun odam o‘ylayotganda o‘z fikrini aytayotgandek, gapirayotganda esa fikr yuritayotgandek tuyiladi.

E.G‘oziyev o‘zining “Tafakkur psixologiyasi” (Toshkent, “O‘qituvchi” nashriyoti, 1990-yil) kitobida tafakkurga quyidagicha ta’rif bergan: “Tafakkur atrof- muhitdagi voqelikni nutq yordami bilan bavoita, umumlashgan holda aks ettiruvchi psixik protsess, sotsial sababiy bog‘lanishlarni anglashga, yangilik ochishga va prognoz qilishga yo‘naltirilgan aqliy faoliyatdir”. Bizningcha, ushbu ta’rifda tafakkurning eng muhim xususiyatlari va funksiyalari sanab o‘tilgan.

Tafakkur operatsiyalari

1. Analiz va sintez.
2. Taqqoslash.
3. Abstraksiyalash.
4. Umumlashtirish.
5. Konkretlashtirish.
6. Klassifikatsiyalash.
7. Sistemalashtirish.

Analiz – Shunday bir tafakkur jarayoniki, uning yordami bilan biz narsa va hodisalarni fikran yoki amaliy ravishda bo‘lib /ajratib/, ularning ayrim qismlari va xususiyatlarini tahlil qilamiz.

Sintez – Shunday bir tafakkur jarayonidirki, biz narsa va hodisalarning analizda bo‘lingan ayrim qismlari, bo‘laqlarini sintez yordami bilan fikran yoki amaliy ravishda birlashtirib, butun holga keltiramiz.

Analiz va sintez o‘zaro bevosita mustahkam bog‘langan yagona jarayonning ikki tomonidir. Agar narsa va hodisalar analiz qilinmagan bo‘lsa, uni sintez qilib bo‘lmaydi, har qanday analiz predmetlarni, narsalarni bir butun holda bilish asosida amalga oshirilishi lozim.

Taqqoslash – Shunday bir tafakkur jarayoniki, bu jarayon vositasi bilan obyektiv dunyodagi narsa va hodisalarning bir – biriga o‘xshashligi yoki bir – biridan farqi aniqlanadi.

Abstraksiyalash - Shunday bir tafakkur jarayoniki, bu jarayon yordami bilan moddiy dunyodagi narsa va hodisalarning muhim xususiyatlarini farqlab olib, ana shu xususiyatlardan narsa va hodisalarning muhim bo‘lmagan ikkinchi darajali xususiyatlarini fikran ajratib tashlaymiz.

Umumlashtirish - deganda psixologiyada narsa va hodisalardagi xossa, belgi, xususiyat, alomatlarni topish va shu umumiylik asosida ularni birlashtirish tushuniladi.

Umumiy, mavhum belgi va xususiyatlarni yakka, yolg‘iz obyektlarga tadbiq qilish konkretlashtirish deyiladi. Bundan tashqari, mavhum tushunchalarni konkret predmetlarga bog‘lash ham konkretlashtirish bo‘lib xisoblanadi.

Fanda narsa va hodisalarning tabiatini ifodalovchi muayyan belgi asosida qilingan fikr yuritishni **klassifikatsiya** deb atash qabul qilingan.

Klassifikatsiya qilishning yakuni **sistemalashtirish** bo‘lib xisoblanadi. Sistemalashtirishga kutubxonadagi kitoblarning joylanishi misol bo‘la oladi. Masalan, kutubxonada pedagogikaga oid adabiyotlar

bir tomonda, psixologiyaga oidlari yana bir tomonda joylashgan bo‘ladi. Sistemalashtirish inson ishini osonlashtiradi. Natijada kishi nimani qayerdan izlashni biladi. Turmushda har qadamda sistemalashtirishni ko‘rishimiz mumkin.

Tafakkur shakllari: hukm, xulosa chiqarish, tushuncha. Tafakkur shakllariga hukm, tushuncha va xulosa chiqarish kiradi. Narsa va hodisalarning belgi va xususiyatlari haqida tasdiqlab yoki inkor qilib aytilgan fikr **hukm** deb aytiladi. Masalan, bahorda daraxtlar barg yozadi.

Borliqdagi narsalar, hodisalar va voqelikning miqdoriga, ularning biror hukmda aks etishi va aloqa hamda munosabatlariga qarab ular quyidagi turlarga bo‘linadi:

1. Tasdiqlovchi yoki inkor qiluvchi hukm.
2. Yakka, juz’iy va umumiy hukm.
3. Shartli, ayiruvchi va qat’iy hukm.
4. Taxminiy hukm.

Narsa bilan belgining aloqasi aks etgan hukm **tasdiqlovchi** hukm deyiladi. Masalan, Alisher Navoiy buyuk o‘zbek shoiri, mutafakkiri. Narsa bilan belgi o‘rtasidagi boglanish yukligini ifodalovchi hukm **inkor** hukm deb ataladi. Masalan, O‘zbekistonda paxta ekilmaydi. Samarqandda oliy maktablar yo‘q kabi.

Yakka narsa haqidagi hukm **yakka** hukm deyiladi. Masalan, Toshkent – O‘zbekistonning poytaxti. Agar hukmimiz bir guruh narsalarning ba’zilariga taalluqli bo‘lsa uni **juz’iy** hukm deyiladi. Masalan, bugun ba’zi talabalar darsga kech qoldilar. Bordi-yu bizning hukmimiz bir guruh narsalarning barchasiga taalluqli bo‘lsa **umumiy** hukm deyiladi. Masalan, O‘zbekiston fuqarolari tinchlik uchun kurashmoqdalar.

Xulosa chiqarish deb bir necha hukmlardan alohida hukm keltirib chiqarishga aytiladi. Masalan, Barcha sayyoralar harakat qiladi. Yer – sayyora. Demak, Yer ham harakat qiladi.

Xulosa chiqarish uch turda bo‘ladi: induktiv, deduktiv va analogik. **Induktiv** xulosa chiqarish deb bir necha yakka hukmlardan umumiy hukm keltirib chiqarishga aytiladi. Masalan, Temir elektr tokini o‘tkazadi. Mis elektr tokini o‘tkazadi. Qo‘rg‘oshin elektr tokini o‘tkazadi. Bular metallardir. Demak, metallar elektr tokini o‘tkazadi.

Deduktiv xulosa chiqarish deb umumiy hukmdan yakka yoki juz’iy hukm keltirib chiqarishga aytiladi. Masalan, Daraxtlar bahorda gullaydi. O‘rik – daraxt. Demak, o‘rik bahorda gullaydi.

Analogik xulosa chiqarish deb predmetning o'xshash belgilariga qarab xulosa chiqarishga aytiladi.

Tushuncha narsa va hodisalarning umumiy va muhim belgilarini aks ettiruvchi fikrdir. Uy, ko'prik, koinot, daraxt kabilar tushunchalardir. Tushunchalar odatda konkret va abstrakt bo'ladi. Konkret tushunchalarga parta, doska, shkaf, deraza kabilar kirsa, abstrakt tushunchalarga esa muhabbat, baxt, go'zallik, uzunlik, balandlik, kenglik, harakat kabilar kiradi.

Tushunchalar ko'lami jihatdan uch turga bo'linadi: yakka tushunchalar, umumiy tushunchalar va to'planma tushunchalar.

Yakka tushuncha deb yakka predmet yoki hodisa haqidagi tushunchaga aytiladi. Masalan, Alisher Navoiy, Qo'qon, Sirdaryo, Sobir Rahimov kabilar.

Umumiy tushuncha deb bir jinsda bo'lgan narsa va hodisalar to'plami haqida yaxlit fikr yuritishga aytiladi. Masalan, kitob, maktab, talaba, o'spirin, yulduz va boshqalar.

To'planma tushuncha deb bir xil narsalarning to'plamiga aytiladi. Masalan, kutubxona, bedazor, yig'ilish kabilar.

Fikr yuritishda tushuncha bilan so'z o'zaro bog'langan holda namoyon bo'ladi. Bir tomondan, so'z yordamisiz tushuncha vujudga kelmaydi, ikkinchi tomondan so'z tushunchaning moddiy asosiy va funksiyasini bajaradi. Tushunchalar bir yoki undan ortiq so'zlardan hosil bo'lishi mumkin.

Tafakkur jarayonining o'zi ham, bilish jarayonining o'zi ham muttasil har xil savollar tug'ilishiga sabab bo'ladi. Odam qanchalik ko'p bilaversa, uning oldida noma'lum narsalar shu qadar ko'p paydo bo'laveradi, unda shu qadar ko'p savollar tug'ilaveradi va uning o'zi shu qadar ko'p savol beraveradi. Bilishga qiziqish savollar qo'yishda katta rol o'ynaydi.

Tafakkur sifatleri. Tafakkur boshqa bilish jarayonlari kabi o'zining individual xususiyatlariga ega bo'lib, fikr yuritish faoliyatining shakllari, vositalari va operatsiyalari munosabatlarining kishilarda turlicha namoyon bo'lishida o'z ifodasini topadi. Odatda, tafakkurning individual xususiyatlari, sifatlariga bilish faoliyatining mazmundorligi, mustaqillik, epchillik, samaradorlik, fikrning kengligi, tezligi, chuqurligi va boshqa sifatlar kiritiladi.

Tafakkur mazmundorligi deganda insonning tevarak-atrofidagi rnoddiy voqelik to'g'risida ongda qay miqdorda, ko'lamda mulohazalar, muhokamalar, fikrlar, muammolar, tushunchalar joy olganilgi nazarda

tutiladi. Insonda sanab o'tilgan xarakterdagi g'oyalar to'lib toshsa, shunchalik tafakkur mazmundor bo'ladi. Kishilar bir-birlaridan birinchi navbatda tafakkurning mazmundorligi bilan tafovutlanadi.

Tafakkurning chuqurligi deganimizda moddiy dunyodagi narsa-hodisalarning asosiy qonunlari, qonuniyatlari, xossalari, sifatlari, ularning o'zaro bog'lanishlari, munosabatlari tafakkurimizda to'liq aks etganligini tushunishimiz kerak.

Tafakkurning kengligi o'zining mazmundorligi, chuqurligi kabi sifatlari bilan muntazam aloqada bo'ladi. Insonlardagi narsa va hodisalarning eng tnuhim belgi, xususiyatlarini o'zida mujassamlashtirgan o'tmish yuzasidan, hozirgi davr haqida, shuningdek, kelajak to'g'risida mulohazalar, muammoiar va tushunchalami qamrab olgan tafakkur keng tafakkur deyiladi. Fikr doirasi keng bilim saviyasi yuqori serg'oya ijodiy izianishdagi kishilarni aql-zakovatli, bilimdon yoki tafakkuri keng kishilar deb atash mumkin. Demak, insonning aql-zakovati, bilimdonligi mulohazadorligi uning tafakkuri kengligidan dalolat beradi.

Inson tafakkuri o'zining mustaqilligi jihatidan mustaqil va nomustaqil tafakkurga ajratiladi.

Tafakkurning mustaqilligi deganda kishining shaxsiy tashabbusi bilan o'z oldiga aniq maqsad, yangi vazifalar qo'ya bilishi, ular yuzasidan amaliy va ilmiy xarakterdagi faraz, gipoteza qilisli, natijani ko'z oldiga keltira olishi, qo'yilgan vazifani hech kimning ko'magisiz, ko'rsatmasisiz o'zining aqliy izlanishi tufayli turli yo'1, usul va vositalar topib, mustaqil ravishda hal qilishdan iborat aqliy qobiliyatni tushunish kerak.

Tafakkurning mustaqiliigi aqlning sertashabbusligi, pishiqligi va tanqidiyligida namoyon bo'ladi.

Aqlning sertashabbusligi deganda insonning o'z oldiga yangi muammo, aniq maqsad va konkret vazifalar qo'yishni, ana shularning barchasini amalga oshirishda, nihoyasiga yetkazishda yechimini qidirishda usul va vositalarni shaxsan o'zi izlashi, aqliy zo'r berib intilishi, ularga taalluqli qo'shimcha belgi va alomatlarni kiritishdan iborat bosqichlarning namoyon bo'lishini nazarda tutamiz.

Aqlning pishiqligi vazifalarni tez yechishda, yechish paytida yangi usul va vositalarni o'z o'rnida aniq qo'llashda, tafakkurga aylangan eski yo'1 va usullardan forig' bo'lishda va boshqa jarayonlarda ifodalanadi.

Tafakkurning tanqidiyligi obyektiv va subyektiv ravishda ifodalanishi mumkin. Mazkur sifat insonni baholash, o'z-o'zini baholash

kabi tafakkurning individual xususiyatlari bilan bog'liq ravishda namoyon bo'ladi. Agar tanqidiylik oqilona, muhim beigilarga, muammo mohiyatining to'g'ri ochilishiga, ba'zan etalonga asoslanib amalga ohsa, unday tanqidiylik obyektiv tanqidiylik deb ataladi. Mabodo tafakkurning tanqidiyligi subyektiv xatolarga, umuman subyektivizmga og'ib ketsa, bunday holda subyektiv tanqidiylik deyiladi. Subyektiv tanqidiylik salbiy oqibatlariga olib keladi, shuningdek, insonlar o'rtasida anglashilmovchilik vujudga keltiradi, ikki shaxs o'rtasida kutilmaganda ziddiyat paydo bo'ladi. Insonda tafakkurning tanqidiyligi oqilona ratsional tarzda vujudga kelsa, unda shaxs rnuhim sifat bilan boyiydi deb atash mumkin.

Tafakkur ixchamligi deganda muammoni hal qilishning dastlab tuzilgan rejasi mazkur jarayonda masala yechish shartini qanoatlantirmay qolsa, nomutanosiblik hosil bo'isa, hech ikkilanmay elastik ravishda o'zgartirishlar kiritishdan iborat fikr yuritish faoliyatini tasavvur qilmog'imiz shart. Fikrning operativ jihatdan tezkorlik bilan o'zgartirishdan va to'g'ri yo'nalishga yuborishdan iborat tafakkur sifati uning ixchamligi deyiladi. Masalan, talaba imtihonda avval g'oyani noto'g'ri yoritayotib, o'z-o'zicha birdaniga xatosini anglab to'g'ri javob bera boshlashi kabilar. Demak, tafakkurning mazkur sifati fikrlarni, axborotlarni tinglovchilarga xato va kamchiliklarsiz yetkazib berish garovidir.

Tafakkurning tezligi qo'yiigan savolga va muammoga to'liq javob olingan vaqt bilan belgilanadi. Uning tezligi qator omillarga, jumladan, fikrlar uchun zarur materialni tez yodga tushira olishga, muvaqqat bog'lanishlarning tezligi, turli hislarning mavjudligiga, insonning diqqatiga, qiziqishiga bog'liq bo'ladi. Bundan tashqari tafakkurning tezligi boshqa shartlarga - insonning bilim saviyasiga, fikrlash qobiliyatiga, mavjud ko'nikma va malakalariga ham bog'liq ekanligi isbotlangan. Xulosa qilib aytganda, tafakkur jarayonlarining tezligi va jarayonlarning ma'lum fursat ichida qanchalik samara berganligi bilan baholanadi.

Tafakkur quyidagi turlarga bo'linadi:

- 1.Ko'rgazmali – harakat tafakkur.
- 2.Ko'rgazmali – obrazli tafakkur.
- 3.Ixtiyorsiz va ixtiyoriy tafakkur.
- 4.Konkret va abstrakt tafakkur.
- 5.Ijodiy tafakkur.

Inson tomonidan bevosita idrok qilinayotgan predmetlar emas, balki tasavvur qilinayotgan obrazlar haqida fikr yuritish **ko‘rgazmali-obrazli** tafakkur deyiladi.

Bog‘cha yoshidagi bolalar ilmiy tushunchalarga ega bo‘lmaganligi uchun bilish faoliyatida asosan ko‘rgazmali-obrazilarga suyanib fikr yuritadilar, mulohaza bildiradilar, hukm chiqaradilar.

Ixtiyorsiz tafakkur deb mantiqiy tafakkur yordamida ko‘p vaqtlar davomida hal qilinmagan aqliy vazifalarning to‘satdan, kutilmaganda hal qilinib qolishi jarayoniga aytiladi.

Ixtiyoriy tafakkur jarayoni mulohaza, muhokama, isbotlash, gipoteza qilish kabi shakllarda namoyon bo‘ladi. Matematika, fizika, ximiya, psixologiya va boshqa fanlardagi muammo va masalalarni yechish jarayonlari bunga yorqin misol bo‘la oladi.

Abstrakt tafakkur narsalarning mohiyatini aks ettiruvchi va so‘zlarda ifodalovchi tushunchalarga tayanib fikr yuritishdir.

Fikr yuritilishi lozim bo‘lgan narsa va hodisalarni idrok va tasavvur qilish mumkin bo‘lsa, bunday tafakkur **konkret** tafakkur deyiladi.

Nazariy tafakkur deb hodisalarni izohlashga faraz qilishga qaratilgan tafakkur turiga aytiladi.

Voqelikni o‘zgartirish vositasi bilan real narsa va hodisalarni yaratishga yo‘naltirilgan fikr yuritish amaliy tafakkur deyiladi. Amaliy tafakkur “Qanday qilib?”, “Qaysi yo‘l bilan?” kabi savollarga javob berish jarayonidir.

Ijodiy tafakkur murakkab bilish faoliyatidan biri bo‘lib tadrijiy ravishda, izchil o‘zaro bog‘langan jarayonlardan tashkil topadi: dastavval savollar tug‘iladi, vazifa aniqlanadi, masala yechish uchun savollarga javob qidiriladi. Ijodiy tafakkurning navbatdagi komponentlari quyidagicha aks ettiriladi: quyilgan savollarga javob izlash, masalani yechishga yordam beradigan yo‘llar, usullar, vositalar, qoidalar va ko‘nikmalarni qidirish, ularni tanlash va faoliyatga tadbqiq qilish va boshqalar.

Eksperimental psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, o‘tgan tajriba aqliy faoliyatda nafaqat ijobiy rol o‘ynaydi, balki ayrim shaxslar uchun yangi muammolarni hal qilish yo‘lida tormoz bo‘lishi mumkin. M. Vertgeymer o‘tmish tajribasi ijodiy fikrlashga, ayniqsa, bolalarga salbiy ta’sir qiladi, deb hisoblagan.

Vazifalarni hal qilishda ustanovkaning ta’siri - vazifalarni hal qilishda o‘tmish tajribasidan foydalanish masalasining yana bir jihati. Ustanovka-insonning anlanmagan holati bo‘lib, tevarak atrofdagi

odamlarga yoki obyektlarga nisbatan qanday munosabatda bo'lish, ularni idrok qilish, sezish, ularga baho berish va muayyan harakat qilishga tayyorligidir. Mavjud shart-sharoitga adekvat bo'lgan ustanovka, vazifani tez hal etishga xizmat qilishi, aksincha, adekvat bo'lmasa, bu jarayonni murakkablashtirishi mumkin. Noadekvat ustanovkani cheklovchi ta'siri bir qator tadqiqotlarda tasvirlangan (N. Maer, K. Dunker, A. Lachins va boshqalar).

Dunker shuni ko'rsatdiki, agar predmet berilgan vazifa kontekstidan boshqa kontekstga "funktional ravishda kiritilgan" bo'lsa, unda odamning bu predmetga murojaat qilish ehtimoli kam bo'ladi.

Muayyan sharoitlarda, xususan, ta'lim va amaliy faoliyat jarayonida odam turli xarakterdagi vazifalarni hal qilishning cheklangan miqdordagi usullarini o'rgansa, unda fikrlashning rigidligi kuzatilishi mumkin. **Rigidlik** deganda, subyektning ilgari shakllanib qolgan faoliyat dasturini obyektiv ravishda qayta qurishni talab qiladigan yangi sharoitlarda ham o'zgartira olmasligi, fikrlashning "yopishqoqligi" qiyinligi tushuniladi. Rigidlikning uch turidan - kognitiv (fikrlashda), affektiv (hissiy) va motivatsion - kognitiv rigidlik tafakkurni o'rganish uchun alohida ahamiyatga ega. Fikrlash jarayonlarining rigidligini aniqlash uchun A. S. Lachins tomonidan taklif qilingan texnikadan foydalangan holda tajriba bir xil turdagi vazifalarni hal qilish natijalarini ikki guruh subyektlari tomonidan taqqoslashdan iborat. Vazifalar shunday tanlanganki, ulardan ba'zilar faqat bir bosqichda, ba'zilar esa ikki bosqichda hal qilinishi mumkin: oldingi (ratsional bo'lmagan usul) va so'nggi, ratsional usul.

Nazorat savollari

1. Tafakkur va tafakkur operatsiyalari haqida ma'lumot bering
2. Qanday tafakkur shakllari va tafakkur turlarini bilasiz ?
3. Vazifalarni yechishga qanday psixologik omillar ta'sir qiladi?
4. Ustanovkani ta'siri nimada namoyon bo'ladi?
5. "Tafakkur rigidligi" atamasini tavsiflab bering.

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

Amaliy mashg'ulotda talabalar mustaqil ravishda tafakkur jarayoniga ta'sir qiladigan omillar ro'yxati tuzib chiqadilar va so'ng guruhlariga bo'linib taqdim qilingan omillarni tasniflab, har bir omillar guruhi bo'yicha chiqish qiladilar. Tafakkurga xos bo'lgan rigidlini tavsiflab, rigidlikning uch turidan - *kognitiv (fikrlashda)*, *affektiv (hissiy)*

va motivatsion - kognitiv rigidlik to'g'risida keng ma'lumot beradilar va misollar keltiradilar.

3.12-Mavzu. Tafakkurni o'rganishning eksperimental usullari

Mashg'ulotning maqsadi: tafakkurni eksperimental o'rganuvchi nazariyalarni tahlil qilish, muammoni hal qilish jarayonida ovoz chiqarib fikr yuritish usulini o'rganish, tafakkurni o'rganishga axborot-nazariy yondashuvning mohiyatini yoritib berish.

Asosiy tushunchalar: Vyursburg psixologiya maktabi, Geshtaltpsixologiya yo'nalishi, bixeviorizm yoki xulq psixologiyasi, ustanovka, o'z-o'zini kuzatish usuli va uning chegaralari, ovoz chiqarib fikr yuritish usuli, rezolyusiya prinsipi, evristika, freymlar nazariyasi, sun'iy tushunchalarning shakllanishini o'rganish.

Nazariy ma'lumotlar. Tafakkur muammosi xorij psixologiyasida keng doirada tadqiq qilinib, atroflicha bilimlar va ma'lumotlar zahirasi to'plangan. Aynan keltirilgan ma'lumotlarda tafakkur tushunchasi turli nuqtai nazarlardan tahlil qilinadi.

Nemis faylasufi Martin Xaydeger (1889-1978) tushunish uchun o'z diqqatimizni qarata olsakkin blz fikrlashga o'rganamiz-deb yozadi. Uning fikricha, narsa va voqealarning mohiyatini tushunish, anglab yetish, inson fikrlash jarayonida muhim o'rin egallaydi. Tushunishni talab qiladigan narsa insonni fikrlashga undaydi. Tushunishni talab qiladigan narsa hech qachon biz tomonimizdan yaratilmaydi.

Xaydegerning fikricha, tafakkur mavjudligining asosiy xislati bu tasavvurdir. Tafakkur haqidagi ta'limotga asosan tasavvur fikrda ifoda etiladi. Shuning uchun ham tafakkur haqidagi ta'limotai logika, mantiq deb ataydi.

K.L.Megrelidzening ta'kidlashicha, insondagi biror bir ruhiy hodisa ijtimoiy omilni hisobga olmasdan turib, to'g'ri tushuntirilishi mumkin emas. Bu narsa birinchi navbatda tafakkurga taalluqlidir. Tafakkurning ijtimoiy hayotning boshqa ko'rinishlarisiz o'rganish mumkin emas.

Inson tafakkurining usullari nerv tizimida ham, miyasida ham emas, balki bir davrda mana Shunday idrok etishga, o'ylashga, ishlashga, boshqa bir davrda esa nerv faoliyatini boshqacha ishlashga yo'llaydigan ijtimoiy sharoitdadir.

Akademik A.I.Berg Shunday deb yozadi "inson faqat tashqi dunyo

bilan to'xtovsiz muloqot qilishi sharoitidagina uzoq vaqt fikrlashi mumkin. Tashqi dunyodan to'liq informasion ajralish bu aqldan ozishnmg boshlanishidir, Informasion undovchi tafakkuming tashqi dunyo bilan aloqasi insonga oziq-ovqatdek, issiqlikdek zarur".

Psixologiya fani taraqqiyotida nemis psixologiya maktabi muhim o'rinlardan birini egallaydi va asrimizning boshlarida Germaniyada Vyursburg psixologiya maktabi deb nomlangan yangi yo'nalishga ega bo'lgan psixologik oqim paydo bo'ldi.

Mazkur yo'nalishning yirik vakillari sifatida (X.Kyulpe (1862-1915), K. Byuller (1879-1922), A.Messer (1837-1937), Ax Narsis (1871-1946) va boshqalarni sanab o'tish lozim. Ular tomonidan olib boriigan eksperimental tadqiqotlar tafakkur jarayoni rivojiga ma'lum darajada hissa qo'sha oldi.

Vyursburg psixologiya maktabi vakillari tafakkurni hissiy bosqichda turgan psixik jarayonlarga, ya'ni sezgi va tasavvurlarga ajratib o'rganishda rasional bosqichdagi murakkab jihatlaridan mexanik ravishda vujudga keladi, deb tushuntirish mumkin emasligini eksperimental yo'l bilan isbotlashga harakat qildilar. Olib borilgan tadqiqotlarni o'zlarining ustilarida o'tkazib, natijalarni obyektiv bo'lishiga katta e'tibor berganlar.

Vyursburg psixologiya maktabi namoyondalaridan biri O.Zels tafakkurni intellektual operatsiyalar harakati sifatida qabul qilgan. U o'z oidiga fikr yuritish faoliyatining u yoki bu jihatlari qay yo'sinda shakllanishini kuzatish, intellektual faoliyat bosqichlarini ko'rsatish aqliy faoliyatning produktiv va reproduktiv ko'rinishidagi ziddiyatlarni bartaraf qilish vazifasini qo'ydi.

Shunday qilib, Vyursburg psixologiya maktabining namoyondasi O.Zels psixologiya tarixida birinchi bo'lib tafakkurni jarayon sifatida eksperimental metodlar bilan tadqiq qilgan.

Intellektual operatsiyalar va ularning tarkibiy qismlarini nazariy va amaliy jihatdan tariflab bergan, izchil ilmiy metodlarga asoslanib, o'rganishga butun vujudi bilan intilgan psixologdir. Germaniyada psixologiyaniing geshtaltpsixologiya yo'nalishi vujudga keldi. Uning, ko'zga ko'ringan namoyondalari qatoriga X.Eraifels (1859-1932), V.Keler (1887-1967), K.Kofka (1886-1941) va boshqalar kiradi.

Geshtaltchilar fikriga qaraganda, har bir psixik hodisaning mazmuni uning tarkibiga kiruvchi qism va elementlarni birgalikda aks ettirishdan ko'lam jihatidan keng, mazmun jihatidan rang-barangdir, Geshtaltchilarning akslomatik xarakterga ega bo'lgan ushbu tezislarini

mazkur talimot g'oyasini ochib berishga xizmat qiladi.

Gestaltpsixologiyaning markaziy nazariyasi har qanday psixologik jarayonlarning bosh mohiyati ularning sezgilarga o'xshash alohida elementlari emas, balki konfiguratsiya shakli yoki gestaltchilarning yaxshi yaratishidan iborat.

Gestaltpsixologiyada tafakkur muammasining tadqiqoti keng qamrovli tarzda olib boriladi. V.Kelyorning fikricha, topshiriqni yechish mexanizmi quyidagilardan iborat: organizmning optik maydonidagi vaziyatlarini muhim elementlari bir butunlikni, ya'ni vaziyat elementlariga, gestalt ichiga kirib, gestaltqa qaysi joyni egallashga bog'liq ravishda yangi ahamiyat kasb etadi. Vaziyatning muhim elementlaridan namoyon bo'luvchi gestaltchilar muammasi vaziyatda organizmda ba'zi bir o'zgarishlar ta'sirida vujudga keladi, topshiriqni yechish muammoli vaziyatning qismlari yangi gestaltda yangi munosabatda idrok qilina boshlaganida tugallanadi. Masalani yechish aniq qadamlarni yuzaga keltiruvchi gestalt sifatida maydonga chiqadi.

Gestaltchilarning ayrimlari "yo'nalish" atamasini qo'llab, uni o'tmish tajribasi bilan bog'lashga intiladilar. Shuningdek, ular "tafakkurning evrestik metodlari" to'g'risidagi tushunchadan ham foydalanadilar. Bunda materialni, qo'yilgan maqsadni, konflikt holatlarini tahlil qilishni nazarda tutadilar.

Amerika psixologiyasida vujudga kelgan bixeviorizm yoki xulq psixologiyasi o'tgan asrning oxirlaridan boshlab hukm surib kelmoqda. Bixeviorizm oqimining asoschilari amerikalik psixologlar Dj.Uotson (1878-1958) va Torndayk (1871-1949) lardir. Keyinchalik bular qatoriga K.Levin (1890-1957) va boshqalar kelib qo'shiladilar. Ma'lum davrgacha mazkur oqim psixologiya olamida dominantlik rolini o'ynaydi. Hozirgi davrda bu oqim bir necha mustaqil psixologik taktikalariga ajralib ketgan. Lekin ularning mohiyatida bixeviorizm nafari urib turadi. hammasi uchun umumiy formula S-R, ya'ni stimul-reaksiya xizmat qilib kelmoqda.

Dj.Uotson tafakkurning ichki nutq va noverbal tovushsiz imo-ishora, mimika, yelka qisishi, qosh suzish, kommunikatsiya, muloqot birga qo'shib, keng ma'noda tushunadi va uni uchta shaklga ajratib o'rganadi. Nutq shakllaridan biri nutq malakalarini sekin-asta avj oldirish deb ataladi. Bu she'rni yoki sitatani aniq esga tushirishda o'z ifodasini topadi. Tafakkurning ikkinchi shakli subyekt uchun yangi bo'lmagan topshiriqni so'z yordami bilan yechish, yarim-yortisi unutilgan she'rni eslashga harakat va nihoyat, yangi topshiriqni yaqqol

ifodali harakat va soʻz yordami bilan yechish.

Dj.Uotson uchun malaka-u individual egallagan va oʻrganiigan xatti-harakatdir. Ushbu nazariya nuqtai nazaridan qarasak, tafakkur malakaga yaqinlashtirilib qoʻyiladi, chunki sheʼrni esga tushirish ham tafakkur deb talqin qilinadi.

Dj.Uotson tilni oʻzlashtirishning ijtimoiy jihatlarini umuman hisobga oimagan, nutqning tuzilishi va rivojlanishiga sira etibor qilmagan. Nutq bilan tafakkur birligi toʻgʻrisida tamoyilni anglab yetmagan, tatakur va ongning xulq koʻrinishi sifatida olib qaragan.

Tafakkur va nutqni birlashtirib oʻrganish bu tasodifiy holat emas, ular chambarchas bogʻliqdir. Soʻzda umumlashgan tushunchalar aks etib u fikrning bir shaklidir. Shu bilan birga tafakkur va nutq oʻrtasida faqlar ham mavjud. S.L.Rubinshteyn fikricha “tafakkur-bu munosabatlar va aloqalarni anglashga asoslangan obyektiv borliqni bilvosita bilish uslubidir”. Tafakkur amaliy faoliyat negizida, hissiy bilishga asoslangan xolda tarkib topadi, ammo hissiy bilishga qaraganda ancha kengroqdir. Sezgi va idrok orqali tafakkur tashqi muhit bilan bogʻlanadi, ammo ulardan farqli ravishda bu ijtimoiy aks ettirish jarayoni va mahsulidir. Nutq ham tafakkur singari barcha ruhiy jarayonlar bilan bogʻliq boʻlib, tafakkur chegarasidan kengroqdir, ruhiy jarayonlarga nisbatan integrativ vazifani bajaradi.

Tafakkur nisbatan kechroq psixologik tadqiqotlar obʼekti boʻldi. Birinchi tajribalar Vyursburg psixologiya maktabi vakillari tomonidan olib borilgan. Hozirgi davrga kelib tafakkurni aqliy harakat hisoblab, unda bir qator fikrlash jarayonlarini (rejalashtirish, loyihalashtirish, bashorat qilish, baholash, tushunish, xulosa chiqarish), va fikrlash operatsiyalarini (analiz, sintez, qiyoslash, umumlashtirish) ajratilganligi eksperimental tadqiqotlar natijasidir. Tafakkurni boshlangʻich nuqtasi sifatida muammoli vaziyatni koʻrsatish mumkin.

Muammoli vaziyat maqsadga erishishni eng ratsional yoʻllarini aniqlash lozim boʻlganida yuzaga keladi. Mana shu muammoli vaziyat tafakkur jarayonini fazalarini belgilab beradi. Bir qator sobiq ittifoq va xorijiy olimlar tomonidan fikrlashni quyidagi fazalari aniqlangan

1) muammoni paydo boʻlishi : subyekt oʻzidagi bilim xajmi maqsadga erishish uchun etarli emasligini anglaydi;

2) muammoli vaziyat tahlili: subyekt muammoli vaziyatdagi axborotlarni erishish lozim boʻlgan maqsadni tahlil qiladi, yaʼni erishish lozim boʻlgan holat va mavjud holat oʻrtasidagi tafovutni aniqlaydi;

3) belgilangan maqsadga erishish usullarihaqida gipotezalarni

shakllantirish, bu bosqich tafakkurni produktiv fazasi hisoblanadi va subyekt gipoteza echim usullari shaklida yangi axborot yaratadi (ishlab chiqaradi).

4) gipotezalarni tekshirish, yaratilgan ma'lumotlarni yechish usullarini ahamiyatini (qiymatini, to'g'riligini yaroqliligini) tekshirish. Eksperimental tadqiqot jarayonida yuqorida keltirilgan fazalarni hammasini ham bir vaqtda registratsiya ya'ni qayd qilishni imkoniyati bo'lavermaydi. Masalan o'qituvchi o'quvchiga masala bersa muamoli vaziyat izlanmaydi balki tashqaridan beriladi. Shu bilan bir qatorda muammoli xarakterdagi masalalar echimini izlaganda to'g'ri echimni topshga to'sqinlik qiladigan omillar ta'sir ko'rsatadi. Bu omillar o'rtasida tafakkur rigidligi muammosi eng ahamiyatlisidir, ya'ni muammoni muayyan yo'l bilan echishga bo'lgan ustanovka.

Ustanovka inson faolligini asosini tashkil qilib subyektning konkret ob'ekt yoki vaziyatni ma'lum tarzda idrok qilishga tayyorlik holati Ustanovka: Ikkita omil - **ehtiyoj va vaziyat** to'g'ri kelganida paydo bo'ladi. Ustanovka Faoliyatni samaradorligini, Tanlovchanligini, Yaxlitligini, Barqarorligini, Yo'nalganligini ta'minlaydi. Masala echish jarayonida subyekt vaziyatni tahlil qilishda, gipotezalarni ishlab chiqishda va ularni tekshirishda muayyan qoidalarga amal qiladi. Subyekt masala echishda ongli yoki ongsiz ravishda qo'llab keladigan qoidalar tizimi muammoni echish strategiyasi deb nomlanadi. Tafakkurni tadqiq qiluvchi ko'pgina metodikalari asosan muammolarni echishni alohida strategiyalarni spetsifik xususiyatlarini o'rganishga qaratilgan.

Nutqni o'rganuvchi tadqiqotlar esa zamonaviy davrda ancha ildamlagan bu eksperimental psixologiyani psixolingvistika bilan birlashishini natijasidir. Nutq va tafakkurni bog'liqligi nutq tafakkur hosilalarini mazmunini til vositalari yordamida ifodalashda namoyon bo'ladi. Hozirgi davrga kelib so'zlar va ularni ma'nosi va mazmuni o'rtasidagi aloqalarni o'rganishga qaratilgan eksperimentlar aloxida ahamiyatga ega, bunday holatda odatda assotsiativ eksperimentlardan foydalaniladi.

Barcha assotsiativ eksperiment turlarda natjalarni baxolash mezonlari sifatida assotsiativ reaksiyani tezligi va bu reaksiyaning xarakteri (ya'ni mazmun mohiyati) baxolanadi. Bu mezonlar nutq va tafakkur jarayonlarini dinamik xususiyatlarini o'rganish subyektning assotsiativ maydonini tuzilishini aniqlash imkonini beradi. Assotsiativ reaksiya vaqti nerv jarayonlarini tezligini aks ettiradi, bu esa subyekt emotsional

holatini indikatori bo'lib uning (subyekt) uchun u yoki bu stimulni axamiyati va mazmunini aniqlaydi. Assotsiativ reaksiyalar xarakteri esa sinaluvchining assotsiativ reaksiyalarni intensivligini belgilab beradi. A.N.Leontev tadqiqotlarida nutq semantikasini o'rganishda so'zlarning ma'no mazmuni bilan bir qatorda ularning affektiv (emotsional) jixatlari ham nutq semantikasini muxim tarkibiy qismidir. Affektiv komponent nutqni mazmunida, intonatsiya va oxangida namoyon bo'ladi. SHu sababdan bitta iborani o'zi xatto neytral xarakterda bo'lsa ham qanday emotsional holatda aytilganligiga qarab turlicha idrok qilinishi mumkin.

“Ovoz chiqarib fikrlash” metodi. Fikrlash jarayonini eksteriorizatsiya qilish, uni tashqi planga olib chiqish usullaridan biridir. Psixologiyada ko'p yillar davomida tafakkurni o'rganish uchun asosiy va deyarli yagona bo'lgan "ovoz chiqarib fikrlash" uslubi qo'llanilgan. Masalan, geshtalt psixologiyada inson tafakkuriga oid barcha tadqiqotlar ushbu metodologik usul yordamida amalga oshirilgan. U quyidagilardan iborat: sinaluvchiga vazifa beriladi va vazifani yechish jarayonida sinaluvchi boshdan oxirigacha, ushbu vazifa bilan bevosita bog'liq bo'lgan va bog'liq bo'lmagan barcha fikrlarni baland ovozda aytib borish so'raladi. Eksperimentator fikrlash jarayonini diktofon yordamida yoki boshqa usulda yozib oladi.

“Ovoz chiqarib mulohaza yuritish” yoki “baland ovozda fikr yuritish” metodidan golland psixologi de Groot (1965) shaxmat o'yinida harakatni tanlash jarayonining tuzilishini o'rganishda foydalangan. Va o'z fundamental tadqiqotlarida mazkur metodni imkoniyatlarini, aqliy faoliyatning ayrim shakllarini o'rganishni cheklaydigan kamchiliklarini batafsil tahlil qiladi. Asosiy kamchiliklar eksperimentlarda olingan protokollarning to'liq emasligi, shuningdek, “baland ovozda fikr yuriting” ko'rsatmasi ta'sirida fikrlash jarayonida yuzaga keladigan buzilishlaridir. Masalan, fikrlash jarayonining ba'zi bosqichlari yoki fazalari subyektlarning ongi osti sohasida qoladi va shuning uchun protokolda aks ettirilmaydi. Ongda aks ettirilgan hodisalarning ba'zilar fikrlarning tez o'zgarishi tufayli o'tkazib yuborilishi mumkin. Bu vaziyatda fikrlarni verballashtirishda ham qiyinchilik yuzaga keladi. Ko'pincha, tafakkur jarayonning oqimini to'liq buzmasdan, fikrni so'z bilan ifodalash, fikrlashni o'ziga sarflashi mumkin bo'lgan vaqtdan ko'ra ko'proq kuch va vaqt talab qiladi.

Ba'zi hollarda, bir yoki bir nechta bosqichlarni qoldirib yuborish fenomeni qayd etilishi mumkin. Subyektlar ayrim fikrlarni xatolikini nutq orqali ifodalamasdanoq sezaдилar. Odatda, subyektlarga barcha

jarayonlar haqida to'liq hisobot berish bo'yicha maxsus ko'rsatma berilganiga qaramay, bunday holat yuzaga kelaveradi.

“Ovoz chiqarib fikrlash” metodini kamchiliklarini tahlil qilib, tadqiqotchilar ko'pincha protokollar vazifani yechish jarayonini makrotuzilmasining shakli haqida ma'lumot beradi degan xulosaga kelishdi. Aqliy faoliyatning qonuniyatlarini, uning mikrotuzilmasini batafsil tahlil qilishga, kamchiliklari tufayli ushbu uslubiy metodni qo'llab fikrlash jarayonining operativ tarkibini aniqlab bo'lmaydi.

“Ovoz chiqarib fikrlash” usuli tafakkurning ko'pgina psixologik tadqiqotlarida, xususan, L.Sekey, L.Ansiferova, O.K.Tixomirov, A.V.Brushlinskiy va boshqa psixologlarning tajribalarida qo'llanilgan. Ushbu va boshqa yo'nalishlarda fikrlash jarayonini nazariy jihatdan qabul qilingan tahlil birliklariga mos keladigan og'zaki protokollarni ajratishning turli usullari qo'llanilgan.

Qo'sh stimulyasiya metodikasi. Konsepsiyani shakllantirish jarayonini o'rganishning nazariy asosi L.S.Vigotskiyning oliy psixik funksiyalarning bilvosita xarakterga ekanligi haqidagi g'oyasidir. Vigotskiy-Saxarov metodikasi psixologiyada qo'sh stimulyasiya texnikasi sifatida ham tanilgan, chunki unda bir vaqtning o'zida obyektlarning perseptiv (sezgi) va verbal (og'zaki) sifatlari qo'zg'otuvchi (stimul) vazifasini bajaradi.

Birinchi bor bu metod L.S.Vigotskiy va L.S.Saxarovlarning hamkorlikda tushunchalarni shakllantirish jarayonini o'rganish tadqiqotida qo'llanilgan. L. S. Vigotskiyning yozishicha, bu metodning mohiyati shundan iboratki, u oliy psixik funksiyalarning rivojlanishi va faoliyatini ikki qator qo'zg'atuvchilar yordamida o'rganadi, ularning har biri subyektning xatti-harakati bilan bog'liq holda o'z rolini bajaradi. Qo'zg'otuvchi-stimullarning bir qatori subyektning faoliyati yo'naltirilgan obyekt vazifasini bajaradi, ikkinchisi - bu faoliyatning tashkil etishning yordamchi belgilari (vositasi) funksiyasini bajaradi.

L.S.Vigotskiy va L.S.Saxarovlarning tadqiqotida qo'zg'atuvchi-obyekt sifatida turli rang, shakl, balandlik va o'lchamdagi figuralar, qo'zg'atuvchi vosita(belgi) sifatida esa figuralarning har birining orqa tomoniga yozilgan eksperimental tushunchalar bo'lgan so'zlar ishlatilgan (ular qo'zg'atuvchi-obyektlarning ma'lum bir xususiyatlari to'plamini bildirgan). Tajriba davomida subyekt eksperimental tushunchaga tegishli xususiyatlarni bosqichma-bosqich aniqlab boradi, uning taxminicha, tushunchalardan biri yozilgan raqamlarni tanlab oladi va har safar o'zi tanloving to'g'riligini tekshirib boradi.

Mazkur metod tahlil, sintez, taqqoslash, abstraksiya va umumlashtirish kabi asosiy aqliy operatsiyalarni o'rganish uchun ham qo'llaniladi. Qo'sh stimulyasiya usulidan foydalanish subyektning o'z aqliy operatsiyalarini boshqarish vositasi sifatida belgilardan qanday foydalanishini va so'zni qo'llash usuliga qarab, tushunchani shakllantirishning butun jarayonni davom etishini va rivojlanishini tekshirishga imkon berdi. Keyinchalik metodika oliy psixik funksiyalarning rivojlanishi va ishlashini tahlil qilish vositasi sifatida keng qo'llanilgan.

Nazorat savollari

1. Tafakkurni o'rganishda qo'llaniladigan o'z-o'zini kuzatish metodining yutuq va kachiliklarini ko'rsating.
2. "Ovoz chiqarib fikrlash" metodining mohiyati nimada?
3. Qo'sh stimulyasiya metodikasini tavsiflang.

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar

Masalalarni yechish jarayonini tahlil qilishda "Ovoz chiqarib fikrlash" usulidan foydalanish

Maqsad: "Ovoz chiqarib fikrlash" metodidan foydalanish asosida fikrlash jarayonini qayta qurish imkoniyatlarini tahlil qilish.

Stimul materiallari va jihozlar. Sinaluvchiga "kichik ijodiy vazifa" ni hal qilish taklif etiladi. Masalan: tarozini pallalarini shunday muvozanatlashtirish kerakki, biroz vaqtdan so'ng tarozi sinaluvchi aralashmagan holda muvozanatdan chiqib ketishi kerak. Muvozanat uchun turli xil narsalar taqdim etiladi: turli og'irlikdagi predmetlar, qalamlar, o'chirgich, paxta momig'i, tuz, gugurt, qum, plastilin va, albatta, sham. Muammoning echimi shundaki, sham tarozini muvozanatlashtirgandan sung yoqiladi, u asta-sekin yonib, vaznini yo'qotadi va tarozida nomutanosiblikni keltirib chiqaradi.

Tadqiqot tartibi. Tajribalar har bir sinaluvchi bilan individual ravishda amalga oshiriladi. Tajribada eksperimentator va subyekt ishtirok etadi. Sinaluvchiga tyuqorida keltirilganga o'xshash, oldindan tayyorlangan, vazifalardan biri taklif etiladi. Uni bajarish davomida sinaluvchi "ovoz chiqarib fikrlashi" kerak. Agar tajriba davomida u jim bo'lib qolsa, eksperimentator savol berishi kerak: "Siz muammoni qanday hal qilishni taklif qilasiz?" va h.k. - yoki shunchaki qaror qabul

qilish jarayonini ovoz chiqarib gapirish zarurligini eslatish. Fikrlarni ovoz chiqarib gapirish jarayoni eksperimentator tomonidan qayd etilishi kerak; bu ma'lumotlar eksperiment protokolida aks etiladi.

Ko'rsatma. Eksperimentator masalaning shartini aytib beradi, shundan so'ng u masalaning yechishni boshlashni so'raydi va ish jarayonida ovoz chiqarib fikrlash lozimligini aytadi.

Natijalarni tahlil qilish. Talaba ma'lumotlarni tahlil qilish usulini va topshiriq hisoboti shaklini mustaqil ravishda tanlaydi. Eksperimentator esa og'zaki protokolni qanday birliklariga bo'lib tahlil qilishini o'zi tanlaydi. Hisobotning tugallangan shaklida subyekt ovoz chiqarib fikrlash metodi orqali olgan ma'lumotlarni qanday shaklda taqdim etishi o'zi belgilab oladi. Amaly mashg'ulot yakunida ovoz chiqarib fikrlash jarayoni muhokama qilinadi.

3.13-Mavzu. Tafakkur va intellektual qobiliyatlar

Mashg'ulotning maqsadi: turli psixologiya maktablarida intellekt tushunchasini tahlilini ko'rib chiqish, talabalarni intellektual rivojlanish diagnostikasi usullari bilan tanishtirish.

Asosiy tushunchalar: intellekt, intellekt koeffitsienti, intellektual rivojlanish, intellekt tuzilishi.

Nazariy ma'lumotlar. Aql (lotin tilidan - aql, aql, aql) ta'rifda ko'pincha fikrlashga tenglashtiriladi, va bu quyidagi ta'rifda ham aks etgan: aql - bu insonning fikrlash qobiliyati. Biroq, hatto fransuz psixologi J. Piaje ham bu ikki tushunchani ajratib ko'rsatgan. U intellektni "yangi sharoitlarga psixologik moslashish" deb talqin qilishni taklif qildi. Agar Piaje uchun intellekt barcha darajadagi xatti-harakatlarning umumiy tartibga soluvchisi bo'lsa, ba'zi boshqa tadqiqotchilar (A. Bine, L. Veksler) uchun bu inson va boshqa har qanday tirik mavjudotning yangi narsani o'rganaolish qobiliyatidir. SHunday qilib, hozirgi vaqtda intellekt tushunchasining kamida uchta talqini mavjud:

1. Biologik talqin: "yangi vaziyatga ongli ravishda moslashish qobiliyati".

2. Pedagogik talqin: "o'rganish qobiliyati, o'rganuvchanlik".

3. A. Bine tomonidan shakllantirilgan tizimli yondashuvda esa: intellekt-"vositalarini maqsadlarga moslashtiraolish qobiliyati" sifatida

tavsiflanadi. Tizimli yondashuvda intellekt muayyan qobiliyatlarning to'plami sifatida tavsiflanadi. Insonning kognitiv jarayonlarining yig'indisi uning intellektini belgilab beradi. "Intellekt - bu ongli harakat qilish, oqilona fikrlash va hayotiy sharoitlarni to'g'ri uddalashning global qobiliyatidir" (Veksler), ya'ni intellekt insonning atrof-muhitga moslashish qobiliyati sifatida baholanadi.

Intellektning tuzilishi qanday? Turli konsepsiyalarda bu savolga o'ziga xos javoblar keltirilgan. Xullas, asr boshlarida Spirmen (1904) intellektning umumiy omili (G-general faktor) va o'ziga xos qobiliyatlar ko'rsatkichi bo'lib xizmat qiluvchi maxsus S omilini (S – spetial faktor) ajratib ko'rsatdi. Spirmen nuqtayi nazaridan, har bir inson ma'lum darajadagi umumiy intellekt bilan tavsiflanadi, bu odamning atrof-muhitga qanday moslashishini belgilaydi. Bundan tashqari, barcha odamlarda konkret muammolarni hal qilishda namoyon bo'ladigan turli darajada o'ziga xos qobiliyatlar rivojlangan.

Terstoun statistik usullardan foydalangan holda, umumiy intellektning turli tomonlarini o'rganib chiqdi, va ularni birlamchi aqliy kuchlar-potensiyalar deb ataydi. U ettita shunday potensiyani aniqladi:

- 1) hisoblash qobiliyati, ya'ni raqamlar bilan ishlash va arifmetik amallarni bajarish qobiliyati;
- 2) verbal (og'zaki) moslashuvchanlik, ya'ni insonning eng mos so'zlardan foydalangan holda muloqot qilish qobiliyati;
- 3) verbal idrok, ya'ni og'zaki va yozma tilni tushunish qobiliyati;
- 4) fazoviy orientatsiya yoki fazoda turli jism va shakllarni tasavvur qilish qobiliyati;
- 5) xotira;
- 6) fikr yuritish qobiliyati;
- 7) obyektlar va tasvirlar o'rtasidagi o'xshashlik yoki farqlarni idrok etish tezligi.

Amerikalik psixolog J. Gilford intellektni kub model sifatida taqdim etadi. U aqliy faoliyatning 120 ta omilini ajratib ko'rsatib, ular qanday aqliy operatsiyalar uchun zarurligi, bu operatsiyalarning natijalari va ularning mazmuni obrazli, ramziy, semantik, xulq-atvorga oid bo'lishi mumkinligini ta'kidlagan.

Binet va Veksler uchun intellekt bu ikkita verbal va noverbal (harakat va obrazli) ko'rsatkichlarning blokiga ega bo'lgan bir darajali modeldir.

Kettell (1967) fikriga ko'ra, har birimiz tug'ilishdanoq potensial intellektga egamiz, bu bizning tafakkurimiz, mavhumlashtirishimiz va

mulohaza yuritish qobiliyatimizni asosidir. Taxminan 20 yoshda, bu intellekt o'z rivojlanishining yuksak darajasiga etadi.

R.Kettel va J.Xormlar intellektni ikki (2) ta tarkibiy qismdan iborat ekanligini ta'kidlaydilar hamda ularning mohiyatini tushuntirib berishga harakat qiladilar:

1. Flyuidlashgan intellekt.
2. Kristallashgan intellekt.

“Flyuidlashgan” intellekt inson faoliyatining deyarli har bir jabhalarida ko'zga tashlanib, dastavval u ilk bolalik davrida yorqinroq namoyon bo'ladi, keyinchalik esa asta-sekin inson ruhiyatiga singib boradi. Flyuidlashgan intellekt tarkibi go'yoki nasldan-naslga meros tariqasida o'tadi.

“Kristallashgan” intellekt tarkibi esa hayot davomida ontogeneza orttirilgan ko'nikmalardan tashkil topadi.

Atoqli psixolog J.Gilfordning (1959-yil) intellekt strukturasi o'rganishga yo'naltirilgan tadqiqotlari ayniqsa qiziqarlidir. Gilford intellektning 120 (bir yuz yigirma) ga yaqin faktor (omili) ni ajratib ko'rsatadi.

Gilford o'zining kubik modelida tafakkur o'lchamlaridan (operatsiyalar: bilish funksiyasi, xotira, divergent va konvergent tafakkur, baholash), mazmun: obrazli, belgili, semantik, xulqiy; natija: elementlar, darajalar, aloqa, munosabat, tizim (sistema), o'zgartirish; islohot: qo'llash, tatbiq qilish (kelib chiqqan holda 120 ta o'ziga qobiliyat turlarini ajratib berishga harakat qiladi.

Mazmun – bizning biron-bir narsa haqida o'ylashimiz.

Operatsiya – qanday tarzda o'ylayotganligimiz.

Natija – bu aqliy harakatlarimiz nimalarga olib keladi, ya'ni aqliy harakatimiz natijasi).

Gilford divergent va konvergent tafakkur turlari negizida ijodiy tafakkur yotishini dalillab beradi.

Psixologiya fanida intellekt taraqqiyoti muammosi ham juda qiziqarli nazariyalar kelib chiqishiga sabab bo'ldi. Biz quyida ularni ayrimlariga to'xtalib o'tamiz.

Atoqli fransuz psixologik maktab namoyondasi Robining fikricha, inson psixologik jihatdan taraqqiy etish jarayonida u o'zini qurshab turgan barcha ob'yektlarni o'zlashtirib boradi va ular to'g'risida ba'zi ta'sirlar, tasavvurlarni umumlashtirish, deydi. Uning mulohazasiga ko'ra, idrok ko'lamining kengayishi bilimning siljishi, diqqatni bir

davrning o'zida bir necha ob'yektga qarata olishi - inson psixologik taraqqiyotiga olib keladi. Uning taraqqiyotini 3 ta bosqichga ajratadi:

1. Imitatsiya (tashqi taqlid)
2. Identifikatsiya (o'quvchining bilimlarini o'zida singdirish, uning shaxsiy fazilatlari, xususiyatlarini o'zlashtirib borish)
3. Refleksiya (inson o'zini-o'zi anglagan holda bo'lg'usi faoliyatini amalga oshirish, muayyan rejalar tuzish, ularni hayot va faoliyatga tatbiq etish).

T. Ribo super ongni o'rganib, uni quyidagi atamalardan, tarkiblardan iborat ekanligini ko'rsatish maqsadida psixologiya faniga bir qator yangi tushunchalar olib kiradi:

1. Ko'zning ochilishi (ma'rifiylik).
2. Ijodiy qo'zg'alish davri
3. Jismoniy vositalar davri (insonda qarilik belgilarining, alomatlarining paydo bo'lishi, tana a'zolariga qo'shimcha u yoki bu vositalarni olib kirishni taqozo etadi).

Yana bir fransuz psixologik maktab vakili bo'lmish Byulerning tabiricha intellekt taraqqiyoti quyidagi bosqichlardan tarkib topishi shart:

1. Sinkretizm (tushunchalarni bir-biridan ajrata olmaslik)
2. Agglyutinizm (maktab yoshiga yaqin bolalarda fantaziyaning kuchayishi, vaqtni noto'g'ri idrok etish, har bir obrazlarni muayyan bo'laklarini bir umumiyatga yaxlitlashtirish)
3. Realizm
4. Xayolot (ijodiy xayol yordamida inson o'zi tug'ilib o'sgan vataniga biror jihatdan yordam berish).

Fransuz psixologik maktab namoyandalarining fikricha, shaxs shakllanishining dastlabki belgilari unda paydo bo'layotgan affektiv holatlardir. Masalan, imo-ishoralar, verbal ma'no kasb etuvchi holatlar. Inson shaxsining shakllanishi dastavval instinklar va shartli reflekslar orqali amalga oshirildi. Insondagi qoniqish, maroqlanish, empatiya, ruhlanish singari murakkab kechinmalar shaxsning shakllanishini belgilovchi asosiy mezonlar bo'lib hisoblanadi. Fransuz maktabi namoyandalarining nuqtai nazaricha, emotsional holatlar insonning taraqqiyotini belgilovchi asosiy mezonlar, o'lchamlar va kriteriyalar sanaladi. Ular intellektual taraqqiyotni:

- a) Spontan (favqulotda paydo bo'luvchi)
- b) Impulsiv (ichki)

c) Imitatsiya (tashqi taqlid) holatlari bilan bog'lab tushuntirishga intiladilar.

Fransuz maktabining yana bir vakili Levi-Bryul inson intellektual taraqqiyotining davrlarini belgilashga harakat qiladi:

1. Nutqqacha bo'lgan davr.
2. Nutq davri.
3. Sinkretizm davri.
4. Persipsiya davri (idrok qila olish).
5. Parsisipatsiya davri.
6. Transduksiya davri .

Shvetsariyalik psixolog J.Piaje intellekt muammosiga o'z shaxsiy nuqtai nazaridan kelib chiqqan holda yondashadi. U ko'p hollarda tafakkur tushunchasi o'rniga "intellekt" terminin ishlatadi, ba'zan psixologik atamalardan birmuncha uzoqlashadi va h.k. J.Piaje intellekt nazariyasini 2 (ikki) ta muhit jihatlariga ajratib, ularni intellekt funksiyalari hamda intellekt davrlari deb nomlaydi. Piaje mulohazasiga ko'ra, intellektning asosiy funksiyalari qatoriga uyushqoqlik (tartiblilik) va adaptatsiya (moslashish, ko'nikish) kiritilgan bo'lib, ular intellektning funksional invariantligi deb yuritiladi. Muallif intellektning quyidagi rivojlanish bosqichlariga ajratadi:

1. Sensomotor intellekt (tug'ilishdan to 2 yoshgacha)
2. Operatsiyalardan ilgari tafakkur davri (2 yoshdan 7 yoshgacha)
3. Konkret (yaqqol) operatsiyalar (aqliy harakatlar) davri (7-8 yoshdan 11-12yoshgacha)
4. Formal (rasmiy) operatsiyalar (aqliy harakatlarni amalga oshirish) davri.

J.Piajening fikriga ko'ra, intellektning o'sishi bolada nutq paydo bo'lishidan ilgari boshlanadi. Intellektning kurtagi bolaning dastlabki tartibsiz xatti-harakatlarida o'z ifodasini topadi. Keyinchalik maqsadga yo'naltirilgan harakatlar aktini amalga oshirish natijasida va tahlil qilish yordamida intellektning genetik ildizini o'rganish uchun muhim imkoniyatlar yaratiladi. J.Piaje konkret operatsiyalar davri predmetlar bilan aloqa ekanligini ta'kidlab, psixologiyada olg'a siljish yasaydi. Formal (rasmiy) operatsiyalar davriga tasnif berilganda esa predmetlar bilan tobora aloqa yo'qola borishi qayd qilinadi. Intellektning o'sishi inson operatsiyalar sistemasi bilan qurollanishdan iborat ekanligini aytib o'tiladi. Intellektning taraqqiyot pallasiga aqliy harakatlar yig'iq holda sodir bo'ladi. Intellekt davrining o'zaro o'rin almashishi tafakkur

o'sishini bildiradi, davrning ketma-ketligi esa rivojlanishning ichki qonuniyatlarini ifodalaydi.

J.Piaje intellekt nazariyasi jahon psixologiyasi fani uchun muhim ahamiyatga ega bo'lib, unda ob'yektiv "klinik" metod qo'llanilgan, intellektning genetik ildizlari ochib berilgan, intellekt bilan predmetlar o'rtasidagi xususiyatlar o'ziga xosligi yoritilgan, intellektual faoliyatda subyektni o'zgartirib borishi empirik materiallar va nazariy mulohazalar bilan isbotlangan.

Shuning bilan birga, ushbu nazariya tizimida munozarali tomonlar ham mavjud, chunki, J.Piaje qo'llagan termen va tushunchalar tub ma'nodagi psixologik mazmun kasb etmaydi, ifodalangan logic-matematik sxemadan biologik, fizik va abstract jihatlarini ajratish hamda ularni psixologik talqin qilish juda qiyin, intellekt davrlarining izchil va qat'iyligiga shubhatug'iladi.

Barcha psixologik maktablarda bo'lgani kabi Amerika psixologiyasida ham intellekt muammosi keng o'rganildi. Intellekt muammosini tadqiqot qilishda amerikalik psixologlar boshqa psixologik maktablardan farqli o'laroq asosiy diqqat-e'tiborni quyidagi masalalarga qaratadilar:

1. Intellektning yosh davrlarga bog'liligi
2. Jinsga va dunyoga kelish tartibiga aloqadorligi
3. Etnos, elat, millatga taalluqliligi
4. Oilaning ijtimoiy-iqtisodiy statusiga bog'liqligi
5. Ota-onalarning ma'lumotliligi va boshqalar.

Bizga ma'lumki, jahon psixologiyasi fanida intellektual faollik muammosiga alohida diqqat-e'tibor bilan qaraladi. Shuning uchun ham chet el psixologiyasida va sobiq sovet psixologiyasida ushbu muammoni o'rganish uchun ko'plab izlanishlar olib borilgan. Hammaga aniqki, sobiq sovet psixologi D.B.Bogoyavlenskaya intellektual faollikning 3 (uch) darajasi mavjudligini belgilab bergan edi:

1. Reproduktiv.
2. Evristik.
3. Kreativ.

Biz quyida intellektual faollikning yuqori darajasi hisoblanmish kreativlik haqida mulohaza yuritishga harakat qilamiz, chunki bu narsa psixologiya fanida juda kam o'rganilgan, lekin muhim ahamiyat kasb etuvchi jabha bo'lib hisoblanadi. Umumiy holatda kreativlik tushunchasi jarayonning o'tmishdagi, hozirgi davrdagi yoki keyingi xususiyatlarini o'z ichiga qamrab oladi. Ushbu jarayon natijasida odam yoki

odamlarning guruhi oldin mavjud bo'lmagan biror narsani yaratadi, kashf qiladi, yangilik elementlarini vujudga keltiradi.

X.E.Trik kreativlikni o'rganishning to'rt (4) yo'nalishini ko'rsatib beradi va ularning har birini izohlashga intiladi:

1. Kreativlik natija sifatida.
2. Kreativlik qobiliyat sifatida.
3. Kreativlik jarayon sifatida.
4. Kreativlik shaxsning xususiyati sifatida.

Atoqli psixologlar Mak Fersom, K.Teylor, D.Teylor va boshqalar birinchi yondashishning tarafdorlari sifatiga kiradilar. Ular ijodiy natijaning 3 (uch) ta xususiyatini belgilab berdilar:

- miqdor,
- sifat,
- ahamiyat.

Ko'pchilik tadqiqotchilar natijani ijodning yagona mezonini deb hisoblaydilar, goho bu fikrga antiteza sifatida ishonchsizlik bildiradilar, unga shubha bilan qaraydilar. Jumladan, Teylor, Smit va boshqa olimlarning ko'rsatishicha, ijodiy natijaning ko'pchilik belgilagan ta'riflari faqat ayrim jihatlari bilan ijodga bevosita aloqasi bor, xolos, qolganlari esa sinovdan o'tkazilayotgan subyektni ishlarining umumiy natijalarini ta'riflashga yo'naltirilganligi bilan ajralib turadi.

Kreativlikni jarayon sifatida o'rganishda ijodiy fikrlarning bir necha bosqichlari, darajalari va turlari ta'kidlab o'tiladi. Psixolog Uolles 1926-yildan e'tiboran ijodiy jarayon bosqichlarini tadqiq qilishga boshlagan edi, chunki ushbu izlanish tasviriy xususiyatga egadir. Muallif ijodiy jarayonda 4 bosqich mavjudligini alohida uqtirib o'tadi:

1. Psixologik jihatdan vaziyatga tayyorlanish.
2. Har qaysi shaxsiy, kognitiv, motivatsion jabhalari bilan yetilish.
3. Yuzaga kelgan vaziyatga nisbatan ruhlanish.
4. Muammo yoki vaziyatning haqiqatligini tekshirish.

Tadqiqotchi Patrikning eksperimental izlanishlari shuni ko'rsatadiki, 55 shoir va 50 rassom uchun 4 (to'rt) bosqichli ijod jarayoni o'ziga xos ravishda yuzaga kelgan. Natijada Uollesning mashhur sxemasi faqatgina uncha kata bo'lmagan o'zgarishlarga uchraydi, xolos.

Kreativ jarayon darajalarini tadqiqot qilish psixologik yo'nalish bilan uzviy bog'liqdir. Ma'lumki, Z.Freyd ijodiy akti libido quvvati sublimatsiyasining natijasi sifatida ta'riflagan. Tadqiqot Myodnik tomonidan taklif qilingan uzoqlashtirilgan birikmalar (RAT) testi

ktivlikni fikrlash ko‘rinishi (turi) sifatida qaralgan izlanishlarining eng ko‘p tarqalgani bo‘lib hisoblanadi. Myodnik ijodiy jarayonni assotsiativ elemenlarini yangi kombinatsiyalar shaklida qaytatdan tuzib chiqish sifatida ko‘rib chiqadi.

Uchinchi yo‘nalish vakillari esa kreativlikni qobiliyat tariqasida talqin qiladilar. Simpson kreativlikka odam fikrlashining bir xildagi usullarini rad etish qobiliyati sifatida qaraydi.

J.Gilfordning fikricha, qobiliyat intellektni umumiy modelining ichida joylashadi, shu boisdan u kreativlikning 4 omilini ajratib ko‘rsatadi:

1. Originallik – izohlanishga mo‘ljallangan birikmalar, o‘zgacha (kutilmagan) javoblar natijalarini ko‘rsatish hisoblanadi.

2. Semantik egiluvchanlik – ob‘yekning funksiyasini ajratish va unda yangicha foydalanishni taklif qilish qobiliyati.

3. Ifodali moslashtirilgan egiluvchanlik – yangi imkoniyatlarni ko‘rish uchun rag‘batlantiruvchi omillarshaklini o‘zgartirish qobiliyati.

4. Semantik o‘z-o‘zidan yuzaga keluvchi egiluvchanlik – nisbatan cheklangan vaziyatlarda turli xil g‘oyalar yaratish qobiliyati.

J.Gilford ijodiy qobiliyatlarni ayrim taxminiy tuzulishlar sifatida tushunadi, natijada bu tuzilishlar test shakllariorasidagi interkorrelizatsiya sifatida namoyon bo‘ladi. Torrens bu qobiliyatlarni odamlar orasida mavjud bo‘lmagan tafovut tariqasida ta’riflaydi .

Torrens kreativlik deb, nihoyatda kuchli darajada kamchiliklarni idrok qilish, bilimlardagi kamchiliklarni, yetishmaydigan elementlarni, disgarmoniya va hokazolarni idrok qilish qobiliyatlarini tushunadi. Ijodiy akt keyinchalik sezishni, yechimni qidirishni, yetishmovchi elementlarga nisbatan farazning paydo bo‘lishi va shakllanishi, bu farazlarni tekshirish va ularni yana qaytadan tekshirish, modifikatsiyalash ehtimollari va nihoyat natijalarni ma’lum qilishni o‘z ichiga qamrab oladi.

Kreativlikni o‘rganishdagi to‘rtinchi yo‘nalish uning shaxs xususiyati sifatida qarashdan iborat bo‘lib, unda shaxs muammosi mazkur holat bilan uyg‘unlashtirilgandir. Ushbu yo‘nalishning vakillari bo‘lmish Geldshteyn, Rodjers, Masloular ijodiy jarayonni “o‘zini-o‘zi faollashtirish” (самоактуализация) bilan bog‘lab tushuntirishga harakat qilganlar. Barron va Volsh tajribalari shu narsani ko‘rsadiki, murakkab chizmalar va rasmlar yaratilishi shaxsning ijobiy xususiyatlari bilan uning ijodiy imkoniyatlari o‘zaro uzviy bog‘liqdir: Nutqning tezligi

(sur'ati), hukmning beixtiyorligi va mustaqilligi, qiziqishlarning kengligi va oqilligi kabilar.

Psixologlardan Kettel, Golland, Makkennon, Madli kabilarning fikricha, kreativlikni o'lchab beruvchi, mezon vazifasini o'tovchi testlarni boshqarishda sinaluvchilarning shaxsiy fikri hamda mulohazalarini o'rganish hech qachon foydadan holi emasdir. Kaliforniya universitetida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, yetarlicha ijodkor bo'lgan insonlar sezilarli darajada intellektual ustunlikka ega bo'lishlari shart emas, chunki ularning intellektual darajasi o'z-o'zidan yetarlicha yuqoridir. Ijodkor shaxsning psixologik xususiyatlari mohiyati shundaki, u bolaning rostgo'ylik, tasavvur qilish ko'rsatkichi, ajablanishi, taajublanishi bilan yetuk, amaliy (turmush tajribasiga egabo'lgan) tajriba yoshidagi kishining bilish mahoratini o'zida birlashtira olishga qodir bo'ladi.

Shunday qilib, intellekt muammosi chet el (G'arbiy Yevropa, AQSh) psixologiyasida juda keng o'rganilgan bo'lib, ular turlicha nazariyalar, konsepsiyalar, yondashishlar, pozitsiyalar, yo'nalishlarga asoslangan holda tadqiq qilingan. Shuning bilan birga intellektni o'lchash mezonlari, kriteriylari, taraqqiyot ko'rsatkichlari, o'ziga xos xususiyatlari, test yaratish va undan turli yoshdagi kishilar aqliy rivojini tekshirishda foydalanish xilma-xil ilmiy-nazariy negizlarga qurilgandir.

B.G. Ananov intellektni shaxsning jarayonlari, holatlari va xususiyatlarini qamrab oluvchi kognitiv kuchlarning ko'p bosqichli tizimi deb hisoblaydi. O'z navbatida, bu struktura neyrodinamik, avtonom va metabolik xususiyatlar bilan bog'liq. Ular aqliy harakatni meyorini, uning foydaliligini yoki inson salomatligiga zarar etkazish darajasini belgilaydi. Ushbu yondashuvda intellektga metabolik jarayonlar asosida kechadigan kognitiv jarayonlar va funksiyalarning integratsiyasi sifatida qaraladi. Yuqori intellekt ko'rsatkichlari insonning har qanday faoliyatdagi muvaffaqiyatini ta'minlaydi.

D.B. Bogoyavlenskayaning nazariyasiga binoan, intellektual faollikning 3 (uch) ta darajasi mavjuddir:

1. Reproduktiv. Yuqori chegarasi – qiziqish, quyi chegarasi – sinalayotgan odamning vazifaga nisbatan sustligi. O'zlashtirilgan holatlar tarsi chegarasidan, doirasidan chiqadigan umumiy xulosalar qariyb yo'qligi.

2. Evristik. Faoliyatni takomillashtirishga intilish paydo bo'ladi, yechimning yangi usullari qidirishga, topishga nisbatan moyillik (intilish) vujudga keladi.

3. Kreativlik. Bu intellektual faollikning yuqori darajasi bo'lib, uning yordamida vazifani yo'lga qo'yishdagi tashabbus, nazariy umumiy xulosalar, o'zro bog'liqlar, sabab-oqibatlar aniqlanadi.

Intellektual rivojlanishi muammosiga analitik yondashuv A.V.Zaporojes tadqiqotlarida yaqqol ko'zga tashlanadi. Muallif bola intellektining funksional va yosh davrlari bo'yicha rivojlanishi jarayonlarini farqlaydi. Funksional rivojlanish jarayoni bolaning tafakkuri mazmunining boyishida o'z ifodasini topadi. Boshqacha so'z bilan aytganda, shaxs tomonidan o'zlashtirilgan yangi harakatlar rivojlanib borib, ular aqliy harakatlarga aylanadi. Bolada paydo bo'layotgan yangi intellektual faoliyat shakli bola tafakkurining yosh davrlari bo'yicha sifat jihatdan rivojlanishini ta'minlaydi.

A.V.Zaporojes chet ellik olimlar A.Vallon (Fransiya) va J.Piaje (Shvetsariya) kabi intellektual faoliyatning 2 (ikki) ta genetik izchillikdagi shakllarni ko'rsatib beradi:

1. Ko'rgazma harakatli tafakkur.
2. Ko'rgazma obrazli tafakkur.

A.V.Zaporojes keyinchalik uchinchi mezonni ham kiritishga muvofiq bo'ladi, chunonchi (3) so'z-mantiq tafakkur.

Uning fikricha, bolada ko'rgazmali harakat tafakkurning paydo bo'lishi, uni real predmetlar bilan ishlashga, ko'rgazmali obrazli tafakkurning vujudga kelishi esa obrazlar, tasavvur bilan faoliyat ko'rsatishiga, shuningdek, so'z-mantiq tafakkurining tuzilishi bo'lsa belgi va tushunchalar bilan faoliyatni amalga oshirishga olib keladi. A.V.Zaporojesning fikricha, intellektning funksional va yosh davrlari bo'yicha rivojlanishi o'rtasida juda yaqin aloqa mavjud bo'lib, ular o'zaro yg'unlikka egadirlar.

Nazorat savollari

1. "Intellekt" tushunchasiga ta'rif bering.
2. Intellekt tuzilishining qanday xususiyatlari bor?
3. Intellektning pedagogik tavsifi qanday?
4. Intellektning nazariy modellarini tavsiflang.

O'quv mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim uchun topshiriqlar ***"Ortiqcha tushunchani toping" metodi***

Maqsad: sinaluvchilarning umumlashtirish va abstaksiyalash qobiliyatini, obyektlar va hodisalarning muhim xususiyatlarini ajratib ko'rsatish qobiliyatini o'rganish.

Stimul materiallar va jihozlar: qog‘oz, qalam, topshiriq varag‘i:

1. Eskirgan, qari, to‘zib qolgan, kichik, xarob.
2. Mard, jasur, qo‘rqmas, g‘azablangan, cho‘rtkesar.
3. Bahrom, Rahmon, Xasan, Abdullayev, Ahmad.
4. Sut, qaymoq, pishloq, qazi, smetana.
5. Jadal, Tezda, darrov, asta-sekin, shoshib.
6. Chuqur, baland, yorug‘, past, sayoz.
7. Barg, kurtak, po‘stloq, daraxt, novda.
8. Uy, ombor, kulba, imorat, bino.
9. Qayin, qarag‘ay, daraxt, eman, archa.
10. Nafratlanmoq, bezor bo‘lmoq, xafa bo‘lmoq, ranjimoq, jazolamoq.
11. Ravshan, tiniq, ko‘k, yorqin, xira.
12. Fil, bo‘ri, ayiq, xayvon, sigir.
13. Muvaffaqiyasizlik, qulash, inqiroz, mag‘lubiyat, hayajon.
14. Bolg‘a, mix, qisqich, bolta, randa.
15. Daqiqa, soniya, soat, kechqurun, sutka.
16. Talonchilik, o‘g‘irlik, zilzila, tovlamachilik, bosqinchilik.
17. Muvaffaqiyat, g‘alaba, omad, tinchlik, yutuq.

Sinaluvchiga ko‘rsatma: Sizga 17 qator so‘zlar yozilgan varaq beriladi. Har bir turkum beshta so‘zdan iborat. Ulardan to‘rttasi ma’lum darajada bir hil tushunchalar bo‘lib, umumiy xususiyatiga ko‘ra birlashtirilishi mumkin va bir so‘z bu talablarga javob bermaydi va uni chiqarib tashlash kerak. Siz har bir qatorni ko‘rib chiqib ortiqcha so‘zni topib, tegishli raqam ostida qog‘oz varag‘ingizga yozing. Masalan, 5 ta so‘z berilgan: “G‘isht, loy, tosh, ohak, uy”. Birinchi to‘rtta so‘zni bitta “qurilish materiallari” tushunchasi bilan birlashtirish mumkin, oxirgi so‘z esa ortiqcha. Demak varaqqa: “№.1 – uy”. SHunday, tartibda siz barcha 17 vazifani hal qilishingiz kerak.

Tadqiqotchi sinaluvchi bilan birgalikda birinchi vazifani javobini aniqlaydi va tahlil qiladi. Qolgan qismni sinaluvchi, mustaqil ravishda tahlil qiladi. Agar u qiyinchilikka duch kelsa, tadqiqotchi unga erdamchi savol beradi. Bayonnomada sinaluvchi topshiriqning raqamini va ortiqcha so‘zni yozadi. Ushbu metodika kattalar va 11-12 yoshdan oshgan bolalarni o‘rganish uchun ishlatiladi.

Natijalarni qayta ishlash: Ortiqcha deb topilgan so‘zlar kalit orqali tekshiriladi.

1. Kichik

2. G‘azablangan
3. Abdullaev
4. Qazi
5. Asta-sekin
6. Yorug‘
7. Daraxt
8. Ombor
9. Daraxt
10. Jazolamoq
11. Ko‘k
12. Xayvon
13. Hayajon
14. Mix
15. Kechqurun
16. Zilzila
17. Tinchlik

2. Tekshiruv asosida to‘g‘ri chiqarib tashlangan so‘zlar soni hisoblanadi. Bu miqdoriy ko‘rsatkich.

3. Har bir turkumdagi 4 ta sozni bir guruhga birlashtirish sabablarini aniqlash maqsadida sinaluvchi bilan suhbat o‘tkaziladi. Asosiy xususiyatlarni aniqlaganmi yoki yo‘qligini bilib yakuniy xulosa qilinadi. Bu sifat ko‘rsatkichidir.

4. Miqdoriy va sifat ko‘rsatkichlari asosida ushbu fan bo‘yicha umumlashtirish va abstraksiya psixik operatsiyalarining rivojlanish darajasi to‘g‘risida xulosa chiqariladi. Rivojlanish darajasini baholash subyekt natijalarini bir xil yoshdagi odamlar guruhini eksperimental o‘rganish natijasida olingan o‘rtacha guruh natijalari bilan taqqoslash asosida amalga oshiriladi.

3.14-Mavzu. Semantik differensial metodi bo‘yicha nutq birliklari semantikasini o‘rganish

Mashg‘ulotning maqsadi: nutq haqida tushuncha berish, turli nazariy maktablarda semantika tushunchasi va ma’no turlarini ko‘rib chiqish, talabalarni ularni tashxislash metodlari bilan tanishtirish.

Asosiy tushunchalar: nutq, monolog, diolog, ekspressiv nutq , impressiv nutq, og‘zaki nutq, yozma nutq, semantik differensial metodi,

mazmun va mohiyat, ma'no turlari: signifikativ, denotativ, strukturaviy, pragmatik.

Nazariy ma'lumotlar. *Til muomala vositasidir.* Til muomalaga kirishuvchilar o'rtasida-gi kommunikatsiyani ta'minlaydi, chunki uni axborot beruvchi ham, uni qabul qiluvchi ham birday tushunadi. Boshqa kishiga axborot beruvchi (kommunikator) va uni qabul qiluvchi (retsipient) muloqot jarayonida bir xil tildan foydalanishi kerak, aks holda, bir-birini to'g'ri tushunolmaydi. Axborot almashishda bola onasiga savollar beradi va ular unga javob beradilar, bu javoblardan bola o'z faoliyatini keyinchalik foydalanadigan umumiy bilimlarning faqat ozgina qismini oladi.

Umumiy bilimlarning ozginagina qismini bola til shaklida, til yordamida so'z belgilari tizimida hosil qila oladi. Maktabda ham xuddi Shunday bo'ladi, o'quvchi olam haqida barcha bilimlarni o'qituvchining tushuntirishidan yoki darslikdan, ya'ni til yordamida o'zlashtiradi. Bu yerda til o'zining muhim vazifalaridan birini bajaradigan, ya'ni yashash vositasi ijtimoiy-tarixiy tajribani berish va o'zlashtirish vositasi tarzida namoyon bo'ladi.

Ikkinchidan, har bir alohida odamning ish-harakati va faoliyatini, ko'pincha, ijtimoiy qiymatga ega bo'lmagan, o'zga kishilarning bevosita tajribalari belgilaydi. Masalan, men oshxona tomon yo'l olaman. Yo'lda o'rtog'im menga uchrab: "Oshxona yopilgan", – deydi. Shu paytda bu xabar mening faoliyatimni ma'lum bir tarzda boshqaradi: men qayrilib, boshqa oshxona tomon jo'nayman. Bu yerda til o'zining boshqa muhim vazifasi bilan, ya'ni vosita yoki kommunikatsiya usuli yoki odamning hatti-harakatlarini boshqaruvchi bir vosita sifatida namoyon bo'ladi. Har qanday kommunikatsiya, har qanday munosabat suhbatdoshiga ta'sir qilishdan iboratdir.

Uchinchidan, har bir alohida odamning ish-harakatlari va faoliyatlarini har bir ayrim kishilarning shaxsiy tajribasi belgilaydi. Odamning "shaxsiy" tajribasi, o'z individual tajribasi boshqa kishilarning tajribalari va ijtimoiy tajribaning o'ziga xos aralashmasidan iborat. Odam hayvondan farqli o'laroq, o'z harakatlarini rejalashtira oladi. Bunday rejalashtirishning va umumiy fikriy masalalarni hal qilishning asosiy quroli tildir. Bu yerda biz tilning uchinchi vazifasi aqliy faoliyatning (idrok, xotira tafakkur, xayol) quroli sifatidagi vazifasiga to'qnash keldik. So'z belgilar tizimi sifatida tildan nutq faoliyatida foydalaniladi.

Nutq faoliyati – odam tomonidan ijtimoiy-tarixiy tajribani o‘zlashtirish va avlodlarga berish yoki kommunikatsiya o‘rnatish o‘z harakatlarini rejalashtirish maqsadida tildan foydalanish jarayoni. Nutq faoliyati aloqa jarayonining o‘zidir. Nutq faoliyatining quyidagi turlari farqlanadi: faol va passiv nutq. So‘zlovchining nutqi faol nutqdır. Tinglovchining nutqi passiv nutq hisoblanadi. Nutq ichki, tashqi nutqqa bo‘linadi. Tashqi nutq – yozma va og‘zaki nutqqa, og‘zaki nutq esa monolog va dialogik nutqqa bo‘linadi. Monolog – bir kishining o‘ziga yoki boshqalarga qaratilgan nutq. Bu o‘qituvchining bayoni, o‘quvchining to‘laroq javobi, ma’ruza va boshqalardir. Monologik nutq ma’lum qiyinchiliklarga ega. Monologda gapirayotgan kishi fikrlarning aniqligiga, grammatik qoidalarining saqlanishiga, logika va aytilayotgan fikrlarning izchilligiga e’tibor berish kerak.

Dialogik nutqqa nisbatan monologik nutq kechroq shakllanadi. Maktabda o‘quvchilarda monologik nutqni rivojlantirishga alohida e’tibor berishlari kerak. Ikki yoki undan ortiq kishilar o‘rtasidagi nutq dialog deyiladi. Dialogik nutqda bayon qilinayotgan fikr ko‘p jihatdan undan oldingi fikrga bog‘liq bo‘ladi. Dialogik nutqda suhbatdoshlarga ma’lum bo‘lgan ayrim so‘zlar tushirib qoldiriladi. Shuning uchun yozib olingan dialog boshqalarga unchalik tushunarli bo‘lmasligi mumkin. Dialogik nutqda har xil turdagi shablonlar, ya’ni odatlanib qolgan so‘z birikmasi ko‘p uchraydi (qoyil, marhamat qilib aytingchi...).

Nutqning ichki nutq deb atalgan turi nutq faoliyatining alohida turi hisoblanadi. Ichki nutq amaliy va nazariy faoliyatni rejalashtirish fazasi sifatida namoyon bo‘ladi. Biz so‘zni chala-yarim aytishimiz bilanoq tushunaveramiz. Ichki nutq ayrim og‘zaki nutq aktlaridan yuksakroq, xususan, ixtiyoriylik darajasi ancha yuksakroq bo‘lgan og‘zaki nutqdan yuksakroq sodir bo‘lishi mumkin.

Nutq o‘zining fiziologik negiziga ko‘ra, eshitish va harakat analizatorlari faoliyatini bajaradi. Miya qobig‘ida tashqi olam tomonidan bo‘ladigan turli xil qo‘zg‘atuvchilar bilan so‘zlarning talaffuz qilinishini boshqarib turadigan tovush paychalari, hiqildoq, til va boshqa a’zolar harakati o‘rtasidagi muvaqqat bog‘lanishlar o‘rnatiladi. Nutq ikkinchi signallar tizimi negizida amal qiladi. So‘z, I. P. Pavlov fikricha, “signallar signali”dir. Nutqni dasturlashtirish – nutqiy ifodaning, ya’ni kishi bildirmoqchi bo‘lgan fikrning ma’naviy o‘zagini tuzish – birinchi bosqich hisoblanadi. Ikkinchi bosqich – jumlaning sintaktik tarkibini tuzishdan iborat. Nihoyat, jumlani ovoz chiqarib ayta boshlaydi, ya’ni nutq real tarzda ro‘yobga chiqadi. Shunday qilib, “gapirish” jarayoni

boshlanadi. Bu jarayon davomida kommunikator uzatilishi lozim bo'lgan axborotni kodlashtiradi. Retsipient tinglash jarayonida olingan axborotning kodini ochadi. Bu kommunikator aytmoqchi bo'lgan so'zning anglab ye-tilishini ta'minlaydi.

Nutqiy fikr-mulohazani kodlashtirish va kodini ochish jarayonlari og'zaki muloqotda muvaffaqiyat keltiradigan aqliy markazlar va tizimlar saqlanib qolganda yuz beradi. Mabodo, ushbu tizimlar ishida buzilishlar ro'y bersa, kishi nutqida turli xildagi buzilishlar – afaziyalar (so'zlashish va tushunish qobiliyatining yo'qotilishi) sodir bo'ladi.

XIX asrning o'rtalaridayoq olimlar miyaning ba'zi bir qismlari ishidagi buzilish nutqning buzilishiga olib kelishini kashf etgan edilar. Jumladan, P. Broka bemorlarda chap yarim sharning pastki peshona qismidagi burmalari orqali orqa tomonining uchdan bir ulushi shikastlangan holda so'zlarni talaffuz etishda buzilish ro'y berishini aniqladi. Keyinroq K. Vernike chap yarim sharning ustki chakka qismidagi burmalari orqa tomonining uchdan bir ulushi shikastlanganda so'zlarni tushunishning buzilish hollarini tavsif qilgan edi. Miya to'qimalarining ushbu qismlari harakatlantiruvchi nutq ("Broka markazi") va nutqni tushunish ("Vernike markazi") "markazlari" deb yuritila boshladi. Lekin keyinchalik, asosan, psixofiziologlar (A. R. Luriya, N. A. Bernshteyn, P. K. Ano-xin va boshqalar)ning ilmiy ishlari tufayli nutqning fiziologik negizi miyaning alohida qismlari ("Nutq markazlari") faoliyatidan ko'ra ko'proq yaxlit holdagi miya faoliyatining murakkab tarzda tashkil topishidan iborat ekanligi aniq-ravshan bo'ldi. Shunday qilib, nutq funksiyalarining jo'shqin, ya'ni anatomik tarzda emas, balki harakatchan tarzda cheklanishi to'g'risidagi tasavvur tarkib topdiki, bu markaziy asab tizimining keng ravishda kompensatsiyalab turish imkoniyatlaridan foydalanishi munosabati bilan nutqning buzilishini to'g'rilashida juda katta ahamiyat kasb etadi.

Neyropsixologlar nutqning ikkita alohida turini farq qilishadi. Bu ekspressiv nutq (so'zlash) va impressiv nutq (so'zlarni, gaplarni tushunish). Afaziyaning barcha turlarida u yoki bu darajada ekspressiv va impressiv nutq buzilgan bo'ladi. Masalan, motor nutq markazlari zararlanganda, asosan, ekspressiv nutq, sensor nutq markazlari zararlanganda, ko'proq impressiv nutq buziladi.

Ekspressiv nutq og'zaki va yozma nutqlarga ajratilsa, impressiv nutq og'zaki va yozma nutqni tushunishdan iboratdir. Og'zaki nutqqa monologik, dialogik va takroriy nutqlarni misol qilib keltirish mumkin. Narsalarning nomini aytish, ularning harakatini so'z bilan ifodalash ham

ogʻzaki nutqning bir turidir. Yozma nutq mustaqil yoki diktant koʻrinishida boʻladi.

Semantik differensial (SE) metodi eksperimental semantika metodlariga tegishli va subyektiv semantik makonlarni qurish usullaridan biridir. SD texnikasi sinaluvchilar tomonidan tushunchalarni talqin qilishdagi farqlarni oʻlchash uchun moʻljallangan. Bu, tekshirilayotgan individ uchun uning hayotiy tajribasi natijasida mazkur shaxs, obyekt, hodisa va hokazolar oʻziga xos takrorlanmas maʼnoni anglatishi koʻzda tutilgan¹.

Ushbu metod 1952 - yilda Ch.Osgud boshchiligidagi amerikalik psixologlar guruhi tomonidan sinesteziya mexanizmlarini oʻrganish jarayonida ishlab chiqilgan. Mazkur metod insonning idroki va xulq-atvori bilan bogʻliq tadqiqotlarda, ijtimoiy ustanovka va shaxsiy maʼnolarni tahlil qilishda keng qoʻllanilgan. U psixologiya va sotsiologiyada, ommaviy kommunikatsiya nazariyasi va reklamada, shuningdek, estetika sohasida qoʻllaniladi. Ch.Osgudning fikriga koʻra, SD metodi konnotativ maʼno deb ataladigan–stimul qoʻzgʻatuvchisini idrok etishdan keyin yuzaga keladigan va belgilar bilan anglangan operatsiyalardan oldin doimo namoyon boʻladigan holatlarni oʻlchashga imkon beradi. Oʻzbek psixologiyasining konseptual apparatida konnotativ ahamiyatga ega boʻlgan analoglarga eng yaqin narsa bu subyektning shaxsiy maʼnosi tushunchasidir.

Ch.Osgud va uning hamkasblari metodikani ishlab chiqishda va uni turli sohalarda qoʻllashda insonlarga xos baholashning umumiy oʻlchovni aniqladilar. U oʻrganilayotgan obyekt mazmun-mohiyatining emotsional jihatini belgilovchi 3 mezon yoki omillar yigʻindisidir.

3 ta omilning har biri (baholar, kuch va faoliyat) inson idrokining maʼlum tomonlarini aks ettiruvchi bir-biri bilan chambarchas bogʻliq boʻlgan shkalalar toʻplami bilan ifodalanadi.

Baholash omili uchun quyidagi shkalalar eng koʻp qoʻllaniladi: "yaxshi - yomon", "yorugʻlik - qorongʻi", "toza - iflos".

Kuch omili uchun eng koʻp ishlatiladigan shkalalar: "kuchli - zaif", "ogʻir - engil", "qattiq - yumshoq".

Faoliyat omili uchun eng koʻp ishlatiladigan shkalalar: "faol - sust", "tez - sekin", "issiq - sovuq".

¹ Маленов А.А., Маленова А.Ю. Психологический практикум «Мышление и речь»: учебно-методическое пособие / сост.: А.А. Маленов, А.Ю. Маленова. — Омск: Изд-во ОмГУ, 2005. — 108 с.

SD metodikasining mohiyati quyidagicha. Verbal yoki noverbal shaklda soʻz, tushuncha, ramz boʻlishi mumkin, yaʼni oʻrganilayotgan obyekt maʼno jihatdan qutbli belgilar bilan berilgan oʻlchovning qatʼiy nuqtalaridan biri bilan bogʻlash orqali baholanadi. Qarama-qarshi qiymatlar orasidagi shkala sinaluvchi tomonidan oʻrta nol nuqtadan bir yoki qarama-qarshi belgining oʻzgaruvchan darajalariga oʻtadigan qiymatlarning uzluksiz ketma-ketligi sifatida qabul qilinadi.

Shunday qilib, SD boshqariladigan assotsiatsiya metodi va shkalalash jarayonining kombinatsiyasidir. SD shkalasida tushunchaning maʼnosini baholash uni semantik makonda (SP) bir nuqtaga joylashtirish imkonini beradi.

Nuqtaning pozitsiyasi ikkita asosiy koʻrsatkich bilan tavsiflanadi: kordinatalar boshidan yoʻnaltirilganlik - shkalaning neytral pozitsiyasi (sifat xarakteristikasi, belgi qutblanishi); koordinatalarning boshigacha masofa (miqdoriy xarakteristikasi, intensivligi). SP neytral pozitsiyadan qanchalik uzoqda boʻlsa, reaksiya shunchalik kuchli boʻladi va sinaluvchilar uchun baholangan tushunchalar shunchalik ahamiyatli boʻladi.

SD jarayoni asosida olingan miqdoriy maʼlumotlar oʻrganilayotgan tushunchaning semantik profili - shkalada sinaluvchi tomonidan belgilangan nuqtalarni bogʻlaydigan siniq chiziq sifatida tasvirlanadi. Semantik profil kompleksi baholangan tushunchani tavsiflaydi.

Nazorat savollari

1. Nutq jarayoni haqida maʼlumot bering
2. Nutqning qanday turlari bor?
3. Nutq buzilishini oʻrgangan olimlardan kimlarni bilasiz?
4. Siz qanday qadriyatlarni bilasiz?
5. "Ahamiyat" va "maʼno" oʻrtasidagi farq nima?
6. CH.Osgud metodida differensialning qiymati nimani koʻrsatadi?

Oʻquv mashgʻulotlari va mustaqil taʼlim uchun topshiriqlar

Amaliy mashgʻulotda semantik differensial metodini modifikatsiyalari va ularni ishlatish mumkin boʻlgan yoʻnalishlar boʻyicha suhbat oʻtkaziladi. Va mazkur metodning yutuq va kamchiliklari T-jadval grafik organayzeri orqali yozib chiqiladi, takdimot koʻrinishida yortib beriladi.

Mustaqil ta'lim uchun tavsiya etiladigan mavzular

1. Fiziologik psixologiyaning paydo bo'lish shart-sharoitlari.
2. G.Gelmgols – psixofiziologiyaning asoschisi sifatida.
3. Psixofizika fanining shakllanishida E.Veber va T.Fexner tadqiqodlarining o'rni.
4. V.Vuntning eksperimental psixologiyasi.
5. E.Titchenerning radikal introspiktsionizmi.
6. Murakkab bilish jarayonlarini eksperimental o'rganish.
7. Ebbingauz, Brayn va Xarterlarning eksperimental tadqiqotlari.
8. Kasb tanlashga doir psixologik tadqiqodlar.
9. Eksperimental psixologiyaning asosiy tamoyillari.
10. Psixologiyada eksperimental metodining tarixi.
11. Umumiy psixologiyada eksperimental metodining rivojlanishi.
12. Fanning metodik muammolari: nazariya va uning tarkibiy tuzilishi, ilmiy muammo, ilmiy faraz va asosiy umumilmiy tadqiqot metodlari.
13. Psixologiyada empirik metodlar.
14. Tabiiy va laboratoriya sharoitlarida kuzatish.
15. Eksperimental muomala, eksperimentator va uning shaxsi va faoliyati.
16. Eksperimentda sinaluvchi, uning shaxsi va faoliyati, psixologik eksperiment vaziyati.
17. Eksperimental tadqiqot etikasi.
18. Psixologning axloqiy tamoyillari va xulq-atvori kodeksi.
19. Psixologik eksperiment jarayoni va uning asosiy xususiyatlari.
20. Eksperimental o'zgaruvchilar va ularni nazorat qilish.
21. Eksperimental o'zgaruvchi turlari.
22. Eksperimental rejalar.
23. Korrelyatsion tadqiqotlar.
24. Eksperimental tadqiqot natijalarini taqdim etish shakllari.
25. Ilmiy maqolani rasmiylashtirishga qo'yiladigan talablar.
26. Psixologik tadqiqot tarkibi va mantiqiy izchilligi.
27. Empirik tadqiqotning umumiy tavsifi.
28. Shaxs rivojlanishining turli davrlarida motivatsion jarayonning ahamiyati.
29. Hozirgi zamon psixologiyasida testning dolzarb muammolari.
30. Emotsiyalar va insonning xronologik yoshi.
31. Irodaviy boshqaruv va inson shaxsining rivojlanishi.

32. Irodaviy boshqaruv va irodaviy zo'riqish.
33. Murakkab sharoitlarda irodaning namoyon bo'lishi.
34. Ongli nazorat ixtiyoriy boshqaruv shakli sifatida.
35. Yosh xususiyatlarining inson irodaviy boshqaruviga ta'siri.
36. Xulq-atvor va faoliyatni ixtiyoriy boshqarishning psixofiziologik mexanizmlari.
37. Psixologiya fanining klassik tadqiqotlarida metodik uslublar.
38. Sinaluvchilarning eksperimentda ishtirok etish effektlari.
39. Psixolog tadqiqotchining axloq kodeksi.
40. Sensor shkalalar.
41. Psixologik o'lchov xususiyatlari.
42. Ko'rish idroki asimmetriyasi.
43. Mutloq va differentsial sezgirlikni o'rganish.
44. Emotsiyalarning idrokka tanluvchan ta'siri.
45. Bilish jarayonlari va emotsiyalar.
46. Sezgi va idrok jarayonlari rivojlanishi.
47. Geshtaltpsixologiyada perseptiv tuzilmaning qonunlari.
48. Idrok illyuziyalari va ularni amaliyotda qo'llash.
49. Diqqatning barqarorligi va ixtiyoriy xotiraning bog'liqligi.
50. O'quvchilar diqqatining ayrim yosh xususiyatlari.
51. Diqqat konsentratsiyasi va so'z-mantiqiy xotira orasidagi bog'liqlik.
52. Diqqatning taqsimlanishi va obrazli xotira.
53. Boshlang'ich sinf o'quvchilari diqqatining ayrim xususiyatlari.
54. Matematika darslarida bolalarning diqqatini tashkil etish.
55. O'smirlarda diqqatning yosh va jins xususiyatlari.
56. Katta sinf o'quvchilarida diqqatining ko'chuvchanligi va taqsimlanishini eksperimental o'rganish.
57. Ixtiyorsiz xotirada faoliyatning o'rni.
58. Diqqatni rivojlantirish metodlari.
59. Xotirani rivojlantirish metodlari.
60. Diqqat va xotira psixokorreksiyasi.
61. Masalalarni yyechishda oldingi tajribaning tanlovchanligining asosiy omillari.
62. Masalalarni yyechishda obyektlarning latent xususiyatlari.
63. Ustanovkalarining masalalarni yyechish uslubiga ta'sirini o'rganish.
64. O'z-o'zini kuzatish metodi.
65. Ovoz chiqarib mulohaza yuritish metodi.

66. Tafakkur jarayonini o'rganish va axborot nazariyasi.
67. Nutqni o'rganishda nazariy kommunikatsion model (jumlalarining morfem tuzilishi).
68. Nutqni o'rganishda transformatsion model.
69. Jumlalarni tuzish va tushunishning "bevosita komponentlar" bo'yicha modeli.
70. Dj. Millerning jumlalarni taqqoslash metodikasi.

Testlar

- 1.** Eksperimental psixologiyani asosiy metodini aniqlang?
A) eksperiment
B) anketa
D) test
E) suxbat.
- 2.** Eksperiment so'zini mantiqiy ma'nosi qaysi javobda to'g'ri keltirilgan ?
A) tajriba
B) takrorlash
D) kuzatish
E) suxbat.
- 3.** V.Vundt daslabki eksperimental psixologiya laboratoriyasi qaysi yili tashkil etgan?
A) 1879 y.
B) 1870 y.
D) 1890 y.
E) 1875 y.
- 4.** V.Vundt daslabki eksperimental psixologiya laboratoriyasini qaysi shaharda ochgan?
A) Leypsig
B) Vena
D) Praga
E) Budapesht.
- 5.** Metodologiya bu-
A) ilmiy bilish haqidagi ta'limot, u yoki bu fanda qo'llaniluvchi metodlar birligi

- B) hulosa shakli
D) quyi darajalardan yuqori darajalarga o'tishni o'rganish usuli
E) farazlar asosida tadqiq qilishning ilmiy usuli.
- 6.** Psixologiyaning paradigmagacha bo'lgan davrdagi rivojlanish bosqichida tushuntiruvchi sifatida.....prinsipi shakllangan
- A) tizimlilik
B) yaxliklik
D) determinizm
E) rivojlanish.
- 7.** "Test" so'zini mantiqiy manosi nimani anglatadi?
- A) sinash, tekshirish
B) o'rganish, tahlil
D) baholash, tariflash
E) o'lchash, anqlik kiritish.
- 8.** Test metodi kimlar tomonida birchi bo'lib amalda qo'llanilgan?
- A) A.Bine va A.Simon
B) J.Devis va J. Makk
D) L.Luis va V.Sharl
E) A.Bine va J.Devis.
- 9.** Test metodi turini aniqlang?
- A) maxsus va ommabop
B) qisqa va uzun
D) aniq va noaniq
E) obyektiv va subyektiv.
- 10.** Intellect test metodi yordamida nimani darajasi aniqlanadi?
- A) aqliy qobiliyat
B) temperament
D) xarakter
E) faoliyat va harakat.
- 11.** Intellect test metodining turlarini aniqlanadi?
- A) verbal va noverbal
B) obyektiv va subyektiv
D) qisqa va uzun
E) yaxlit va qismlarga ajratilgan.

- 12.** Eksperiment metodini turlari qaysi javobda to‘g‘ri keltirilgan?
- A) tabiiy va laboratoriya
 - B) faoliyat va harakat
 - D) obyektiv va subyektiv
 - E) verbal va noverbal.
- 13.** Eksperimentda har qanday tashqi kuzatuvchi omili qanday samara bilan nomlanadi:
- A) sotsial fasilitatsiya
 - B) plastebo
 - D) Xottorn
 - E) oreol.
- 14.** Test usuli bilan anketa usulini tuzilishidagi farqi nimada?
- A) testda bitta javob to‘g‘ri
 - B) testda ikkita javob to‘g‘ri
 - D) testda uchta javob to‘g‘ri
 - E) testda hamma javob to‘g‘ri.
- 15.** Anketa metodini tuzillishi bo‘yicha turini aniqlang?
- A) ismli va ismsiz
 - B) aniq va noaniq
 - D) yashirin va ochiq
 - E) maxsus va ommabop.
- 16.** Tadqiqotning muammosi, maqsadi, gipotezasi hamda vazifalari shakllantiriladigan bosqich
- A) tadqiqotning birinchi bosqichida
 - B) tadqiqotning ikkinchi bosqichida
 - D) tadqiqotning uchinchi bosqichida
 - E) tadqiqotning to‘rtinchi bosqichida.
- 17.** So‘rov metodlari (suhbat, intervyu, anketa) quyidagilardan qaysi birida tatbiq etilmaydi:
- A) individual xususiyatlarning aniq va ishonchli psixologik tashxisi uchun
 - B) yirik psixologik tadqiqotning boshida
 - D) yirik psixologik tadqiqotning o‘rtasida

E) yirik psixologik tadqiqotning oxirida.

18. Yuqori formallashgan psixodiagnostik metodikalarga qaysilar kiradi

- A) testlar
- B) kuzatish
- D) intervyu
- E) faoliyat mahsuli tahlili.

19. Quyidagi atamalardan qaysi biri shaxs kognitiv nazariyasining asosiy tushunchasi bo'lib hisoblanadi?

- A) «konstrukt»
- B) «sxema»
- D) «model»
- E) «ustanovka».

20. Shaxs konstruktleri nazariyasining muallifini ko'rsating

- A) Dj.Kelli
- B) E. Erikson
- D) G. Ayzenk
- E) K. Rodjers.

21. Motivatsiyani bevosita o'rganmaydigan metodikalarga qaysilar kiradi:

- A) pro'ektiv metodikalar
- B) o'zini o'zi baholash shkalalari, xavotirlik shkalalari
- D) psixosomatik holat sanoqlari, baxtlilik shkalalari
- E) hissiy kechinmalarga oid so'rovnomalar.

22. Motivirovka va motivatorlarni o'rganishda qo'llaniladigan metodlar:

- A) so'rov, suhbat, anketa
- B) pro'ektiv metodikalar
- D) anketa, so'zli assotsiatsiyalat testi
- E) so'rov, suhbat.

23. G.Murreyning tematik appertsion testi

- A) motivatsiyani o'rganuvchi pro'ektiv metodika
- B) motivatsiyani o'rganuvchi psixofiziologik metodika

- D) motivatsiyani o'rganuvchi eksperimental metodika
E) motivatsiyani o'rganuvchi to'g'ridan to'g'ri (bevosita) metodika.
24. S.Rozentsveygning frustratsion reaksiyalar testi
A) motivatsiyani o'rganuvchi pro'ektiv metodika
B) motivatsiyani o'rganuvchi psixofiziologik metodika
D) motivatsiyani o'rganuvchi eksperimental metodika
E) motivatsiyani o'rganuvchi to'g'ridan to'g'ri (bevosita) metodika.

25. G.Rorshax testi

- A) motivatsiyani o'rganuvchi pro'ektiv metodika
B) motivatsiyani o'rganuvchi psixofiziologik metodika
D) motivatsiyani o'rganuvchi eksperimental metodika
E) motivatsiyani o'rganuvchi to'g'ridan to'g'ri (bevosita) metodika.

26. Motivatsiyani o'rganuvchi pro'ektiv metodikalar asosida qaysi tasavvurlar yotadi:

- A) pro'ektsiya mexanizmi
B) kognitiv mexanizmlar
D) ratsionalizatsiya mexanizmi
E) sublimatsiya mexanizmi.

27. Amalga oshmagan maqsad va xatti-harakatlar bahosi qaysi samaraga asoslanadi:

- A) Zeygarnik samarasi
B) Forer samarasi
D) Chet hadlar samarasi
E) Langar tashlash samarasi.

28. Iroda kuchi tashxisida quyidagilardan qaysi biri muhim sanaladi:

- A) irodaviy urinishlarni o'chash
B) irodaviy aktdagi shiddatni o'chash
D) irodaviy aktdagi davomiyligini o'chash
E) irodaviy urinish davomiyligini o'chash.

29. Psixofizikaning asoschisi kim?

- A) Fexner G.
B) Veber E.
D) Titchener E.

E) Jeyms J.

30. Sezgilarning sub'ektiv indikatori kim tomonidan kiritilgan:

A) Fexner G.

B) Xebb D.

D) Xed X.

E) Buger P.

31. Absolyut sezgirlik va sezgi chegaralari o'rtasida qanday aloqa mavjud?

A) teskari proportsional

B) to'g'ri proportsional

D) arifmetik progressiya shaklida

E) kuchli egrilik shaklida.

32. Raqamlarning teng farqlari ob'ektning belgi va xususiyatlari teng farqlariga muvofiq kelganda ob'ektga beriladigan raqamlar qaysi shkala haqida dalolat beradi:

A) interval shkala

B) nom shkalasi

D) tartib shkalasi

E) munosabatlar shkalasi.

33. Tartib shkalasi qaysi o'chovga mos:

A) ordinal

B) nominal

D) interval

E) munosabatlar.

34. Ob'ektlarni ma'lum xususiyati yoki belgisining ifodalanganligiga ko'ra ranglash qaysi o'lchovni aks ettiradi:

A) ordinal

B) nominal

D) interval

E) munosabatlar.

35. Mazkur shkalada hech qanday arifmetik amallarni bajarish imkoni yo'q:

A) nom shkalasi

B) tartib shkalasi

- D) interval shkala
- E) munosabatlar shkalasi.

36. Sensor deprivatsiya oqibatlarini ajratib ko'rsating

- A) illyuziya va idrok yanglishliklarining hosil bo'lishi
- B) uyquning yaxshilanishi
- D) salomatlikning yaxshilanishi
- E) ijobiy emotsiyalarning paydo bo'lishi.

37. Sensor deprivatsiya oqibatlarini ajratib ko'rsating

- A) klaustrofobik arzlar
- B) uyquning yaxshilanishi
- D) salomatlikning yaxshilanishi
- E) ijobiy emotsiyalarning paydo bo'lishi.

38. Teri tuyush sezgisini o'lchovchi maxsus eksperimental uskuna-esteziometrni kashf etgan olini belgilang.

- A) Veber E.
- B) Fexner G.
- D) Bexterev V.
- E) Pavlov I.

39. Idrok – bu:

- A) atrof-olamdagi predmet va hodisalarga xos xususiyatlar majmuasining yaxlit in'ikos etishi
- B) borliqni ob'ektiv aks ettirish
- D) atrofimizdagi olamni buzib, noto'g'ri aks ettirish
- E) atrof-olamdagi barcha bilimlarningdastlabki manbasi.

40. Sezgining sub'ektiv ko'rsatkichlari ilk marotaba kim tomonidan fanga kiritilgan.

- A) Fexner G.
- B) Xebb D.
- D) Xed X.
- E) Buger P.

41. Sezgirlik va sezgi chegarasi orasida qanday aloqadorlik mavjud?

- A) teskari propotsional
- B) to'g'ri proporsional

- D) aloqa yo‘q
- E) aloqa idrok shartlariga qarab paydo bo‘ladi.

42. Real narsa yoki hodisalarni noto‘g‘ri idrok qilish – bu ...

- A) illyuziya
- B) agnoziya
- D) shirin xayol
- E) gallyutsinatsiya.

43. Eshitish va korish sezgilarining o‘tkirligi, ranglarni ajratishga taalluqli testlarni tanlang

- A) psixofizik
- B) sensor
- D) texnik
- E) psixofiziologik.

44. Dj.Ridli Strup metodikasiiborat

- A) interferensiyalovchi axborotni o‘zida mujassamlashtirgan stimullarni ko‘rsatishdan
- B) dixotik tinglab ko‘rishdan
- D) ko‘rsatilganlar orasidan kritik stimulni izlash
- E) bir vaqtda yoki ketma-ket ko‘rsatilgan stimullarning o‘xshash va tafovutlarini aniqlash uchun taqqoslash.

45. Dj. Sperling tomonidan ishlab chiqilgan “qisman javob” metodikasining mohiyati shundan iboratki ...

- A) sinaluvchilarga taxistoskopik tarzda ramziy belgilardan iborat jadval taqdim etilib, uning muayyan qismini esga tushirish vazifasi
- B) beriladisinaluvchilardan eslab qolishlari mumkin bo‘lgan barcha elementlarni aytib berishlari so‘raladi
- D) sinaluvchilardan barcha elementlarni esga tushirishlari so‘raladi
- E) sinaluvchilardan o‘zlari uchun muhim bo‘lgan ramziy belgilarga e’tibor berishlari so‘raladi.

46. Operativ xotira – bu

- A) biror bir ishni bajarish paytida faqat mazkur ishning maqsadiga erishish uchun esda olib qolish, esda saqlash va qayta esga tushirish jarayonlarini o‘z ichiga oluvchi xotira turi

B) ma'lumotning ma'nosini anglamagan holda takrorlab yod olishga asoslangan xotira turi

D) insonning avvalambor boshidan kechirgan his-tuyg'ularini saqlashi va esiga tushirishi bilan bog'liq xotira turi

E) idrok etilgan narsaning yorqin obrazi butun tafsilotlari bilan saqlanib qolishi xotira.

47. Qisqa muddatli xotiradi saqlanuvchi axborot ko'lami...

A) 7 ± 2

B) chegaralanmagan

D) chegarasi ma'lum emas

E) o'rtacha 10.

48. Selektiv (dixotomik) tinglash metodikasining muallifi:

A) Cherri K.

B) Vundt V.

D) Burdon B.

E) Naysser U.

49. "Aqliy hujum" fikrlash jarayonini faollashtiruvchi metod sifatida kim tomonidan ishlab chiqilgan?

A) Osborn A.

B) Bernshteyn N.

D) Gordon U.

E) Gilford Dj.

50. "Sinektika" fikrlash jarayonini faollashtiruvchi metod sifatida kim tomonidan ishlab chiqilgan?

A) Gordon U.

B) Gilford Dj.

D) Osborn A.

E) Ayzenk G.

Glossariy

Abuliya (yunon.abulia-qat'iyatsizlik,jur'atsizlik,irodasizlik) – muayyan psixopotologik sabablarga ko'ra irodaning bo'shashishi , kuchsizlanishi yoki to'liq yo'qolishidan iborat holat; A. holatida kishi eng oddiy harakatlarni ham bajara olmay qolishi mumkin. A.jismoniy va psixik jihatdan to'g'ri rivojlanmaslikning yoki nerv sistemasi zaharlanishining natijasi bo'lishi ham mumkin.

Altruizm – boshqalarga xolisona g'amxo'rlik qilish, o'z manfaatlaridan voz kechib,kishilarga yaxshilik qilish.

Affekt (lot.affectus-ruhiy hayajon,ehtiros) – tez va kuchli paydo bo'lib,shiddat bilan o'tadigan qisqa muddatli emotsional holat.(qo'rqinch,daxshat,g'azab va boshq)A.holatida ichki organlar faoliyati o'zgaradi,keskin ifodali harakatlar paydo bo'ladi,kishining ong doirasi torayadi,xulqini nazorat qilish qobiliyati yo'qoladi.A.nerv sistemasining zararlanishi yoki irodaning bo'shashishidan iborat psixopotologik holat bo'lishi ham mumkin.

Anketa – metodlardan biri bo'lib, respondent to'g'risida aniq ko'zlangan ma'lumotlarni yig'ish maqsadida qo'llaniladi.

Abstraktsiya (lot.abstraktio- uzoqlashtirish, mavhumlashtirish) – (mavhumot); narsa va hodisalarning belgilarini, xususiyat yoki sifatlarini fikran ajratib olish.

Agglutinatsiya – xotira tasavvurlarini bir-biriga qo'shib, yoki ulardan foydalanib, yangi narsa va hodisalarning obrazlarini yaratishdan iborat hayol faoliyati.

Akkomodatsiya – ko'z gavhari shaklining o'zgarishi natijasida ko'zning turli masofadagi predmetlarni normal idrok qilishga moslashuvi.

Biografik usul – (yunoncha bios-hayot,grah - yozaman,ko'rsataman) bu usul yordamida shaxsning avtobiografiyasi (tarjimai holi), unga berilgan tavsifnoma, tutgan kundaliklari, yozishmalari, biografik ma'lumotlar, xatlar, esdaliklari o'rganiladi. Shuningdek, uning bilish jarayonlari, qobiliyati, iste'dodi, talanti va aqliy, axloqiy, irodaviy sifatleri ham o'rganiladi.

Eksperimental amneziya – bu xotira faoliyatining turli gipotezalarini tekshirish usuli bo'lib, unda amnestik vositalar sifatida farmakologik preparatlar, gipoksiya va elektrokonvulsiv zarba qo'llaniladi. Ushbu vositalarning ta'siri tufayli qisqa muddatli xotirada izning saqlanishini ta'minlaydigan elektr faolligining aks-sadosi to'xtaydi va uning uzoq muddatli xotiraga o'tishi buziladi.

Eksperimental o‘z-o‘zini rag‘batlantirish – bu hayvon yoki odamning elektr stimulyatsiyasiga olib keladigan harakatlarni bajarishga, masalan, implantatsiya qilingan elektrodlar, gipotalamus va o‘rta miyada joylashgan nerv tuzilmalari orqali.

Elektrofiziologik usullar – biopotentsiallarni ro‘yxatga olish asosida organik tizimlar faoliyatini tahlil qilish usullari, ularning o‘zgarishi o‘z-o‘zidan yoki tashqi stimulga javoban sodir bo‘lishi mumkin. Miya biotoklari elektroansefalogramma (EEG) va chaqirilgan potentsiallar (EP), mushaklar - elektromiyogram (EMG) yordamida, teri - galvanik teri reaksiyasi (GSR), yurak - elektrokardiogramma (EKG) yordamida tahlil qilinadi.

Etogramma (yunoncha ethos - hayot joyi, turmush tarzi) - barcha mumkin bo‘lgan tafsilotlarni hisobga olgan holda hayvonlarning xatti-harakatlarining qayd etilgan kuzatuvi.

Eksperiment – tadqiqot strategiyasi bo‘lib, unda jarayonni maqsadli kuzatish uning borishi shartlarining individual xususiyatlarining tartibga solinadigan o‘zgarishi sharoitida amalga oshiriladi. Bu erda gipoteza sinovdan o‘tkaziladi. Ikki turdagi eksperimentni ajratish odatiy holdir - ishtirokchilar o‘zlarining sinov obyekti sifatidagi rolini bilmaydigan tabiiy va laboratoriya, odatda maxsus jihozlangan xonalarda va eksperimentda ongli ravishda ishtirok etadigan sinov subyektlarida o‘tkaziladi. ular tajribaning asl maqsadi haqida bilmasligi mumkin.

Eksperimental amneziya – bu xotira faoliyatining turli gipotezalarini tekshirish usuli bo‘lib, unda amnestik vositalar sifatida farmakologik preparatlar, gipoksiya va elektrokonvulsiv zarba qo‘llaniladi. Ushbu vositalarning ta'siri tufayli qisqa muddatli xotirada izning saqlanishini ta'minlaydigan elektr faolligining aks-sadosi to‘xtaydi va uning uzoq muddatli xotiraga o‘tishi buziladi.

Eksperimental psixofarmakologiya – kimyoviy moddalarning hayvonlarning ruhiy holati va xulq-atvoriga ta'sirini, ularning ta'sir qilish mexanizmlarini o‘rganish va yangi psixotrop dorilarni yaratish uchun ta'sirini o‘rganadigan psixofarmakologiya bo‘limi.

Eksperimental o‘z-o‘zini rag‘batlantirish – bu hayvon yoki odamning elektr stimulyatsiyasiga olib keladigan harakatlarni bajarishga, masalan, implantatsiya qilingan elektrodlar, gipotalamus va o‘rta miyada joylashgan nerv tuzilmalari orqali.

Elektrofiziologik usullar – biopotentsiallarni ro‘yxatga olish asosida organik tizimlar faoliyatini tahlil qilish usullari, ularning

o'zgarishi o'z-o'zidan yoki tashqi stimulga javoban sodir bo'lishi mumkin. Miya biotoklari elektroansefalogramma (EEG) va chaqirilgan potentsiallar (EP), mushaklar – elektromiyogram (EMG) yordamida, teri – galvanik teri reaksiyasi (GSR), yurak – elektrokardiogramma (EKG) yordamida tahlil qilinadi.

Gipoteza – (yunoncha hypothesis-asos,taxmin) gipoteza; tabiat, jamiyat va inson tafakkurini sohasidagi muayyan to'liq tushuntirish yoki isbotlash uchun yyetarli dalillarga ega bo'lmagan ilmiy faraz,taxmin.G ilmiy tekshirish metodlaridan,voqelikni bilish formalaridan biridir.

Instinkt (lot instinctus - ichki mayl, intilish) – instinkt organizmning hayotiy ehtiyojlarining qondirilish munosabati bilan namoyon bo'ladigan,nasldan naslga beriladigan tug'ma harakatlar sistemasi.Mas: tuxumdan yangi yorib chiqqan jo'ja atrofidagi tuproq - xaslarni tutib,cho`qilab o'ziga don qidira boshlaydi.

Introspeksiya – o'z-o'zini kuzatish,ruhiy hodisalarni faqat o'zini – o'zi kuzatish metodi orqali o'rganadigan subyektiv idealistik tekshirish metodlaridan biri.

Istak – intilishning maqsadi aniq bo'lgan holat bu maqsadga erishuvning yo'l va vositalarini to'liq anglab yetmaslikdan iborat irodaviy holat.

Metod (yunon.matodos-tekshirish,yo'l) – tabiat hodisalarini tekshirish usuli. o'rganilayotgan hodisalarga yondashish,ilmiy bilishning va haqiqatni aniqlashni rejali yo'li;harakat usuli yoki tartibi.

Nazariya – voqelikdagi narsa va hodisalarning bog'lanishlarini, munosabatlarni , muhim xususiyatlarni aks ettiruvchi tushuncha , kategoriya hamda qonunlar sistemasidan iborat ilmiy tafakkur formasi.

Kayfiyat – shaxsning kuchsiz yoki nisbatan o'rtacha kuchga ega bolgan nisbatan barqaror emotsional holat. Muayyan kayfiyat uni keltirib chiqargan sabablar yoki shaxsning xarakter xususiyatlariga qarab kunlab oylab ham davom etishi mumkin. Bu boshqa emosional holatlar kabi ijobiy va salbiy boladi. Masalan xushchaqchaklik g'amginlik va hokozo.

Niyat (ing. niyat, maqsad) – shaxsning xatti-harakati yoki faoliyatini rag'batlantirish va rejalashtirish funktsiyasini bajaradigan ongli qaror. Sin. niyat, yarim ehtiyoj (K. Levin). N. shakllanadi: 1) faoliyat maqsadi uzoq bo'lib, unga erishish kechikganda; 2) ehtiyojni qondirish mumkin bo'lmaganda. bevosita erishiladi, lekin o'zining rag'batlantiruvchi kuchiga ega bo'lmagan oraliq maqsadlarga erishishni talab qiladi. Bunda odamda paydo bo'lgan N. oraliq maqsadlarga

erishishga qaratilgan harakatlar uchun turtki bo'lib xizmat qiladi. N.ning harakatlantiruvchi kuchi ikkita generatorning sintezidir. Bir tomondan, bu bevosita ehtiyojning ta'siri, uni qondirishdagi bo'g'in, ikkinchi tomondan, bu aqliy faoliyatning ta'siri bo'lib, u orqali odam qondirishga erishish vositalaridan xabardor bo'ladi. ehtiyojdan. Binobarin, N. shaxsning psixik rivojlanishi jarayonida vujudga keladigan yangi funksional shakllanish bo'lib, unda affektiv va intellektual komponentlar ajralmas birlikda harakat qiladi. Eksperimental tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, qabul qilingan N.dan keladigan impulslar bevosita ehtiyojdan kelib chiqadigan impulslar bilan bir xil dinamik xususiyatlarga (kuch, kuchlanish va boshqalar) ega. Qabul qilingan N. tomonidan qo'zg'atilgan odam o'zining bevosita xohishiga qarshi ham harakat qilishi mumkin. Shunday qilib, N. insonning xatti-harakatlarini tartibga soladi, uning ehtiyojlarini qondirish uchun o'zboshimchalik bilan harakat qilishga imkon beradi.

Paramimiya – boshdan kechirilgan hissiyotning ifoda vositalarining buzilishi, his-tuyg'u ifodasi va ma'nosi o'rtasidagi nomuvofiqlik.

Platsebo (lot. placere dan - yoqtirmoq) – organizmga befarq, tashqi ko'rinishi (hidi, ta'mi) to.-l ga taqlid qiluvchi dori. dorivor modda va yangi dorilarning ta'sirini klinik tadqiq qilishda nazorat sifatida ishlatiladi. Bemorlar guruhiga ma'lum bir dori bilan davolanishi aytiladi, shundan so'ng ularning yarmiga P. taklif qilinadi. P.dan foydalanish preparatning ta'sirida taklifning ulushini belgilash imkonini beradi. Platsebo effekti (inglizcha platsebo effekti) - platsebo qabul qilgandan keyin yuzaga keladigan bemorlarning holatidagi o'zgarishlar, hech qanday dori qabul qilmaydigan nazorat guruhiga nisbatan.

Umumlashtirish –fikr obyekti hisoblangan narsa va hodisalarning o'xshash hamda muhim belgilarini,bog'lanishlarini fikran bir tushunchaga birlashtirishdan iborat aqliy jarayon.(Masalan,sabzi,piyoz,karam,kartoshka kabilarga xos belgilar "sabzovot"tushunchasi bilan umumlashtiriladi).

Trigger stimulyatsiyasi – teskari aloqa yordamida yorug'lik chaqnashlarining ritmik namoyishi yordamida vizual analizator orqali miyani qo'zg'atish usuli. Miya ritmlari va yorug'lik stimullarining sinxronlashuvi tufayli epilepsiyaga yashirin moyillik aniqlanishi mumkin.

Test (ingl.sinash,tekshirish) –shaxsning aqliy taraqqiyotini ,qobiliyatini,irodaviy sifatlarini va boshqa psixik xususiyatlarini

tekshirishda qo'llaniladigan qisqa standart masalalar. T. ayniqsa kimning qanday kasbni egallashi mumkinligini anglashda, iste'dodli yoki aqli qoloq bolalarni maxsus maktablarga tanlashda keng qo'llaniladi. T. metodining qiymati eksperimentning ilmiylik darajasiga, tekshiruvchining ilmiy va g'oyaviy saviyasiga, qiziqishiga, yig'ilgan psixologik faktlarning obyektivligiga, ularni ilmiy analiz qila bilishga bog'liqdir. Mana shunday sharoitlarda T. ni qo'llash orqali shaxsning funksional imkoniyatlari haqida ma'lum darajadagi prognoztik va diagnostik yondashuv.

Shaxsning yo'nalishi – bu xatti-harakat vektorini belgilaydigan har qanday jalb qilish, qiziqishning barqaror hukmronligi; bir yo'nalishda harakat qiluvchi manfaatlar, motivlar majmui.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Jalilova S.X., G'ayibova N.A. Umimiy psixodiagnostika. Toshkent: "Fan va texnologiya", 2018. 260 b.
2. Nishonova Z., Qarshieva D., Atabaeva N., Qurbanova Z. Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya. Darslik. Toshkent.«Fan va texnologiyalar Markazining bosmaxonasi», 2014. 314 b.
3. Olimov L.Ya, Nazarov A.M.,Ostonov Sh.Sh., Rustamov Sh.Sh., Umumiy psixodiagnostika . O'quv qo'llanma. Buxoro: "Durdoni", 2021. 596 b.
4. Rasulov A.I. Psixodiagnostika. O'quv -metodik qo'llanma. Toshkent, 2009. 164 b.
5. Азарова С.Г.Этапы профессиональной работы в Лицее Искусств// Современные проблемы профессионального образования. Сб. научных трудов. Тольятти, 1999. С. 210-213.
6. Акимова М. К., Козлова В. Т. Индивидуальность учащегося и индивидуальный подход. М.: Знание, 1992.
7. Алексеенкова Е. Личность в условиях психической депривации: Учебное пособие для студентов вузов. СПб.: Питер, 2009. 96 с.
8. Анастаси А. Психологическое тестирование. СПб: Питер, 2007. 688 с.
9. Батаршев А.В. Темперамент и характер: Психологическая диагностика. М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. 336 с.
10. Ганнушкин П.Б. Клиника психопатий: их статика, динамика, систематика//Электронная библиотека: <https://www.koob.ru>
11. Глуханюк Н. С. Практикум по общей психологии: Учеб. пособие /Н. С. Глуханюк, Е. В. Дьяченко, С. Л. Семенова. 3-е изд. М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2006. 224 с.
12. Гордеева О. В. Измененные состояния сознания при сенсорной депривации // Вестник МГУ. Сер. 14. Психология. Сообщение 1. 2004. № 1.
13. Гордеева О. В. Измененные состояния сознания при сенсорной депривации // Вестник МГУ. Сер. 14. Психология. Сообщение 2. 2004. № 2. С. 66–83.

14. Грищенко Н. А. Исследование личности биографическим методом // Практикум по экспериментальной и прикладной психологии. Л., 1990. С.61-65.
15. Гуревич К.М. Профессиональная пригодность и основные свойства нервной системы. М. 1970.
16. Гуревич К.М. Психологическая диагностика. Учебное пособие. М.: УРАО, 1997. 236 с.
17. Гусев А. Н., Уточкин И. С. Психологические измерения: Теория. Методы: Общепсихологический практикум. М.: Аспект Пресс, 2011. 317 с.
18. Гусев А.Н. Психопсихика сенсорных задач: Системно-деятельностный анализ поведения человека в ситуации неопределенности. М.: Изд-во Моск.ун-та; УМК «Психология», 2004. 316 с.
19. Дмитриев М.Г., Белов В.Г., Парфенов Ю.А. Психолого-педагогическая диагностика делинквентного поведения у трудных подростков. СПб.: ЗАО «ПОНИ», 2010. 316 с.
20. Дружинин В.Н. Экспериментальная психология. 2-е изд., перераб. и доп. СПб: Изд-во «Питер», 2000. 320 с.
21. Зейгарник Б. В. Патопсихология: учебник для академического бакалавриата. 3-е изд., перераб. и доп. М.: Издательство Юрайт, 2016. 367 с.
22. Иванников В.А. Основы психологии. Курс лекций. СПб.: Питер, 2010. 336 с.
23. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции: Учебное пособие. 3-е изд. СПб.: Питер, 2006. 208 с.
24. Иванов Н.Я., Личко А.Е. Патопсихологический Диагностический Опросник для подростков. Методика исследования. СПб.: Изд. инст. им. Бехтерева, 1992.
25. Изард К. Э. Психология эмоций. СПб.: Питер, 2006. 460 с.
26. Ильин Е. П. Психология воли. 2-е изд. СПб.: Питер, 2009. 368 с.
27. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2008. 512 с.
28. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2001. 752 с.
29. Когнитивная психология. Учебник для вузов /Под ред. В. Н.Дружинина, Д. В. Ушакова. М.: ПЕР СЭ, 2002. 480 с.
30. Кузнецов О.Н., Лебедев В.И. Психология и психопатология одиночества. М., 1972. 337 с.

31. Леонгард К. Акцентуированные личности. Эксмо-Пресс, 2001. 448 с.

32. Леонтьев А.Н. Соподчинение мотивов: феномен горькой конфеты//Психология мотивации и эмоций. Под редакцией Ю. Б. Гиппенрейтер, М. В. Фаликман. АСТ, Астрель, 2009.

33. Леонтьев Д. А. От социальных ценностей к личностным: социогенез и феноменология ценностной регуляции деятельности (статья вторая) // Вестник Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 1997. № 1. С. 20-27.

34. Леонтьев Д. А. От социальных ценностей к личностным: социогенез и феноменология ценностной регуляции деятельности (статья первая) // Вестник Моск. ун-та. Сер. 14. Психология, 1996. № 4. С. 35-44.

35. Линн К. Обуздай свои эмоции: как справиться с тревогой, гневом и депрессией. М.: АСТ: Астрель, 2007. 301 с.

36. Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. Питер, 2019. 304 с.

37. Ломтатидзе О.В., Улитко М.В., Лупандин В.И. Психофизика: учеб.-метод.пособие. Екатеринбург: Изд-во Урал.ун-та, 2019. 99 с.

38. Лупандин В. И. Математические методы в психологии: учеб. пособие. 4-е изд., перераб. / В. И. Лупандин. Екатеринбург: Изд-во Урал, ун-та, 2009. 196 с.

39. Любимов В.В. Психология восприятия. Учебник. М.: Эксмо, ЧеРо, МПСИ, 2007. 472 с.

40. Макгонигал К. Сила воли. Как развить и укрепить. 2-е изд. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. 320 с.

41. Макклелланд Д. Мотивация человека. СПб.: Питер, 2007. 672 с.

42. Маленов А.А., Маленова А.Ю. Психологический практикум «Мышление и речь»: учебно-методическое пособие / сост.: А.А. Маленов, А.Ю. Маленова. Омск: Изд-во ОмГУ, 2005. 108 с.

43. Методики диагностики эмоциональной сферы: психологический практикум. Сост.О.В.Барканова. Вып.2.Красноярск: Литера-принт, 2009. 237 с.

44. Небылицын В.Д. Основные свойства нервной системы. М, 1966.

45. Никандров В.В. Экспериментальная психология. Учебное пособие. СПб.: Издательство «Речь», 2003. 480 с.
46. Нуркова В.В., Березанская Н.Б. Психология. Учебник. М.: Юрайт-Издат, 2004. 484 с.
47. Обухова Л. Ф. Возрастная психология. Учебное пособие. М.: Педагогическое общество России, 2000. 374 с.
48. Общая психология: в 7 т.: учебник для студ. высш. учеб. заведений/под ред. Б.С. Братуся. Т.2: Ощущение и восприятие/А.Н. Гусева. М.: Издательский центр «Академия», 2007. 416 с.
49. Педагогическая библиотека. URL: <https://pedlib.ru>
50. Практикум по общей психологии: Учеб. пособие /Н. С. Глуханюк, Е. В. Дяченко, С. Л. Семенова. - 3-е изд. - М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЕК», 2006. 224 с.
51. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. пособие/В. Д. Балин, В. К. Гайда, В. К. Горбачевский и др. Под общей ред. А. А. Крылова, С А. Маничева. СПб: Питер, 2000. 560 с.
52. Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. М.: Издательство “Институт практической психологии”, 1996. 256 с.
53. Психологическая диагностика. Проблемы и исследования. М, 1981.
54. Психология характера: учебное пособие / Алтайский государственный университет; сост.: М.В. Шамардина, И.А. Ральникова, Е.А. Петухова. Барнаул: АлтГУ, 2020. 227 с.
55. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2001. 672 с.
56. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб: Издательство: Питер, 2002. 720 с.
57. Савостьянов А.Н., Степанова В.В., Толстых Н.Н. Воля и произвольность: опыт междисциплинарного исследования // Культурно-историческая психология. 2019. Том 15. № 3. С. 91–104. doi:10.17759/chp.2019150310.
58. Саенко Ю.В. Регуляция эмоций: тренинги управления чувствами и настроениями. СПб.: Речь, 2010. 222 с.
59. Сайт психологической помощи. URL: <https://psycabi.net>

60. Смирнова Е.О. К проблеме воли и произвольности в культурно-исторической психологии // Культурно-историческая психология. 2015. Том 11. № 3. С. 9–15. doi:10.17759/chp.2015110302.

61. Современная психофизика/Отв.ред.В.А.Барабанщиков. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. 542 с.

62. Степанова Н.А. Модель развития самодетерминации как основа профилактики зависимого поведения подростков в современных образовательных организациях [Электронный ресурс]//Психолого-педагогические исследования. 2017. Том 9. № 4. С. 21–32.

63. Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. М., 1982.

64. Теплов Б.М. Избранные труды. М , 1985.

65. Фальтермайер Е.А., Худяков А. И. Построение шкалы отношений в психологических измерениях // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2016. №. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/postroenie-shkaly-otnosheniy-v-psihologicheskikh-izmereniyah> (дата обращения: 22.08.2021).

66. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. 2-е изд. СПб.: Питер; М.: Смысл, 2003. 860 с.

67. Худяков А.И. О возможности построения шкалы интервалов в психологических измерениях // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2016. №. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/o-vozmozhnosti-postroeniya-shkaly-intervalov-v-psihologicheskikh-izmereniyah> (дата обращения: 22.08.2021).

68. Шиффман Х. Ощущение и восприятие. 5-е изд. СПб.: Питер, 2003. 928 с.

69. Экспериментальная психология: Практикум: Учебное пособие для вузов/Т. Г. Богданова, Ю. Б. Гиппенрейтер, Е. Л. Григоренко и др.; Под ред. С. Д. Смирнова, Т. В. Корниловой. М.: Аспект Пресс, 2002. 383 с.

70. Энциклопедия психодиагностики PsyLab.info. URL: <https://psylab.info>

71. Ярославцева И.В. Психическая депривация в детском и подростковом возрасте: учеб.пособие. Иркутск: Изд-во ИГУ, 2014. 190 с.

ILOVA

1-ilova. Shaxs psixologiyasi

1-Laboratoriya ishi. E.A.Klimovning differentsial-dagnostik so'rovnomasi

Maqsad: E.A.Klimovning differentsial-dagnostik so'rovnomasi yordamida kasbiy qiziqish va moyillikni o'rganish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar varaqasi.

Bu metodika yordamida sinaluvchiga faoliyatning u yoki bu turidan qaysi biri unga ko'proq ma'qul ko'rishligi va shunga mos ravishda qaysi kasbga moyilligi aniqlanadi. Atoqli psixolog olim Ye.A. Klimov kasblarning besh asosiy tipini farqlaydi (tabiat, texnika, odam, belgilar tizimi, badiiy obraz).

Ko'rsatma: «Faraz qilaylik tegishli ta'limni olganingizdan so'ng ciz har qanday ishni bajara oladigan bo'lasiz. Agar sizga taklif qilingan ikki imkoniyatdan faqat birini (ulardan biri yoki ikkalasining ham sizga yoqishi yoki yoqmasligidan qat'iy nazar) tanlashingizga to'g'ri kelgudek bo'lsa, unda ciz qaysi birini ma'qul ko'rgan bo'lardingiz?

Javoblar berilgan varaqda, tegishli kataklarda qayd etilgan. Siz tanlagan javob variantingizni tartib raqam va harfni doira ichiga olib qo'yish bilan bildiring. Imkon qadar tezroq ishlashga va javoblaringizda samimiy bo'lishga harakat qiling».

JAVOB VARAQASI:

O — Tt	O — Ta	O — O	O — Bt	O - Bo
1a	1b	2a	2b	3a
3b	4a	4b	5a	5b
6a		6b		7a
	7b	8a		8b
	9a		9b	
10a			10b	
11a	11b	12a	12b	13a
13b	14a	14b	15a	15b
16a		16b		17a
	17b	18a		18b
	19a		19b	
20a			20b	

Savollar: Men ma'qul ko'raman

1a. Hayvonlarga qarash (ularni boqish, parvarish qilish)	yoki	1b. Mashina priborlariga xizmat qilish
2a. Bemor kishilarga yordam berish, ularni davolash	yoki	2b. Jadvallar, sxemalar, hisoblash mashinalari uchun dasturlar tuzish.
3a. Kitob bezaklari, plakatlar, badiiy otkritkalar, gramplastinkalar sifatini kuzatib boorish	yoki	3b. O'simliklar holatini, o'sishini kuzatish.
4a. Materiallarni (yog'och, gazlama, metall, plastmassa va h.k.) karta ishlash	yoki	4b. Mahsulotlarni (iste'molchilarga yetkazish, reklama qilish, sotish)
5a. Ilmiy - ommabop kitob, maqolalarni muhokama qilish	yoki	5b. Badiiy kitoblarni (yoki pesa, kontsertlarni muhokama qilish.
6a. Biron - bir zotli kichik hayvonni boqish, parvarish qilish	yoki	6b. O'rtoqlaringiz (yoki o'zingizdan kichik bolalarni) biron-bir faoliyat (mehnat, o'qish, sport)ni bajarish uchun shug'ullantirish.
7a. Rasm, tasvirlardan nusxalar ko'chirish (yoki musiqa asboblarini sozlash, tuzatish)	yoki	7b. Biron-bir yuk tashuvchi (ko'taruvchi) vositalarni (kran, traktor, teplovoz va boshqa) boshqarish
8a. Odamlarga (ma'lumot byurolarida, sayohatlarda va boshqa yerlarda) ularga kerakli ma'lumotlarni berish, tushuntirish	yoki	8b. Ko'rgazmalarni, peshtaxtalarni bezashda (yoki pesa, kontsertlarni tayyorlashda) ishtirok etish.
9a. Buyumlar, narsalar (kiyim, texnika)ni, uy-joyi ta'mirlash, tuzatish	yoki	9b. Jadvallar, tekstlar, rasmlardan xatolarini qidirib topish va tuzatish.
10a. Hayvonlarni davolash	yoki	10b. Hisob-kitob ishlarini bajarish.
11a. O'simliklarning yangi navlarini yaratish	yoki	11b. Sanoat mahsulotlari (mashinalar, kiyimlar, uy, oziq-ovqat mahsulotlari va h.)

		ning yangi turlarini loyihalashtirish, yaratish.
12a. Odamlar o'rtasidagi nizo, janjallarni hal qilish (ishontirish, tushuntirish, rag'batlantirish)	yoki	126. Chizmalar, sxemalar, jadvallarni o'rganish (tekshirish, aniqlash, tartibga keltirish)
13a. Badiiy havaskorlik to'garaklari ishlarini o'rganish, kuzatish	yoki	13b. Mikroblar hayotini o'rganish.
14a. Meditsina priborlari yoki apparatlarni ishlatish, ularga xizmat qilish	yoki	14b. Odamlarga yaralanganda, shikastlanganda, kuyganda tibbiy yordam ko'rsatish.
15a. Kuzatilayotgan voqealar yoki hodisalar, o'lchanayotgan obyektlar va boshqalar haqida aniq hisobotlar yozib boorish	yoki	15b. Voqealar (kuzatilayotgan yoki ular haqida o'qigan)ni badiiy ifodalash.
16a. Kasalxonada laboratoriya analizlarini qilish	yoki	16b. Bemorlarni qabul qilish, ularni tekshirish, ular bilan suhbatlashish va ularni davolashga yo'llash.
17a. Xona devorlarini, narsalar sirtini bo'yash va bezash	yoki	17b. Binolarni ta'mirlash yoki mashina priborlarini yig'ish.
18a. Tengdoshlaringiz yoki kichik yoshdagi bolalarni (teatr, muzeylarga) madaniy sayohatlarini, ekskursiyalarini) tashkil etish	yoki	18b. Sahnada o'ynash, kontsertlarda ishtirok etish.
19a. Chizmalar bo'yicha detallarni buyumlar (mashina, kiyimlar)ni tayyorlash, binolarni qurish.	yoki	19b. Chizmachilik bilan shug'ullanish, chizmalar, kartalardan nusxalar ko'chirish.
20. O'simliklar kasalliklari va bog'-o'rmon zararkunandalariga qarshi kurashish.	yoki	206. Klavishli mashina larda (kompyuter, teletayp va boshqalar)da ishlash.

So‘rov natijalarini qayta ishlash

DDS savollari shunday tartibda guruhlanganki, ularga berilgan javoblar faoliyatning turli sohalarini farqlash imkonini beradi. Bu o‘rinda kasb turlari shartli ravishda quyidagicha qisqartirib olindi:

1 ustunda «Odam-tabiat» – O-Tt; 2 ustunda «Odam-texnika» – O-Ta; 3 ustunda «Odam-odam» – O-O; 4 ustunda «Odam-Belgilar tizimi» – O-Bt; 5 ustunda «Odam-badiiy obraz» – O-Bo.

Sinaluvchilarga yuqorida ko‘rsatilgan javob varaqasi tarqatilib, ular ko‘rsatmada ta’kidlaganidek, o‘z javobini doira ichiga olish bilan belgilab bo‘lganlaridan so‘ng javob varaqalari yig‘ib olinib, ular tadqiqotchi tomonidan qayta ishlab chiqilishi ham mumkin yoki natijalarni qayta ishlashda sinaluvchilarning o‘zlaridan ham foydalanish mumkin. Bunda ularning o‘zlari o‘z javob varaqasidagi har bir ustun bo‘yicha belgilangan javoblar miqdorini hisoblab chiqadilar.

Qaysi ustun bo‘yicha belgilangan javoblar sonining ko‘p bo‘lishi sinaluvchining shu toifa kasblarga moyilligini bildiradi. Agar hamma ustunlar bo‘yicha javoblar miqdori bir xil bo‘lib chiqsa, bu qiziqishlar yoyilib ketganligini, u yoki bu kasbga nisbatan qiziqishning shakllanmaganligini yoki yorqin ifodalangan ustunlikning yo‘qligini bildiradi. Bunday hollarda tadqiqotdan so‘ng sinaluvchi bilan bafurja suhbatlashish, unga qiziqishlarini aniqlab olishga yordam berish lozim.

Agar sinaluvchida u yoki bu kasbga moyillik yorqin ifodalangan bo‘lsa va u konkret bir kasbni tanlagan bo‘lsa, unda aynan shu kasbni tanlash motivi qanday ekanligini bilish zarurati ham yuzaga kelib qolishi mumkin. Bu o‘rinda psixolog «Kasb tanlash motivatsiyasini aniqlash» metodikasidan foydalanishi mumkin.

“Odam-odam” yo‘nalishida tanlash mumkin bo‘lgan kasblar: sotuvchi, satarosh, ofitsiant, yo‘lovchi tashuvchi vagonlar nazoratchisi, konduktor, hamshira, bolalar bog‘chasi tarbiyachisi, kasb ta’limi ustasi, feldsher, o‘qituvchi, vrach, jurnalist, xuquqshunos, kutubxonachi.

“Odam-texnika” yo‘nalishida tanlash mumkin bo‘lgan kasblar: chilangan, montajchi, tele-radio vositalar sozlovchisi, tikuvchi-motoristka, texnik-texnolog, texnik-quruvchi, texnik-mexanik, texnik-elektrik, muhandis-texnolog, quruvchi-muhandis, muhandis-mexanik.

“Odam-belgilar tizimi” yo‘nalishida tanlash mumkin bo‘lgan kasblar: harf teruvchi, chizmach, kompyuter operatori, kotibamashinistka, iqtisodchi, rejalovchi, texnik muharrir, hisobchi, texnik-

dasturchi, muhandis-iqtisodchi, muhandis-matematik, dasturchi, konstruktor.

“Odam-tabiat” yo‘nalishida tanlash mumkin bo‘lgan kasblar: bog‘bon, sabzavotkor, chorvador, gulchi-bezakchi, arichilik, mirob, o‘rmonchi-texnik, zootexnik, veterinar, yer o‘lchovchi, zoomuhandis, agronom, veterinariya vrachi, zoolog, agrotexnik, kimyogar.

“Odam-badiiy obraz” yo‘nalishida tanlash mumkin bo‘lgan kasblar: arxitektura detallarini yopishtiruvchi, bezakchi-pardozchi, musiqachi, sirk artisti, badiiy havaskorlik jamoalarining boshlig‘i, rassom-konstruktor, dekorator, rejisser, teatrshunos, tanqidchi.

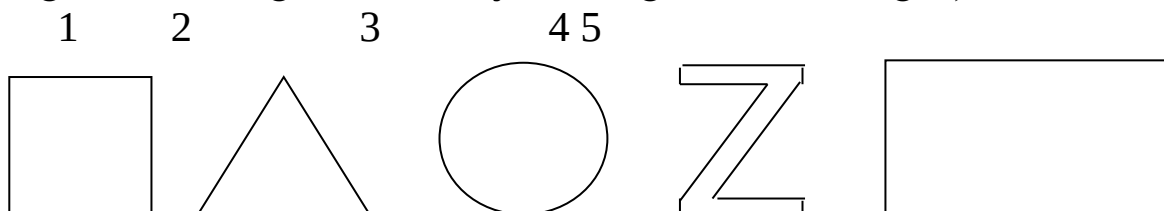
2- Laboratoriya ishi. Psixogeometrik test

Maqsad: Psixogeometrik test yordamida shaxsni o‘rganish, uning xususiyatlarini tahlil qilish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar varaqasi.

Psixogeometriya – shaxsni o‘rganish uning xususiyatlarini tahlil qilishning qulay usulidir. A.Alekseev va L.A.Gromovalarning fikricha bu metodika:

1. Shaxs tipini tezkor aniqlaydi.
2. Shaxs xususiyatlari va hatti harakatining o‘ziga xosligini tushunarli, aniq izohlab beradi.
3. Tipik holatlarda shaxsning o‘zini tutishi bo‘yicha hatti-harakatlar tizimi qanday bo‘lishi haqida ma‘lumot beradi. Psixogeometriya usul sifatida Amerikada shakllangan, uning muallifi rahbar xodimlarni ijtimoiy – psixologik tayyorlash bo‘yicha mutaxassis Syuzen Dilinger hisoblanadi. Bu metodikaning aniqlik darajasi 85% gacha tashkil etadi. (Sizga havola etilgan test milliy sharoitga moslashtirilgan).



Ko‘rsatma: Qog‘ozga chizilgan 5-ta geometrik shakllarga qarang (kvadrat, uchburchak, doira, zigzak, to‘rtburchak). Mazkur shakllardan birini tanlang (faraz qiling bu shakl Siz!). O‘z shaklingizni his qilishga harakat qiling. Agar bunga qiynalsangiz, sizni ko‘proq qiziqtirgan

shaklni tanlang va uning nomini birinchi yozing. Endi qolgan shakllarni yoqtirganingiz darajasiga asosan tartib bilan yozib chiqing.

Demak, ishning eng qiyin qismi tugadi. Sizning subyektiv tanlagan asosiy shaklingiz xarakter xususiyatlaringiz va hatti harakatlaringiz mohiyatini aniqlash imkonini beradi. Boshqa shakllar esa doimiy sifatlaringiz to'g'risidagi ma'lumotlarni to'ldiradi. Oxirgi shakl o'zaro munosabatlar siz uchun og'ir kechadigan kishilar tipiga tegishli. Birorta ham shakl sizga yoqmasligi, yoki to'g'ri kelmasligi ham mumkin. Shunda sizning shaxs xususiyatlaringizni ikki, hatto uchta shakl guruhlarida asosida izohlashga to'g'ri keladi.

Kvadrat

Kvadratlar eng avvalo o'zlarining mehnatsevarligi, sabr, toqat bilan boshlagan ishni oxiriga yetkazish xususiyatlari bilan ajralib turadilar. Sabr-bardoshlilik, chidam kvadratni o'z sohasining usta mutaxassisi bo'lib yetishishiga olib keladi. Yangi informatsiyaga (axborotga) bo'lgan ehtiyojning yuqoriligi ham bunga yordam beradi. Kvadratlar har xil ma'lumotlarni to'plab yuradilar, ularni tartibga solib, sistemalashtiradilar, shuning uchun ular zarur informatsiyani darhol topib berishlari mumkin.

Darhaqiqat kvadratlar o'z sohasiga tegishli ma'lumotlar manbai hisoblanadilar. Ularning yana bir kuchli tomonlari, fikriy tahlil hisoblanadi. Agar siz o'zingiz uchun kvadratni tanlagan bo'lsangiz, sizda chap yarim sharlar faolroq hisoblanadi, ya'ni sizda informatsiyani ketma-ket tartib bilan qayta ishlash izchil a-b-v-g va h.k. tarzda kechadi.

Kvadratlar natijani taxminan emas, aniq hisoblaydilar. Ular hodisa va voqealarga juda e'tiborli. Tartib, intizomni xush ko'radilar. Kvadratlar rejali, aniq maqsadli hayotni yoqtiradilar, voqealarning odatiy kechishidagi o'zgarishlarni yoqtirmaydilar. Ular doimo odamlar va atrofidagi narsalarni tashkillashtiradilar (tartibga soladilar). Bu xususiyatlar kvadratlarni yaxshi ish yurituvchi, ijrochi bo'lishlarini ta'minlaydi. Lekin afsuski ulardan yaxshi ish beruvchi, menedjer chiqishi qiyinroq. O'ta mayda-chuydalarga e'tibor, aniqlik kiritish uchun qo'shimcha ma'lumotlar asosida qaror qabul qilish, ularning tezkorligini susaytiradi. O'ta tartiblilik, qonun-qoidaga aniq rioya qilish ularda o'ta kuchlidir. Qaror qabul qilishda ayniqsa, tavakkal ish tuta olmaydilar.

Kvadratlardagi sovuqqonlik, hissiyotga berilmaslik, aniqlilik har xil odamlar bilan aloqada bo'lishini qiyinlashtiradi.

Uchburchak

Ular harakatchan, kuchli shaxslar. O'z oldilariga aniq maqsadlar qo'yadilar va odatda ularga erishadilar. Eng asosiy narsani ilg'ab olish ularning xarakterli belgilaridir.

Uchburchakning yetakchi sifati birinchi bo'lishga intilishdir. Uchburchaklarda kvadratlar kabi faollik chap yarim sharlarga to'g'ri kelib, ular yaxshigina intellekt sohibidirlar. Vaziyatni tez va chuqur tahlil qilish va shu asnoda masalaning mazkur sharoitdagi eng to'g'ri yechimini topishga qodirdirlar. Shu sababli uchburchaklardan juda yaxshi rahbarlar, menedjerlar chiqadi. Ular o'z ishlari va qo'l ostidagilar mehnatini «yuqori lavozimdagi boshliq» e'tiboriga qanday taqdim etishni bilishadi.

Uchburchaklar o'zlarini doimo haq deb hisoblaydigan, o'ziga ishongan odamlar. Doimo haq bo'lishga kuchli ehtiyoj, boshqaruvga intilish hissi, masalani faqat o'zi uchun emas, o'zgalar uchun ham hal qilishga harakat qilish uchburchaklarni doimo boshqalar bilan bellashishga, kurashga da'vat qiladi. Bunday shaxslar dunyoqarashida omad, g'alaba, yutuq kabi tushunchalar yetakchi o'rinni egallaydi.

Ular ko'pincha tavakkalchi, toqatsizdirlar, ayniqsa qaror qabul qilishda ikkilanadigan kishilarga toqatlari yo'q. Uchburchaklar o'z xatolarini tan olishni yoqtirmaydilar. Juda qiyinchilik bilan o'z xatolariga iqror bo'ladilar. Ko'pincha ular o'z so'zlarida turib oladilar. E'tirozni qabul qilmaydilar va o'z bilganlaricha ish tutadilar. Shu qatorda ular asosiy maqsadlariga olib boradigan narsalarni, foydali axborotlarni tez singdirib oladilar.

Uchburchaklar shuxratparast, kar'erist, jamiyatda yuqori darajaga erishishga harakat qilishadi. Ishga kirishishdan oldin va qaror qabul qilishda uchburchaklar o'z oldilariga quyidagicha savol qo'yadilar: «Xo'sh men bundan qanday manfaat ko'raman?». Ular foyda keltiradigan ishni yuz chaqirimdan sezishadi va uning uchun raqiblari bilan ayovsiz kurashga tayyor bo'lishadi. Biroq ularning asosiy salbiy sifatlari kuchli egotsentrizm, o'ziga yo'nalganlikdir. Uchburchaklar hokimiyat cho'qqisiga intilish yo'lida har qanday vositadan foydalanishga tayyor, o'z maqsadlariga erishishda boshqalarning xohishlarini hisobga olmagan holda, ularning boshi ustidan yurib borishdan qaytmaydigan kishilar toifasidandir.

Uchburchak hamma-yu hammani o'z izmiga solishga harakat qiladi. Ularsiz hayot o'z keskinligini yo'qotgan bo'lardi.

Aylana

Aylana – bu mutanosiblikning falsafiy timsolidir. Kim bu shaklni tanlagan bo'lsa, u yaxshi shaxslararo munosabatga astoydil intiladi. Odamlar va ularning rohat-farog'ati aylana uchun oliy himmatdir.

Aylana boshqa shakllar ichida ko'proq odamlarga yaxshilik tilovchi ularni birlashtiruvchi shakldir. U jamoani, oilani mustahkamlash uchun xizmat qiladi. Aylana-ajoyib notiq, e'tiborli tinglovchi. Atrofidagi odamlarga hamdardlik ularning xursandchiligi-yu tashvishiga sheriklik aylanaga xos, u sezgirlik bilan o'ksik ko'ngilga taskin berishga shoshiladi. Aylanalar odamlarni tez «bilib oladilar», aldamchi, xudbin kishilarni tezda payqab olish xususiyatiga egadirlar. Aylana-o'z jamoasi uchun qayg'uradi va o'z kasbdoshlari orasida hurmat-e'tiborga sazovor kishidir.

Ammo ular biznes sohasida muvaffaqiyatli faoliyat ko'rsata olmaydilar, ya'ni menenjer va rahbarlik sohasida bo'shroq hisoblanadilar. Chunki, birinchidan, aylanada shaxs yo'nalganligi odamlarga qaratilgan bo'lib, har bir kishining og'irini yengil qilishga urinadilar. Ular tinchlik va osoyishtalikni saqlashga urinadilar, hamda o'ta qat'iy qaror chiqarishdan qochadilar.

Aylana uchun murosasizlik og'ir holat, odamlarning inoq, ahilligi va yaxshi munosabatda bo'lishlari baxtdir. Shuning uchun kim bilandir tortishib qolsa yoki ziddiyatli vaziyatlarda birinchi bo'lib aylana yon beradi va murosaga kirishadi.

Ikkinchidan, aylana «siyosiy o'yinlar»da zaif, bunda unga qat'iylik yetishmaydi. Shuning uchun aylanadan qat'iyroq shaxslar (masalan uchburchak) ko'pincha aylanani tazyiqqa oladilar. Aylana uchun hokimiyat kimning qo'lida ekanligi ahamiyatli emas, unga hamma rozi, atrofida tinchlik bo'lsa bas. Lekin bir narsada, ya'ni axloq va adolat masalasida, aylana qat'iylik va qattiqqo'llikni namoyon etadi. O'zining aylana timsolida ko'radigan shaxslarda miyaning o'ng yarim sharlari faol bo'lib fikrlar obrazli, intuitiv, emotsional ifodalangan, integral kechadi.

Aylanalarda axborot o'zlashtirish jarayoni uzoq-yuluq, ma'lumotlar zanjirining alohida qismlari tashlab ketilgan holda kechadi, ammo bu narsa ular mantiqdan yiroq kishilar degan xulosaga olib kelmasligi kerak. Ular hayotiy muammolarni hal qilishda rasmiyatchilikdan qochishadi, xolos.

Aylanalar tafakkuri shaklining asosiy xususiyati – muammoning subyektiv jihatlari (hissiyot, baholash va qadriyat)ga asoslanishdir. Ular

turli qarama-qarshi qarashlar orasida ham umumiylikni topishga intiladilar. Aylanalarni tug'ma psixologlar deb aytsa bo'ladi, biroq jiddiy, ulkan ishlarning boshida turishlari uchun ularda «to'g'ri chiziqli birodarlari» (uchburchak va kvadrat)da bo'lgan tashkilotchilik qobiliyati yetishmaydi.

To'g'ri to'rtburchak

Bu shaxsning davriy o'tish shakli bo'lib, hayotning ma'lum bir bo'laklarida nisbatan mutloq hisoblangan to'rt shaklda ham namoyon bo'lishi mumkin. Bu odamlar o'z hayotlarining hozirgi kechish tarzidan qoniqmaydilar va uning yaxshilanishi uchun izlanish va harakatda bo'ladilar. To'g'ri, bu shaklni tanlash sabablari turlicha bo'lishi mumkin, ammo ularni birlashtirib turuvchi narsa bitta – insonning o'zgarishlarga xayrixohligidir.

To'g'rito'rtburchakning asosiy psixologik holati-muammoni tushunib yetishda noaniqlik, dovdirab qolish, chuvalashtirib yuborish, shuningdek, o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarining ham ma'lum bir vaziyatlarda noaniqligi kuzatiladi.

To'g'rito'rtburchak holatlari kunaro, xatto kun davomida o'zgarib turadi. Ularning o'z-o'zini baholashi deyarli doim past bo'lganligi uchun «yaxshi» bo'lishga intiladilar. Yangi ish uslublarini izlaydilar. Hayot tarzini yaxshilashga intiladilar. Agar to'g'rito'rtburchakning hatti-harakatini diqqat bilan kuzatsak, u boshqa shakllar: «uchburchak», «aylana» va boshqalarning «kiyimlar»ini «kiyib» ko'radi. To'g'rito'rtburchaklarning hatti-harakatlari kutilmaganda shiddatli, keskin, o'zgarib turishi atrofdagilarni sergak tortiradi va ular ongli ravishda bunday «o'zgaruvchan odam» bilan muloqotga kirishishdan qochishlari mumkin. Aslida esa ular uchun boshqalar bilan muloqotda bo'lish zaruratdir, o'zgaruvchanlikning yana bir qiyinchilik tomoni ham shunda.

To'g'rito'rtburchaklardagi ijobiy fazilatlardan biri hayotiy qiziquvchanlik, faollik va jasoratdir. To'g'rito'rtburchaklar ulargacha hech kim qilmagan ishlarni qilishga, hech kim o'ylab ko'rmagan savollarga javob berishga harakat qilishadi. Bu shaklni tanlagan kishilar mazkur hayotiy bosqichda yangi g'oyalar, qadriyatlar, turli qarash va hayot tarzlarini osongina qabul qilishadi. To'g'ri, ikkinchi tomondan qaraganda, bu narsa ularni haddan tashqari ishonuvchan, turli ta'sirlarga beriluvchan, soddaroq bo'lishlariga olib keladi. Shuning uchun ham boshqalardan ko'ra ularga ta'sir o'tkazish osonroq.

Zigzag

Bu shakl-ijodkorlik timsolidir. Zigzag-haqiqiy o'ng yarim sharning faolligi aks etgan noan'anaviy fikrlovchi shaxs. Unga obrazli fikrlash, oldindan his etish (intuitsiya), integrativ (mujassamiy) fikrlash xususiyati xosdir. Uning o'y-fikrlari bir zumda bir-biridan uzoq bo'lgan nuqtalarga ko'chishi mumkin, shuning uchun atrofdagilarga ularni tushunishlari qiyin kechadi.

Zigzaglarga ko'proq tafakkurning sintetik turi xosdir. Ularga bir-biridan mutloq farq qiladigan g'oyalarni birlashtirib, mujassamlashtirib, shu asosda butunlay yangi o'ziga xos g'oyalar yaratish yoqadi.

Aylanalardan farqli o'laroq zigzaglar kelishuvlar, konsensuslarni afzal ko'rmaydilar, ular o'z maqsadlariga yon bosishlar orqali emas, balki g'oyalar qarama-qarshiligini kuchaytirish va nizo o'z yechimini topishi mumkin bo'lgan yangi kontsepsiyalarni yaratish yo'li bilan erishadilar.

Tabiatan aqlli hisoblangan Zigzaglar g'oyat tili zahar bo'lishlari ham mumkin. Ular dunyoni doimiy o'zgarishda ko'rishni xohlaydilar. Shu sababli ular uchun hamma bilan murosaga keluvchilar, o'zgarmaydigan qonun-qoida, ko'rsatma kabi narsalardan ko'ra zerikarliroq narsa yo'q.

Zigzaglar bir tizimga solingan vaziyatda ishlay olmaydilar. Qat'iy belgilab qo'yilgan majburiyatlar va doimiy ish tartiblari, aniq vertikal va gorizontal aloqalar ularning g'ashiga tegadi. Ularga rang-baranglik va faoliyatga undovchi yuqori darajadagi motivlar kerak. Shundagina Zigzaglar jonlanadi va o'zining bunyodkorlik, yangi g'oya va ish uslublarini yaratish vazifasiga kirishadi. Ular narsalarning hozirda va o'tmishda odatiy bo'lgan yaratilish yo'llaridan qoniqmaydilar. Bu shaxslar kelajakka intiluvchi va ularni xaqiqiy voqelikdan ko'ra oldinda qanday imkoniyatlar mavjudligi ko'proq qiziqtiradi. Boshqalarga narsalar olami qanchalar real bo'lsa, ular uchun g'oyalar dunyosi shunchalik haqiqiydir. Ular hayotining ko'proq qismini mana shu «g'oyalar dunyosi»da o'tkazadilar. Shu tufayli ularda ishga amaliy nuqtayi nazardan yondoshmaslik, hayotdan uzoqlik va soddalik kabi xususiyatlar mavjuddir. Zigzaglar barcha shakllar ichida eng tez qo'zg'aluvchan, zavq-shavqqa to'liq kishilardir. O'zlarida yangi qiziqarli g'oyalar tug'ilganda ular butun dunyoga jar solishga tayyor bo'ladilar. Biroq ularga siyosatdonlik yetishmaydi, ular tiyiqsiz, sharttiki va bu ularning o'z g'oyalarini amalga oshirishlariga xalaqit beradi.

Bundan tashqari Zigzaglar aniq detallarni ishlab chiqishda no‘noqroq (g‘oyalarni amalga oshirishda esa bu narsa muhim) va ishning yakuniga yetkazishda ko‘pam tirishqoqlik ko‘rsatmaydilar, chunki o‘z yangiligini yo‘qotganidan so‘ng g‘oyaga bo‘lgan qiziqish ham yo‘qoladi.

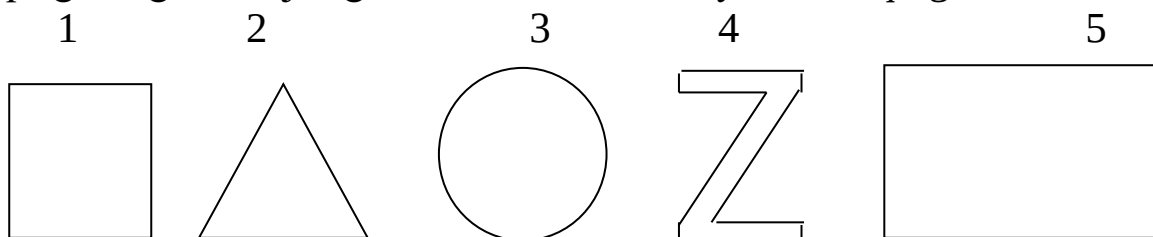
JAVOB VARAQASI

F.I.Sh._____

O‘rta maxsus, kasb-hunar ta’lim muassasa nomi_____

Bosqich_____ **Guruh**_____ **O‘tkazilgan sana**_____

Ko‘rsatma: qog‘ozga chizilgan 5-ta geometrik shakllarga qarang (kvadrat, uchburchak, doira, zigzak, to‘rtburchak). Mazkur shakllardan birini tanlang (faraz qiling bu shakl Siz!). O‘z shaklingizni his qilishga harakat qiling. Agar bunga qiynalsangiz, sizni ko‘proq qiziqtirgan shaklni tanlang va uning nomini birinchi yozing. Endi qolgan shakllarni yoqtirganingiz darajasiga asosan tartib bilan yozib chiqing.



1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

3-Laboratoriya ishi. Kasbiy yo‘nalganlikni o‘rganish metodikasi

Maqsad: o‘quvchilarning kasbiy qiziqishlari, yo‘nalganligini aniqlash.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar varaqasi.

Holland metodikasi

Kirish. Ushbu metodika asosida amerikalik psixolog olim Ya.Holland taklifi bo‘yicha odamlar va ko‘pchilik kasblarni shartli ravishda 6 guruhga bo‘lish mumkin (realistik, ijtimoiy, konvensial (shartli), tadbirkor, artistik tiplar). Bu metodika asosida yuqorida qayd qilingan tiplarni qay biri qay darajada shaxsda namoyon bo‘lishini aniqlash mumkin. Kasblarning xususiyati shundaki, shaxs psixologiyasida qaysi bir yo‘nalish ko‘proq shakllangan brlsa, shu kasb o‘ziga ko‘proq jalb qiladi.

Metodikani o‘tkazish tartibi

Metodika savolnomasini o‘quvchilarga berishdan oldin, ularga quyidagi ko‘rsatma beriladi:

«Quyidagi juft-juft taklif etilgan - kasblardan o‘zingiz uchun har bir juftdan bittasini tanlang va «a» yoki «b» grafalar yonida «+» yoki «-» belgisini qo‘ying.

Ikkala kasbdan bittasini tanlashi shart

1.	a) quruvchi	b) loyiha tuzuvchi
2.	a) elektron texnik	b) sanitariya shifokori
3.	a) tokar (chilangar)	b) kotiba
4.	a) suratkash	b) do‘kon mudiri
5.	a) chizmakash	b) dizayner
6.	a) faylasuf	b) psixiatr
7.	a) tilshunos	b) advokat
8.	a) ilmiy jurnal muharriri	b) badiiy jurnal tarjimoni
9.	a) pediatr	b) statist
10.	a) sport shifokori	b) feletonchi
11.	a) notarius	b) ta‘minotchi
12.	a) parmalovchi	b) hajviy sur‘at soluvchi rassom
13.	a) siyosiy arbob	b) yozuvchi
14.	a) bog‘bon	b) meteorolog

15.	a) avtobus haydovchi	b) feldsher
16.	a) elektron uskunalar muhandisi	b) kotiba
17.	a) bo‘yoqchi	b) yog‘och yoki metal bo‘yicha rassom
18.	a) biolog	b) ko‘z shifokori
19.	a) teleoperator	b) rejissyor
20.	a) gidrolog	b) taftishchi
21.	a) zoolog	b) bosh zootexnik
22.	a) matematik	b) me‘mor
23.	a) bolalar xonasi noziri	b) hisobchi
24.	a) o‘qituvchi	b) kasaba uyushmasi lideri
25.	a) tarbiyachi	b) kulol
26.	a) iqtisodchi	b) bo‘lim mudiri
27.	a) korrektor	b) tanqidchi
28.	a) xo‘jalik ishlari mudiri	b) dirijer
29.	a) radiooperator	b) fizik yadrochi
30.	a) sozlovchi	b) montajchi
31.	a) agronom	b) menejer
32.	a) bichuvchi	b) dekarator
33.	a) arxeolog	b) ekspert
34.	a) muzey xodimi	b) maslahatchi
35.	a) olim	b) akter
36.	a) logoped	b) stenografist
37.	a) shifokor	b) diplomat
38.	a) bosh hisobchi	b) direktor
39.	a) shoir	b) ruhshunos

Metodika natijalarini tahlil qilish uchun har bir o‘quvchining javob varaqasi alohida ishlab chiqiladi. Buning uchun 6 yo‘nalish bo‘yicha berilgan maxsus kalitdan foydalaniladi. Har bip savolning javobi kalitda berilgan natija bilan to‘g‘ri kelsa 1 ball qo‘shiladi va oxirida har bir yo‘nalish bo‘yicha umumiy ballar yig‘indisi hisoblab chiqiladi. Eng ko‘p bal to‘plagan yo‘nalish yetakchi hisoblanadi, bunda shu yo‘nalish ballar yig‘indisi 5 balldan kam bo‘lmasligi kerak.

Kalit

1	Realistik tip	1a, 2a, 3a, 4a, 5a, 6a, 7a, 8a, 9a, 10a, 11a, 12a, 13a, 14a, 15a, 16a, 17a, 18a, 19a, 20a, 21a, 22a, 23a, 24a, 25a, 26a, 27a, 28a, 29a, 30a, 31a, 32a.
2	Aqliy tip	1b, 6a, 7a, 8a, 14b, 18a, 20a, 21a, 22a, 29b, 33a, 34a, 35a
3	Ijtimoiy tip	2b, 6b, 9a, 10a, 15b, 18b, 23a, 24a, 25a, 34b, 36a, 37a, 39b
4	Konvensial (shartli) tip	3b, 9b, 11a, 12a, 16b, 20b, 23b, 26a, 27a, 30b, 33b, 36b, 38a
5	Tadbirkor tip	4b, 7b, 11b, 13a, 19b, 21b, 24b, 26b, 28a, 31b, 35b, 37b, 38b
6	Artistik tip	4a, 5b, 8b, 10b, 12b, 13b, 17b, 22b, 25b, 27b, 28b, 32b, 39a

Tiplarning tahlili

Realistik tip. Bunday tipdagi shaxs ko‘proq konkret, ya’ni aniq obyektlar (narsalar, asbob uskunalar, hayvonlar, mashinalar) bilan shug‘ullanishni afzal ko‘radilar, konkret obyekt bilan shug‘ullanish, chaqqonlik va aniqlikni yoqtiradi. Odamlar bilan muloqotda bo‘lishni yoqtirmaganligi sababli yuqori lavozimlarda ishlashni xush ko‘rmaydi. Injener, mexanik, elektrik, agronom, bog‘bon, haydovchi va shunga o‘xshash kasblarni tanlaydi.

Intellektual tip. Bunday odamlar o‘zining sezgir va boy xayolligi bilan boshqalardan ajralib turadi. Ular amaliy mashg‘ulotlarni bajarishdan ko‘ra, muammolarni nazariy hal qilish ustida o‘ylashni yoqtiradilar. Mavhum kasblarni tanlashadi: biolog, botanik, astronom, fizik.

Ijtimoiy tip. Bunday odamlar muammoni yyechishda ko‘proq o‘zlarining intellektual qobiliyatlaridan ko‘ra shaxsiy hissiyot va tuyg‘ularga asoslanadilar. Mexanizmlar bilan shug‘ullanishni yoqtirmaydilar. Ko‘proq ta’lim va sog‘liqni saqlash sohasiga qiziqadilar: shifokor, psixolog, o‘qituvchi kasblarini tanlashlari mumkin, chunki ular muloqotga kirishish, boshqaruv va san’atga ehtiyoj katta.

Konvensial (shartli) tip. Bunday odamlarda moslashish salohiyati juda past. Ularga past faollikni talab qiluvchi mashg‘ulotlar va mutaxassisliklar hamda aniq tizimli faoliyatlar ko‘proq yoqadi. Chunki bunday faoliyatlarda aniqlik va noaniqlik belgilab berilgan. Boshqaruv faoliyati qo‘l kelmaydi, chunki bunday odamlar masalalarni hal qilishda

ko‘proq boshqalarning fikriga suyanadilar. Tavsiya etilgan kasblar iqtisod, hisobchi, kotiba va hokazo.

Tadbirkorlik tipi. Bunday tiplar yuqori lavozimlarda ishlashni yoqtiradilar, Ularga qo‘l mehnati, diqqatni bir nuqtaga jalb etuvchi faoliyatlar yoqmaydi. Ular quyidagi kasblarni tanlaydilar: direktor, teleoperator, artist, diplomat, jurnalist.

Artistik (kreativlik) tip. Bunday insonlarda xayol va intuitsiya yaxshi rivojlangan. Ular hayotni murakkablashgan holda qabul qiladilar. "Erkaklashtirilgan" — sport, avtota‘mirlash kabi ishlar qiziqitirmaydi. Ular ijodiy xarakterli mashg‘ulotlarni xush ko‘radilar. Ya‘ni, musiqa, rassomchilik, adabiyot va shu kabi sohalarda yuqori natijalarga erishishlari mumkin.

4-Laboratoriya ishi. Kasbiy qiziqish va layoqatni eksperimental o‘rganish

Maqsad: Kasbiy qiziqish va layoqatni “Qiziqishlar xaritasi” (Golomshtok) metodi yordamida eksperimental o‘rganish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar varaqasi.

QIZIQISHLAR XARITASI (Golomshtok)

Qiziqishlar sohasi va yo‘nalishini aniqlashga qaratilgan quyidagi savollarning har birini did bilan o‘qing va mumkin qadar aniq javob berishga harakat qiling.

Agar savolda so‘ralgan mazmun, sizga har tomonlama ma‘qul tushsa va juda yoqsa, unda javob varaqasining tegishli katakchasiga ikkita plyus (++) belgisini qo‘yasiz.

Agar savol mazmuni shunchaki yoqsa, unda bitta plyus (+) agar yoqish-yoqmasligini bilmasangiz yoki ikkilansangiz unda nol (0) qo‘yasiz.

Agar savol mazmuni sizga ma‘qul bo‘lmasa, minus (-) agar juda yoqmasa, ya‘ni bu faoliyatni yomon ko‘rsangiz, unda ikkita minus (--) belgisini qo‘yasiz.

Vaqt chegaralanmagan, lekin diqqat bilan, savollarni tushurib qoldirmay tez-tez o‘ylab javob bering.

DIQQAT BOSHLADIK!

Quyidagi faoliyat bilan shug‘ullanishni yoqtirasizmi? Havas qilasizmi? Istaysizmi?

1. O‘simliklar va hayvonlarning hayoti bilan shug‘ullanish, tanishish.
2. Geografiya darsligi, geografiyaga oid kitoblarni o‘qish.
3. Geologik ekspeditsiyalar haqidagi badiiy yoki ilmiy ommabop adabiyotlar o‘qish.
4. Odam anatomiyasi va fiziologiyasi darslari va shu sohaga oid darsliklar, kitoblarni o‘qish.
5. Uy-ro‘zg‘or darslari yoki ro‘zg‘or ishlariga taalluqli vazifalar.
6. Fizikadagi yangi kashfiyotlar va buyuk fiziklarning hayoti, ijodi haqidagi ilmiy-ommabop adabiyotlar o‘qish.
7. Kimyo fanidagi yangi ixtirolar yoki buyuk ximiklarning hayoti va ijodi haqida o‘qish.
8. Texnika sohasiga tegishli jurnallar o‘qish (malasan, “Sirli olam”, “Fan va turmush”).
9. Ilmiy ommabop jurnallardagi elektronika va radiotexnika bo‘yicha yutuqlar va yangiliklar haqida maqolalar o‘qish.
10. Har xil metallar va ularning xususiyatlari bilan tanishish.
11. Yog‘ochlarning har xil turlari va ularni amalda qo‘llash haqida bilish.
12. Qurilish sohasidagi yutuqlarni bilish.
13. Har xil turdagi transport (avtomobil, temiryo‘l) haydovchilari haqida kitoblar o‘qish, filmlar ko‘rish.
14. Uchuvchi va kosmonavtlar haqida kitoblar o‘qish, filmlar ko‘rish.
15. Harbiy texnika bilan tanishish.
16. Tarixiy voqealar va tarixiy arboblar haqidagi kitoblar o‘qish.
17. O‘zbek va jahon adabiyoti klassiklarini o‘qish.
18. Gazeta va jurnallarning maqola va ocherklarini muhokama qilish.
19. Sinfda va maktabda bo‘layotgan ishlar va voqealarni muhokama qilish.
20. Maktab hayoti (tarbiyachi, o‘qituvchi, sardorlarning faoliyati) haqida kitoblar o‘qish.
21. Militsiyaning faoliyati haqida filmlar ko‘rish, kitob o‘qish.
22. O‘qiyotgan, ishlayotgan yoki yashayotgan joyingizni chiroyli qilib bezash, narsalarni saranjomlash, tartibga keltirish.

23. “Qiziqarli matematika”, “bosh qotirmalar” haqidagi maqola va kitoblar o‘qish.

24. Iqtisodiy geografiyani o‘rganish.

25. Chet tili mashg‘ulotlari.

26. Buyuk rassomlar hayoti, tasviriy san’atning rivojlanishi tarixi bilan tanishish.

27. Mashhur sahna va kino artistlarining hayoti bilan tanishish, ular bilan uchrashish, fotosuratlarini yig‘ish.

28. Mashhur musiqachilarning hayoti va ijodi bilan, musiqa san’ati nazariyasiga doir masalalar bilan tanishish va o‘rganish.

29. Sport va buyuk sportchilar haqida jurnal, gazeta, kitoblar o‘qish.

30. Biologiya, botanika, zoologiyani o‘rganish.

31. Geografik ixtirolar va ma’lumotlar orqali har xil mamlakatlar bilan tanishish.

32. Mashhur geologlarning hayoti va faoliyati haqida o‘qish.

33. Odamlar qanday qilib kasalliklar bilan kurashishni o‘rganganlari haqida, vrachlar va tibbiyot sohasidagi yutuqlar haqida o‘rganish.

34. Yengil sanoat korxonalariga ekskursiyaga borish.

35. “Fiziklar hazillashadilar”, “Qiziqarli fizika” sohasida kitoblar o‘qish.

36. Tabiatdagi kimyoviy hodisalarni kuzatish, kimyodan tajribalar o‘tkazish, kimyoviy reaksiyalarning borishini kuzatish.

37. Zamonaviy texnikaning eng so‘ngi yutuqlari bilan tanishish (radio va teleko‘rsatuvlarni eshitib, ko‘rib, gazetalardagi maqollarni o‘qib).

38. Radiotexnika to‘garaklariga qatnashish yoki elektriklarning ishi bilan tanishish.

39. Metallarga ishlov berishda ishlatiladigan har xil o‘lchov asboblari bilan tanishish. Ular bilan ishlash.

40. Yog‘ochdan uy jihozlari tayyorlash jarayonini kuzatish, mebellarning yangi namunalarini o‘rganish.

41. Quruvchilar bilan uchrashish, ularning faoliyatini kuzatish.

42. Yo‘l harakati vositalari haqida ommabop adabiyotlarni o‘qish.

43. Dengizchilar haqida o‘qish, filmlar ko‘rish.

44. Harbiy mazmundagi filmlarni ko‘rish, kitob o‘qish, katta to‘qnashuvlar va janglar tarixi bilan tanishish.

45. O‘zimizda va chet el miqyosida bo‘layotgan siyosiy voqealarni muhokama etish.

46. Adabiy-tanqidiy maqolalarni o‘qish.

47. Radio va televizordan har xil yangiliklar va axborot ko'rsatuvlarini eshitish va ko'rish.

48. Tuman, shahar, respublikada bo'layotgan kundalik voqealardan xabardor bo'lish.

49. O'rtoqlaringizga darslarini bajarishda yordam berish va tushuntirish ishlarini olib borish (agar o'zlari qila olmasalar).

50. Do'stlarning, tanishlarning yoki adabiy qahramonlarning qilmishlarining to'g'ri va haqqoniy tahlil etish va baholash.

51. Oilaning oziq-ovqat bilan ta'minlanishiga ahamiyat berish, sayohatlar chog'ida hamma uchun ovqatlanishni tashkil etilsh.

52. Matematika sohasidagi kashfiyotlar, buyuk matematiklar hayoti va faoliyat haqida ilmiy ommabop adabiyotlarni o'qish.

53. Xalq xo'jaligi rejalarining bajarilishi bilan qiziqish.

54. Chet tilida badiiy adabiyotlarni o'qish.

55. Redkollegiya a'zosi bo'lish, gazetalarni badiiy bezash bilan shug'ullanish.

56. Drama teatri va yosh tomoshabinlar teatriga borish.

57. Opera yoki sinfonik musiqalarni eshitish.

58. Sport musobaqalarini tomosha qilish, sportga doir radio va teleko'rsatuvlarni eshitish, ko'rish.

59. Biologiya to'garagiga qatnashish.

60. Geografiya to'garagida shug'ullanish.

61. Yerdagi minerallarning geografik tarqalishi haqida tasvirlar, ma'lumotlar yig'ish va xaritalar tuzish.

62. Odam organizmi xislatlarini kasallikning paydo bo'lish sabablari va davolash uslublarini o'rganish.

63. Pazandalik to'garagiga qatnashish, uyda ovqat tayyorlash.

64. Fizikadan tajribalar o'tkazish.

65. Eritmalarni tayyorlash, reaktivlarning og'irligini o'lchash.

66. Har xil mexanizm (soat dazmol)larni yig'ish tuzatish.

67. Aniq o'lchov asboblari (ostsillograf, ampermetr, voltmeter)ni ishlatish, ular yordamida har xil hisoblarni olib borish.

68. Metallardan har xil detallar va buyumlar yasash.

69. Yog'ochdan har xil qismlar va ashyolar yasash yoki yog'ochni badiiy bezash (o'ymakorlik, kuydirish, naqsh berish).

70. Har xil imoratlarning eskizlarini, qurilishlarning chizmalarini bajarish.

71. Yosh temiryo'lchilar va yoki avtohavaskorlar to'garagiga qatnashish.

72. Parashutchilar seksiyasida, aviamodelchilar to‘garagida ishtirok etish yoki aviaklub ishida qatnashish.

73. O‘q yoy otish to‘garagida shug‘ullanish.

74. Har xil xalqlar va mamlakatlarning kelib chiqish tarixini o‘rganish.

75. Adabiyot fanidan sinf va uy insholari yozish.

76. O‘zga odamlarning harakatlari, xulqi va hayotini kuzatish.

77. Jamoa tashkilotlarini, biron bir ishni bajarish, tashkil etish uchun o‘rtoqlarni uyushtirish, birlashtirish.

78. Kichik yoshdagi bolalarga qarash, ularga kitob o‘qib berish, shug‘ullanish, har xil hikoyalar gapirib berish yoki biron bir ishda ularga ko‘maklashish.

79. Tengdoshlar va kichik bolalar orasida tartib va muntazam imtizom o‘rnatish.

80. Sotuvchi, oshpaz, ofitsiantlarning faoliyatini kuzatish.

81. Matematika to‘garagida shug‘ullanish.

82. Ishlab chiqarishning rivojlanish masalarini o‘rganish, ishlab chiqarish korxonalarida hisob-kitob va rejalash borasidagi yutuqlar haqida bilish.

83. Chet tilidagi lug‘atlar bilan ishlash, yaxshi tanish bo‘lmagan tilda o‘ziga xos murakkab nutq xususiyatlarini tahlil qilish.

84. Muzey va badiiy ko‘rgazmalarga borish.

85. Tomoshabinlar oldida, sahnada badiiy faoliyat ko‘rsatish.

86. Biron bir musiqiy asbobda o‘ynash.

87. Sport o‘yinlarini o‘ynash.

88. O‘simlik va hayvonlarning rivojlanishini kuzatib, yozib borish.

89. Mustaqil ravishda geografik xaritalarni tuzish, har xil geografik ma’lumotlarni to‘plash.

90. Geologiya muzeylari uchun ko‘rgazma materiallar, minerallar to‘plami yig‘ish.

91. Vrach, xamshira, dorishunoslarning faoliyati bilan tanishish.

92. Bichish va tikish to‘garagi qatnashish o‘zingizga va oila a’zolaringizga tikish.

93. Fizika to‘garagida shug‘ullanish yoki fizika bo‘yicha qo‘shimcha mashg‘ulotlarga qatnashish.

94. Kimyo to‘garagida shug‘ullanish yoki kimyo bo‘yicha qo‘shimcha mashg‘ulotlarga borish.

95. Texnika to‘garaklaridan birida shug‘ullanish (samolyot, dengiz kemalari va boshqa inshootlarni madelini yasash).

96. Elektr asboblari, apparatlari va har xil elektr mashinalarining tuzulishi bilan tanishish, ishini kuzatish har xil radiouskuna va o'lchov asboblari bilan shug'ullanish.

97. Mehnat darslarida metallga ishlov berish ustaxonasida shug'ullanish.

98. "Mohir qo'llar" yoki yog'ochga ishlov berish to'garagida shug'ullanish.

99. Qurilishda bo'lish, qurilish jarayoni va bezash ishlarini kuzatish.

100. Transport va yo'lovchilarning yo'l harakati qoidalarini bajarishlarini kuzatish.

101. Eshkak eshuvchi, yelkanli qayiqcha, akvalangchi (g'avvoslar) to'garaklarida va suvda cho'kayotganlarini qutqarish brigadasida qatnashish.

102. Harbiy (masalan, "shunqorlar") o'yinlarida ishtirok etish.

103. Tarix muzeylariga borish, madaniy obidalar va yodgorliklar bilan tanishish.

104. Adabiyot to'garaklarida shug'ullanish, adabiyotdan qo'shimcha mashg'ulotlarda ishtirok etish.

105. Shaxsiy kundalik tutish.

106. Xalqaro ahvol haqida sinfda axborot berish.

107. Tarbiyachilik (masalan, sardorlik) ishlarini bajarish.

108. Odamlarning xatti-harakatlari va odatda yashiradigan ba'zi bir xulqlarining sabablarini ochish, aniqlash.

109. Magazinda xaridorlarga kerakli buyumlarni tanlashda yordam berish.

110. Matematikadan qiyin masalalarni yyechish.

111. Pullik kirim-chiqimlarning aniq hisob-kitobini olib borish.

112. Chet tili to'garaklarida shug'ullanish yoki chet tilidan qo'shimcha darslarda qatnashish.

113. Badiiy to'garaklarda shug'ullanish.

114. Badiiy-havaskorlik ko'riklarida ishtirok etish.

115. Xorda ashula aytish yoki musiqa to'garaklarida qatnashish.

116. Sport sektsiyalarining birida shug'ullanish.

117. Biologiya olimpiadalarida qatnashish yoki o'simliklar va hayvonlar ko'rgazmasini tayyorlash.

118. Geografik ekspeditsiyada qatnashish.

119. Geologik ekspeditsiyada qatnashish.

120. Kasallarning ahvolini kuzatish, g'amho'rlik qilish, tegishli yordam berish, ahvollarini yengillashtirish choralarini ko'rish.

121. Oshpazlik va qandolatchilik ko'rgazmalariga qatnashish yoki borish.

122. Fizika olimpiadasida qatnashish.

123. Kimyodan qiyin masalalar yechish, olimpiadalarda qatnashish.

124. Texnik sxema va chizmalarni tahlil qilish, ularni mustaqil ravishda tuzish.

125. Murakkab radiosxemalarni tahlil qilish.

126. Ishlab chiqarish korxonalariga ekskursiyaga borish uskuna va dastgohlarning yangi turlari bilan tanishish ularda ishlash yoki ta'minlash ishlarini kuzatish.

127. O'z qo'lim bilan yog'ochdan biror narsa yasash.

128. Qurilish ishlarida imkon darajada yordamlashish.

129. Avtomobil, trolleybuslariga xizmat ko'rsatish va ta'minlash ishlarida baholi qudrat qatnashish.

130. Har qanday ob-havo sharoitida ham "tez yordam" samolyotida uchish yoki katta tezlik bilan uchuvchi samolyotlarni boshqarish.

131. Qat'iy o'rnatilgan tartib bo'yicha yashash, kun tartibiga qat'iy rioya qilish.

132. Tarix to'garagida shug'ullanish, tarixiy ma'lumotlarni to'plash, ma'ruzalar qilish.

133. Adabiyot manbalari bilan ishlash, o'qiganlarim haqida taassurotlarimni kundalikka yozib borish.

134. Munozaralarda va kitobxonlar konferentsiyalarda qatnashish.

135. O'quvchilar jamoatchiligi yig'ilishi yoki tayyorlash va o'tkazish.

136. Tarbiyasi yomon bolalarga ta'sir ko'rsatish, bolalar va o'smirlar tarbiyasi masalalari bilan muhokama qilish.

137. Militsiya ishiga yordam berish, "militsiyaning yosh do'sti" to'garagiga a'zo bo'lish.

138. Doim har xil odamlar bilan muloqotda, aloqada bo'lish.

139. Matematika olimpiadalarida qatnashish.

140. Tovarlar va ularning narxining kelib chiqishini bilish, oylik maosh, mehnatini tashkillashtirishni tushinishga harakat qilish.

141. Do'stlarim bilan chet tilida gaplashish.

142. Tasviriy san'at ko'rgazmalarida qatnashish.

143. Teatr to'garagiga borish.

144. Teatr ko'rik tanloviga qatnashish.

145. Sport musobaqalarida qatnashish.

146. Bog'da yoki tomorqadan o'simliklarni o'stirish, hayvonlarni tarbiyalash va parvarish qilish.

147. Joylarni xaritaviy (geografik) ko'rinishida suratga olish.

148. Berilgan dastur bo'yicha murakkab va jiddiy topshiriqlarni bajarishga to'g'ri keladigan qiyin va uzoq muddatli sayohatlarga borish.

149. Shifoxona, poliklinika yoki dorixonada ishlash.

150. Oziq-ovqat yoki yengil sanoat korxonasida mutaxassis bo'lib ishlash (tikuvchi, bichuvchi, qandolatchi).

151. Fizikadan qiyin masalalar yyechish.

152. Kimyoviy ishlab chiqarish korxonasida ishlash.

153. Texnik ijodiyot ko'rgazmasida ishtirok etish.

154. Elektroenergetika yoki radioelektronika sohasida ishlash.

155. Dastgoh (stanok)da ishlash, har xil detallar, buyumlar tayyorlash.

156. Chizmalar asosida modellar, yog'ochsozlik ishlarini bajarish.

157. Qurilish brigadasida ishlash.

158. Yo'lovchi yoki yuklarni tashish, yo'l harakati qoidalariga qat'iy rioya qilish.

159. Bo'ronli ob-havoda katta daryo yoki ochiq dengizda ishlash.

160. Harbiy injiner yoki qo'mondon qilish.

161. Ona diyorning tarixiy obidalarga sayohat qilish.

162. Hikoyalar yozish, she'r va masal to'qish.

163. Devoriy gazeta yoki davriy matbuot uchun maqola yoki ocherklar yozish.

164. Mehnat shanbaligida brigadaga boshchilik qilish.

165. Kichik bolalar uchun o'yinlar, bayramlar tashkil etish.

166. Yuridik tashkilotlarda ishlash (sud, prokuratura, advokatura, huquqiy maslahatxonalarda).

167. Odamlarga har xil katta va kichik xizmatlar ko'rsatish.

168. Har doim matematik bilimlarni talab qiladigan ishlarni bajarish.

169. Xalq xo'jaligi korxonalarining iqtisodi, rejalashtirilishi va moliyaviy ta'minlashni sohasida ishlash.

170. Chet tilidan olimpiada, tanlov va konferentsiyalarda qatnashish.

172. Sahnada yoki kinoda o'ynash.

173. Musiqachi, musiqiy rejissyor yoki musiqa darsidan o'qituvchi bo'lish.

174. Fizkultura (sport) o'qituvchisi yoki treneri bo'lish.

Qiziqishlar xaritasi kaliti

1. Biologiya
2. Geografiya
3. Geologiya
4. Meditsina
5. Oziq-ovqat va yengil sanoati sohasi
6. Fizika
7. Kimyo
8. Texnika
9. Elektro-radiotexnika
10. Metalga ishlov berish
11. Duradgorlik san'ati
12. Qurilish
13. Transport
14. Aviatsiya, daryo va dengiz transporti
15. Harbiy mutaxassislik
16. Tarix
17. Adabiyot
18. Jurnalistika
19. Ijtimoiy faoliyat
20. Pedagogika
21. Huquq, yurispridensiya
22. Savdo hizmati
23. Matematika
24. Iqtisod
25. Chet tillar
26. Tasviriy san'at
27. Sahna san'ati
28. Musiqa
29. Fizkultura (jismoniy tarbiya)

JAVOB VARAQASI

Familiyasi _____ Ismi _____

Maktab (muassasa) _____ Sinf(guruh) _____

juda yoqmaydi «- -»

yoqmaydi «-»

ikkilanish «0»

yoqadi «+»

juda yoqadi «++»

1	30	59	88	117	146
2	31	60	89	118	147
3	32	61	90	119	148
4	33	62	91	120	149
5	34	63	92	121	150
6	35	64	93	122	151
7	36	65	94	123	152
8	37	66	95	124	153
9	38	67	96	125	154
10	39	68	97	126	155
11	40	69	98	127	156
12	41	70	99	128	157
13	42	71	100	129	158
14	43	72	101	130	159
15	44	73	102	131	160
16	45	74	103	132	161
17	46	75	104	133	162
18	47	76	105	134	163
19	48	77	106	135	164
20	49	78	107	136	165
21	50	79	108	137	166
22	51	80	109	128	167
23	52	81	110	139	168
24	53	82	111	140	169
25	54	83	112	141	170
26	55	84	113	142	171
27	56	85	114	143	172
28	57	86	115	144	173
29	58	87	116	145	174

Natijalarni qayta ishlash

Javob varaqasining o'ng qismida 29-satrning 6-ustunida jami 174 ta nomerlangan katakcha bo'lib, har bir satrdagi javoblar ma'lum bir mazmunni, ya'ni muayyan qiziqish sohasiga tegishli javoblarni o'zida jamlaydi. O'ng tomonga esa tadqiqotchining ishlanmalari yoziladi. Bu qismda 3 ustun katakchalar bo'lib, birinchi ustunning har bir katakchasiga tegishli satrlardagi qo'shuv (+) belgilari soni yozib chiqiladi. So'ng o'sha satrdagi barcha ayiruv (-) belgilarning soni sanab, ikkinchi ustunning tegishli katakchasiga yozib qo'yiladi. Javob varaqasidagi "0" belgilar inobatga olinmaydi. Shunday qilib, birinchi ustundagi barcha katakchalar qo'shuvlar soni bilan, ikkinchi ustuni esa har bir satrdagi ayiruvlar soni bilan to'ldiriladi.

O'z-o'zidan ma'lumki, qo'shuv belgilar soni qanchalik ko'p bo'lsa, o'sha satrga taaluqli bo'lgan qiziqish bolada ko'proq shakllangan bo'ladi va agar ayiruv belgilar soni ko'p bo'lsa, demak, tegishli soha bola uchun nafaqat ahamiyatsiz, balki keraksiz ekanligi e'tirof etiladi. Har bir satrda qo'shuvlar soni 0-12 oraliqda bo'lishi mumkin.

Har bir satrdagi jami qo'shuvlar va ayiruvlar sonining ayirmasini (algebraik yig'indisini) olib uchinchi ustunning tegishli katakchalariga yozib chiqsak, unda sinaluvchining har bir satrdagi qiziqishlar sohasining haqiqiy bahosini topgan bo'lamiz. Uchinchi ustundagi sonlar musbat ham, manfiy ham bo'lishi mumkin. Ko'rsatkichlar -12 dan +12 gacha oraliqda bo'lib, bolaning har bir sohaga bo'lgan munosabatini aniq ifodalashga qaratilgandir. Shubhasiz, musbat ko'rsatkichli qiziqishlar alohida ahamiyatga ega. Lekin manfiy ko'rsatkichli sohalar ham o'qituvchilar, ota-onalar uchun ma'lum bir mulohazalar qilishga asos bo'ladi.

Bundan tashqari birinchi ustundagi barcha 29 raqamli yig'indini olib, uni 29 ga bo'lsak, o'quvchining o'rtacha qiziquvchanlik darajasi kelib chiqadi.

1) 1,2,3-qiziquvchanlik darajasi o'rtadan past. Hech narsaga qiziqmaydi (korrektsion guruhga jalb qilinishi kerak).

2) 4,5,6-aniq qiziqishlari bor. Kelajagini ongli belgilaydi.

3) 7,8,9-qiziqishlari tarqoq. Lekin o'zining qiziqqan sohasi ham bor. Ijtimoiy faol o'quvchi.

4) 10,11,12-qiziqishlari mavhum yoki chin dildan javob berilmagan; passiv, ijtimoiy yetilmagan bola (korrektsion guruhda shug'ullanishi lozim).

1 va 4-guruhdagi o'quvchilar korrektsiyaga muhtoj.

5- Laboratoriya ishi. Dembo-Rubinshteynning o‘z-o‘zini baholash metodikasi.

Maqsad: Shaxs o‘z-o‘zini baholashini Dembo-Rubinshteynning o‘z-o‘zini baholash metodikasi yordamida o‘rganish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar varaqasi.

Dembo-Rubinshteynning “O‘z-o‘zini baholash” metodikasi blanki (A.M.Prixojan tomonidan modifikatsiya qilingan)

Har qanday inson o‘zining qobiliyati, xarakteri, imkoniyati va h.k.larni baholaydi. Har bir sinaluvchining shaxsiy sifatlari, xususiyatlari rivojlanish darajasini vertikal chiziq bilan shartli ravishda tasvirlash mumkin, bunda eng pastki nuqta-eng past rivojlanishni, eng tepa nuqta esa –juda yuqori rivojlanishni bildiradi.

Sizga shunday 7 ta chiziq taklif etiladi.

1. Sog‘liq.
2. Aql, qobiliyatlar
3. Xarakter.
4. Tengdoshlari orasida obro‘-etibor
5. O‘z qo‘li bilan ko‘p narsa qila olish, mohir qo‘llar
6. Tashqi qiyofa.
7. O‘ziga-o‘zi ishonch.

Sinaluvchiga ko‘rsatma: O‘zingizdagi ushbu sifatlarning rivojlanishini qanday baholashingiz har bir to‘g‘ri chiziqda chizqcha (-) bilan ko‘rsating. Shundan so‘ng, ushbu sifat, xususiyat sizda qanchalik bo‘lganida siz qoniqqan yoki fahrlangan bo‘lardingiz shu darajani iks (X) bilan belgilang. Ushbu metodikani o‘tkazishga, ko‘rsatma o‘qish bilan birga ajratilgan vaqt 10-12 daqiqani tashkil etadi.

Sog'liq	Aql, qobiliyat	Xarakter	Tengdoshlar orasida obro'	Mohir qo'llar	Tashqi qiyofa	O'ziga ishonch

T/r	Ko'rsatgichlar	O'z-o'ziga baho berish		Davogarlik darajasi	
		Baholash	Ballarda	Baholash	Ballarda
1	Sog'liq				
2	Aql, qobiliyat				
3	Xarakter				
4	Tengdoshlar orasida obro'				
5	Mohir qo'llar				
6	Tashqi qiyofa				
7	O'z-o'ziga ishonch				

Izoh_____

Natijalarni qayta ishlash va izohlash

Natijalarni qayta ishlash 6 ta shkala bo'yicha olib boriladi (1-shkala, ya'ni sog'lik haqidagi shkala sinash uchun bo'lib hisobga olinmaydi). Har bir javob ballarda o'lchanadi. Yuqorida aytilganidek har bir

shkalaning uzunligi 100 mm bo'lib, shunga asosan o'quvchi javobida 54 mm.ni belgilasa, biz buni 54 ball deb olamiz.

1. Oltita shkalaning har biridan quyidagilar aniqlanadi:

A) Da'vogarlik darajasi - shkalaning pastki nuqtasi 0 (nol) dan to x (iks) belgisigacha mm dagi masofa;

B) O'z-o'zini baholashning balandligi - "0" dan (chiziqcha) belgisigacha,

E) Da'vogarlik darajasi bilan o'z-o'zini baholash belgilari. Ya'ni "x" (iks) bilan "—" (chiziqcha) belgilari orasidagi farq. Agarda da'vogarlik darajasi o'z-o'zini baholashdan pastda bo'lsa, bunda u manfiy raqam bilan ko'rsatiladi.

2. Oltita shkalaning har birida ko'rsatilgan da'vogarlik darajasi va o'z-o'zini baholash ko'rsatkichlarining o'rtacha kattaligi hisoblanadi. Ballar taqsimoti quyidagi jadvalda keltirilgan.

Ko'rsatkichlar	Miqdoriy tavsif (ballar bo'yicha)			
	Past	O'rtacha	Yuqori	Juda yuqori
Da'vogarlik darajasi	60 gacha	60-74	75-89	90-100
O'zini baholash darajasi	45 gacha	45-59	60-74	75-100

6-Laboratoriya ishi: Shaxsni R.B.Kettellning "Shaxsni 16 omilli so'rovnomasi" asosida o'rganish

Maqsad: Shaxsni R.B.Kettellning "Shaxsni 16 omilli so'rovnomasi" asosida o'rganish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi va javob varaqasi.

Yo'riqnoma: Qo'lingizda sizning qarash va qiziqishlaringizni aniqlovchi savollar turibdi. Har bir savolga javob bera turib, javoblar blankasining mos keluvchi katakchasiga berilgan 3ta javobdan: "a" (ha), "?" (bilmayman), "b" (yo'q) birini ko'rsating. Javob uchun vaqt sarflamang, miyangizga kelgan birinchi tabiiy javobni belgilang.

Haqqoniy va aniq javob bering. Bunda "to'g'ri" yoki "noto'g'ri" javoblar yo'qligini, har bir odam o'zining shaxsiy fikriga ega ekanligini esda tuting.

R.B.Kettellning "Shaxsni 16 omilli so'rovnomasi"

1. Siz boshqalarning talablari va muhitiga yengil moslasha olasizmi?

2. Sizda uyqu holatida gaplashish hollari uchrab turadimi?

3. Siz o‘zingizni ba’zi bir munosabatlarda boshqa kishilardan ustunman, deb o‘ylaysizmi?

4. Siz odamlardagi nimani ko‘proq qadrlaysiz:

a) kuchli irodanimi?

b) hayotiy yorqin xayolnimi?

5. Majlislarda siz:

a) bajonidil so‘zga chiqasizmi?

b) indamasdan o‘tirasizmi?

6. Siz o‘zlarini doimo boshqalardan ustun tutuvchi maqtanchoqlar bilan totuv yashay olasizmi?

7. Muvaffaqiyatsizliklar sizda:

a) ishga bo‘lgan hoxishingizni so‘ndiradimi?

b) yangi kuchni qo‘zg‘atadimi?

8. Odatda siz masalani oson hal qilish uchun:

a) o‘zingiz uni chuqurroq o‘rganasizmi?

b) boshqalar bilan muhokama qilasizmi?

9. Siz hamma ishni shoshmasdan bajarishni afzal ko‘rasizmi?

10. Sizda yurakka yaqin olmasa ham bo‘ladigan “ikir-chikir”lar asabingizni buzadigan hollari bo‘ladimi?

11. Odamlar orasida ko‘p va tez-tez bo‘lib turishni yoqtirasizmi?

12. Sizni ko‘proq:

a) atrofingizdagilarning ixtiyorsiz ,yoqimsiz harakatlari, qattiq yo‘tallari g‘azablantiradimi?

b) xatti-harakatlar, xulq me’yorlarining buzilishi g‘azablantiradimi?

13. Agar biron bir bahsda hamma sizga qarshi bo‘lsa, odatda siz ularga yon berasizmi?

14. Siz o‘zi xulq-atvoringizda haqqoniylik va axloq qoidalariga amal qilasizmi?

15. Sizda yangi tassurotlarga, noma’lum narsalarni aniqlashga hoxish tez-tez vujudga keladimi?

16. Ko‘pchilik odamlar o‘z qiziqishlarini odatda boshqalar uchun istamasdan qurbon qiladilar, deb hisoblaysizmi?

17. Siz o‘zingizni hayot va uning talablariga yaxshi moslashganman.yu deb o‘ylaysizmi?

18. Siz qanday ish bilan shug‘ullanishni afzal ko‘rasiz:

a) juda qiziq,

b) unchalik qiziq emas, ammo biron bir ijtimoiy mavqega olib keladigan.

19. Sizda isrofgarchilik keskin salbiy munosabatni qo‘zg‘atadimi?

20. Siz o‘zingizga g‘azablangan holatingizda boshqalar uchun yoqmaydigan tanbeh berishga qodirmisiz?

21. Siz tez-tez atrofdagilardan yuz o‘girib, parishon bo‘lib turasizmi?

22. Siz yotish oldidan achchiq choy yoki kofe ichgan paytlaringizda ham yaxshi uxlay olasizmi?

23. Ayrim vaqtda, agar muvaffaqiyat qozonish uchun imkoniyat kam bo‘lsa, tavakkal qilish mumkin, deb o‘ylaysizmi?

24. Agar siz tanish bolalar bir-biri bilan o‘yinchoq talashayotganini ko‘rib qolsangiz:

a) janjallashishlariga qo‘yib berasizmi?

b) bahsni hal qilish uchun aralashasizmi?

25. Siz o‘zingizni yuqori martabali yoki nimasi bilandir sizdan ustun turuvchi shaxs oldida uyalgandek his qilasizmi?

26. Agar odamlar hech bir sababsiz orqangizdan g‘iybat qilishsa, siz bundan qayg‘urasizmi?

27. Agar zarur bo‘lib qolsa, hayotiy qiyinchiliklarga qarshi chiqa olaman, deb hisoblaysizmi?

28. Agar sizga notanish shaharga borish to‘g‘ri kelib qolsa:

a) ekskusiya xizmatidan foydalanishni afzal ko‘rasizmi?

b) mustaqil tanishishni afzal ko‘rasizmi?

29. Sizni odamlardan tez jahlingiz chiqadimi?

30. Ba’zi paytlarda o‘z-o‘zingizga achinasizmi?

31. Agar siz kim bilandir tanishishni istasangiz, u bilan suhbatlashishga birinchi bo‘lib qadam qo‘yasizmi?

32. Siz tez-tez kasallikka chalinasizmi?

33. Siz yarim tunda qabristonda hech bir yoqimsiz hissiz yura olaman, deb sof vijdon bilan ayta olasizmi?

34. Odatda siz ishni boshlay turib:

a) agar qiyinchiliklarga duch kelsam, ularni yenga olaman, deb hisoblaysizmi?

b) unga kirishishdan avval, uning yechimini oldindan ko‘ra olasizmi?

35. Agar to‘satdan davradagi kishilarning diqqat markazida bo‘lib qolsangiz, hijolat bo‘lasizmi?

36. Sizda bo‘yruq berishni yaxshi ko‘ruvchi va sizdan foydalanishni istovchi kishilarga qarshi turish istagi vujudga keladimi?

37. Sizda birovga sababsiz tashlanishga hohish(mayl) bormi?

38. Siz rejalar tuzishda nimani afzal ko‘rasiz:

- a) o'zingiz tuzishnimi?
- b) boshqalar bilan maslahatlashib tuzishnimi?
- 39. Siz odatda his-tuyg'ularingizni yashirishni uddasidan chiqasizmi?
- 40. Sizning g'ashingizga mayda qiyinchiliklar keragidan ko'proq ta'sir etadimi?
- 41. Sizni gazetadagi qaysi sarlovha qiziqtiradi:
 - a) xalqaro hamjihatlikning yangi yo'llarimi?
 - b) fizika sohasidagi yangi, yirik kashfiyotmi?
- 42. Odatda, sizdan hammadan ko'proq talab qilinganida, quvvatingiz yyetarlicha bo'ladimi?
- 43. Agar siz suhbat paytida biron kishining o'z mulohazasini aytishga uyalayotganini ko'rsangiz:
 - a) uni o'z mulohazasini aytishga undaysizmi?
 - b) fursatdan foydalanib, o'z so'zingizni aytasizmi?
- 44. Siz shug'ullanayotgan narsangizga diqqatingizni oson jalb qila olasizmi?
- 45. Agar siz yoqtiradigan boshqa jinsga mansub shaxs bilan yuzma-yuz gaplashmoqchi bo'lsangiz, odatda sizning jur'atsizligingiz xalaqit bermaydimi?
- 46. Sizga haddan tashqari iltifot ko'rsatadigan kishilarga nisbatan ishonchsizlik bilan qaraysizmi?
- 47. O'zingizga ko'pincha, hayotda siz hech narsaga erisha olmaydigan va hech narsaga arzimaydigan kishi bo'lib tuyuladimi?
- 48. Agar biron narsani aniqlamoqchi bo'lsangiz:
 - a) buni boshqalardan so'rab amalga oshirishni afzal ko'rasizmi?
 - b) shu sohadagi maxsus adabiyotlarni o'qish orqali o'rganishni afzal ko'rasizmi?
- 49. Qiyin vaziyatlarda siz parishonlikka va haddan tashqari ta'sirchanlikka moyilmisiz?
- 50. Agar sizni biron narsa muvozanatdan chiqarsa, o'zingizni avvalgi holatingizga tezda qaytasizmi?
- 51. Siz bo'sh vaqtingizni qanday o'tkazasiz?
 - a) munozarali tugarakka qatnashish bilanmi?
 - b) havaskorlik to'garagida o'tkazishni afzal ko'rasizmi?
- 52. Sizni ko'proq:
 - a) suhbat davomida ayni bir mavzuga bir necha marta qaytadigan kishilar g'ashingizga tegadimi?

b) ichib olib atrofdagilarni ranjitadigan kishilar g'ashingizga tegadimi?

53. Kishilar bilan munosabatingizda o'zingizni:

a) hissiyotga beriluvchan (emotsional) kishi, deb hisoblaysizmi?

b) hushyor, amaliy kishi, deb o'ylaysizmi?

54. Uzoq vaqt davom etadigan ishga kirganingizda:

a) siz kerak bo'lganida dam olishingiz, bo'shashishingiz mumkinmi?

b) bu ish tugamaguncha sizga bo'shashish qiyinmi?

55. Sizga ko'pchilik orasida, katta qabul va raqs kechalarida bo'lish yoqadimi?

56. Siz o'z raqibingizga nisbatan nafrat hissisiz, u bilan kurasha olasizmi?

57. Siz hazil obyektiga aylanib qolsangiz o'zingizni yo'qotasizmi?

58. Ommaviy sportning maqsadi:

a) jamoani tarbiyalash;

b) irodaviy va jismoniy sifatlarni rivojlantirish, deb o'ylaysizmi?

59. Siz biror ish davomida kuchli asab zo'riqishi natijasida boshqaoarga nisbatan ko'proq kuch sarflayman, deb o'ylaysizmi?

60. Oxirgi vaqtda sizda avvalgiga nisbatan ko'proq qiyinchiliklar qayd qilingan, deb hisoblaysizmi?

61. Agar quyidagi ikki kasb bir darajada faxrli bo'lsa va ularga bir xil darajada haq tulansa, siz qaysi kasbda ishlashni afzal ko'radingiz:

a) ofitsiant;

b) duradgor.

62. Siz vahima va qo'rqinch his qiladigan hayvon bormi?

63. Siz o'zingizni yon berishlarga kam maylli, boshqalar nima deyishidan qat'iy nazar, o'z fikrida turuvchi, deb hisoblaysizmi?

64. Agar do'stlaringiz qandaydir bir yangi ishni boshlashsa, siz bunga:

a) ma'lum ehtiyotkorlik bilan qaraysizmi?

b) ularning tashabbusini qo'llab-quvvatlaysizmi?

65. Siz qiyinchilikda va ko'ngilsizlikda hamma narsa o'z-o'zidan qilinadi va o'z holiga keladi, deb hisoblaysizmi?

66. Siz o'zingizni har doim xushmuomala va kamtar tutishga harakat qilasiz va buni boshqalardan ham talab qilasizmi?

67. Agar siz odamlarda o'zingizga nisbatan ma'lum e'tiborni sezmasangiz:

a) bunga ahamiyat bermaysizmi?

- b) siqilib, o'z kuchingizga ishonchni yo'qotasizmi?
68. Jamoat ishlarida faol ishtirok etasizmi?
69. Agar siz biron bir masala bo'yicha so'zga chiqmoqchi bo'lsangiz:
- a) sodda, erkin gapirasizmi?
- b) o'z fikringizni aniq va ravshan ifoda etishga harakat qilasizmi?
70. Agar davomli nutqni eshitib o'tirishga to'g'ri kelsa, siz o'z holatingizni tez-tez o'zgartirishga majbur bo'lasizmi?
71. Siz hazillashishni va o'rtoqlaringizga qiziq narsalar aytib berishni yoqtirasizmi?
72. Kuchli kechinmalar haddan tashqari holdan toydirishi tufayli, ulardan o'zingizni chetga olishingiz kerak, deb hisoblaysizmi?
73. Siz o'zingizga tez-tez boshqalardan ko'ra qobiliyatliroq bo'lib tuyuladimi?
74. Ko'pchilik kishilar hayotda muvaffaqiyatga erishish uchun sabot bilan harakat qilsalar, bunga erishadilar, deb o'ylaysizmi?
75. Siz o'zingizni odamshavanda va sergap, deb hisoblaysizmi?
76. Agarda siz biron kishilarni nohaq va o'z manfaatini ko'zlab harakat qilayotganiga ishonch hosil qilsangiz, unga qarshi chiqish sizga qimmatga tushsa ham, qarshilik ko'rsatishga intilasizmi?
77. Yomon kayfiyatda hech kim bilan ko'rishi va gaplashishni xohlamaydigan davrlar sizda:
- a) tez-tez bo'lib turadimi?
- b) juda ham kam bo'ladimi?
78. Agar siz biror topshiriqni amalga oshirishingiz kerak bo'lsa:
- a) qobiliyatli va mustaqil xodimlar jamoasida ishlashni lozim toparmidingiz?
- b) bir yoki ikki yordamchi bilan chegaralanib, hamma narsani o'z qo'lingizga olarmidingiz?
79. Faoliyat xarakteri tez-tez o'zgarib turadigan ish sizga yoqadimi?
80. Agar siz qiyin vazifalarni amalga oshirishingiz lozim bo'lsa, u haqdagi fikr sizni qiynaydimi?
81. Poyezdda va boshqa jamoat joylarida notanish kishilar bilan uchrashib qolsangiz, ularning kim ekanliklari, nima bilan shug'ullanishlarini bilishni istaysizmi?
82. Ba'zi paytlarda odamlar sizga keragidan kam xushmuomala va do'stona munosabatda bo'layotgandek tuyuladimi?
83. Boshliqlar oldida ma'lum bir bezovtalikni his qilasizmi?

84. Siz o'ta sinchkovlikka unchalik yo'q, beg'am odam bo'lib hisoblanasizmi?

85. Atrofingizdagi odamlar bilan munosabatingizda:

a) o'z his-tuyg'ularingizni yengil ochib tashlaysizmi?

b) ularni o'zingizda yashirib qoldirasizmi?

86. Davrimizning ko'pgina baxtsizliklari quyidagilar bilan bog'liq, deb hisoblaysizmi?

a) e'tiborsizlik

b) o'ziga ortiqcha ishonish

87. Odatda uyquga ketishdan oldin o'rinda uzoq yotasizmi?

88. Siz qanday rahbarga ega bo'lishni xohlardingiz?

a) siz xohlagandek ishlashga ruhsat beradigan;

b) sizga doim maslahat va ko'rsatmalar berib turadigan.

89. Siz odatda munozarada gapirishingizga ishonch hosil qilgandagina so'z olasizmi?

90. Uzoq vaqt mobaynida dam olishga ehtiyoj sezmasdan aqliy va jismoniy ishni bajara olasizmi?

91. Kechani qanday o'tkazishni afzal ko'rasiz?

a) sevikli mashg'ulot bilanmi?

b) davralarda o'tkazishni afzal ko'rasizmi?

92. Har birimizda kamchiliklar juda ko'p bo'lganligi sababli, biz o'zaro bir-birimizga shafqat bilan qarashimiz kerak, deb hisoblaysizmi?

93. Atrofdagilar qachonlardir sizni mag'rur, o'ziga ishongan va faqat o'zi bilan mashg'ul, deb hisoblashganmi?

94. Siz ko'p sonli tinglovchilar oldida so'zga chiqishga qiynalasizmi?

95. Agar muhim maqsadlarga erishish yo'lida katta to'siqlarga duch kelsangiz:

a) qiyinchiliklarga qaramay o'z niyatingizda qolasizmi?

b) sharoitga ko'nikib, o'zingiz uchun boshqa maqsadlar qidirasizmi?

96. Sizni oson tushunish mumkin va tushunadilar, deb o'ylaysizmi?

97. Bo'sh vaqtingizda g'am-tashvishlardan uzoqlashib dam olishga osonlik bilan erisha olasizmi?

98. Bo'sh vaqtingizda nima bilan shug'ullanishni afzal ko'rasiz?

a) havaskorlik orkestri va voleybol;

b) marka to'plash va yelkanli sport.

99. Har bir narsaning boshlanishini oldindan puxta rejalashtirishga katta ahamiyat berasizmi?

100. Agar majburan bekorchilik holatida bo'lsangiz, odatda qog'oz bo'lagiga nimalarnidir chizib aylantira boshlaysizmi?

So'rovnomaning javoblar varaqasi

F.I.Sh. _____

Yoshi: _____ jinsi: _____ ma'lumoti: _____

No		No		No		No		No		No		No		No		No		No	
1		2		3		4		5		6		7		8		9		10	
11		12		13		14		15		16		17		18		19		20	
21		22		23		24		25		26		27		28		29		30	
31		32		33		34		35		36		37		38		39		40	
41		42		43		44		45		46		47		48		49		50	
51		52		53		54		55		56		57		58		59		60	
61		62		63		64		65		66		67		68		69		70	
71		72		73		74		75		76		77		78		79		80	
81		82		83		84		85		86		87		88		89		90	
91		92		93		94		95		96		97		98		99		100	

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X

So'rovnoma natijalarini qayta ishlash

So'rovnomada 3 ta javob punkti mavjud bo'lib, "ha" javobiga 1 ball, "yo'q"- 0 ball, bilmadim ma'nosini anglatuvchi "?" javobi uchun 0,5 ball hisobida baholanadi. Oxirida chiqarilgan yig'indi bo'yicha umumiy to'plangan ballar quyidagicha baholanadi:

- 1) 1 dan 3 gacha to'plangan ball past ko'rsatkich;
- 2) 4 dan 7 gacha o'rta ko'rsatkich;
- 3) 8-10 ball yuqori ko'rsatkich hisoblanadi.

So'rovnoma quyidagi shkalalardan iborat: 1) muloqotga moyillik; 2) hissiy barqarorlik-beqarorlik; 3) hukmronlikka intilish-tobe'lik; 4) ijtimoiy yetuklik-onglilik; 5) ijtimoiy mardlik (dadillik-tortinchoqlik); 6) ishonuvchanlik-shubhalanish; 7) o'ziga ishonch-ishonmaslik; 8) mustaqillik-tobe'lik; 9) o'zini nazorat qilish; 10) qo'zg'aluvchanlik, zo'riqish-bo'shashish.

1. Muloqotga moyillik.

Ballar yig'indisi: 1, 11, 21, 31, 41, 51, 61, 71, 81, 91 savollar bo'yicha

1-3 ball – moslashuvchan emassiz, atrofingizdagi hodisalarga sovuqqonlik va loqaydlik bilan qaraysiz, odamovisiz, odamlarga nisbatan qog‘ozlar bilan qiziqibroq ishlaysiz, yolg‘izlikda ishlashni yoqtirasiz, kompromissiv qarashlar, nuqtayi nazarlar, hukmlardan qochasiz. Ba‘zan qaysarlikni, qahri qattqlikni, atrofingizdagilarga yaxshilikni ravo ko‘rmaslikni o‘zingizda namoyon qilasiz. Bunday shaxslar muloqotga moyillik sezmaydi va o‘z faoliyatida avtoritar uslubida ish tutadi.

4-7 ball– Bunday shaxslar boshqalar bilan hamkorlik qilishga tayyor, diqqat e‘tiborli, qattiq g‘azablanish yoki xursand bo‘lish holatlariga (ichki hayajonlanish, ehtiros) tushmaydilar, hulqini boshqara olish qobiliyatiga ega, rahmdil va samimiy, lekin talabchandır.

7,5-10 ball – Sizdagi muloqotga moyillik yuqori darajada. Siz hislaringizni yorqinligi bilan xarakterlanasiz. Tez qaror qabul qilasiz, kun mobaynida kayfiyatingiz tez o‘zgarib turadi. Siz odamlarga diqqat etiborlisiz, rahmdilsiz, jonkuyarsiz. Shuningdek, yumshoq tabiatlisiz, bu xususiyatingizdan hammadan ham ko‘proq o‘zingiz jabrlanasiz. Yana istaklaringiz va intilishlaringiz o‘rtasidagi qarama-qarshilikni keskinlashib ketishidan ehtiyot bo‘lishingiz kerak. Shu bilan birga, muvaffaqiyatga bo‘lgan intilishingizni susaytirmang, shuningdek, jamoat ishlarida faol qatnashishni davom ettiring, chunki odamlar sizga to‘la ishonishadi.

2. Hissiy barqarorlik-beqarorlik.

Ballar yig‘indisi: 2, 12, 22, 32, 42, 52, 62, 72, 82, 92

1-3,5 ball – Bunday kishilarning asablari tarang, injiq, charchagan, tez hayajonlanadi, o‘z sog‘ligi haqida qayg‘uradi, kuydi-pishdi, qiziqishlari o‘zgaruvchan va beqaror. Javobgarlikdan qochadi, ba‘zi holatlarni boshdan kechirishda chidamsiz bo‘lib, bu uning faoliyatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi, natijada “Men”ini zaifligini namoyon qiladi. Siz uchun maktabda ishlash qiyin, lekin kim bilan ishlayotganingizni o‘ylab ko‘ring.

3,5-7 ball – Umuman olganda siz o‘z hislaringizni va kayfiyatingizni boshqara olasiz. Agar sizni “Men” ingiz “kuchli yoki zaifligi” haqida fikr bildirish kerak bo‘lsa, u holda sizning “Men” ingizni kuchi yuqoriroq bo‘lib, “Men” konsepsiyasini ijobiy bo‘lishiga olib keladi. Siz faoliyatda ma‘lum darajada muvaffaqiyat bilan ishlashingiz mumkin. Agar sizda, hissiy barqarorlik yanada yuqori darajada bo‘lsa, maqsadga muvofiq bo‘lur edi.

7,5-10 ball – Bu saranjomlik, kuchli iroda, xotirjamlik. Bunday shaxslar asabiylashishdan ozodlar, qiziqishlari barqaror, hayotga real qaraydilar, qat’iylar. Sizdagi o‘z holatingizni tartibga keltira olish qobiliyatingiz, ba’zi salbiy psixologik xususiyatlaringizga qaramay, faoliyatingizni muvaffaqiyatli bo‘lishiga yordam beradi.

3. Hukmronlikka intilish-tobelik.

Ballar yig‘indisi: 3, 13, 23, 33, 43, 53, 63, 73, 83, 93 savollar bo‘yicha

1-3,5 ball – Siz odatda atrofingizdagi odamlarning xohish va istaklariga yon berasiz; itoatkor va moslashuvchansiz (bu odamning o‘zgalar ta’sirida hulqini o‘zgartirish tendensiyasi). Ko‘proq siz tobe’siz, ochiq ko‘ngilsiz, sizga qo‘yilayotgan va bajarilishi zarur bo‘lgan va talablarning to‘g‘ri bajarilayotganini havotirlanib, zo‘r etibor berib tekshirib borasiz. O‘z nuqtayi nazarini himoya qila bilmaslik, o‘ziga va o‘zini imkoniyatiga yyetarli ishonmaslik ko‘proq ish jarayoniga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

4-6 ball – Sizni atrofingizdagi odamlar ta’siriga to‘la beriladi deb aytib bo‘lmaydi. Ko‘proq sizni tutgan yo‘lingiz “Men konsepsiyasi” ni ijobiy namoyon bo‘lishini talab qiladigan kasbingiz ta’siri bilan bo‘ladi. Shu bilan bir vaqtda atrofdagilar talabini ham hisobga olasiz. Mustaqilligingizni belgilovchi huquqingizni himoya qilishda siz agressiv emassiz, shu bilan birga sizdan yuqori turuvchi shaxslar oldida quldek bo‘lishni ham xohlamaysiz.

8-10 ball – Siz da’vogar odamsiz, o‘zingizga ishonasiz, fikrlashingiz mustaqil, qattiqqo‘lsiz, o‘z qonunlaringizni o‘rnatasiz, har doim o‘z holingizcha ish tutasiz. Deyarli har doim ustunlikni yaxshi ko‘rasiz. Obro‘lisiz, lekin odatda rahbarlarga bo‘ysunmaysiz. Humronlikka intilishi yuqori darajada bo‘lgan shaxslar odatda, dadil, faol va g‘ayratli bo‘ladilar. Boshqa shaxslarga qaraganda bunday shaxslar janjalkash bo‘lib, agressiv holatlarni ko‘proq boshdan kechiradilarki, bu o‘z navbatida ularning sog‘ligiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Bunday shaxs o‘z obro‘sini doim saqlab qolsada, bu holat oxir oqibatda undagi “Men-konsepsiyasi”ning pasayishiga olib keladi.

4. Ijtimoiy yetuklik, onglilik.

(Yuqori darajadagi vijdoniylik-vijdonsizlik, ongsizlik).

Ballar yig‘indisi: 4, 14, 24, 34, 44, 54, 64, 74, 84, 94 savollar bo‘yicha

1-3,5 ball – Vaqtdan foydalanib vaziyatdan foyda izlaysiz. Qoidalaridan o‘zingizni olib qochasiz. Burchlarni kam his qilasiz, maqsadlaringiz o‘garuvchan. Jamoat topshiriqlarini bajarish uchun kuch sarflamaysiz, tez-tez o‘zingizni jamoaga qarshi qo‘yasiz va ko‘pincha undagi janjallarning boshlovchisi bo‘lib qolasiz. Umuman olganda, sizga o‘zingiz haqingizdagi yuqori fikrlar halal bermaydi, aksincha, ehtimol, siz o‘zingizni “Men” ingizni faol himoya qilsangiz kerak. Onglilikni ko‘rsatish ustida ishlash kerak.

4-7 ball – Afsuski, siz hayotga va ishga yengil qarash, javobgarlikni his qilmaslik, tejamsizlik kabi hislatlardan to‘la ozod emassiz. Ammo, bunday holat “Men-konsepsiyasi” ni salbiy ekanligini ko‘rsatmaydi, balki o‘z hulqini boshqara olish va qa‘tiylikni yyetarli emasligining oqibati bo‘lib hisoblanadi. Har qalay, siz umuminsoniy qadr-qimmatlarni tan olishga va ahloq qoidalariga rioya qilishga intiluvchi shaxs sifatida mavqega egasiz.

7,5-10 ball– Siz vijdonlisiz, sizga ishonsa bo‘ladi, burchingizni his qilasiz, o‘zingizga talabchansiz, javobgarlikni his qilasiz, qat’iysiz, rejalar bilan to‘lib-toshasiz, vaqtingizni bekorga o‘tkazmaysiz, quvnoq odamlar davrasida vijdonan ishlashni ma’qul ko‘rasiz. Shuning uchun boshqalar sizga ishonishadi, vijdonli bo‘lganingiz uchun hurmat qilishadi, lekin oldingizda biroz hadiksirab turishadi.

5. Ijtimoiy mardlik (dadillik-tortinchoqlik).

Ballar yig‘indisi: 5, 15, 25, 35, 45, 55, 65, 75, 85, 95 savollar bo‘yicha

1-3,5 ball – Siz tortinchoqsiz, uyatchansiz, o‘zingizga ishonmaysiz, qo‘rqoqsiz, doim o‘zingizni chetga olasiz, odatda o‘zingizdan ko‘nglingiz to‘lmaydi, sizdagi nerv sistemasi ta’sirlariga o‘ta beriluvchan bo‘lib, har qanday xavf-xatarga kuchli reaksiya qilasiz. Odamlar bilan birgalikda ish qilishni yoqtirmaysiz, sekin qiynalib gapirasiz. Ijtimoiy dadillik ko‘rsatkichi past odamlarning “Men-konsepsiyasi” ko‘pincha, salbiy bo‘lib uning ishiga va ijtimoiy mavqeiga salbiy ta’sir etadi.

4-7 ball– Sizni ijtimoiy dadillik bo‘yicha ko‘rsatkichingiz faoliyat uchun eng maqbul ko‘rsatkich. Siz yyetarli darajada botirsiz, odamlar bilan aloqaga erkin kira olasiz, muomaladagi qiyinchiliklarni yenga olasiz, kutilmagan holatlarga tushib qolganingizda o‘zingizni yo‘qotmaysiz.

7,5-10 ball – Siz to‘la erkinsiz, ijtimoiy botirsiz, ehtiyotkor emassiz, yangi narsalarni tekshirib ko‘rishni yaxshi ko‘rasiz. Shuningdek, “teringizning qalinligi” detal ehtiyotsiz muomalada bo‘lishingizda, xavfli belgilarni e’tirof etishda, zo‘riqish vaziyatini yengil boshdan kechirishda muhim rol o‘ynaydi. Uddaburonsiz, shu bilan birga o‘z faoliyatingizda xavf-xatardan qo‘rqmaslik holatini oqlamaysiz.

6. Ishonuvchanlik – shubhalanish.

Ballar yig‘indisi: 6, 16, 26, 36, 46, 56, 66, 76, 86, 96 savollar bo‘yicha

1–3,5 ball – Siz ishonuvchansiz, bu xususiyatingizdan atrofda gilar foydalanishadi. Rashk yoki ko‘ra olmaslikdan butunlay ozodsiz. Quvnoqsiz, raqobatga intilmaysiz, boshqalar haqida qayg‘urasiz, guruhlarda yaxshi ishlaysiz.

Sizning bu xususiyatingiz hamkasblaringizga ma‘qul keladi. O‘ylab ko‘ring va o‘zingiz xulosa qiling.

4–7 ball – Siz aqlingizga asoslanib ishonasiz, bu faoliyatingizni samarali bo‘lishiga olib keladi.

7,5–10 ball – Siz shubhalanuvchansiz, deyarli har doim alohida fikringiz bo‘ladi, sizni aldab bo‘lmaydi, siz ishonuvchan emassiz, ikkilanasiz, harakatlaringizda ehtiyotkorsiz, boshqalarga kam g‘amxo‘rlik qilasiz, boshqalar muvaffaqiyatini ko‘ra olmaysiz, ko‘proq ichki kechinmalarga berilasiz. O‘zi “Men”ini va “Men–konsepsiyasi”ni bunday agressiv shaklda himoya qiladigan shaxs “Meni muvaffaqiyatlarimga yyetarli e’tibor berishmaydi va yyetarli baholashmaydi”, deb hisoblaydi. Shuni bilingki, kasbiy qobiliyatlaringiz qanchalik shakllangan bo‘lsa, shunchalik shubhalanish kam bo‘ladi.

7. O‘ziga ishonch – ishonmaslik.

Ballar yig‘indisi: 7, 17, 27, 37, 47, 57, 67, 77, 87, 97.

1–3,5 ball– Qat’iy o‘zingizga ishonasiz, sizni “o‘zdan” chiqish holatiga olib kelish qiyin. Siz atrofda gilar va hamkasblaringiz ta’siriga berilmaysiz, oqibatda ularga yoqmaysiz. Haddan tashqari o‘ziga ishonish va ta’sirga berilmaslik, sizning faoliyatingiz uchun maqsadga muvofiq emas.

4–7 ball– Sizning o‘zingizga bo‘lgan ishonch darajangiz o‘z muvaffaqiyatsizliklaringizni boshqarish imkoniyatini, bo‘layotgan voqealarni to‘g‘ri baholash va ularga munosib javob bera olishni, o‘z imkoniyatlariga ishonchni yuzaga keltiradi. Sizda o‘zini kamsitishga

moyillik bo'lmada, lekin bir muncha yuqori darajadagi tez xafa bo'lish, ta'sirchanlik bor. O'zingizga bo'lgan ishonchni mustahkamlashga harakat qiling. Kasbiy sifatlaringizni takomillashtirishga alohida e'tibor bering.

7,5–10 ball – Sizda ortiqcha vahima, ta'sirga tez berilish mavjud. Siz deyarli har doim bezovtasiz, sizda oldindan noxush fikrlar va hislar vujudga keladi, o'z imkoniyatlaringizni yyetarli baholaysiz. Jamoatchilik orasida o'zingizga ishonmaslikni xis qilasiz, o'zingizni haddan tashqari jiddiy, kamgap tutasiz. O'z kuchlaringizga ishonchni rivojlantiring. Hayotda va ishda o'zingizni aybdor deb his qilishga moyillik, o'zini to'g'ri baholashni va umuman obro'yingizning pasayishiga olib keladi.

8. Mustaqillik – tobelik.

Ballar yig'indisi: 8, 18, 28, 38, 48, 58, 68, 78, 88, 98 savollar bo'yicha

1–3,5 ball – Siz guruhga tobesiz, mustaqil emassiz, doimiy suyanchiqqa, qo'llab-quvvatlashlarga muhtoj. Faoliyatda (umuman hayotda) sizga tashabbuskorlik, shaxsiy fe'l-atvor yo'nalishini tanlashda dadillik yetishmaydi.

4–7 ball– Siz hamma narsani o'zingiz qilishni ma'qul ko'rsangiz ham, atrofingizdagilar tavsiyasi va takliflarini ham rad etmaysiz. Siz mustaqil bo'lishni ham, atrofdagilarga tayanishni ham, ularni qo'llab-quvvatlashlarini ham hohlaysiz. Ushbu mustaqillik faoliyatingizning samarali bo'lishini ta'minlaydi.

7,5–10 ball–O'zingizdan ko'nglingiz to'q, shaxsiy qarorlaringizni tavsiya qilasiz, tadbirkorsiz, uddaburonsiz. O'z yo'lingizni tutishga moyilsiz, mustaqil harakat qilasiz. Odamlar fikri bilan hisoblashmaysiz. Sizni “odamlarni yoqtirmaydi”, deb bo'lmaydi, siz faqat ularning maslahatiga, qo'llab-quvvatlashiga muhtoj emassiz. O'zgalar fikrini hisobga olmasligingiz ko'pincha jamoadagi obro'yingizga salbiy ta'sir o'tkazadi. Ba'zi hollarda boshqalar fikriga ham quloq solish kerak.

9. O'zini nazorat qilish.

(Nazorat qilish istagi-ta'sirchanlik).

Ballar yig'indisi: 9, 19, 29, 39, 49, 59, 69, 79, 89, 99 savollar bo'yicha

1–3,5 ball Sizdagi iroda zaif bo'lib, o'zingizni nazorat qilish ham yyetarli emas. Sizni faoliyatingiz betartib va bebosh. Ko'pincha bir

tekisda harakat qilmaysiz, o'z vaqtingizni va ishingizni tartibli tashkil qilishni bilmaysiz. Sizda intizomsizlik tez-tez uchrab turadi, faqat o'z fikrlaringiz bilan hisoblashasiz. Shu bilan birga siz o'zingizni hayot va uning talablariga to'la moslashganman deb hisoblaysiz.

4–7 ball – Umuman olganda, ijtimoiy va ahloq normalarini bajarishda siz qat'iysiz. Ko'pchilik holatlarda tartibli va rejali harakat qilasiz. Lekin har doim ham qiyinchiliklarni yengib, boshlagan ishni oxirigacha yetkazavermaysiz. Siz o'z faoliyatingizni samarali tashkil qila olsangizda, har qalay o'zingizni nazorat qilishingizga ko'proq e'tibor berganingiz ma'qul.

7,5–10 ball – Sizda o'zini nazorat qilish yuqori darajada bo'lib, sizni uyushganligingiz, ijtimoiy aniqligingiz, e'tiborliligingizdan dalolat beradi. O'zingizni hurmat qilish bilan birga o'z obro'yingiz haqida doimo g'amxo'rlik qilasiz. Sinchkovsiz, ba'zan qaysarlikka moyilsiz. Sizda bu xususiyatlar “Men–konsepsiyasi” kuchli nazorat qilishining natijasidir.

10. Qo'zg'aluvchanlik, zo'riqish-bo'shashish

Ballar yig'indisi: 10, 10, 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90, 100 savollar bo'yicha

1–3,5 ball – Siz bo'shashgansiz, murakkab maqsadlardan o'zingizni olib qochasiz. Ba'zi bir vaziyatlarda haddan tashqari o'zidan qoniqish dangasalikka olib keladi. Kamroq xatolarga yo'l qo'yish uchun kichik maqsadlarni qo'yasiz. Muvaffaqiyatga ham, muvaffaqiyatsizlikka ham loqayd va xotirjam qaraysiz. Agar sizda o'zgarishga, muvaffaqiyatga erishishga intilish bo'lmasa, “Men” ingizni kuchi zaif bo'lsa, “Men – konsepsiyasi” salbiy bo'lsa, faoliyatingiz samarasi ko'rinmaydi.

4–7 ball–Ehtiyojlaringiz miqdori ko'pligi tufayli sizda bir muncha zo'riqish bor, xarakteringiz notinch, asabiy ruhiy olamingiz qo'zg'aluvchan. Murakkab maqsadlardan o'zini olib qochish va zo'riqish birinchi navbatda kasbiy faoliyat natijasi bo'lib, bunga o'z navbatida, temperament tiplarining o'ziga xos xususiyatlari ma'lum darajada o'z ta'sirini o'tkazadi. Shu bilan birga qo'zg'alish va zo'riqishni namoyon bo'lgan darajasi sizda “tolerantlik” shakllanganligini ko'rsatadi.

Tolerantlik-yoqimsiz omillar ta'siriga berilmaslik, ruhiy chidamlilik. Bu holat sizning faoliyatingizni muvaffaqiyatli davom ettirishingiz uchun imkoniyat beradi.

7,5–10 ball –Siz haddan tashqari zo‘riqqansiz, me’yordan ortiq faolsiz, sabr-toqatingiz yo‘q. Siz uchun hissiy barqarorlik xarakterli bo‘lib, past kayfiyat va qo‘zg‘aluvchanlik ustunlik qiladi.

7- Laboratoriya ishi. Shaxs xarakteri va temperamentini eksperimental o‘rganish

Maqsad: Shaxs xarakteri va temperamentini Frayburgning test savolnomasi yordamida eksperimental o‘rganish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar varaqasi.

Frayburgning test savolnomasi /FRI/ 1903 yili Y.Farenberg, X.Zarg, R.Rampi kabi tadqiqotchilar tomonidan amalda qo‘llanildi. Test birinchi marta 1970 yili, ikkinchi marta 1973 yili nashr qilindi, uchinchi nashri esa 1978 - yilda chiqdi.

Bu metodika inson shaxsining ba’zi bir xususiyatlarini tashxis qilish uchun yaroqli bo‘lgan ko‘p omilli testdir. Bu amaliy va ilmiy tadqiqot maqsadlari uchun muhim marbadir. Savolnoma shaxs omili to‘g‘risida har tomonlama ma’lumotlar beradi.

Test tadqiq qilinuvchilarning keng ommasiga mo‘ljallangan. Ushbu metodikaning qiskartirilgan varianti ham bor. Testni yakka holda yoki guruhiiy shaklda qo‘llash mumkin. Bajarish uchun vaqt savolnomaning shakliga bog‘liq bo‘lib u 20 daqiqadan 50 daqiqagacha davom etishi mumkin. Tadqiqot uchun yo‘riqnoma, savolnoma va javoblar varaqasi zarur. FPI savolnomasi 12 olchamdan iborat.

Savolnomadagi savollar soni 114 ta. Faqat 1-savol hech bir o‘lchamga (shkalaga) xos emas, chunki u tekshirish xarakteriga ega. I-XII shkalalar asosiy shkalalar hisoblanadi.

I - shkala (asabiylashganlik) shaxsni asabiylashganlik darajasini belgilaydi. Yuqori baholar psixosomatik buzilishlar bilan jismoniy zaif kishilarning asabiylashganlik holatiga mos keladi. Bu omilni, psixologik terminlardan foydalanib, uni quyidagicha yanada aniqroq tavsiflash mumkin: asabiylashganlik, asabni, kasalmand, biror bir holatdan chiqib ketolmaydigan, o‘z hissiyotlariga berilgan.

II - shkala (spontan tajovuzkorlik) introtensiv turdagi psixopatik holatni aniqlash va baholashga imkon beradi. Yuqori baholar g‘ayri-ixtiyoriy xulqqa ega bo‘lgan kishilarga xos xususiyatlarni bildiradi. O‘z-o‘zidan paydo bo‘ladigan (spontan) tajovuzkorlik - bu tajovuzkor, beixtiyor, soddadil, chiqisha olmaydigan, murosasiz deganidir.

III - shkala (ruhiy siqilganlik) - psixopatologik, ruhiy siqilganlik holatlari uchun xos bo'lgan belgilarga tashxis qo'yish uchun imkon beradi. Yuqori baholar mana shu belgilarning emotsional holatda, o'ziga va ijtimoiy muhitga bo'lgan munosabatlarida namoyon bo'lishini bildiradi. Depressivlik - bu ta'bixiralik, tortinchoqlik, ishonchsiz, g'amgin, ichki azoblanish xususiyatlari yig'indisidir.

IV - shkala (jizzakilik) emotsional turg'unlikni baholashga imkon beradi. Yuqori baholar emotsional holatlarning noturg'unligidan darak beradi. Jizzakilik bu chidamsizlik, beixtiyor asabiylashgan, jiddiy tarang soddadil, injiq demakdir.

V- shkala (dilkashlik) ijtimoiy faollikning imkoniyatlarini va bu xususiyatlarning haqiqiy ko'rinishini ifodalaydi. Yuqori baholar ehtiyojni ta'minlashda doimiy tayyorlikni va muomala ehtiyojining borligidan dalolat beradi.

Do'stonalik - xushmuomalali, dilkashlik, uddaburonlik xususiyatlaridir.

VI- shkala (og'ir, vazminlik ruhiy zarbaga chidamlilikni anglatadi. Yuqori baholar kelajakka ishonch va faollikni, o'ziga ishonchi odatdagi hayotiy holatlarda ruhiy zarba omillari ta'siridan yaxshi himoyalanganligini anglatadi. Mo'tadillik - bu yaxshi kayfiyat, barqarorlik, matonatlik, xotirjamlik, o'z kuchiga ishonch, ishonuvchanlik, faollik demakdir.

VII - shkala (reaktiv tajovuzkorlik) - ekstratensiv tipdaga psixopatik belgilarni namoyon bo'lishini aniqlaydi. Yuqori baholar ustunlikka intilishni va ijtimoiy muhitga tajovuzkorona munosabatni ifodalaydi. Reaktiv tajovuzkorlik bu tajovuzkorona o'z qarashlarini himoya qilish, o'z fikrini himoya qilish, xudbinlik, manmanlik, obro'ga, yuqoriga, ustunlikka intilish demakdir.

VIII - shkala (uyaluvchanlik, tortinchoqlik) insonning hayotiy vaziyatlarda o'zini passiv himoya qilish xususiyatiga moyillikni aniqlaydi. Bu kuchsiz himoyalangan turda o'tadi. Yuqori baholar shkalada xavotirlilik, ishonchsizlik tortinchoqlik xususiyatlarini mavjudligini ifodalab, bular esa o'z navbatida ijtimoiy munosabatlarga kirishishni qiyinlashtirladi. O'zini tuta bilish - vazmin, ishonchsiz, uyatchan jonlanuvchi, tahlikaga tushuvchi.

IX - shkala (oshkoralik) o'z-o'zini tanqid darajasini ijtimoiy muhitga munosabatini tavsiflashga imkon yaratadi. Yuqori baholar o'z-o'ziga tanqidning yuqori darajasidan atrofdagi kishilar bilan ishonarli oshkora birgalikda katta intilishdan darak beradi. Ushbu shkala bo'yicha

baholar sinalayotganning berilgan savolnoma bilan ishlayotganda u yoki bu darajada javoblarning samimiyligini tahlil qilishga imkon yaratadi, bu esa boshqa savolnomlarning yolgʻon shkalalariga toʻgʻri keladi. Samimiylilik xususiyati oʻz-oʻzini tanqid, oshkoralik, shaxsiy kamchiliklarni va xatolarni tan oladi.

X - shkala (ekstrovertlik va introvertlik) yuqori baholar shaxsning ekstrovertlik, quyi baholar esa introvertlik xususiyatlariga mos keladi.

Ekstroversiya – soʻzamollik, jamoat ishlarida faollik yoki aksi, introversiya – odamlar bilan aloqadan kochish, passivlik, emotsional beqarorlik.

XI - shkalada (emotsional labillik, oʻzgaruvchanlik) yuqori baholar yyetarli oʻzini idrok qilmaslik, serjahllik, yuqori qoʻzgʻaluvchanlik, kayfiyatning tez-tez oʻzgaruvchanligida koʻrinadigan emotsional holatning notoʻgʻriligini koʻrsatadi. Quyi baholar faqatgina emotsional holatning yuqori barqarorligini tavsiflamasdan, balki oʻz-oʻzini idrok qila olishni ham koʻrsatadi. Emotsional oʻzgaruvchanlik-barqarorlik-emotsional turgʻunlik yoki noturgʻunlik, kayfiyatning oʻzgaruvchanligi, serjahllik, joʻshqinlik, ziqlik, gʻam yoki kelajakka ishonch, xursandchilik.

XII-shkala (maskulinizm-feminizm) - yuqori baholar ruhiy faoliyatning, xususan, erkaklarga xosligidan guvohlik bersa, quyi baholar ayollarga xosligidan darak beradi.

Mardlik-nazokatlik-faollik, hammadan bilimdon, fahmlash topqirlikdir.

Sinov yakka holda yoki sinaluvchilar guruhi bilan oʻtkazilishi mumkin. Sinalayotganlar bir-biriga xalaqit bermaydigan holatda joylashtirilishi lozim. Tadqiqotchi tadqiqot maqsadini va savolnoma bilan ishlash qoidasini qisqacha bayon qiladi. Sinalayotganlarning topshiriqlarini bajarishiga ijobiy va qiziqish bilan munosabatda boʻlishlariga erishish muhimdir. Ularning eʼtibori ish paytida javoblar boʻyicha maslahatlashishning va oʻzaro har muhokamaning mumkin emasligiga karatilmogʻi darkor.

Shundan keyin psixolog sinaluvchilarga diqqat bilan yoʻriqnomani oʻrganib chiqishni tavsiya qiladi, soʻng savollar paydo boʻlgan boʻlsa, ularga javob beradi, savolnoma bilan mustaqil ishlashni taklif etadi.

Natijalar tahlilini tekshiruvchilar toʻldirgan barcha javob varaqalarini birinchi savolga qanday javob berganligini aniqlagan holda qarab chiqishdan boshlash kerak.

Tekshirilayotgan kishi quyilgan savollarga ochiqchasiga javob berishni istamasa, tadqiqot amalga oshmagan deb hisoblanish kerak. Birinchi savolga ijobiy javob olingan taqdirda tadqiqotning natijalari ishlab chiqilgandan keyin yuqori va quyi baholar ajratiladi.

Sinaluvchiga yo‘riqnoma:

Sizning xulqingizga, alohida qilmishlaringizga, odamlarga bo‘lgan munosabatingizga, hayotga qarashlaringizga va shunga o‘xshash qandaydir xususiyatlaringizga berilgan tasdiq mos keladimi-yo‘qmi? Agar shunday moslik bor deb hisoblasangiz “Ha” javobini bering, aks xolda esa «yo‘q» javobini bering. Berilgan barcha savolga berish zarur.

Tadqiqotning muvaffaqiyati topshiriqning qanchalik e‘tibor bilan bajarilganligiga bog‘liq. Javoblar berishda, biror kishida yaxshi taassurot qoldirishga intilmaslik kerak, chunki hech bir javob yaxshi yoki yomon deb hisoblanmaydi.

Siz har bir savol ustida uzoq o‘ylab o‘tirmasdan ikkala javobning qaysi biri sizningcha, har holda nisbiy bo‘lsa ham haqiqatga yaqin kelishini hal qilmog‘ingiz lozim bo‘ladi. Ba’zi bir savollarning o‘ta shaxsiyligi sizni tashvishlantirmasligi kerak, chunki tadqiqot har bir savolni, javobni tahlil qilishni nazarda tutmaydi, balki u yoki bu javobning soniga tayanadi.

Bundan tashqari, Siz yakka psixologik tadqiqotning natijalari xuddi tibbiyotdagidek, keng muhokama qilinmasligini bilishingiz kerak bo‘ladi.

Sizga muvaffaqiyat tilaymiz!

1. Men diqqat bilan yo‘riqnomani o‘qib chiqdim va hamma savollarga ochiqchasiga javob berishga tayyorman.

2. Kechqurunlari quvnoq, davra safida - mehmonda, qahvaxonada vaqtimni chog‘ qilishni yoqtiraman.

3. Biror kishi bilan tanishmog‘imga har doim suhbat uchun xos bo‘lgan mavzuni topishim qiyinligi xalakit beradi.

4. Tez-tez boshim og‘rib turadi.

5. Ba’zida chakkamda dukullashni va bo‘ynim atrofida tomir urishini his qilaman.

6. Men o‘zimni xushimni tez yo‘qotaman, shuningdek tez o‘zimni qo‘lga olaman.

7. Ba’zida bema’ni latifalardan kulaman.

8. Men bir narsa haqida so‘rashdan tortinaman, bilishim kerak bo‘lgan narsani boshqa yo‘l bilan bilishni ma’qul ko‘raman.

9. Mening kelganim sezilmasa, xonaga kirmaslikni ma’qul kuraman.

10. Shunday injiq bo'lishim ham mumkinki, qo'limga tushgan hamma narsani sindirib tashlashga tayyorman.

11. Atrofdagilar menga e'tiborini qarata boshlashsa, o'zimni noqulay sezaman.

12. Men ba'zida yuragimni xuddi o'lda-jo'lda ishlayotgandek yoki ko'kragimdan chiqib ketgudek bo'lib ura boshlashini his qilaman.

13. Xafa qilganni kechirish mumkin deb uylayman.

14. Jahlga jahl bilan javob berish kerak, deb hisoblamayman va har doim shunga amal qilaman.

15. Agar men o'tirgan bo'lsam va birdan o'rnimdan tursam ko'z oldim qorong'ulashib, boshim aylanib ketadi.

16. Agar meni deyarli har kuni muvaffaqiyatsizliklar ta'qib qilmaganda, hayotim naqadar yaxshi bo'lishi mumkinligi haqida o'ylayman,

17. O'z qilayotgan harakatlarimda odamlarga to'liq ishonish kerak, degan xulosaga amal qilmayman.

18. O'z manfaatlarimni himoya qilish zarurati tug'ilib qolsa, jismoniy kuch ishlatishdan ham qaytmayman.

19. Eng zerikarli guruhni ham osongina xushchaqchaq qila olaman.

20. Men osongina dovdirab qolaman.

21. Agar mening ishimga ogohlantirish berilsa, bu meni hech qachon xafa qilmaydi.

22. Qo'llarim va oyoqlarim sovuq qotib ketayotganini yoki uvishib qolayotganini tez-tez his qilaman.

23. Boshqa kishilar bilan munosabatda bo'lganimda ung'aysizlanaman.

24. Ba'zida hech bir sababsiz o'zimni baxtsiz his qilaman.

25. Ba'zida biror ish bilan shug'ullanishga hech ham xohish bo'lmaydi.

26. Xuddi juda og'ir ishni bajargandek, gohida menga havo yetmayotgandek tuyuladi.

27. Menga shunday tuyuladiki, o'z hayotimda juda ko'p narsalarni noto'g'ri qilganga o'xshayman.

28. Mening nazarimda boshqalar ko'pincha ustimdan kulishayotgandek tuyuladi.

29. Uzoq o'ylab o'tirmay bajariladigan topshiriqlarni yaxshi ko'raman.

30. O'z taqdirimdan norozi bo'lishga yyetarli asoslarim bor, deb hisoblamayman.

31. Ko‘pincha ishtaham bo‘lmaydi.
32. Bolaligimda ota-onam yoki o‘qituvchilarim boshqa bolalarni jazolashganlarida quvonganman.
33. Odatda qarorim qat‘iy va tez harakat qilaman.
34. Har doim ham rost gapirmayman.
35. Kimdir yoqimsiz holatdan chiqish uchun intilayotganini qiziqish bilan kuzataman.
36. O‘tib ketgan voqealar meni kam tashvishlantiradi.
37. O‘z fikrimda turmoqchi bo‘lsam barcha vositalar yaxshi, deb hisoblayman.
38. Musht orqali biror narsani isbotlashdan bir arziydigan narsa chiqishini tasavvur qila olmayman.
39. Men bilan janjallashish yo‘llarini qidirayotgan odam bilan uchrashishdan qochmayman.
40. Ba‘zida hech narsaga yaroqsizdekman.
41. Men har doim qandaydir toliqqan, zo‘riqqan holda yurgandekman, mening bo‘shashim qiyin.
42. Ko‘pincha ko‘kragim ostida og‘riq, qornimda har xil yoqimsiz sezgilar paydo bo‘ladi.
43. Do‘stimni xafa qilganlardan o‘ch olishga harakat qilaman.
44. Belgilangan vaqtga kech qolgan paytlarim bo‘lgan.
45. Mening hayotimda shunaqa ham bo‘lganki nimagadir hayvonlarga azob berishni o‘zimga lozim topganman.
46. Eski tanishim bilan uchrashganda xursandligimdan uning bo‘yniga osilib olishga
47. Men biror narsadan qo‘rqsam og‘zim quriqshaydi, qo‘l-oyog‘im qaltiraydi.
48. Menda tez-tez shunday kayfiyat bo‘ladiki, hech narsani ko‘rmasam, eshitmasam deyman.
49. Uyquga yotsam odatda bir necha daqiqadan so‘ng uxlab qolaman.
50. Boshqalarning xato-kamchiliklarini ko‘rsatish menga orom bag‘ishlaydi.
51. Ba‘zida maqtanib turaman.
52. Jamoat tadbirlarida faol qatnashaman.
53. Ko‘pincha shunday bo‘ladiki, xohlamagan uchrashuvdan qutulish uchun boshqa tomonga qarashimga to‘g‘ri keladi.
54. O‘zimni oqlash uchun ba‘zida biror narsani o‘ylab topaman.
55. Men deyarli har doim harakatdaman va faolman.

56. Men gapirayotgan narsalar ko'p hollarda suhbatdoshlarimga haqiqatdan ham qiziqarli ekanligidan shubhalanib qolaman.

57. Ba'zida birdan ter qoplaganini his qilaman.

58. Agar biror kishidan qattiq jahlim chiqsa, uni urib yuborishim ham mumkin.

59. Kimnidir menga yomon munosabatda bo'lishi, meni kam tashvishlantiradi.

60. Tanishlarimga odatda e'tiroz bildirishim qiyin.

61. Bo'lishi mumkin bo'lgan muvaffaqiyatsizlik haqidagi fikrdan hayajonlanaman va tashvishlanaman.

62. Tanishlarimning hammasini ham yaxshi ko'rmayman.

63. Menda shunday fikr ham bo'lib turadiki, ulardan faqat uyalish kerak.

64. Bilmadim, nima uchundir ba'zida hamma biror narsadan ilhom olayotgan bo'lsa o'sha narsani buzgim keladi.

65. Har qanday odamdan menga kerakli narsani iltimos qilishdan ko'ra, unga majburlab qildirishni afzal ko'raman.

66. Men ko'p hollarda qo'l va oyoqlarimni noqulay harakatlantiraman.

67. Quvnoq davrada bo'lishdan ko'ra, o'zimning sevimli ishim bilan shug'ullanib erkin kecha o'tkazishni afzal ko'raman.

68. Davrada o'zimni uyda tutgandek tutolmayman.

69. Ba'zida o'ylamasdan shunday narsani gapirib qo'yamanki, u haqida yaxshisi jim turgan afzalroq.

70. Hatto tanishlar davrasida ham diqqat markazda bo'lishdan qo'rqaman.

71. Yaxshi tanishlarim juda ko'p emas.

72. Gohida menda shunday taasurot paydo bo'ladi, yorokin rang, yorokin bo'yoq, kuchli shovqin menda yoqimsiz hissiyotlarni uyg'otadi.

73. Menda ko'p hollarda davrada kimnidir xafa qilish yoki jahlini chiqarish istagi paydo bo'ladi.

74. Hayotda turli yoqimsiz narsalarning uchrashi mumkinligini o'ylasam, bundan tug'ilmaganim yaxshi edi, deb qolaman.

75. Agar meni kimdir jiddiy xafa qilsa, o'ziga tegishlisini to'liq oladi.

76. Jahlimni chiqarishsa, aytadigan gaplarimdan uyalmayman.

77. Suhbatdoshimga mening shunday savol berishim yoki shunday javob berishim yoqadiki, o'sha vaqtda u o'zini yo'qotib qo'ysin.

78. Zarur bo'lgan ishlarni ham orqaga surgan vaqtlarim bo'lgan.

79. Latifalarni yoki kulgili voqealarni hikoya qilishni yoqtimayman.

80. Kundalik qiyinchiliklar va tashvishlar o'z muvozanatimni yuqotishga olib keladi.

81. O'zimni noqulay tutgan davradagi odam bilan uchrashib qolsam, o'zimni qo'yarga joy topa olmayman.

82. Hayotdagi mayda-chuydalarga ham jiddiy e'tibor qaratadigan odam bilan ham afsuski munosabatda bo'la olaman.

83. Katta auditoriya oldida so'zga chiqishdan tortinaman.

84. Mening kayfiyatim o'zgarib turadi.

85. Atrofdagilarning kupchilidan ko'ra men tezroq charchayman.

86. Agar men biror narsadan kuchli hayajonlangan yoki achchiqlangan bo'lsam, uni butun tanam bilan his qilaman.

87. Kallamga keladigan yoqimsiz fikrlardan bezor bo'lib ketaman.

88. Afsuski, meni oilada ham, o'z tanishlarim davrasida ham tushinishmaydi.

89. Agar men bugun odatdagidan kamroq uxlagan bo'lsam, ertasiga o'zimni dam olgandek his qila olmayman.

90. O'zimni shunday tutamanki, atrofdagilar mening noroziligimni paydo qilishdan chuchisin.

91. Kelajagimga ishonaman.

92. Atrofdagilardan birining yomon kayfiyatini sababchisi bo'lganman.

93. Boshqalarning ustidan kulishdan ham qaytmayman.

94. O'ta sergap odamlar bilan ham muomala qila olaman.

95. Men hamma narsaga oson munosabatda bo'ladigan kishilar toifasidanman.

96. O'smirligimda ta'qiqlangan mavzularga qiziqqanman.

97. Gohida yaxshi ko'rgan kishilarimning dilini og'ritganman.

98. Atrofdagilarning qaysarliklari tufayli ular bilan ko'pincha kelisha olmayman.

99. O'z qilmishlaridan ko'pincha vijdonim qiynaladi.

100. Men ko'p hollarda parishonxotir bo'laman.

101. Yomon ko'rgan odamimning omadsizligi, meni bezovta qilganligini eslay olmayman.

102. Ko'p hollarda boshqalardan tez ranjiyman.

103. Ba'zida kutilmaganda, o'zim tushunmagan narsalar haqida ishonch bilan gapira boshlayman.

104. Ko'pincha shunday kayfiyatda bo'lamanki, har qanday bahona

bilan potrlab ketishga tayyor turaman.

105.Ko‘pincha o‘zimni charchagan va lanj sezaman.

106.Men odamlar bilan suhbatlashishni yaxshi ko‘raman va har doim bunga tayyorman.

107.Afsuski, ko‘p vaziyatlarda men odamlarga shoshib baho beraman.

108.Ertalab odatda men yaxshi turaman, ko‘pincha xushtak chala boshlayman yoki xirgoyi qilaman.

109.Muhim muammolarni hal qilishda hatto uzoq mulohazadan so‘ng ham o‘zimga tuliq ishonchni his qilmayman.

110.Bahsda nimagadir o‘zimning tarafdorimdan balandroq ovozda gapirishga intilaman.

111.Umidsizlik menda kuchli tashvish uyg‘otmaydi.

112.Birdan lablarimni, tirnoqlarimni tishlaydigan hollarim ham bo‘ladi.

113.Yolgiz qolgan hollarda o‘zimni nihoyatda baxtiyor his qilaman.

114.Ba’zida shunday bo‘ladiki, hamma bir-biri bilan urushib qolishini xohlab qolaman.

Iltimos, hamma javoblarga javob berganligingizni tekshirib chiqing.

Shaxs qiyofasi

№	Birlamchi ball	Standart baho								
		9	8	7	6	5	4	3	2	1
I										
II										
III										
IV										
V										
VI										
VII										
VIII										
IX										
X										
XI										
XII										

Birlamchi ball	Shkala bo'yicha standart baho											
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII
0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	3	3	1	1	3	3	1	1	2	1
2	4	3	4	4	1	2	4	5	1	1	3	1
3	4	4	4	5	1	3	5	6	2	2	4	1
4	5	5	5	6	2	4	6	6	3	3	4	1
5	5	5	6	7	2	5	7	7	3	4	5	2
6	6	7	6	7	3	6	8	7	4	4	6	3
7	7	8	7	8	3	7	8	8	5	5	7	4
8	7	8	7	8	4	8	9	9	5	6	7	5
9	8	8	8	9	5	9	9	9	6	7	8	6
10	8	9	8	9	5	9	9	9	8	8	8	8
11	8	9	8	9	6	-	-	-	8	9	8	8
12	8	9	9	-	7	-	-	-	9	9	9	9
13	9	9	9	-	8	-	-	-	9	-	9	9
14	9	-	9	-	9	-	-	-	-	-	9	9
15	9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9
16	9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
17	9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

KALIT

I – Asabiy lashganlik (hammasi bo‘lib 17 ta savol)

“Ha” - 4,5,12,15,22,26,31,41,42,57,66,72,85,86,89,105

“Yo‘q” - 49

II – shkala. O‘z-o‘zidan paydo bo‘ladigan tajovuzkorlik (13 ta savol)

“Ha” - 32,35,45,50,64,73,77,93,97,99,103,12,114

“Yo‘q” - 99

III – shkala. Ruhiy siqilish (14 ta savol).

“Ha” - 16,24,27,28,30,40,48,56,61,74,84,87,88,100

“Yo‘q” -

IV – shkala. Serjahllik, serzardalik, jizzakilik (11 ta savol)

“Ha” - 6,10,58,69,76,80,82,102,104,107,110

“Yo‘q” -

V – shakala. Muloqotchanlik (15 ta savol)

- “Ha” - 2,19,46,52,55,94,106
 “Yo‘q” - 3,8,23,53,67,71,79,113
- VI – shkala.** Og‘irlik, vazminlik (10 ta savol)
 “Ha” - 14,21,29,37,38,59,91,95,108,111
 “Yo‘q” -
- VII – shkala.** O‘ta tajovuzkorlik (10 ta savol)
 “Ha” - 13,17,18,36,39,43,65,75,90,98
 “Yo‘q” -
- VIII – shkala.** Tortinchoqlik (10 ta savol)
 “Ha” - 9,11,20,47,60,70,81,83,109
 “Yo‘q” - 33
- IX – shkala.** Ochiqlik, oshkoralik (13 savol)
 “Ha” - 7,25,34,44,51,54,62,63,68,78,92,96,101
 “Yo‘q” -
- X – shkala.** Ekstroversiya-introversiya (12 ta savol)
 “Ha” - 2,29,46,51,56,76,93,95,106,110
 “Yo‘q” - 20,87
- XI – shkala.** Ta’sirchanlik, o‘zgaruvchanlik (14 ta savol)
 “Ha” - 24,25,40,48,80,83,85,87,88,102,112,113
 “Yo‘q” - 59
- XII – shkala.** Mardlik-nazokatlik (15 ta savol)
 “Ha” - 18,29,33,50,52,58,59,65,91,104
 “Yo‘q” - 16,20,31,47,84

Javob varaqasiga savol nomerining qarshisiga “Ha” yoki “Yo‘q” javobi yozib quyiladi.

Metodikaning “kaliti”da har bir shkalaga tegishli bo‘lgan savol nomerlari yozilgan. Har bir shkalaning savol nomeriga sizning javobingiz to‘g‘ri kelsa 1 ball bilan baholanadi. (“Ha” javobi va “Yo‘q” javobi bo‘yicha ballar qo‘yib hisoblanadi.) Har bir shkala buyicha birlamchi baholar hisoblab chiqariladi.

Shkala raqami	Birlamchi baholar
I	
II	
III	
IV	
V	
VI	

VII	
VIII	
IX	
X	
XI	
XII	

Shundan so‘ng, hosil bo‘lgan birlamchi baholarni standart baholarga ko‘chiriladi.

Birlamchi ballarni standart baholarga ko‘chirish:

- 1 balldan 3 ballgacha bo‘lgan baholar quyi;
- 4 balldan 6 ballgacha bo‘lgan baholar o‘rta;
- 7 balldan 9 ballgacha bo‘lgan baholar yuqori;
- baholar turkumiga (xususiyatlar darajasi) kiradi.

8- Laboratoriya mashg‘uloti: Shaxs temperamentini V.M.Rusalov metodi yordamida o‘rganish

Maqsad: Shaxs temperamentini V.M.Rusalov metodi yordamida o‘rganish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar varaqasi.

Kirish. Temperament tuzilishi so‘rovnomasi temperamentning "subyekt-faoliyat" va "kommunikativ" jihatlarining xususiyatlarini o‘rganish uchun ishlatiladi. Metodika 105 ta savolga ega bo‘lib, vaqt cheklovisiz individual va guruh qo‘llash imkonini beradi.

Yo‘riqnoma: sizning kundalik xulq-atvoringiz usullarini yoritishga yo‘naltirilgan savollar taqdim etilmoqda. Ushbu vaziyatlar bilan bog‘liq holatlaringizni tasavvur qiling va birinchi paydo bo‘lgan javobni qayd eting. So‘rovnomada “to‘g‘ri” va “ noto‘g‘ri “ javoblar yo‘q. Siz agar “ha” deb javob bergan bo‘lsangiz “+”, “yo‘q” javobini bergan bo‘lsangiz “-” belgisini javoblar varag‘iga qo‘ying.

V.M.Rusalov temperamentni aniqlash so‘rovnomasi

1. Sen epchil odammisan?
2. O‘ylamasdan suhbatga qo‘shila olasanmi?

3. Bilimga chanqoqlikni his qilasanmi ?
4. Ko'pchilik orasida bo'lishdan ko'ra yolg'izlikni yoqtirasanmi?
5. Shoshmasdan va sekin gapirishni afzal hisoblaysanmi ?
6. Boshqa kishilarning tanbehlaridan xafa bo'lasanmi ?
7. Do'stlaring bilan janjallashib qolsang, uxlashga qiynalasanmi?
8. Bo'sh paytlaringda mas'uliyatli ish bilan shug'ullanishni xohlaysanmi ?
9. O'rtoqlaring bilan suhbatda o'z fikrlaringni nutqda ifodalay olmay qolasanmi ?
10. Suhbatdoshing tez gapirishi seni asabiylashtiradimi?
11. Odamlar bilan uzoq vaqt suhbatlashmasang qiynalasanmi ?
12. Darsga kech qolganmisan ?
13. Senga tez harakatlanish, tez yugurish yoqadimi ?
14. O'qituvchi yomon baho qo'ysa, bundan bezovtalanasanmi ?
15. Uzoq vaqt diqqat-e'tiborni talab qiladigan topshiriqlarni oson bajara olasanmi ?
16. Sen uchun tez gapirish qiyinmi ?
17. Topshiriqlarni ko'ngildagidek tayyorlamasang, bezovtalanasanmi ?
18. Suhbat mobaynida turli mavzularda oson fikrlaysanmi ?
19. Senga tezkorlik va chaqqonlikni talab qiladigan o'yinlar yoqadimi ?
20. Topshiriqlarni yyechishning yangi yo'llarini topishga moyilmisan ?
21. Seni suhbatda noto'g'ri tushunsalar, o'zingni noqulay his qilasanmi?
22. Murakkab ijtimoiy topshiriqlarni jon deb bajarasanmi?
23. O'zing tahlil qila olmaydigan narsalar haqida gapirasanmi?
24. Tez ifodalanayotgan nutqlarni oson idrok qila olasanmi ?
25. Sen uchun bir vaqtda bir nechta ishni bajarish osonmi ?
26. Tez-tez o'ylamasdan do'stlaringga nimanidir gapirib qo'ysanmi ?
27. Odatda ko'p quvvat talab qilmaydigan jamoat topshiriqlarini bajarishni afzal hisoblaysanmi ?
28. Ishda xatoga yo'l qo'ysang, o'zingni noxush his qilasanmi?
29. Sekin va o'tirib bajariladigan ishni yoqtirasanmi?
30. Odamlar bilan oson muomalaga kirishasanmi?
31. Odatda o'ylab, chamalab, so'ngra aytiladigan fikrlarni afzal hisoblaysanmi?

32. Sening odatlaring yaxshimi ?
33. Sen tez harakatlanasanmi ?
34. Kam tanish bo'lgan kishilar davrasiga tushib qolsang, jim o'tirib, suhbatga qo'shilmaysanmi ?
35. Senda o'yindan dars tayyorlashga o'tish osonmi?
36. Odamlarning senga bo'lgan yomon munosabatlarini noxush his qilasanmi?
37. Sen sergap odammisan?
38. Sen uchun bir lahzada amalga oshirish lozim bo'lgan topshiriqlarni bajarish osonmi ?
39. Tutilmasdan erkin gapirasanmi ?
40. Berilgan vazifalarni bajara olmasang, hayajonlanasanmi ?
41. Yaqin do'stlaring kamchiliklarini ko'rsatganlarida qattiq ta'sirlanasanmi?
42. Darsdagi bilimlarni o'zlashtirishda ortiqcha zo'riqish sezasanmi ?
43. O'z harakatlaringni sekin va erkin deb hisoblaysanmi?
44. Boshqalardan yashiradigan sirlaring bormi?
45. Ko'p o'ylamasdan turib savol bera olasanmi?
46. Tez harakatlanish senga huzur bag'ishlaydimi?
47. Yangi ishga e'tibor qaratishga qiynalasanmi?
48. Notanish kishilar orasida bo'lishdan uyalasanmi ?
49. Berilgan topshiriqni o'z vaqtida tez bajara olasanmi?
50. Murakkab va mas'uliyatli ishlarni mustaqil va oson bajara olasanmi?
51. Sen tez va batartib gapira olasanmi?
52. Agar va'da bersang, bajara olish va olmasligingdan qat'iy nazar, va'dangda turasanmi?
53. O'rtoqlaring senga kutganingdan ko'ra yomonroq munosabatda bo'lishadi deb o'ylaysanmi?
54. Odatda bitta ishni bajarishni afzal hisoblaysanmi?
55. Tezkor o'yinlarni yoqtirasanmi ?
56. Nutqingda to'xtalishlar ko'p bo'ladimi?
57. Seningcha katta davrani jonlantirish osonmi ?
58. O'zingda ba'zan yuqori kuch-quvvat his qilasanmi ?
59. Sening bir ishdan boshqasiga o'tishing osonmi?
60. Yomon baho olganingda kayfiyating uzoq vaqtga buziladimi?
61. O'qish bilan bog'liq ishlaring bajarilmay qolganda uxlashing qiyin bo'ladimi?
62. Sen katta davralarda bo'lishni yoqtirasanmi?

63.Do'stlar bilan munosabatlaring ochiq-oydin bo'lishidan hayajonga tushasanmi?

64.O'qishga kuchli ehtiyoj sezasanmi ?

65.Ba'zi arzimagan narsalardan achchiqlanasanmi ?

66.Bir vaqtning o'zida bir nechta ishlarni bajarishga moyilmisan?

67.Ko'pchilik orasida o'zingni erkin tutasanmi ?

68.O'ylamasdan paydo bo'lgan birinchi fikringni aytish tez-tez yuz beradimi?

69.Dars tayyorlayotganingda seni ishonchsizlik hissi bezovta qiladimi?

70.Sen ish bilan shug'ullanayotganingda sekin harakat qilasanmi?

71.Senda bir ishdan ikkinchisiga o'tish osonmi?

72.Ovoz chiqarib tez o'qiy olasanmi?

73.G'iybat qilasanmi?

74.Notanish kishilar davrasida kamgap bo'lib qolasanmi ?

75.Qiyin damlarda seni qo'llab-quvvatlaydigan va yupatadigan kishilarga muhtojlik sezasanmi?

76.Bir vaqtning o'zida bir necha topshiriqlarni bajara olasanmi ?

77.Ishni tez bajarishni yoqtirasanmi?

78.Bo'sh vaqtlarda odamlar bilan muloqotda bo'lishga xohish sezasanmi?

79.Muvaffaqiyatsizliklar tufayli senda uxlay olmaslik hollari bo'ladimi?

80.O'rtoqlaring bilan bo'ladigan ko'ngilsizliklarni unutishing qiyinmi?

81.O'z fikringni aytish uchun uzoq tayyorlanasanmi ?

82.Sinifdoshlaring orasida aynan senga yoqmaydiganlari bormi?

83.Odatda yangi ishlarni bajarishni afzal ko'rasanmi?

84.O'rtoqlaring bilan ko'ngilsizlikni og'ir kechirasanmi?

85.Senga davrada birinchi bo'lib gapirish osonmi?

86.Odamlar bilan muloqotga kuchli kirishish xohishini his qilasanmi?

87.Oldin o'ylab, so'ng gapirishga moyilmisan?

88.Yutuqlaringdan tez-tez hayajonlanasanmi?

89.Nazorat qilinmasa ham transportda yo'l haqini to'laysanmi?

90.Bolalar davrasida o'zingni siqilgandek tutasanmi?

91.O'qish bilan bog'liq muvaffaqiyatsizliklaring xayollaringni orttirishiga moyilmisan?

92.Senga tez gapirish yoqadimi?

93. Kutilmagan fikrlarni aytib qo'yishdan o'zingni oson tiyasanmi?
94. Odatda shoshmasdan sekin ishlaysanmi?
95. O'qishdagi kichkina muvaffaqiyatsizlikdan ham qiynalasanmi?
96. Xotirjam suhbatlarni afzal hisoblaysanmi?
97. Yozma nazorat ishida yo'l qo'yilgan xatolaringdan qattiq hayajonlanasanmi?
98. Sen uchun ko'p vaqt talab qiluvchi ishni bajarish osonmi?
99. Sen uchun notanish (katta yoshdagi) kishilarga iltimos bilan murojaat qilish osonmi?
100. O'zga kishilar bilan muloqotga kirishishda o'zingga ishonmaslik hissi bezovta qiladimi?
101. Yangi topshiriqlarni bajarishni chin dildan qabul qilasanmi?
102. Tez gapirgan vaqtda charchaysanmi?
103. Zo'riqishsiz sovuqqina ishlashni afzal hisoblaysanmi ?
104. Sen uchun bir vaqtning o'zida bir necha to'garakda shug'ullanish osonmi?
105. Uzoq vaqt yolg'iz qolishni yoqtirasanmi?

V.M. Rusalov so'rovnomasining javoblar varaqasi

No	No	No	No	No	No	No	No	No	No	No	No	No	No
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	
40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	
53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	
66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	
79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90		
91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102		
103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114		
115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126		
127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138		
139	140	141	142	143	144	145	146	147	148	149	150		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

NATIJALARNI QAYTA ISHLASH

Metodika kaliti:

1. Predmetli erglik ("Er"),:

Ha: 4, 8, 15, 22, 42, 50, 58, 64, 96.

Yo'q: 27, 83, 103.

2. Sotsial erglik (“SEr”):

Ha:11, 30, 57, 62, 67, 78, 86.

Yo‘q:3, 34, 74, 90, 105.

3. Plastiklik (“P”):

Ha:20, 25, 35, 38, 47, 66, 71, 76, 101, 104.

Yo‘q:54, 59.

4.Sotsial plastiklik (“SP”):

Ha:2, 9, 18, 26, 45, 68, 85, 99.

Yo‘q:31, 81, 87, 93.

5.Temp (“T”):

Ha:1, 13, 19, 35, 46, 49, 55, 77.

Yo‘q:29, 43, 70, 94.

6.Sotsial temp (“ST”):

Ha:24, 37, 39, 51, 42, 92.

Yo‘q:5, 10, 16, 56, 96, 102.

7.Emotsionallik (“Em”):

Ha:14, 17, 28, 40, 60, 61, 69, 79, 88, 91,95, 97.

sotsial emotsionallik (“SEm”) :

Ha: 6, 7, 21, 36, 41, 48, 53, 63, 75, 80, 84, 100.

8.Sotsial maqbullik «K»:

Ha:32, 52, 89.

Yo‘q:12, 23, 44, 65, 73, 82.

Barcha shkalallar bo‘yicha ball ko‘rsatkichlari:

0-3 ball- quyi daraja;

4-8 ball-o‘rta daraja;

9-12 balla-yuqori daraja

So‘rovnoma predmetli erglik (“Er”), sotsial erglik (“SEr”), plastiklik (“P”), sotsial plastiklik (“SP”), temp (“T”), sotsial temp (“ST”), emotsionallik (“Em”) va sotsial emotsionallik (“SEm”) singari sakkizta asosiy va sotsial maqbullik (“K”), tekshirluvchining javoblarini samimiyligi)dan iborat nazorat shkalalaridan tashkil topgan.

So‘rovnomaning predmetli erglik ("Er") shkalasi insonning narsalar dunyosini o‘zlashtirish ehtiyojini, faoliyatga chanqoqligini, aqliy va jismoniy mehnatga intilishini, mehnat faoliyatiga jalb etilganlik darajasini ifodalaydi.

Plastiklik (“P”) shkalasi ko‘rsatkichlari esa, individning bir predmetdan boshqasiga yengil yoki qiyin ko‘cha olishi, predmetlar bilan

ishlash jarayonida tafakkurning bir usulini boshqalariga tez o'zgartirishi, har xil predmetli faoliyatini amalga oshirishga intilishini xarakterlaydi.

Sotsial plastiklik ("SP") shkalasi shaxsning muomala jarayoniga e'tiborini bir insondan boshqasiga yengil yoki qiyin ko'chirishi, sotsial aloqalarning har xil shakllarini amalga oshirishga tayyorligini ifodalaydi. Temp ("T") shkalasi insonning tezkorlik xususiyatlarini xarakterlaydi va insonning alohida operatsiyalarni tezkor bajarishi, predmetlar bilan ishlash faoliyatida harakat aktlarining tezkorligi haqida ma'lumot beradi.

Sotsial temp ("ST") shkalasi shaxsning muomala jarayonidagi nutqiy harakatlarini tezkorlik bilan amalga oshirish imkoniyatlari baholanadi.

Emotsionallik ("Em")-shkalasi esa o'ylangan, kutilayotgan, rejalashtirilgan va real faoliyati natijalari o'rtasidagi nomutanosiblikka va ishdagi omadsizlarga emotsional sezgirligini baholaydi.

Sotsial emotsionallik ("SEm") shkalasi orqali insonlar bilan munosabat o'rnatishga, atrofdagilarni baholashga, muomaladagi omadsizliklarga emotsional sezgirligini aniqlaydi.

Sotsial maqbullik ("K") shkalasi tekshiriluvchining savollarga samimiy javob berganligini, o'zi haqida yanglishmasdan baho berganligini xarakterlaydi. Ushbu shkala ko'rsatkichi orqali temperament tiplarining ko'rsatkichlarining xolisona baholangan yoki baholanmaganligi aniqlanadi.

9- Laboratoriya ishi: Ya.Strelyauning temperamentni aniqlash test-so'rovnomasi.

Maqsad: shaxs temperament tipini Ya.Strelyauning temperamentni aniqlash test-so'rovnomasi boyicha aniqlash.

Kerakli jihozlar: test so'rovnomasi, javoblar varaqasi.

Kirish. Temperamentning tartibga soluvchi (regulyator) nazariyasi Yan Strelyau tomonidan 1974- yilda Pavlovning temperament shaxsning atrof-muhitga moslashishida muhim rol o'ynaydi, degan konsepsiyasi, shuningdek, D.Xebb tomonidan ishlab chiqilgan qo'zg'alishning optimal darajasi konsepsiyasi asosida ishlab chiqilgan. Yan Strelyau Pavlov bo'yicha nerv sistemasining xossalari temperamentning ekstraversiya - introversiya, barqarorlik - nevrotizm kabi ko'rsatkichlarini tavsiflash uchun ishlatilishi mumkinligini aniqladi. Strelyau nazariyasiga ko'ra,

ma'lum miqdordagi stimulyatsiya uchun temperament tarkibida reaktivlik (sezuvchanlik va chidamlilik) va faollik (miqyosi va maqsadli harakatlarni qamrab olish) farqlanadi.

Yan Strelyauning temperament nazariyasining pozitsiyalari:

-xulq-atvorning rasmiy xususiyatlariga nisbatan intensivlik (kuch) va vaqt (tezlik) bo'yicha nisbatan barqaror individual farqlar mavjud;

- temperament hayvonlarda ham, odamlarda ham sodir bo'ladi;
- temperament xususiyatlari biologik evolyutsiya mahsulidir va genetik asos temperamentdagi individual farqlarni belgilaydi.

Yo'riqnoma: Quyidagi savollarni diqqat bilan o'qing va ularga «ha» («+») yoki «yo'q» («-»), agar javob berishga ikkilansangiz u holda «bilmayman» («?») javobini bering. Marhamat qilib, javoblaringizni so'rovnomaning javoblar blankiga belgilang.

1. Siz odamlar bilan tez chiqishib ketasizmi?
2. Siz aniq ko'rsatma olmaguncha u yoki bu harakatlardan o'zingizni chetga olishga qodirmisiz?
3. Siz toliqtiradigan ishdan so'ng uzoq vaqt dam olishingiz kerakmi?
4. Siz noqulay sharoitda ham ishlay olasizmi?
5. Siz ish yuzasidan bo'lmagan emotsional bahslardan o'zingizni chetga olasizmi?
6. Siz uzoq vaqtli tanaffusdan, masalan ta'til yoki dam olishdan so'ngra ishga oson kirishib keta olasizmi?
7. Agar ish sizni to'liq o'ziga jalb qilsa charchoqni unutasizmi?
8. Siz kimgadir topshiriq berib, uning tamom bo'lishini sabr-toqat bilan kutishga qodirmisiz?
9. Siz sutkaning turli vaqtida oson va bir xilda uxlay olasizmi?
10. Sizdan iltimos qilganda buni sir tuta olasizmi?
11. Sizda bir necha hafta yoki oy bajarmagan ishingizga qaytish osonmi?
12. Siz sabr-toqat bilan tushuntira olasizmi?
13. Sizga aqliy zo'riqishni talab qiladigan ish yoqadimi?
14. Sizda bir xil bajariladigan ish zerikish yoki uyquga olib keladimi?
15. Siz kuchli zo'riqishni tez tarqatib yubora olasizmi?
16. Sizdan talab etilganda o'z ustunligingizni namoyon qilmaslikka urinasizmi?
17. Notanish kishilar orasida o'zingizni tabiiy tutasizmi?

18. Sizda jahl yoki g‘azabni yashirish qiyinmi?
19. Og‘ir damlarda o‘zingizni boshqara olasizmi?
20. Atrofdagilarning xulq-atvoriga o‘z xatti-harakatlaringizni moslashtira olasizmi?
21. Mas’uliyatli ishni bajarishni o‘z zimmangizga ola olasizmi?
22. Odatda atrof-muhit sizning kayfiyatingizga tayasir ko‘rsatadimi?
23. Siz muvafaqqiyatsizliklardan xalos bo‘lishga qobiliyatlimisiz?
24. Siz kimlarnidir fikrlarini qadrlab, odatdagidek erkin gapira olasizmi?
25. Sizning kun tartibingizdagi kutilmagan o‘zgartirishlar asabingizni buzadimi?
26. Sizda hamma narsaga «tayyor javoblar» bormi?
27. Muhim qarorlar (masalan, kirish imtihonlari natijalari) qabul qilishda o‘zingizni boshqara olasizmi?
28. O‘z ta’tilingizni birinchi kundanoq tashkil eta olasizmi?
29. Sizni «tezkor» odam deb baholasa bo‘ladimi?
30. Siz harakat laringizni sekin yuruvchi kishining harakat lariga tez moslashtirasizmi?
31. Siz tez uyg‘onasizmi?
32. Siz yig‘ilish va kechalarda bemalol ma’ruza qila olasizmi?
33. Sizni kayfiyatingizni buzish osonmi?
34. Sizni ishdan ajratib olish qiyinmi?
35. Agar suhbat boshqalarga xalaqit bersa o‘zingizni chetga olasizmi?
36. Nimanidir ataylab ig‘vo qilasiz yoki yo‘ldan ozdira olasizmi?
37. Siz odamlar bilan oson chiqishib keta olasizmi?
38. Agar oldingizda muhim ish turgan bo‘lsa doimo siz o‘z xatti-harakatlaringiz haqida atroflicha o‘ylaysizmi?
39. Siz muallifning fikri bo‘lsa ham matnni boshidan oxirigacha ko‘zdan kechirib chiqasizmi?
40. Sizda yo‘lovchilar bilan suhbatga kirishish osonmi?
41. Siz suhbatdoshingizni nohaq isbotiga befarq bo‘lasizmi?
42. Siz chaqqonlik bilan qo‘lda bajarishni talab qiladigan ishni bajonidil qabul qilasizmi?
43. Siz qaroringizni boshqalarning fikriga ko‘ra o‘zgartirasizmi?
44. Siz yangi ishga tez moslasha olasizmi?
45. Siz kunduzi ishlangiz yana kechasi ham ishlay olasizmi?
46. Romanlarni tez o‘qib chiqasizmi?

47. Siz agar to'siqlarga duch kelsangiz niyatlaringizdan tez-tez voz kechasizmi?

48. Siz sharoit taqazosiga ko'ra o'zingizni tutib tura olasiz?

49. Qiyinchiliksiz tez uylab qolasizmi?

50. Siz lahzali beixtiyor ta'sirlardan o'zingizni chetga olib tura olasiz?

51. Siz shovqinda ishlay olasizmi?

52. Siz «haqiqatni bila turib» vaziyat tufayli o'zingizni chetga olib turasizmi?

53. Siz imtihon yoki rahbariyat bilan uchrashuv oldidan hayajonni yashira olasizmi?

54. Siz qisimli tanaffuslarni yoqtirasizmi?

55. Siz yangi muhitga oson moslasha olasizmi?

56. Siz o'tgan kundagi og'ir mehnatda yo'qotgan kuchingizni kechki dam

olishdan so'ngra qayta tiklay olasizmi?

57. Har xil harakatli va bajarish muddati cheklangan ishlarni bajarishdan qochasizmi?

58. Qiyinchiliklarga qarshi o'zingiz mustaqil kurashasizmi?

59. Siz suhbatdoshingiz gapini bo'lib qo'yasizmi?

60. Siz suzishni bilmasangiz ham cho'kayotgan odamni qutqazish uchun suvga sakraysizmi?

61. Siz uzoq vaqt ish bilan mashg'ul bo'la olasizmi?

62. Siz noo'rin tanbehlardan o'zingizni tiyib tura olasizmi?

63. Siz ishda va davralarda o'zingizni o'rningizga egamisiz?

64. Sizda bir ishdan boshqasiga o'tish osonmi?

65. Muhim qaror qabul qilishda «ha» va «yo'q» deyishni taroziga solib ko'rasizmi?

66. Siz to'siqlarni oson bartaraf eta olasizmi?

67. Siz begonalarni xati va narsalariga nazar solasizmi?

68. Siz uchun bir xil bo'lib qolgan harakat va mashg'ulotlar zerikarlimi?

69. Siz jamoat joylarida xulq-atvor qoidalariga rioya qilasizmi?

70. Siz suhbatda yoki chiqishlarda ortiqcha harakat va imo-ishoralardan foydalanmaslikka urinasizmi?

71. Siz vaziyatlarni jonlanishini yoqtirasizmsi?

72. Siz ko'p kuch talab etuvchi faoliyatni yoqtirasizmi?

73. Siz ma'lum topshiriqlarni bajarishda diqqatingizni uzoq vaqt to'plab tura olasizmi?

74. Siz harakatli va mashg'ul bo'lishni talab etadigan ishni yoqtirasizmi?

75. Siz qiyin hayotiy vaziyatlarda o'zingizni boshqara olasizmi?

76. Agar zarur bo'lsa uyqudan uyg'ongach, birdan o'rningizdan turib ketasizmi?

77. Siz agar talab etilsa olingan ishni yakunlashni hali boshqa ishlarinigiz yakunlanmasdan kutib turishga qodirmisiz?

78. Noxush holatni ko'rganingizdan keyin ham ishni oldindagidek aniq davom ettirasiz va bajarasizmi?

79. Siz kundalik gazetalarni tezda ko'zdan kechirib chiqasizmi?

80. Tez gapirganingizda sizni o'pkalashga hojat qolmaydimi?

81. Siz miriqib uxlamasdan me'yorda ishlay olasizmi?

82. Siz tanaffussiz uzoq vaqt ishlay olasizmi?

83. Siz tishingiz va boshingiz og'risa ham ishlaysizmi?

84. Agar zarur bo'lsa o'rtoqlaringiz dam olayotgan va sizni kutib turgan paytlarda ham ishni xotirjam tamomlaysizmi?

85. Siz kutilmagan savollarga risoladagidek tez javob bera olasizmi?

86. Siz odatda tez gapirasizmi?

87. Agar mehmon kutayotgan bo'lsangiz xotirjam ishlay olasizmi?

88. Siz aniq dalillar ta'sirida o'z fikrlaringizni o'zgartirasizmi?

89. Siz sabr-toqatlimisiz?

90. Siz ancha sekin harakat qiladigan odamning ish maromiga moslasha olasizmi?

91. Siz bir necha harakatni birga bajarishda ishni rejalashtira olasizmi?

92. Quvnoq davra sizning kayfiyatingizni o'zgartiradimi?

93. Siz hech qiynalmasdan bir nechta ishni bir vaqtni o'zida bajara olasimi?

94. Siz ko'chadagi noxush voqeaning guvohi bo'lganingizda ruhiy muvozanatni saqlay olasizmi?

95. Siz har xil murakkab va nozik harakatlarni talab etuvchi ishni yoqtirasizmi?

96. Siz yaqin odamlaringizdan birortasi istirob chekkanida o'zingizni xotirjam tuta olasizmi?

97. Siz qiyin hayotiy vaziyatlarda mustaqil bo'la olasizmi?

98. Siz notanish va katta davralarda o'zingizni erkin tutasizmi?

99. Agar talab etilsa suhbatni tezda to'xtatishingiz mumkinmi?

100. Siz boshqalarning ish usuliga oson moslashasizmi?

101. Siz ishning turini tez-tez almashtirishni yoqtirasizmi?
102. Siz biron-bir hodisa yuz berganda tashabbusni o'z qo'lingizga olishga qodirmisiz?
103. Siz o'rinsiz kulgidan o'zingizni saqlaysizmi?
104. Siz birdaniga jadal ishlab keta olasizmi?
105. Siz agar haqligingizni bilsangiz ham jamoaning qabul qilgan fikrga qarshi chiqa olasizmi?
106. Siz vaqtli ziqlikni bartaraf eta olasizmi?
107. Siz aqliy mehnatdan charchab, qiyin holatga tushib qolasizmi?
108. Siz uzoq kuta olasizmi?
109. Siz urinishlar hech narsaga olib kelmasligini oldindan bilib, o'zingizni chetga olib turasizmi?
110. Siz nizoli vaziyatlarda o'z mulohazangizni xotirjam bayon eta olasizmi?
111. Siz kutilmagan holatlarga tez javob bera olasizmi?
112. Agar sizdan buni iltimos qilsalar o'zingizni bemalol tuta olasizmi?
113. Siz shifokorning kasallik to'g'risidagi ko'rsatmalarini bezovtalanmasdan qabul qilasizmi?
114. Siz jadal ishlay olasizmi?
115. Siz dam olish va ko'ngil ochish joyini bajonidil o'zgartirasizmi?
116. Sizga yangi ish tartibiga ko'nikish qiyinmi?
117. Siz baxtsiz hodisalarda yordamga shoshilasizmi?
118. Siz sirkda, sport bahslarida qichqiriq va xatti-harakatlardan o'zingizni saqlaysizmi?
119. Siz har xil odamlar bilan vaqti-vaqti bilan suhbatlashishni talab etuvchi mashg'ulotni va ishni yoqtirasizmi?
120. Siz o'z mimikangizni boshqara olasizmi?
121. Siz aniq va kuchli harakatlanishni talab etuvchi ishni yoqtirasizmi?
122. Siz o'zingizni jasur odam deb hisoblaysizmi?
123. Noodatiy sharoitlarda sizning gapirishingiz qiyinmi?
124. Siz omadsizliklar va g'amginliklarni bartaraf eta olasizmi?
125. Sizdan iltimos qilsalar uzoq vaqt xotirjam tura olasizmi?
126. Siz o'z quvonchingiz kimnidir ranjitsa uni bir lahza bo'lsa-da cheklay olasizmi?
127. Sizda g'amginlikdan quvonchli holatga oson o'ta olasizmi?
128. Sizga ta'sir o'tkazish osonmi?

129. Siz qiyinchiliklarsiz xulq-atvor qoidalariga rioya qilasizmi?
 130. Siz jamoat oldida so‘zga chiqa olasizmi?
 131. Siz ishga odatdagidek uzoq tayyorgarlik ko‘rmasdan tez kirishib ketasizmi?
 132. Siz hayotga tavakkal qilib, boshqalarga yordam berishga tayyormisiz?
 133. Sizning harakatlaringiz jonlimi?
 134. Siz jamoat ishini bajonidil bajarasizmi?

NATIJALARNI QAYTA ISHLASH

Javoblar mos kelsa –2 ball

Mos kelmasa-0 balal

Javob berishga qiynalsa-1 ball

<42-balldan past bo‘lsa ushbu xususiyatning yaxshi mujassamlashmaganligini ifodalaydi.

>42-balldan katta bo‘lsa ushbu xususiyatning yaxshi mujassamlashganligini ifodalaydi.

(F_q)<42, melanxolik

(F_q)>42, psixologik faoll, ko‘ra uzoq vaqt davomida barqaror mehnat qila olish imkoniyatiga ega. Ijtimoiy mehnatni bajarishga ancha mas’uliyatli.

Muvozanatlashganlik kuchi: $A = F_h / (F_q)$

Agar $F_h / (F_q)$ ning qiymati 1 ga teng bo‘lsa shunchalik muvozanatlashganlik yuqori.

0,85-1,15 oralig‘idan muvozanatlashganlik

Agar ushbu chegaradan chetga chiqsa yoki 0,85 past bo‘lsa bu toifa odam qo‘zg‘alishga nisbatan muvozanatsiz.

1.15-muvozanatsiz tormozlanish etakchilik qiladi.

№	SHKALA	Ko‘rsatkich
1	QO‘ZG‘ALISH KUCHI(F _Q)	
2	TORMOZLANISH KUCHI (F _T)	
3	HARAKATCHANLIK (F _H)	
	MUVOZANATLASHGANLIK KUCHI: $A = F_h / (F_q)$	

1. Qo‘zg‘alish kuchi

Ha -

3,4,7,13,15,17,19,21,23,24,32,39,45,56,60,61,66,72,73,78,81,82,83,94,97,

98,102,105,106,113,114,117,121,122,124,130,132,133,134

Yo‘q – 47,51,107,123.

2.Tormozlanish kuchi

Ha-

2,5,8,10,12,16,27,30,36,37,38,41,48,50,52,53,62,65,69,70,75,77,84,87,89,90, 96,99,103,108,109,110,112,118,120,125,126,129.

Yo‘q – 18,34,36,59,67,128

3. Harakatlanish kuchi

Ha – 1,6,9,11,14,20,22,26,28,29,31,33,40,42,43,44,46,49,54,55,64,68,71,74,76,79,80,85,86,88,91,92,93,95,100,101,107,111,115,116,119,127,131.

Yo‘q – 25,27,63.

10- Laboratoriya ishi. Myers-Briggs so‘rovnomasi.

Maqsad: Myers-Briggs so‘rovnomasi yordamida shaxs xususiyatlarini organish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar varaqasi.

Kirish. Metodika tipologiyasining paydo bo‘lish tarixi Karl Yungning asarlariga borib taqaladi. U 1921 - yilda nashr etilgan "Psixologik turlar" kitobida insonda dunyoni idrok etishga yordam beradigan to‘rtta asosiy psixologik funktsiya mavjudligini aytadi. Bular fikrlash, his-tuyg‘ular, sezgi va hislardir. Bu ish turli odamlarning xarakterlaridagi farqlar bilan qiziqqan amerikalik Ketrin Briggsning g‘oyalariga qaraganda ancha asosli edi. Ammo Yungning tipologiyasi bilan tanishib, u qizi Izabel Briggs-Mayers tomonidan qo‘llab-quvvatlanib, bu masalani batafsil o‘rganishni boshladi va hatto bir nechta ilmiy maqolalarni nashr etdi. U shuningdek, to‘rt turni ajratib ko‘rsatdi va o‘z e‘tirofiga ko‘ra, Yung asarlariga asoslanadi. Ammo keyinroq qizi nazariyani sezilarli darajada kengaytirdi va unga zamonaviyning konturlarini berdi. Bu Ikkinchi Jahon urushi paytida sodir bo‘lgan. Tadqiqotning eng asosiy maqsadi: test asosida ishda individual shaxsiy imtiyozlarni aniqlash va ish joyida armiyaga borgan erkaklar o‘rnini bosishi kerak bo‘lgan ayollarni tanlash, ular o‘z iste’dodlarini namoyish etishlari mumkinligi edi.

Keyinchalik, 1950-1960-yillarda taniqli olimlar tipologiya haqida ijobiy fikr bildirishdi va metodologiyani takomillashtirish uchun yangi tajribalar o‘tkazildi. Ammo izdoshlardan tashqari, MBTning bir qator

tanqidchilari ham bor, ular Mayers-Briggs tipologiyasi K. Yungning nazariy qismdagi tadqiqotlarini deyarli takrorlashi va amalda har doim ham o'z haqiqiylikini topa olmasligini ta'kidlaydi.

MBTI psixologik test tizimining mohiyati shundan iboratki, inson shaxsiyati omillarining o'ziga xos kombinatsiyasini o'lchashda 4 ta tavsiflovchi tufayli uning ma'lum bir faoliyat turiga moyilligini, uning harakat uslubini, qarorlar tabiatini va boshqa xususiyatlarni oldindan aytish mumkin. u o'zini qulay va ishonchli his qilish uchun. Buning uchun 4 ta shkala (deskriptorlar) ixtiro qilingan, unga ko'ra shaxs o'rganiladi:

- ongni yo'naltirish (introversiya-ekstraversiya),
- vaziyatda orientatsiya (sog'lom fikrlilik - sezgi)
- qaror qabul qilish asosi (logos - patos)
- qarorlarni tayyorlash usuli (ratsionallik - irratsionallik)

Yo'riqnoma. Ushbu so'rovnomada "to'g'ri" yoki "noto'g'ri" javoblar bo'lmaydi. Sizning javoblaringiz biror masalaga munosabatingizni va u yuzasidan qaror qabul qilishingiz lozim bo'lganda nima ish qilishingizni bilishga yordam beradi. Siz o'zingizning nimaga moyil ekanligingizni (yoki nimalarni afzal ko'rishingizni), boshqalarning ham nimalarni afzal ko'rishini bilib, o'z imkoniyatlaringizni, qanday ishlar sizga huzur-halovat bag'ishlashini va turli xarakterli kishilarning bir-birlari bilan o'zaro qanday muloqot o'rnatishlarini aniqlaysiz.

So'rovnomadagi har bir savol(tasdiq)ni diqqat bilan o'qing va o'zingizga ma'qul bo'lgan javobni berilgan maxsus blankada belgilang (harfni doiracha ichiga oling).

So'rovnoma matniga hech qanday belgi qo'ymang.

Savollarga uzoq o'ylanmasdan xayolingizga kelgan birinchi javobni bering. So'rovnoma ikki turdagi savollardan iborat. Birinchi turdagi savollar javobining shunday variantini tanlashingiz kerakki, u odatda siz nimani his qilsangiz yoki nima ishni bajarsangiz unga mos bo'lishi zarur. Ikkinchi turdagi savollarda juft so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul bo'lsa, o'shani belgilashingiz kerak. Savol-javoblarning shakliga emas, balki mazmuniga e'tibor bering.

1. Odatda, siz:

- a) muloqotga kirishuvchan;
- b) ancha bosiq va xotirjam.

2. Agar siz o'qituvchi bo'lganingizda edi, qanday kursdan saboq berishni afzal hisoblardingiz:

- a) dalillarni bayon etishga asoslanilgan;
- b) nazariy materiallarni bayon etishga asoslanilgan.

3. Siz ko'pincha:

- a) yurak aqlni boshqarishiga;
- b) aql yurakni boshqarishiga imkon berasiz.

4. Agar siz biror yoqqa kun davomida ketadigan bo'lsangiz:

a) nima ish qilishni va uni qachon bajarishni oldindan rejalashtirasiz;

- b) aniq reja tuzmaysiz.

5. Siz kishilar davrasida bo'lsangizda, odatda:

- a) umumiy suhbatga qo'shilishasiz;
- b) kim bilandir yolg'iz suhbatlashasiz.

6. Siz uchun qanday odamlar bilan til topishish oson kechadi:

- a) tasavvuri keng;
- b) realist.

7. Siz uchun eng yuksak maqtoov hisoblangan so'zlarni tanlang:

- a) juda dilkash odam;
- b) izchil mulohaza yurituvchi inson.

8. Siz quyidagi hollardan qaysi birini afzal hisoblaysiz:

- a) kechki bazmlar va uchrashuvlar haqida oldindan kelishib olishni;
- b) kechki bazmlarning oxirgi damlarida o'yin-kulgi qilishni.

9. Siz katta davralarda ko'pincha:

- a) odamlarni bir-biriga tanishtirasiz;
- b) sizni boshqalar bilan tanishtiradilar.

10. Sizni kim deb hisoblash mumkin:

- a) amaliyotchi;
- b) xayolparast.

11. Odatda, siz:

- a) mantiqdan ko'ra hissiyotni ko'proq qadrlaysiz;
- b) hissiyotdan ko'ra mantiqni ko'proq qadrlaysiz.

12. Siz ko'pincha qaysi hollarda muvaffaqiyatga erishasiz:

- a) tez qaror qabul qilish taqozo etilgan vaziyatlarda;
- b) atroflicha o'ylangan reja asosida.

13. Siz afzal hisoblaysiz:

- a) bir necha eng yaqin, sadoqatli do'stlarga ega bo'lishni;
- b) har xil toifadagi odamlar bilan do'stona munosabat o'rnatishni.

14. Sizga qanday toifadagi odamlar ko'proq yoqadi:

a) umumiy qabul qilingan me'yorlarga amal qiladigan va o'ziga e'tiborni jalb etmaydigan;

b) boshqalarning e'tibor berishi yoki bermasligidan qat'iy nazar juda o'ziga xos bo'lgan(orginal).

15. Sizningcha, eng katta kamchilik:

a) hissizlik; b) aqlsizlik.

16. Biror jadval-grafik asosida ishlash:

a) siz uchun ma'qul;

b) sizning imkoniyatingizni cheklab qo'yadi.

17. Siz do'stlaringiz:

a) hayotida sodir bo'lgan voqealarni boshqa do'stlaringizdan keyinroq bilasiz;

b) hayotini juda yaxshi bilasiz.

18. Siz do'stlaringiz orasida qanday kishilar bo'lishini ma'qul hisoblaysiz:

a) hamisha yangi g'oyalarni ilgari suradigan;

b) dunyoga hushyor va real qaraydigan.

19. Siz qanday kishi rahbarligida ishlashni afzal hisoblaysiz:

a) doimo mehribon;

b) hamisha adolatli.

20. Dam olish kunlari bajariladigan ishlar ro'yxatini tuzish fikri sizni:

a) sira tinch qo'ymaydi;

b) qiziqitirmaydi;

v) qiynaydi.

21. Siz, odatda:

a) har qanday odam bilan istalgan vaqtgacha erkin suhbatlasha olasiz;

b) faqat ayrim kishilar bilan va ma'lum vaziyatlardagina suhbatlashish uchun mavzu topa olasiz.

22. Siz qanday kitoblarni katta qiziqish bilan o'qiysiz:

a) o'ziga xos, original usulda yozilgan;

b) yozuvchining fikri aniq ifodalangan.

23. Siz uchun eng katta kamchilik:

a) haddan ortiq samimiy bo'lish;

b) samimiy bo'la olmaslik.

24. O'zingizning kundalik ishlaringizda siz:

a) qiyin vaziyatlarda ishlash, masalan, vaqt yetishmagan sharoitlarda ishni bajarishni yoqtirasiz;

b) qat'iy belgilangan vaqt bo'yicha ishlashni yoqtirmaysiz;
v) odatda, ishni shunday rejalashtirasizki, uni bajarishingiz uchun vaqt bemalol etadi.

25. Siz bilan odamlar qiziqishlaringiz sohasini:

- a) birinchi uchrashuvdayoq bilib oladilar;
- b) yaqinroq tanishganlaridan keyin biladilar.

26. Ayni bir ishni bajarishda siz:

- a) boshqalar singari an'anaviy usulni qo'llaysiz;
- b) o'zingizni yaratgan usuldan foydalanasiz.

27. Sizni odamlarning:

- a) his-tuyg'ulari ko'proq qiziqtiradi;
- b) haq-huquqlari tashvishga soladi.

28. Ma'lum bir ishni bajarishingizga to'g'ri kelsa, odatda, siz:

- a) ishni bajarishdan oldin hamma kerakli narsalarni tayyorlab qo'yasiz;
- b) ish jarayonida zarur bo'ladigan narsalarni aniqlashtirib olasiz, xolos.

29. Odatda, siz:

- a) o'z his-tuyg'ularingizni erkin ifoda etasiz;
- b) his-tuyg'ularingizni ichda saqlaysiz.

30. Siz uchun quyidagilardan qaysi biri afzalroq:

- a) o'ziga xoslik;
- b) umum qabul qilingan me'yorlarga amal qilish.

31. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

- a) yuvosh; b) qat'iyatli.

32. Biror ishni ma'lum vaqt oralig'ida bajarishingiz zarur bo'lsa, siz:

- a) hammasini oldindan rejalashtirasiz;
- b) rejalashtirishni nomaqbul hisoblaysiz.

33. Aytish mumkinki, siz:

- a) boshqalarga qaraganda ancha quvnoqsiz;
- b) boshqalar bilan qiyoslaganda siz unchalik quvnoq emassiz.

34. Inson uchun eng yuqori maqtov uning qaysi sifatini e'tirof etish hisoblanadi:

- a) oldindan ko'ra bilish qobiliyatini;
- b) sog'lom fikr yuritishini.

35. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

- a) fikr; b) his.

36. Odatda, siz:

- a) barcha ishni oxirgi daqiqalarda bajarasiz;
- b) hamma ishni oxirgi daqiqalarda bajarish ko'p asabiylashishga sabab bo'ladi deb hisoblaysiz.

37. Kechki bazm sizga:

- a) goho zerikarli bo'ladi;
- b) doimo xursandchilik bag'ishlaydi.

38. Siz quyidagilardan qaysi birini eng muhim hisoblaysiz:

- a) biror vaziyatda har xil imkoniyatlarga ega bo'lishni;
- b) dalillar qanday bo'lsa, ularni shundayligicha qabul qilishni.

39. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

- a) ishonchli; b) ta'sirli.

40. Barqaror kundalik ish tartibining mavjudligi:

- a) sizning ko'p ishlarni bajarishingiz uchun juda qulay;
- b) zarurat bo'lsa-da, lekin unga amal qilish qiyin.

41. Biror narsa modaga aylansa, odatda, siz:

- a) uni birinchilardan bo'lib sinab ko'rasiz;
- b) modalarga kam qiziqasiz.

42. Odatda, siz ish jarayonida:

- a) umumiy qabul qilingan usullarga tayanasiz;
- b) yo'l qo'yilgan xatoliklarni izlaysiz, yechilmagan muammolarni yyechishga urinasiz.

43. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

- a) tahlil etmoq; b) qayg'urmoq.

44. Qandaydir unchalik muhim bo'lmagan ishni qilish yoki biror kichik narsani sotib olish haqida o'ylaysiz-da, siz:

- a) ko'pincha bu haqda unutib qo'yasiz yoki juda kech eslaysiz;
- b) unutmaslik uchun qog'ozga yozib qo'yasiz;
- v) o'yilgan ishingizni o'z vaqtida bajarasiz.

45. Sizning qanday inson ekanligingizni bilish:

- a) juda oson; b) ancha qiyin.

46. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

- a) dalillar; b) g'oyalar.

47. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

- a) adolatlilik; b) achinish.

48. Sizning ko'nikishingiz qiyin:

- a) bir xillikka; b) doimiy o'zgarishlarga.

49. Murakkab vaziyatga tushib qolsangiz:

a) suhbatni boshqa mavzuga o'zgartirasiz;
b) hammasini hazilga yo'yasiz;
v) bir necha kun o'tgandan keyin, nima deyishingiz kerak ekanligi haqida o'ylaysiz.

50. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

a) tasdiq; b) g'oya.

51. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

a) rahm-shafqat; b) o'ylab ish qilish.

52. Hafta davomida bajariladigan katta ishni boshlasangiz siz:

a) dastlab qilinadigan ishlarni va qanday tartibda bajarishni rejalashtirib olasiz;

b) birdan ishga kirishib ketasiz.

53. Sizningcha, yaqin kishilaringiz fikrlaringizdan:

a) yaxshi xabardor; b) xabardor emas.

54. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

a) nazariya; b) dalil.

55. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

a) foyda; b) muruvvat.

56. Odatda, siz:

a) ishni shunday tarzda rejalashtirasizki, uni bajarish uchun vaqt yyetarli bo'ladi;

b) ishning oxirgi daqiqalarida yuqori samaradorlikka erishasiz.

57. Kechki bazmlarda siz:

a) faol ishtirok etasiz;

b) faol ishtirok etmaysiz.

58. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

a) aynan; b) majoziy.

59. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

a) dadil; b) sodiq.

60. Agar sizdan dam olish kuni nima bilan mashg'ul bo'lishingiz haqida so'rasalar, siz:

a) aniq javob bera olasiz;

b) bajariladigan ishlaringizdan ikki baravar ko'proq ishlarni sanab berasiz;

v) oldindan taxmin qilmaslikni afzal hisoblaysiz.

61. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

a) shijoatli; b) vazmin.

62. Quyidagi so'zlardan qaysi biri sizga ko'proq ma'qul:

a) obrazli; b) badiiy.

63. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) qaysar; b) rahmdil.

64. Kundalik ishlarning bir xilligi sizga:

a) xotirjamlik bagʻishlaydi; b) zerikarli tuyuladi.

65. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) bosiq; b) ezma.

66. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) ishlab chiqish; b) yaratish.

67. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) tinchlikparvar; b) hakam.

68. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) rejalashtirilgan; b) rejadan tashqari.

69. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) vazmin; b) joʻshqin.

70. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) mulohozali; b) maftunkor.

71. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) yumshoq; b) qattiq.

72. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) metodik; b) toʻsatdan.

73. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) soʻzlamoq; b) yozmoq.

74. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) ishlab chiqarish; b) rejalashtirish.

75. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) avf etmoq; b) ruxsat bermoq.

76. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) muntazam; b) tasodifiy.

77. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) muloqotga kirishuvchan; b) tund.

78. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) aniq; b) mavhum.

79. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) kim; b) nima.

80. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) impuls; b) yyechish.

81. Quyidagi soʻzlardan qaysi biri sizga koʻproq maʼqul:

a) bazm; b) teatr.

82. Quyidagi so‘zlardan qaysi biri sizga ko‘proq ma’qul:

a) barpo etish; b) ixtiro qilish.

83. Quyidagi so‘zlardan qaysi biri sizga ko‘proq ma’qul:

a) notanqidiy; b) tanqidiy.

84. Quyidagi so‘zlardan qaysi biri sizga ko‘proq ma’qul:

a) aniq; b) erkin.

85. Quyidagi so‘zlardan qaysi biri sizga ko‘proq ma’qul:

a) asos; b) cho‘qqi.

86. Quyidagi so‘zlardan qaysi biri sizga ko‘proq ma’qul:

a) ehtiyotkor; b) ishonuvchan.

87. Quyidagi so‘zlardan qaysi biri sizga ko‘proq ma’qul:

a) o‘zgaruvchan; b) o‘zgarmas.

88. Quyidagi so‘zlardan qaysi biri sizga ko‘proq ma’qul:

a) nazariya; b) amaliyot.

89. Quyidagi so‘zlardan qaysi biri sizga ko‘proq ma’qul:

a) kelishish; b) bahslashish.

90. Quyidagi so‘zlardan qaysi biri sizga ko‘proq ma’qul:

a) tartib-intizomli; b) beparvo.

91. Quyidagi so‘zlardan qaysi biri sizga ko‘proq ma’qul:

a) belgi; b) timsol.

92. Quyidagi so‘zlardan qaysi biri sizga ko‘proq ma’qul:

a) intiluvchan; b) sinchkov.

93. Quyidagi so‘zlardan qaysi biri sizga ko‘proq ma’qul:

a) qabul qilmoq; b) o‘zgartirmoq.

94. Quyidagi so‘zlardan qaysi biri sizga ko‘proq ma’qul:

a) mashhur; b) taniqli emas.

MBTI tipologik so‘rovnomasining javoblar varaqasi

F. I. SH. _____

Tug‘ilgan yili _____ Jinsi _____

E - I				S - N				T - F				J - P			
NN		E	I	NN		S	N	NN		T	F	NN		J	P
1	a b			2	a b			3	a b			4	a b		
5	a b			6	a b			7	a b			8	a b		
9	a b			10	a b			11	a b			12	a b		

13	a b			14	a b			15	a b			16	a b		
17	a b			18	a b			19	a b			20	a b v		
21	a b			22	a b			23	a b			24	a b v		
25	a b			26	a b			27	a b			28	a b		
29	a b			30	a b			31	a b			32	a b		
33	a b			34	a b			35	a b			36	a b		
37	a b			38	a b			39	a b			40	a b		
41	A b			42	a b			43	a b			44	a b v		
45	A b			46	a b			47	a b			48	a b		
49	A b v			50	a b			51	a b			52	a b		
53	A b			54	a b			55	a b			56	a b		
57	A b			58	a b			59	a b			60	a b v		
61	A b			62	a b			63	a b			64	a b		
65	A b			66	a b			67	a b			68	a b		
69	A b			70	a b			71	a b			72	a b		
73	A b			74	a b			75	a b			76	a b		
77	A b			78	a b			79	a b			80	a b		
81	A b			82	a b			83	a b			84	a b		
				85	a b			86	a b			87	a b		

				88	a b			89	a b			90	a b		
				91	a b							92	a b		
				93	a b										
				94	a b										
jami:				jami:				jami:				jami			
Tasdiq				Tasdiq				Tasdiq				Tasdiq			

MBTI so'rovnomasining kaliti

F. I. SH. _____
Tug'ilgan vaqti _____ jinsi _____

E - I				S - N				T - F				J - P			
NN		E	I	NN		S	N	NN		T	F	NN		J	P
1	a b	2 ☐	☐ 2	2	a b	2 ☐	☐ 2	3	a b	☐ 1(2)	2(1) ☐	4	a b	2 ☐	☐ 2
5	a b	1 ☐	☐ 2	6	a b	☐ 1	2 ☐	7	a b	☐ 2(2)	1(1) ☐	8	a b	2 ☐	☐ 1
9	a b	2 ☐	☐ 2	10	a b	2 ☐	☐ 2	11	a b	☐ 2	2 ☐	12	a b	☐ 1	1 ☐
13	a b	☐ 2	1 ☐	14	a b	1 ☐	☐ 2	15	a b	☐ ☐	2 ☐	16	a b	2 ☐	☐ 2
17	a b	☐ 2	1 ☐	18	a b	☐ 2	1 ☐	19	a b	☐ ☐	2(1) ☐	20	a b v	1 ☐ ☐	☐ 1 1
21	a b	2 ☐	☐ 2	22	a b	☐ 1	☐ ☐	23	a b	1 ☐	☐ ☐	24	a b v	☐ ☐ 1	1 ☐ ☐
25	a b	1 ☐	☐ 1	26	a b	1 ☐	☐ 1	27	a b	☐ 2(1)	☐ ☐	28	a b	1 ☐	☐ 2
29	a b	1 ☐	☐ ☐	30	a b	1 ☐	☐ ☐	31	a b	☐ 2	1 ☐	32	a b	1 ☐	☐ 1
33	a b	1 ☐	☐ 1	34	a b	☐ 1	2 ☐	35	a b	2(2) ☐	☐ 1(2)	36	a b	☐ 1	1 ☐
37	a b	☐ 2	1 ☐	38	a b	☐ 1	☐ ☐	39	a b	2 ☐	☐ 1(2)	40	a b	☐ ☐	1 2

41	a b	☐ ☐	☐ 2	42	a b	2 ☐	☐ ☐	43	a b	1(2) ☐	☐ 2	44	a b v	☐ 1 ☐	1 ☐ ☐
45	a b	1 ☐	☐ 2	46	a b	2 ☐	☐ 1	47	a b	1 ☐	☐ 2	48	a b	☐ 1	1 ☐
49	a b v	☐ 1 ☐	☐ ☐ 2	50	a b	2 ☐	☐ 1	51	a b	☐ 2	1 ☐	52	a b	2 ☐	☐ 1
53	a b	1 ☐	☐ 1	54	a b	☐ 1	2 ☐	55	a b	1 ☐	☐ 1	56	a b	☐ ☐	1 ☐
57	a b	1 ☐	☐ 2	58	a b	1 ☐	☐ 1	59	a b	1 ☐	☐ 2(1)	60	a b v	☐ ☐ ☐	☐ 1 1
61	a b	1 ☐	☐ 2	62	a b	☐ 2	☐ ☐	63	a b	2 ☐	☐ ☐	64	a b	1 ☐	☐ ☐
65	a b	☐ 2	1 ☐	66	a b	2 ☐	☐ ☐	67	a b	☐ 2	☐ ☐	68	a b	2 ☐	☐ 2
69	a b	☐ 1	1 ☐	70	a b	2 ☐	☐ ☐	71	a b	☐ 2	☐ ☐	72	a b	2 ☐	☐ 2
73	a b	☐ ☐	☐ 1	74	a b	1 ☐	☐ 1	75	a b	☐ 2	☐ ☐	76	a b	2 ☐	☐ 2
77	a b	1 ☐	☐ 1	78	a b	1 ☐	☐ 2	79	a b	☐ 1	☐ ☐	80	a b	☐ 1	2 ☐
81	a b	1 ☐	☐ ☐	82	a b	2 ☐	☐ 1	83	a b	☐ 1	1 ☐	84	a b	1 ☐	☐ 1
				85	a b	☐ ☐	2 ☐	86	a b	2 ☐	☐ ☐	87	a b	☐ 1	☐ ☐
				88	a b	☐ ☐	2 ☐	89	a b	☐ ☐	1 ☐	90	a b	2 ☐	☐ 1
				91	a b	1 ☐	☐ ☐					92	a b	☐ ☐	1 ☐
				93	a b	1 ☐	☐ ☐								
				94	a b	1 ☐	☐ 1								
jami:		26	28	jami:				jami:				jami			
Tasdiq				Tasdiq				Tasdiq				Tasdiq			

TIP: MBTI (TIPLAR INDIKATORLARI) SHKALALARI

S-N shkalasi: axborot to‘plash

S - Sensor tip, N - Intuitiv tip

Yung bo‘yicha axborot to‘plashning ikki yo‘li mavjud: sezgilar yordamida □ S (sensation) va intuitsiya yo‘li orqali □ N (intuition).

S (sezgilar orqali)

Vaziyatlarni aniq baholash uchun beshta sezgidan foydalanib, ma’lumotlarni maksimal darajada foydalanishga intiladi. Bunda uni ko‘proq “ayni damda va shu yerda” sodir bo‘luvchi va amaliy tajribalar ko‘proq qiziqtiradi.

N (intuitsiya yo‘li)

Atrof olamni idrok etish bevosita emas, balki o‘zining anglashilgan yoki anglashilmagan assotsiatsiyalari va tasavvurlari yordamida sodir bo‘ladi. Intilishlar bevosita ma’lumotlarning ma’nosi, munosabatlari va ahamiyatini tushunishda intuitsiyalariga tayaniladi. Narsalarning sxemasi, yaxlit ko‘rinishiga urg‘u beriladi

1-jadval:

Tipning umumiy tavsifi

Sensor (S)	Intuitiv (N)
<i>Kalit so‘zlar:</i>	<i>Kalit so‘zlar:</i>
Izchillik	Tasodiflik
ayni damdagi narsalarga qiziqish	kelajakka intiluvchanlik
reallika moyillik	Mavhumlik
qat’iylik	Ilhomlanish
Haqqoniylik	Nazariy
Moddiylik	osmonda yurmoq
Faktlar	fantaziyalar
Amaliylik	Originallik
Konkretlik	Umumiylik
<i>Xulq-atvoriga xoslik:</i>	<i>Xulq-atvoriga xoslik:</i>
“aniq dallilar” to‘plashni yoqtiradi	daliliy axborotlarning ko‘pligidan tez toliqadi
real amalga oshiriladigan ishlarni bajarishga intiladi	hammasini qanday kuchaytirish mumkinligiga e’tibor qaratadi

faqat amaliyotda qo'llash mumkin bo'lgan narsalarni o'rganishni yoqtiradi	ishni bajarish yangi usullari va imkoniyatlarini hamma yerdan izlaydi yangi ko'nikmalar bilan o'rganishni yoqtiradi
natija tez namoyon bo'lmasa ham qat'iyat bilan ishlaydi	vaqti-vaqti bilan zavq-shavqqa beriladi
xulosalarga qadamma-qadam keladi	ayrim hollarda o'zining foydasiga ma'lumotlarni o'zgartirishi mumkin
oddiy jihatlarini ham yaxshi fahmlaydi va esda tutadi	oddiy narsalarga vaqt yo'qotishni yoqtirmaydi
kamdan kam ilhomlanadi va uning natijalariga ko'p ishonmaydi	xayollar va ilhomlanishni qadrlaydi. o'zining g'oyalari va o'y-xayollariga tayanadi
ishdagi aniqlik zarurligini yaxshi biladi	shoshib xulosa chiqaradi bir xillikni yoqtirmaydi
masalani soddalashtirishi mumkin	masalani qiyinlashtirishi mumkin
ma'lumotlarni real qabul qiladi va u bilan ishlaydi	ishni nega bunday bo'lib qolganligi haqida o'ylashni ma'qul ko'radi
topshiriqlarni an'anaviy bajarish usullarini yoqtiradi	

T-F shkalasi: qaror qabul qilish

T – fikrlovchi tip, F – his etuvchi tip

Yung bo'yicha olingan axborotlar asosida qaror qabul qilishda ikki yo'lga tayanadi: mantiqqa, obyektiv va haqqoniy mulohazalashga □ T (thinking), hamda qadriyatlar va hissiyotlar tizimiga tayanadi □ F (feeling).

2-jadval:

Tiplarning tavsifi

Fikrlovchi	His etuvchi
<i>Kalit so'zlar:</i>	<i>Kalit so'zlar:</i>
Obyektiv	subyektiv
o'zining e'tiqodlariga ishonadi	rahmdil
qonunlarga tayanadi	vaziyatga
qat'iyatli	e'tiqod

Aniqlik	insoniylik
Ravshanlik	uyg'unlik
Tanqidiylik	tushunish
Siyosat	umumiy qadriyatlar
beg'araz	xayorixoh
<i>Xulq-atvoriga xoslik:</i>	<i>Xulq-atvoriga xoslik:</i>
voqelarning mantiqiy zanjirini yaxshi tiklay oladi.	munosabatlardagi uyg'unlikni yoqtiradi, unga erishishga intiladi.
muammo yoki vaziyatlarni tahliliga iqtidorli. boshqa insonlarning hojalariga ularning tuyg'ulariga nisbatan tezroq fahmlaydi	inson xulq-atvoriga ta'sir ko'rsatuvchi vaziyatlarni o'zgartirishni yaxshi taxmin qila oladi.
adolatli munosabatlarga zarurat sezadi	vaqti vaqti bilan uni maqtashlariga ehtiyoj sezadi
qattiqqo'l va qat'iyatli bo'lishi mumkin. anglamasdan turib insonni xafa qilib qo'yishi mumkin.	odamlarga simpatiya bilan munosabatda bo'ladi
zarur bo'lganda insonlarni jazolash yoki ishdan bo'shatishga qobiliyatli	odamlarga noxush narsalar haqida gapirishga to'g'ri kelsa, muammoni his etadi.
jonsiz obyektlar bilan ham ishlashga qobiliyatli	yaxshilik qilishni yoqtiradi
vaziyatning umumiy holatiga aralashmasdan, "chetdan" turib tahlil qilishga intiladi	ishda yoki g'oyalarda birinchi galda uni ko'ra oladi va insonlarga qiziqish bilan qaraydi
tanqidiy, xatolarni izlash va topishga usta	qaror qabul qilishda uni o'zi uchun qanchalik ahamiyatga egaligiga e'tibor qaratadi
"inson omili"ning ta'sirini baholay olmaydi, avval texnologiyani muhokama qiladi va insonning vaziyatlarga jalb etilishidagi motivlar, qadriyatlar, munosabatlar haqida so'ngra o'ylaydi	shaxs sifatida odamlar bilan oson munosabat o'rnatadi. muloqotda simpatiya, tushunish, taktini namoyon qiladi

E-I shkalasi: energiya manbai

E - Ekstravert tip, I - Introvert tip

Yung bo'yicha insonlar ikki xil ustanovkaga ajratiladi: tashqi olam, atrofdagi predmetlarga yo'naltirilgan □ E (extraversion) va ichki olamiga, tuyg'u, kechinmalariga □ I (introversion). Ekstravert va introvert har xil quvvat manbalariga ega va ulardan hech biri odatlangan shart-sharoitlaridan tashqarida ko'p bo'la olmaydilar.

3-jadval:

E-I shkalasi: energiya manbai *E - Ekstravert tip, I - Introvert tip* Tiplar tavsifi

Ekstravert	Introvert
<i>Kalit so'zlar:</i>	<i>Kalit so'zlar:</i>
Ijtimoiylashgan	hissiyotga moyil
o'zaro ta'sirlashuvchi	to'planganlik
tashqi qiyofa	ichki xususiyatlar
Kenglik	chuqurlik
tanishlar doirasi keng	tanishlari doirasi tor
quvvatni sarflash	quvvatni tejash
tashqi shart-sharoit	ichki sezgi
Muloqotmand	o'ylovchan
avval so'zlaydi, so'ngra o'ylaydi	avval o'yla, so'ngra so'yla
<i>Xulq-atvor jihatlari:</i>	<i>Xulq-atvor jihatlari:</i>
insonlar bilan muloqotga kirishimli, sekin-asta faollashadi, toliqmaydi, yon bermaydi. og'zaki nutqni afzal biladi.	odamlar bilan muloqotga kirishadi, shaxsiy quvvatiga tayangan holda ish tutsada, ayrim hollarda odamlar bilan munosabatda sustlashib qoladi
avval so'zlaydi, so'ngra o'ylaydi	avval o'ylaydi, so'ngra bajaradi yoki ba'zan umuman bajarmaydi
hammasini o'zi bajarish uchun sinab ko'rishni yoqtiradi	imkon bo'lsa xotirjam o'ylashni yoqtiradi
har xillik va harakatlarni yoqtiradi	odatlangan shart-sharoitini yoqtiradi
odamlar bilan salo-alik qilishga uquvli	e'tiborini o'zining kechinmalariga yo'naltirgan
uzoq vaqt sekin ishlashga nisbatan sabrsiz	bir ish bilan uzoq vaqt shug'ullana oladi

ish joyida ko‘p insonlar bo‘lishini yoqtiradi	yolg‘iz ishlashda muammoni his etmaydi
bir kishi bilan suhbatlashi, undan nimanidir o‘rganishni, o‘z tajribasini baham ko‘rishni yoqtiradi	kitob bilan ishlashni yoqtiradi
hammasini ovoz chiqarib aytadi	ovoz chiqarib hech narsani ifoda etmaydi

J-P shkalasi: atrof-olam bilan o‘zaro munosabat usuli

J – hal qiluvchi tip, P – idrok qiluvchi tip

K.Briggs ikkita munosabat holatlarini qo‘shdi: axborotlarni baholashga yo‘naltirilgan ustanovka □ J (judgement) va axborotlarni idrok etishga yo‘naltirilgan ustanovka □ P (perception).

4-jadval

Tiplar tavsifi

Hal qiluvchi	Idrok etuvchi
<i>Kalit so‘zlar:</i>	<i>Kalit so‘zlar:</i>
jur‘atli	kutuvchi
uzil –kesil	oldindan tayyorgarlik ko‘ruvchi
Tanyach	gapga ko‘nadigan
nazorat	Moslashuvchan
Yakunlovchilik	Ochiqlik
Struktura	o‘zgaruvchan
Ravshan	tajriba-sinovdan o‘tkazuvchi
dastur asosida harakatlanuvchi	oldindan aytib bo‘lmaydigan
Muddat	muddat nimaligini bilmaydi
<i>Xulq-atvor jihatlari:</i>	<i>Xulq-atvor jihatlari:</i>
uyushqoq, betartiblikni yoqtirmaydi mas’uliyatsizlikdan jirkanadi	mas’uliyat va batartiblikka intilmaydi. ko‘p narsani oxirgi pallarda bajaradi
yaxshi va yomonni oson baholaydi, tez qaror qabul qiladi	qiyinchilik bilan qaror qabul qiladi, ishni oxirgacha yetkazmaydi; ko‘pincha qarorni oxirgi pallarda qabul qiladi

vaziyatlardagi noaniqliklarda kuchli stressga beriladi va tezroq uni bartaraf etishga intiladi	tashqi cheklanishlar va eskirganliklarda kuchli stressni boshdan kechiradi, o'zgaruvchan vaziyatlarda oson moslashadi
o'zi ishini rejalashtirganda yaxshi ishlaydi	qarorni chetga surib qo'yadi, hamma vaqt axborot yetishmasligini bahona qiladi
ancha tezkorlik bilan ishning foydasiga ishdan qo'chishni yoqtimaydi	noxush ishni chetga surib qo'yadi
inson yoki vaziyat , narsalar bo'yicha o'z fikrlarini bildirishni yoqtiradi	ko'p loyihalarni boshlashi mumkin, ammo ularni yakunlashda qiyinchilikni his etishi mumkin
ishni boshlashga unga o'zining kerakligi zarur	butunlay kutishga moyil
harakatni boshqarishda ro'yxat asosida ishlashni yoqtiradi	biror ishni bajarishni eslatib turuvchi ro'yxatdan foydalanadi

1.3. Psixologik tiplar

		Sensor		Intuitiv			
		Fikrlovchi	His etuvchi	His etuvchi	Fikrlovchi		
Introvert	Hal etuvchi	ISTJ	ISFJ	INFJ	INTJ	Hal etuvchi	Introvert
	Idrok etuvchi	ISTP	ISFP	INFP	INTP	Idrok etuvchi	
Ekstravert	Idrok etuvchi	ESTP	ESFP	ENFP	ENTP	Idrok etuvchi	Ekstravert
	Idrok etuvchi	ESTJ	ESFJ	ENFJ	ENTJ	Idrok etuvchi	

ESFP

Ekstravertir Sensor His etuvchi Idrok etuvchi

Shiori: "Axir bir bora yashaymiz!"

ISFP

Introvert Sensor His etuvchi Idrok etuvchi

Shiori: "Hammasini ko'radi, hech biriga aralashmaydi".

ESTP

Ekstravert Sensor Fikrlovchi Idrok etuvchi

Xarakteristikasi: "Miyaning zaminigacha realistlar".

ISTP

Introvert Sensor Fikrlovchi Idrok etuvchi

Xarakteristika: "Tiklikka yengillik bilan kutariluvchi"

ESFJ

Ekstravert Sensor His etuvchi Hal etuvchi

Xarakteristikasi: "Olamning hukmdorlari"

ISFJ

Introvert Sensor His etuvchi Hal etuvchi

Xarakteristikasi: "Yuqori burch hissi".

ESTJ

Ekstravert Sensor Fikrlovchi Hal etuvchi

Xarakteristikasi: "Hayotning xo'jayini".

ISTJ

Introvert Sensor Fikrlovchi Hal etuvchi

Shiori: "Nimani bajarish kerak bo'lsa, bajarmoq".

ENFJ

Ekstravert Intuitiv His etuvchi Hal etuvchi

Xarakteristikasi: "Shirin so'zi bilan ko'ndiruvchi".

INFJ

Introvert Intuitiv His etuvchi Hal etuvchi

Xarakteristikasi: "Atrofdagilarni ilhomlantiruvchi".

ENFP

Ekstravert Intuitiv His etuvchi Idrok etuvchi

Shiori: "Assalomu alaykum hayot!"

INFP

Introvert Intuitiv His etuvchi Hal etuvchi

Xarakteristikasi: "Jamiyatning oliyjanob xizmatchisi".

ENTJ

Ekstravert Intuitiv Fikrlovchi Hal etuvchi

Xarakteristikasi: "Tabiatiga ko'ra daho".

INTJ

Introvert Intuitiv Fikrlovchi Hal etuvchi

Shiori: “Hammasini yaxshilash mumkin”.

ENTP

Ekstravert Intuitiv Fikrlovchi Idrok etuvchi

Shiori: “Boshqalar uchun birgina qiziqarli yumush”.

INTP

Introvert Intuitiv Fikrlovchi Idrok etuvchi

Xarakteristikasi: “Muammo yechimiga muhabbat”.

11 - Laboratoriya ishi. Subyektiv nazorat darajasini o‘rganish metodikasi.

Maqsad: Subyektiv nazorat darajasini S.R.Panteleev va S.S.Stolin so‘rovnomasi yordamida o‘rganish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar varaqasi.

Mazkur so‘rovnoma S.R.Panteleev va S.S.Stolin tomonidan Dj.Rotter shkalasini modifikatsiya qilish asosida ishlab chiqilgan bo‘lib, subyektiv lokal nazoratning ustun turini aniqlash uchun xizmat qiladi. So‘rovnoma talabalar bilan tashxis o‘tkazish uchun mo‘ljallangan bo‘lib, 32 taband (26 ta haqiqiy va 6 ta chalg‘ituvchi band)dan iborat.

Sinaluvchiga ko‘rsatma: “Quyidagi juft–juft ta’kidlardan o‘zingizga ma’qul bo‘lgan bittasini tanlang”.

So‘rovnoma matni

1.

a) bolalar tarbiyasidagi muammolar ota–onalarning haddan tashqari qattiqqo‘lligi tufaylidir.

b) bolalar tarbiyasidagi ko‘pchilik muammolar ota–onalarning yyetarlicha qattiqqo‘l emasligidan kelib chiqadi.

2.

a) hayotdagi ko‘pchilik muvaffaqiyatsizliklar sababi omadsizlikdir.

b) odamning omadsizligiga uning o‘z xatolari sababdir.

3.

a) aholiga xizmat ko‘rsatish sohalaridagi ko‘pchilik muammolar ular bilan yaxshi kurash olib borilmayotganligi sababli ro‘y bermoqda.

b) yaqin orada aholiga xizmat ko‘rsatish sohalarini deyarli yaxshilab bo‘lmaydi.

4.

a) Odamning o'zi nimaga arziya, boshqalar unga shunday munosabatda bo'ladilar.

b) afsuski, ko'p hollarda odamning ijobiy sifatlari e'tiborsiz qoldiriladi.

5.

a) talaba hayotining tinch bo'lishi uning fakultet rahbariyati bilan bo'lgan munosabatiga bog'liq.

b) mas'uliyatli va intizomli talabaning o'qish bilan bog'liq muammolari bo'lmaydi.

6.

a) o'qituvchilarning adolatsizligi haqidagi shikoyatlar ko'pincha asossiz bo'ladi.

b) ko'pchilik talabalar ularning bahosi baxtli yoki baxtsiz tasodifga bog'liq ekanini tushunmaydilar.

7.

a) omadsiz, hech kim hayotda muvaffaqiyatga erisha olmaydi.

b) agar qobiliyatli inson hayotda ko'p narsaga erisha olmagan bo'lsa, demak, u bor kuchini ishga solmagan.

8.

a) harchand harakat qilmang ba'zi odamlarga baribir yoqa olmaysiz

b) boshqalarga yoqmaydigan odamlar shunchaki ularning tilini tushunmaydi

9.

a) nasl–nasab inson hayotida ko'p narsani hal qiladi.

b) inson hayotining qanday bo'lishi uning o'z harakatlariga bog'liq.

10.

a) tajribamdan bilamanki, agar biror narsa ro'y berishi kerak bo'lsa, u ro'y beradi.

b) men shunga amin bo'ldimki, odamga ishongandan ko'ra harakat qilgan afzal.

11.

a) darsga yaxshi tayyorlangan talaba ko'pincha yaxshi baho oladi.

b) imtihon – bu lotereya va unga ko'p kuch sarflab tayyorlanish shart emas.

12.

a) muvaffaqiyat mashaqqatli mehnatdan keyin kelib, odamga deyarli bog'liq emas.

b) yaxshi joyga joylashish uchun zarur vaqtda zarur joyda bo'lish kerak.

13.

- a) talabaning fikri asosli bo'lsagina e'tiborga olinadi.
- b) talabalar dekanat qarorlariga deyarli ta'sir o'tkazmaydi.

14.

a) nimani rejalashtirmay men doim mo'ljallangan narsalarni qila olishimga ishonaman.

b) ba'zida ishni rejalashtirmagan ma'qul, chunki ko'p narsa vaziyatga bog'liq.

15.

a) shunday odamlar borki, ulardan hech yaxshilik chiqmaydi.

b) har qanday insonda qandaydir yaxshi jihat bo'ladi.

16.

a) agar to'g'ri qaror qabul qilingan bo'lsa, natijaga erishish vaziyatga unchalik bog'liq bo'lmaydi.

b) ko'p hollarda biz tavakkaliga qaror qabul qilamiz.

17.

a) kimning rahbar etib tayinlanishi omadga bog'liq.

b) odamlarni boshqarish uchun maxsus qobiliyatlar kerak.

18.

a) olamdagi voqealar bizning ixtiyorimizdan tashqarisidagi kuchlarga bog'liq.

b) siyosat va jamoat ishlarida qatnashib odamlar jahondagi voqealarni boshqarishi mumkin.

19.

a) agar yotoqxonada hayot zerikarli bo'lsa, demak, talabalar qo'mitasi yaxshi ishlamayapti.

b) yotoqxonadagi hayotni qiziqarli qilish talabalarning o'z qo'lida.

20.

a) ko'pchilik odamlar, ularning hayoti tasodiflarga qanchalik bog'liq ekanini tushunmaydilar ham.

b) omad degan narsaning o'zi yo'q.

21.

a) odamning ba'zida xato qilishga haqqi bor

b) odatda yo'l qo'yilgan xatolarni bekitgan ma'qul.

22.

a) nima uchun ayrim odamlarga yoqishimizni tushunishimiz qiyin.

b) do'stlar sonining ko'pligi o'zining qanday inson ekaniga bog'liq.

23.

a) hayotimda ro'y beradigan ko'ngilsizliklar bilan muvaffaqiyatlar o'zaro muvozanatda bo'ladi.

b) baxtsiz hayot insonda qobiliyatlarning yetishmasligi, uning dangasaligi natijasi

24.

a) magistrant talaba – bu avvallari bakalavriat bosqichida yaxshi o'qigan, qobiliyatli, mehnatsevar talabadir.

b) magistraturaga kirish uchun tanish–bilish kerak.

25.

a) ba'zida o'qituvchilar bahoni nima asosida qo'yishini tushuna olmay qolaman.

b) qanchalik ko'p harakat qilsam, shunchalik yaxshi baho olaman.

26.

a) bugun sidqidildan mehnat qilsam, ertaga ilmiy muvaffaqiyatlarga erishaman.

b) ko'pchilik ilmiy kashfiyotlar kutilmagan tasodiflar natijasidir.

27.

a) ba'zida hayotimda ro'y berayotgan hodisalarga men unchalik kuchli ta'sir ko'rsata olmayotganimni his etaman.

b) hayotimda omad ko'p narsani hal qilishi mumkinligiga deyarli ishonmayman.

28.

a) odamning yolg'izligiga uning o'zi boshqalar bilan do'stlashishni xohlamasligi sabab bo'ladi.

b) boshqalarga yoqish uchun harakat qilishdan foyda yo'q, yoqsang ularga shunday ham yoqasan.

29.

a) oliygohda keraksiz ravishda jismoniy tarbiyaga ko'p e'tibor beriladi.

b) sport bilan shug'ullanish xarakter tarbiyasining eng yaxshi vositasidir.

30.

a) men bilan nima hodisa ro'y bersa, bunga avvalo o'zim sababchiman.

b) ba'zida menga hayotim o'z–o'zidan o'tayotgandek bo'lib tuyuladi.

31.

a) oddiy talabaning dekanat nima asosda har xil qarorlar chiqarishini tushunishi qiyin.

b) dekanat qat'iy choralar ko'rishiga talabalarning o'zi sababchi bo'ladi.

32.

a) oddiy talabaning dekanat nima asosda har xil qarorlar chiqarishini tushunishi qiyin.

b) dekanat qat'iy choralar ko'rishiga talabalarning o'zi sababchi bo'ladi.

Kalit

Internal lokus nazorat: 2b, 3a, 4a, 5b, 6a, 7b, 8b, 10b, 11a, 12a, 13a, 14a, 16a, 17b, 18b, 19b, 20b, 22b, 23b, 24b, 25b, 27a, 28b, 29a, 31a, 32b.

Eksternal lokus nazorat: 2a, 3b, 4b, 5a, 6b, 7a, 8a, 10a, 11b, 12b, 13b, 14b, 16b, 17a, 18a, 19a, 20a, 22a, 23a, 24a, 25a, 27b, 28a, 29b, 31b, 32a.

Chalg'ituvchi bandlar: 1, 9, 15, 21, 26, 30.

Subyektiv lokal nazorat ko'rsatkichi sinaluvchi internal lokus nazorat darajasini o'lchashga xizmat qiluvchi bandlar bo'yicha to'plangan ball asosida hisoblab topiladi. Bunda 26 ball maksimal darajadagi eksternal nazoratga muvofiq keladi.

So'rovnoma 300 nafar talaba bilan standartlashtirilgan: o'rtacha ball – 14, 2; standart og'ishish darajasi – 4,4.

Quyidagi jadval asosida dastlabki ballar standart birliklar – stenlarga aylantirilishi mumkin.

Dastlabki ballar	0– 4	5 - 7	8-10	11-12	13-14	15-16	17-18	19-20	21-22	23-26
Stenlar	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

12-Laboratoriya ishi. Shmishekning xarakter aksentuatsiyasini aniqlash metodikasi

Maqsad: Shmishek metodikasi yordamida shaxs xarakter aksentuatsiyasini aniqlash.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar varaqasi.

Shmishek so‘rovnomasi

Shaxs aksentuatsiyasiga tashxis qo‘yish uchun mo‘ljallangan so‘rovnoma. So‘rovnomaning ilmiy asosi K.Leongardning “Shaxslar aksentuatsiyasi” kontsepsiyasi. Shaxs xususiyatlari asosiy va qo‘shimchalarga bo‘linadi. Asosiy xususiyatlari shaxsning negizini tashkil etadi. Asosiy xususiyatlar bo‘rttirib ko‘rsatilgan bo‘lsa xarakter aksentuatsiyalangan hisoblanadi. K.Leongard ta‘biri bilan asosiy xususiyatlar bo‘rtib chiqqan shaxs “Aksentuatsiyalangan” deyiladi. “Aksentuatsiyalangan shaxs” atamasi psixopatiya va norma oralig‘ida joylashgan. Aksentuatsiyalangan shaxslar patologik shaxslar emas, lekin nomaqbul ta’sirlar natijasida aksentuatsiya patologik tus olib shaxs strukturasini vayron qilishi mumkin.

So‘rovnoma 10 shkaladan iborat, K.Leongardning aksentuatsiyalangan shaxslarning 10 tipiga asoslanib tuzilgan 88 savollarga “ha” yoki “yo‘q” debjavob berish kerak.

Ko‘rsatma: “Shaxsingizni turli tomonlariga tegishli 88 savolga javob berishingizni taklif etamiz. “Ha” degan javob o‘rniga +, “Yo‘q” degan javob o‘rniga - belgisini qo‘ying. Uzoq o‘ylamasdan tez javob bering.

Savolnoma. Bolalar varianti.

- 1.Odatda sening kayfiyating chog‘, ko‘ngling tinch?
2. Sen xafa bo‘lishing osonmi?
3. Yig‘lab yuborishing osonmi?
- 4.Ishingda xato bor yo‘qligini takror-takror tekshirasanmi?
- 5.Sinfdoshlaringdek kuchlimisan?
- 6.Kayfiyating xursanchilikdan xafalikka o‘tishi va xafalikdan xursandichilikka o‘tishi osonmi?
- 7.O‘yinlarda bosh bo‘lishni yoqtirasanmi?
- 8.Biror sababsiz hammadan ranjib yurgan kunlaring bo‘ladimi?
- 9.Jiddiy odammisan?
- 10.O‘qituvchi bergan topshiriqlarni vijdonan bajarishga intilasanmi?
- 11.Yangi o‘yinlarni ixtiro qila olasanmi?
12. Birovni xafa qilsang tez esingdan chiqadimi?
13. O‘zingni rahmdil deya olasanmi?
- 14.Xatni pochta qutisiga tashlab, tirqichda osilib qolmadimikan deb, qo‘ling bilan paypaslab ko‘rasanmi?
- 15.Maktabda, sport seksiyada, to‘garakda hammadan yaxshi bo‘lishga harakat qilasanmi?

16. Bolalikda momoqaldiraqdan, itdan qo‘rqqanmisan?
17. Bolalar seni o‘ta tirishqoq va sarishta deb hisoblaydilarmi?
18. Seni kafiyating maktab va uy yumushlarga bog‘liqmi?
19. Tanishlaringni ko‘pchiligi - seni yaxshi ko‘radi deb aytsa bo‘ladimi?
20. Ko‘ngling notinch bo‘lib turadimi?
21. Odatda sen ma’yusmisan?
22. Kulfatda o‘ksinib yig‘laganmisan?
23. Bir joyda turish sen uchun qiyinmi?
24. Senga nisbatan adolatsizlik qilishsa, haq-huquqing uchun kurashasanmi?
25. Ragatkadan mushuklarga tosh otganmisan?
26. Qiyshiq osilgan dasturxon yoki parda seni g‘ashingga tegadimi?
27. Bolaligingda uyda yolg‘iz qolishdan qo‘rqqanmisan?
28. Sababsiz shodon yoki ma’yus bo‘lganmisan?
29. Sinfda yaxshi o‘quvchilardanmisan?
30. Sen tez-tez sho‘xlik, tentaklik qilasanmi?
31. Jahling chiqishi osonmi?
32. Ba’zan o‘zingni juda baxtli his etasanmi?
33. Bolalarni kuldirib shodon qila olasanmi?
34. Odamga tik qarab u haqida o‘ylagan narsalarni ochiq ayta olasanmi?
35. Qondan qo‘rqasanmi?
36. Maktab topshiriqlarini ishtiyoq bilan bajarasanmi?
37. Adolatsizlikka ro‘para bo‘lgan odamlarni himoya qilasanmi?
38. Qorong‘i, bo‘sh xonaga kirish sen uchun yoqimsiz holatmi?
39. Diqqatni talab qilmaydigan, tez bo‘ladigan ishdan ko‘ra, senga shoshilmasdan diqqat bilan qilinadigan ishlar yoqadimi?
40. Odamlar bilan osongina tanishasanmi?
41. Badiiy kechalar, bayramlarda maroq bilan qatnashasanmi?
42. Uydan qochganmisan?
43. Bolalardan, o‘qituvchilardan arazlab maktabga bormay qo‘ygan kunlaring bo‘lganmi?
44. Senga hayot og‘ir tuyuladimi?
45. Omading yurishmaganda o‘zingning ustingdan kulib qo‘yishing mumkinmi?
46. Mojar o sababchisi sen bo‘lmasang, yarashishga harakat qilasanmi?
47. Jonivorlarni yaxshi ko‘rasanmi?

48. Uydan keta turib, biror kor–hol bo‘lmaptimi deb, tekshirish uchun qaytganmisan.

49. Sen yoki sening qarindoshlaring bilan ba‘zan biror-bir hodisa bo‘ladigandek tuyuladimi?

50. Kayfiyating ob-havoga bog‘liqmi?

51. Savolga javob bilsang ham, sinfda javob berishing qiyinmi?

52. Biror-bir kishidan arazlab, mushtlashib ketishing mumkinmi?

53. Bolalar o‘rtasida bo‘lish senga yoqadimi?

54. Biror narsani uddasidan chiqmasang, tushkunlikka tushasanmi?

55. O‘yin yoki ishni tashkil qila olasanmi?

56. Yo‘lda to‘sqinliklar uchrasa ham maqsad sari qat‘iy intilasanmi?

57. Kinofilm tomosha qilganingda, ma‘yus kitob o‘qiganingda yig‘laganmisaii?

58. Biror-bir tashvish tufayli uyqing etmay yurganmisan?

59. Uy vazifani ko‘chirishga berganmisan?

60. Kechqurun qorong‘i ko‘chadan bir o‘zing o‘tishdan qo‘rqasanmi?

61. Har bir narsa o‘z joyida bo‘lishini tekshirasanmi?

62. Yaxshi kayfiyat bilan uxlab, noxush holatda uyg‘onganmisan?

63. Notanish bolalar bilan o‘zingni erkin his etasanmi (yangi sinfda, oromgohlarda)?

64. Senda bosh og‘rig‘i bo‘ladimi?

65. Tez-tez kulasanmi?

66. Hurmat qilmagan odamlaring bilan shuni sezdirmay munosabat qura olasanmi?

67. Bir kunda ko‘p ishlar qila olasanmi?

68. Senga nisbatan tez-tez adolatsiz bo‘ladilarmi?

69. Tabiatni yaxshi ko‘rasanmi?

70. Uydan keta turib, uxlagani yotayotganingda eshik yopiqqligini, chiroq o‘chirilganligini tekshirasanmi?

71. Sen o‘zingni qo‘rqoq deb hisoblaysanmi?

72. Bayram dasturxoni yonida kayfiyating o‘zgaradimi?

73. Dramatik to‘garakda qatnashasanmi, sahnada she‘rxonlik qilishni yoqtirasanmi?

74. Biror-bir sababsiz, kayfiyating buzilib hech kim bilan gaplashgning kelmay yurganmisan?

75. Kelajak haqida o‘ylasang, kayfiyating ma‘yus bo‘ladimi.

76. Kayfiyating sababsiz shodlikka o‘tib ketadimi?

77. Mehmonlarni gapga solib, ko‘nglini ovlab bilasanmi?

78. Xafa bo‘lishing, g‘ashliging uzoq davom etadimi?
79. Do‘stlaring kulfatga duchor bo‘lsalar, sen qattiq iztirob chekasanmi?
80. Daftarda xato qilsang varaqni qaytatdan ko‘chirasanmi?
81. O‘zingni gumonsirovchi deb (ishonqiramaydigan) hisoblaysanmi?
82. Tez-tez uyquda bosinqirasanmi?
83. Mashina tagiga yoki derazadan o‘zingni tashlash xohishi bo‘lganmi?
84. Atrofdagilar shodu-xurram bo‘lsalar, sen ham xursand bo‘lasanmi?
85. Noxush hodisalarga duchor bo‘lsang, ularni bir muddat esingdan chiqarib, ular haqida o‘ylamay olasanmi?
86. O‘z-o‘zingdan kutmagan xatti-harakatlar qilib qo‘yasanmi?
87. Odatda sen kamgap, indamasmisan?
88. Dramatik to‘garakda qatnashganda rolga berilib, o‘zingning boshqachaliging, sahnadagidek emasliging esingdan chiqib ketishi mumkinmi?

Savolnoma. (Yoshi kattalar uchun)

1. Kayfiyatingiz ko‘pincha shodon va beparvomi?
2. Xafagarchilikka beriluvchanmisiz?
3. Ba‘zan tezda yig‘lab yuborganmisiz?
4. Qilayotgan ishlaringizda o‘zingizni doimo haq deb hisoblaysizmi va shunga ishonch hosil qilmaguncha tinchlanolmaysizmi?
5. Bolalikka qaraganda hozir ancha dovyurakmisiz?
6. Sizning kayfiyatingiz sevinch ichiga sig‘maydigan darajadan to chuqur qayg‘ugacha o‘zgarishi mumkinmi?
7. Davrada diqqat markazda bo‘lasizmi?
8. Hech bir asossiz g‘azablanib, achchiqlanib hech kim bilan gaplashishni istamay yurgan kunlaringiz bo‘ladimi?
9. Siz jiddiy odammisiz? ‘
10. Kuchli to‘lqinlanishingiz mumkinmi?
11. Tadbirkormisiz?
12. Sizni xafa qilsalar esdan chiqarasizmi?
13. Ko‘ngli bo‘sh odammisiz?
14. Pochta qutisiga xatni tashlagandan keyin tirqishda osilib qolmaganini tekshirishga harakat qijasizmi?
15. Ishni doimo ipidan ignasigacha bajarishga intilasizmi?

16. Bolalikda itlardan yoki momaqalldiroqdan qo‘rqqanmisiz?
17. Boshqa odamlar bir-biriga talabchan emas deb hisoblaysizmi?
18. Kayfiyatingiz hayotiy voqea va kechinmalarga judayam bog‘liqmi?
19. Tanishlaringiz bilan doimo ochiqdan-ochiq munosabatda bo‘lasizmi?
20. Kayfiyatingiz tez-tez tushkunlikda bo‘ladimi?
21. Bundan oldin asablaringiz susayganmi?
22. Kuchli bezovtalik yoki ehtirosli intilishlar bo‘lib turadimi?
23. Uzoq vaqt stulda o‘tirish siz uchun qiyinmi?
24. Sizga nisbatan adolatsizlik qilinsa, manfaatlaringiz uchun kurashasizmi?
25. Odam o‘ldirib bilarmidigiz?
26. Qiyshiq osilgan parda yoki notekis yoyilgan dastarxon shunchalik g‘ashingizga tegadiki, o‘sha zahoti to‘g‘rilab qo‘yishni istaysiz.
27. Bolalikda uyda yolg‘iz qolganda qo‘rquv his etganmisiz?
28. Kayfiyatingiz tez-tez asossiz o‘zgarib turadimi?
29. O‘z faoliyatingizga doimo tirishqoqlik bilan yondashasizmi?
30. Jahlingiz tezmi?
31. Cheksiz shodu hurramlikka berilib bilasizmi?
32. Xursandchilik hissiga butkul singa olasizmi?
33. Quvnoq tadbirlarni o‘tkaza olasizmi?
34. Odatda o‘z fikringizni odamlarga ochiq-oydin aytib bera olasizmi?
35. Qonni ko‘rsangiz sizga ta’sir qiladimi?
36. Katta mas’uliyat bilan bog‘liq ishlar sizga yoqadimi?
37. Adolatizlikka duchor bo‘lgan odamni himoya qiladigan odatingiz bormi?
38. Qorongg‘i erto‘laga kirishga qiynalasizmi?
39. Qora mehnatni ham o‘zingiz yaxshi ko‘rgan ishdek astoydil va shoshilmasdan bajarasizmi?
40. Siz muloqotchanmisiz?
41. Maktabda she’rxonlikni yoqtirarmidingiz?
42. Bolalikda uydan qochganmisiz?
43. Siz uchun hayot og‘ir narsadek tuyuladimi?
44. Ishga borolmaydigan darajada asablaringizni charchatgan mojaro va ko‘ngilsizliklar bo‘lganmi?

45. Sizni muvaffaqiyatizlikda yumorni yo‘qotmaydigan odam desa bo‘ladimi?

46. Sizni haqorat qilgan odam bilan yarashish uchun o‘zingiz birinchi qadam qo‘yasizmi?

47. Hayvonlarni yaxshi ko‘rasizmi?

48. Siz uchun ishda yoki uyda biror-bir noxushlik ro‘y bersa u yerdan ketasizmi?

49. O‘zingiz yoki qarindoshlaringiz bilan biror-bir baxtsizlik sodir bo‘ladi degan noaniq hislar sizni xavotirga soladimi?

50. Kayfiyat ob-havoga bog‘liq deb hisoblaysizmi?

51. Ko‘p tomoshabinlar oldida sahnaga chiqishga qiynalasizmi?

52. Sizni atayin qo‘pol holda jahlingizni chiqarishsa, o‘zingizni yo‘qotib, qo‘lingizga erk bera olasizmi?

53. Muomala-muloqotda ko‘p bo‘lasizmi?

54. Biror narsadan ko‘nglingiz qolsa tushkunlikka tushasizmi?

55. Tashkilotchilik ishlari sizga yoqadimi?

56. Yo‘lingizda ko‘p to‘sqinliklar paydo bo‘lsa ham maqsadingizga astoydil intilasizmi?

57. Kinofilm tomoshasiga chunon berilasizki, ko‘zingizga yosh qalqib ketadi?

58. Agar kun bo‘yi o‘z kelajagingizni yoki biror-bir muammoni o‘ylagan bo‘lsangiz uyqungiz etolmay qiynalasizmi?

59. Maktab chog‘ida o‘rtog‘laringizdan uy vazifasini ko‘chirganmisiz?

60. Kechasi qabristonga borishga qiynalasizmi?

61. Uyda har bir narsa o‘z joyida bo‘lishini diqqat bilan nazorat qilasizmi?

62. Yaxshi kayfiyatda uyquga ketib, lekin ko‘ngli g‘ash bo‘lib uyg‘ongan bir necha soat shu ahvolda bo‘lganmisiz?

63. Yangi vaziyatga oson moslasha olasizmi?

64. Bosh og‘rig‘iga moyilligingiz bormi?

65. Tez-tez kulasizmi?

66. Chin munosabatingizni oshkor etmasdan odamlarga xushmuomalali bo‘la olasizmi?

67. Sizni chaqqon va harakatchan desa bo‘ladimi?

68. Nohaqlikdan qattiq iztirob chekasizmi?

69. Sizni tabiatni chin ko‘ngildan sevuvchilardan desa bo‘ladimi?

70. Uxlash yoki chiqib ketish oldidan gaz, svet o‘chganini, eshik yopiqligini tekshiradigan odatingiz bormi?

71. Qo‘rqoqmisiz?
72. Obyektiv sabablar bo‘lmasa ham ba‘zan boshingiz osmonga etgandek his qilasizmi?
73. Yoshlikda badiiy havaskorlik, teatr to‘garaklarida qatnashishni yoqtirarmidingiz?
74. Uzoq-uzoqlarga tikilib turasizmi?
75. Kelajakka pessimistik munosabatdamisiz?
76. Kayfiyatingiz qisqa muddat ichida yuksak xursandchilikdan chuqur qayg‘ugacha o‘zgarishi mumkinmi?
77. Do‘stlar davrasida sizning kayfiyatingiz oson ko‘tariladimi?
78. Qahr-g‘azabingiz uzoq davom etadimi?
79. Boshqa odam baxtsizlikka duchor bo‘lsa, siz qattiq iztirob chekasizmi?
80. Maktab davrida daftarni varag‘iga dog‘ tushsa shu varag‘ni qayta ko‘chiradigan odatiingiz bormidi?
81. Sizni ko‘proq ehtiyotkor va ishonqiramydigan odam desa bo‘ladimi?
82. Siz tez-tez bosinqirab qo‘rqinchli tushlar ko‘rasizmi?
83. O‘zingizni poyezd tagiga yoki derazadan tashlash fikri paydo bo‘lganmi?
84. Quvnoq muhitda siz ham shodu-hurram bo‘lasizmi?
85. Mushkul muammolarni oson chetga surib, ular haqida o‘ylamay olasizmi?
86. Jahlingiz chiqsa o‘zingizni idora qilishda qiynalasizmi?
87. Indamaslikni ma‘qul ko‘rasizmi (ha) yoki sergapmisiz (yo‘q).
88. Spektaklda qatnashishga to‘g‘ri kelsa, rolga to‘liq kirib o‘zingizni esdan chiqara olasizmi?

KALIT

Savolga javob kalit bilan to‘g‘ri kelsa, javobga 1 ball beriladi.

1. Namoyishkorona tip:

+: 7, 19, 22, 29, 41, 44, 66, 73, 85, 88

- : 51

javoblar jami 2 ga ko‘paytirilsin.

2. Botib qoluvchi tip:

+: 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81

- : 12, 46, 59.

javoblar jami 2 ga ko‘paytirilsin.

3. Pedantik tip

+: 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83

- : 36.

javoblar jami 2 ga ko‘paytirilsin.

4. Qo‘zg‘aluvchan tip:

+: 8, 20, 30, 42, 52, 74, 64, 86.

javoblar jami 3 ga ko‘paytirilsin.

5. Gippertimik tip

+: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77,

javoblar jami 3 ga ko‘paytirilsin.

6. Distimik tip:

+: 9, 21, 43, 75, 87.

javoblar jami 3 ga ko‘paytirilsin.

7. Xavotirlanuvchi tip:

+: 16, 27, 38, 49, 60, 1, 82.

- : 5.

javoblar jami 3 ga ko‘paytirilsin.

8. Affektiv – ekzaltatsiyalangan tip:

+: 10, 32, 54, 76.

javoblar jami 6 ga ko‘paytirilsin.

9. Emotiv

+: 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79.

javoblar jami 3 ga ko‘paytirilsin.

10. Siklotim tip:

+: 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84.

javoblar jami 3 ga ko‘paytirilsin.

Ko‘paytiruvlardan so‘ng ballar jami maksimum - 24. Ba’zi manbalarga ko‘ra 12 balldan yuqori ko‘rsatkich aksentuatsiya belgisi hisoblanadi.

Boshqalar, savolnomani amaliyotda qo‘llash asosida 15 balldan 19 ballgacha bo‘lgan ko‘rsatkich u yoki bu aksentuatsiya tipiga tendensiya borligi haqida so‘z yuritadilar va faqat 19 balldan yuqori ko‘rsatkich xarakteri aksentuatsiyalangan deb ko‘rsatadi. Olingan ko‘rsatkichlar “shaxsning aksentuatsiyalangan profili” namoyon etilishi mumkin.

Bu test bo‘yicha ko‘pchilikning ko‘rsatkichlari o‘rta me‘yordan chetga chiqmaydi. Sizni natijangiz 19 balldan yuqori bo‘lmasa, gap sizning shaxsingiz aksentuatsiyasi haqida emas, faqatgina xarakter va

temperamentning alohida xususiyatlari haqida bo‘ladi. Shu bois biror-bir aksentuatsiyaning tavsifini o‘zingizni shaxsiy tavsifnomangiz deb qabul qilmang. esda tuting, psixologiyada shaxsning yaxshi yoki yomon xususiyatlari yo‘q. Sizni boshqalardan yoki boshqalarni sizdan farqlaydigan individual xususiyatlar bor xolos. Sizning kayfiyatingiz, ruhiyatingiz, ba‘zan shu xususiyatlarning qanday qabul qilishingizdan, boshqalarga zarar etkazmasdan o‘zingizni foydangizga ishlata bilishingizga bog‘liq. Psixologik nuqtayi nazaran yaxshi va yomon xususiyatlar bo‘lmaydi degan printsipga asoslansak “ayb qilma” degan jumlani tushunishimiz mumkin.

Leongard tomonidan belgilangan aksentuatsiyalangan haxslarning 10 tipi 2 guruhga bo‘lingan: xarakter aktsentuatsiyasi (namoishkor, pedantik, botib qoluvchi, qo‘zg‘aluvchi) va temperament aktsentuatsiyasi (gipertimik, distimik, xavotir-qo‘rquvchan, tsiklotimik, affektiv, emotiv)

1. Namoyishkor tip: harakatchan, chaqqon, odamlar bilan munosabat o‘rnatishi oson, o‘ziga nomaqbul bo‘lgan holat va hodisalarga e‘tibor bermaydigan (siqib chiqazish qobiliyati) yolg‘on gapirish, maqtanchoqlik, manmanlik, kibr-havoga berilish bu shaxsga xos. Boshqalar ustidan hukmronlik qilish, boshqalar tomonidan tan olinishi, odamlar diqqat-e‘tibori markazida bo‘lish, o‘zi haqida maqtoov va olqishlar eshitishni yoqtiradigan odam. Odamlar bilan murosaa qilish yuqori darajada, kayfiyati tez o‘zgaruvchan, lekin hissiyotlari chuqur emas va shaxslararo ziddiyatlarning sababchisi. Cheksiz xudbin, izzattalab, olqishni sevuvchi. Birovlarning maqtoovga sazovor bo‘lishini ko‘rolmaydigan. Davralarda diqqat markazda bo‘lish asl maqsadi. O‘z-o‘ziga baho berishi haqiqatdan yiroq. Boshqalarni g‘ashiga tegish darajasida o‘ziga yuqori baho beradi, doimiy tarzda mojarolar uyushtiradi, lekin o‘zini qat‘iy himoya qiladi. Siqib chiqazish qobiliyati patalogik bo‘lib, o‘zi bilishni istamaydigan narsani butkul esidan chiqazishi mumkin. Shu bois yolg‘on gapirishda o‘zini erkin tutadi. Yolg‘on gapirayotgani yuzida aks etmaydi, chunki uningcha bu gap haqiqat. Binobarin, yolg‘onni dildan his etmaydi yoki chuqur yondashmaydi, shuning uchun vijdoni qiynalmaydi. Chiroyli g‘oyalari bilan boshqalarni ergashtira olish qobiliyatiga ega.

2. Botib qoluvchi tip: bu shaxs kamgap, muloqotchanligi sust, pand- nasihat qilishni sevuvchi. Ko‘pincha boshqalarning o‘ziga bo‘lgan munosabatini nohaq deb iztirob chekadi. Shu bois odamlarga nisbatan

sergak va ishonqiramaydigan, tez xafa bo'ladigan, ko'ngli nozik, gumonsurovchi, qasdini olmay qo'ymaydigan, xafagarchilikdan chiqqa olmaydigan. Boshqalarni mensimay tez-tez mojarolar sababchisi bo'ladi. Izzatlabligi avj olib o'z manfaatlarini qat'iy himoya qiladi. o'z bilganidan qolmaydigan, har bir ishda yuksak ko'rsatkichlarni qo'lga kiritishga harakat qiladi, o'z maqsadiga erishishda tinimsiz. Haqparast, rashkchi, hadiksirovchi. Affektga moyillik - asosiy xususiyati. Motorika, tafakkur, affektlarning namoyon bo'lishi inert.

3. Pedantik tip: Psixik jarayonlari inert, vazmin, psixologik travmadan uzoq muddat chiqqa olmaydigan. Mojarolarda kamdan-kam qatnashib, ko'pincha passiv tomonda bo'ladi. Biror-bir tartib buzilgudek bo'lsa qattiq hayajonga tushadi. Xizmat jarayonida qat'iy byurokrat, atrofdagilarga ko'p rasmiy talablar qo'yadi. Saranjom-sarishta, ozoda, tozalikka alohida e'tibor beradi, mayinkor. ishga vijdonan yondoshadi, rejaga qat'iy rioya qiladi, xatti-harakatlari og'ir, bosiq, ishning yuqori darajadagi sifatini ko'zlaydi, o'zini qayta-qayta tekshiradi, bajarilgan ishni to'g'riligidan shubhalanadi. Rasmiyatchi. Liderlikni boshqalarga berib yuboradi.

4. Qo'zg'aluvchan tip. Boshqaruvdagi yetishmovchilik, mayl va ishtiyoqlar nazorati sust bo'lib fiziologik ehtiyojlar shashti yuksak bo'ladi. Yuqori darajadagi impul'siv, instinktiv, qo'pol, badqovoq, jahldor, janjalkash, mojaro va ziddiyatlarni ko'pincha o'zi uyushtiradi va aktiv qatnashadi. Arzimas narsaga tutaqib ketib, jamoada chiqisholmay, ish joyini tez-tez almashtirib turadi. Muomala - muloqotda murosa qilishi juda past, verbal va noverbal feaktsiyalari sust. Biror-bir mehnat, faoliyat bu shaxs uchun qiziqarli emas, majbur bo'lganidan ishlaydi, o'qishda qunt yo'q, ertani o'ylamay, shu kun bilan yashab ko'proq ko'ngilxushlikni ko'zlaydi. Yuksak impul'sivlik yoki hayajon reaksiyasini o'chirish qiyin, shu bois atrofdagilar uchun xavfli. Hukmini o'tkazishni yaxshi ko'radi va atrofiga bo'ysunuvchan shaxslarni yig'adi.

5. Gipertimik tip. Bu shaxs chaqqon, muloqotchan, sergap, mimika va pantomimika rivojlanganligi bilan ajraib turadi. Mey'ordan ortiqcha mustaqil, ba'zan sho'xlik qiladi, boshqalar bilan munosabatda psixologik distantsiyani noto'g'ri his etadi. Suhbatda boshlangan mavzuni qoldirib beixtiyor boshqa mavzuga o'tib ketadi. Tengdoshlar davrasini xush ko'radi, shovqin suron o'rnatib, ularni boshqarishga intiladi. Ko'pincha kayfiyati chog', salomatligi yaxshi, uyqusi xotirjam, chehrasi ochiq, serharakat, ishtahasi karnay, kayfu safoga intiladi. Bu

shaxs o'ziga baho berishi baland, shodon, engiltak, shu bilan birga ishchan, tadbirkor, zeriktirmaydigan suhbatdosh. Tashabbuskor, boshqalarni ko'nglini ko'tara oladigan, serharakat. Haddan tashqari mustaqillika intilishi ziddiyatga sabab bo'lishi mumkin. Omadsizlik yoki qat'iy to'sqinlikka duchor bo'lsa badjahl va darg'azab bo'ladi. Axloqsiz xatti harakatlarga moyil, puxta o'ylanmagan rejalarni odamlarga tavsiya etadi. O'z vazifa va majburiyatlariga jiddiy munosabatda bo'lmaydi. Qat'iy intizom, bir maromdagi faoliyatga, yolg'izlikka bardosh berolmaydi.

6. Distimik tip. Bu shaxs jiddiyligi, tushkunlik kayfiyati, sustkorligi, irodasizligi bilan ajralib turadi. Kelajakka munosabati pessimistik, o'z-o'zini baholashi past, muloqotchanligi past, indamas darajada kamgap. Shovqin suron davralardan yiroq bo'lishga harakat qiladi, uydan chiqishni yoqtirmaydigan individualist, turmush tarzi belgilangan chegaradan chiqmaslikka intiladi. Ko'pincha badqovoq, merov, hayotiy nuqson, kamchilikka ko'proq e'tibor beradi. Bu shaxslar vijdonli, do'stlarni qadrlaydigan va ularga bo'ysinadigan. Haqni nohaqdan tez ajrata oladigan. Fikr yuritishi tezligi sust.

7. Xavotirlanuvchi tip. Muloqotchanligi past, kafiya mayus, qo'rquvchan, sergak, hadiksirovchi, o'ziga ishonqiramaydigan. Bu tipdagi bolalar ko'pincha qorong'ilikdan, hayvonlardan, yolg'iz qolishdan qo'rqadilar. Sho'x, chaqqon tengqurlaridan chetroqda bo'lishga harakat qiadilar, tortinchoq va uyatchan. Imtihonlar, nazorat ishlari, tekshiruvlarni og'ir his etadi. Odatda sinf oldida javob berishdan tortinadi. Yoshi kattalarning pand-nasixatlari ularning vijdonini qiynab gunohkorlik hissini uyg'otishi mumkin. Burch, ma'suliyat hissi ularda barvaqt shakllanadi, axloqiy va etik talablari juda yuksak. O'z-o'zini boshqalardan kam his etadi, o'z qobiliyatlarini keng namoyon kila oladigan faoliyat orqali shu hisni bekitishga harakat qiladi, bolaligidan ko'ngli nozik, tortinchoqligi ko'ngli tusagan odamlari bilan yaqinlashishiga xalal beradi. Atrofida gilarining munosabati bu shaxs uchun eng nozik muammo. Hazilni ko'tarolmaydi, nohaq ayblovlarga duchor bo'lsa o'zini himoya qila olmaydi. Ziddiyat va mojarolarga kamdan kam qatnashadi, muammoli vaziyatga tushib qolsa ko'mak va tayanch izlaydi. Iltifotli, o'ziga nisbatan talabchan, vazifalarni astoydil bajaradi. O'zini himoya qilolmasligi sabab tez-tez hazil-mazahga duchor bo'ladi.

8. Affektiv-ekzaltatsiyalangan tip. Bu shaxs har narsadan hayratlanib, zavq-shavqqa to'lib, yuzidan tabassum arimaydigan odam.

Boshqalarda ko'tarinki kayfiyatga sabab bo'lmaydigan narsalar bu odam uchun xursandchilik va rohatlanish hissini uyg'otadi. Xursand bo'lsa boshi osmonga etgandek his etadi, xafa bo'lsa butkul tushkunlikka tushadi. Muloqotchanligi yuksak, ochiqtabiat, so'zamol. Bahslashishni yaxshi ko'radi, lekin to'qnashuvgacha olib bormaydi. Mojaro va ziddiyatlarda ham aktiv, ham passiv tomon bo'lishi mumkin. Do'st-yorlariga bog'lanuvchan, altruist, hamdardlik qila oladi, didli, hissiyotlari samimiy va yorqin. Panikyor, kayfiyati barqaror emas, shodu-xurramlikdan ma'yuslikka o'tishi oson, xatti-harakati keskin, labil psixika sohibi.

9. Emotiv tip. Ekzoltatsiyalangan tipga yaqin, lekin namoyon bo'lishi sekinroq. Nozik tabiat, emotsional, xavotirlanuvchan, qo'rqqoq, ko'p gapiradigan, nozik hissiyotlarga beriluvchan. Sahnada, fil'mlarda tajovuzkor xatti-harakatlarni ko'rsa, ta'sirlanib uzoq vaqt esidan chiqara olmaydi va uyqusi buziladi. Mojaro va ziddiyatlarda juda kam qatnashadi, xafa bo'lsa ichiga yutib, unqib yuradi. Ma'suliyatii, burchni o'ta jiddiy his etadi, o'slmliklami o'stirish, jonivorlarni parvarish qilishni yaxshi ko'radi. Tabiatni asraydi.

10. Siklotim tip. Bu shaxsda gipertimik va distimnik holatlar almashib turadi. Kayfiyatida tez-tez davriy o'zgarishlar bo'ladi va tashqi hodisalarga bog'liq. Xursandchilikda gipertimiya xususiyatlari namoyon boladi: ko'p gapiradi, ishchanligi oshadi, har xil fikrlar, tashabbuskorligi oshadi, xafa bo'lsa tushkunlikka duchor boladi, xatti-harakati va fikrlashi sust boladi, o'zgalar bilan muomala usullari tez-tez o'zgarib turadi. O'spirinlik davrida tsiklotimik aktsentuatsiyaning ikki variantini kuzatish mumkin; tipik va labil sikloid. Tipik tsikloid bolaligida odatda gipertimga o'xshab ketadi, keyinchalik esa harakatsizlikni namoyon etadi, oldin oson bo'lgan narsalar, endi kuchli harakatlarni talab etadi. Oldiniga chaqqon bo'lgan endi harakatlari sust, uydan chiqmaydigan, ishtahasi buzilgan, uyqusiz yoki aksincha uyqisirab yuradigan bo'ladi. Tanbehlarga jahl bilan javob beradi, lekin ko'nglining tubida g'ashlik bo'lib dipresiyaga duchor bo'lishi mumkin. O'z joniga qasd qilish ehtimoli bor. O'qish jarayoni tekis emas, qoldirilgan materiallarini qiyinchilik bilan o'zlashtiradi, darslarga nisbatan o'zida nafrat uyg'otadi. Labil sikloidlarda tipik tsikloidlarga nisbatan kayfiyat o'zgarish fazalari odatda qisqaroq, yomon kunlari sustkor va sokin emas, balki darg'azab kayfiyatga ega. Ko'tarinki kayfiyat davrida do'st orttirish va davralarda bo'lish ishtiyoqi bor. O'z-o'ziga baho berish kayfiyatiga bog'liq.

13-Laboratoriya ishi. “Mavjud bo‘lmagan hayvon” metodikasi

Maqsad: Bolaning ichki his-tuyg‘ularida kechayotgan salbiy xususiyatlarni yuzaga chiqarish. Ularning xarakter xususiyatlarida shakllanib borayotgan agressivlik, o‘jarlik, qaysarlik, kelajakka ishonchsizlik kabi illatlar mavjudligini aniqlash.

Kerakli jihozlar: Oddiy o‘rta yumshoqlikdagi uncha qattiq bo‘lmagan qalam va oq qog‘oz. (Rangli qalam ishlatilmaydi).

Ko‘rsatma: Birinchi navbatda maktab psixologi o‘quvchilar bilan umumiy tarzda samiy savol-javob o‘tkazishi, ya’ni ularni topshiriqni erkin bajarishga hozirlashi lozim. So‘ng bolalarga «Olamda mavjud bo‘lmagan hayvon rasmini tasvirlab bering va unga mavjud bo‘lmagan ism bering. Mavjud bo‘lganu lekin yo‘q bo‘lib ketgan hayvonlarning rasmini chizish mumkin emas» - deb murojaat etiladi. Mashg‘ulot olib boruvchi esa o‘zi topshiriqning bajarilish jarayonini diqqat bilan kuzatadi.

Rasm chizib bo‘lingandan so‘ng –savol-javob orqali maksimal ma’lumot olish. Jinsi, yoshi, aniqlanadi. Agressiv xarakterga ega bo‘lgan detallarning ishlatilishi va nima uchun chizilgani haqida ma’lumot olishga harakat qilinadi. Hayvonlarning yashash sharoiti, ovqatlanishi, ko‘payishi va dushmanlari bilan munosabatlari haqida suhbat uyushtiriladi.

Agar tadqiq qilinuvchi javobga tayyor bo‘lmasa, hayvonning bir kuni haqida gapirib berish taklif etiladi.

Agar tadqiq qilinuvchi qanchalik o‘zi yaratgan hayvonga yuqori baho bersa, demak u shunchalik hayvonni o‘ziga yaqinlashtiradi va o‘zida bor xususiyatlarni o‘zi sezmagan holda chizgan rasmiga mo‘ljallangan va ma’lumotlar to‘plashga qaratilgan bo‘lishi kerak.

Birinchi taasurotlarda – tadqiqlanuvchining emotsional holati, ichki balansdagi bazi bir holatlar, yetishmovchiliklarning mavjudligi.

Bu tadqiqotdan olingan ma’lumotlar to‘la idrok qilinishi va maxsus analiz qilinishi zarur. Analiz qilinayotgan va idrok obyektga aylangan rasmdagi barcha detallar katta ahamiyatga ega va qimmatlidir. Umumiy taasurotda tadqiq qilinuvchini o‘zi chizgan rasmga bo‘lgan munosabati ham ahamiyatlidir.

Rasmning analiz obyektlari:

1. Formaligi:

a) Fazodagi semantik joylanishi rasmdagi barcha detallar katta ahamiyatga ega va qimmatlidir. Umumiy taasurotda tadqiq qilinuvchini o'zi chizgan rasimga bo'lgan munosabati ham ahamiyatlidir.

Rasmning analiz obyektlar:

1. Formaligi:

- a) fazodagi semantik joylanishi
- b) grafologik xususiyatlari
- chiziqlar analizi va xarakteri
- fazoviy-simvolik aspekt

2. Mazmuni :

- figura qismlarining markaziy ma'nosi
- figuraning tayanch qismlari
- figuradan yuqoriroqda joylashgan qismida

3. Tematika :

- o'ziga xos detallar
- nomlanishi

Rasmning fazodagi joylanishi semantikasi

Rasmning xususiyatlari	Interpritatsiyasi (joylanishi)
a) rasm o'rtada joylashgan	norma
b) varaqaning yuqori qismiga yaqin	Qanchalik yuqori bo'lsa o'z-o'ziga berilgan baho ham shunchalik yuqori jamiyatdagi o'rnidan qoniqishining yo'qligi, maqto'v, obro-e'tiborga ega bo'lishga ehtiyojning mavjudligi.
v) varaqaning pastki qismiga yaqin	O'z-o'ziga baho berish past, o'ziga ishonch kam, nimadandir siqilgan, shu bilan birga qa'iylik kam. Qandaydir to'siqlarni mavjudligini sezadi.
g) rasm o'ngroqda joylashgan	Kelajakka bo'lgan intilishi o'z-o'zini nazoratga intilishi Ekstravert judayam o'ng burchakka joylanishi isyonkorlik, bo'ysinmasligini anglatadi.
E) rasmni chapga joylanishi	O'tmishga e'tibor berish, faoliyatsizlik, uyatchanlik, intraversiya
e) rasm varaqaning 2-3 qismini tashkil qilsa	Semantik qonuniyatlarga bo'ysinishlikning yo'kligi
j) chap burchakning yuqori	Yuqori xavotirlanish, fantaziyaga

qismida juda kichkina joylashgan	intilish, o'tmishga intilish, yangi his-tuyg'ulardan qochish, o'z «men» va idealdagi «men» orasidagi mavjud disgarmoniyaning mavjudligi.
----------------------------------	--

Bosh va uning o'rnini bosuvchi qismlar

a) bosh o'ngga qaratilgan	Harakatchanlik va faoliyatga intilish, mo'ljallagani amalga oshadi, o'z rejalarini ro'yobga chiqarishga qaratilgan
b) chapga qaratilgan bosh	Refleksiya va shartakilik yo'q, faoliyatdagi odam emas, qat'iysizlik, faoliyatdagi qo'rquv, o'ylagan ishlarini bir qisminigina hayotga tadbiq etadi. O'tmishda biror bir voqea ta'sir etgan bo'lishi kerak.
v) oldi bilan chizilgan bosh	Egotsentrizm, to'g'ri so'zlik, kompromis mavjud
g) ikki va undan ortiq bosh	Qarama-qarshi fikrlar, tendensiyalar

Ideomotr aktlarning xarakteristikasi grafiklar

a) chiziqlar analizi

Bir biriga yopishib ketgan chiziqlar	Yengil asabiylanishi
Birlashtirilmagan burchaklar	Nevroz
Iflos rasm	Yuqori xavotirlanish
Rasm konturining aniq bo'lmagan holda chizilishi	O'ziga ishonmaslik
Juda ko'p junlar	O'ziga ishonmaslik
Vertikaldan chetga chiqish	Passivlik
Oxirigacha chizilgan qismlar, juda katta chizilgan oyoqlar, tuyoqlar	Nevrotizm

b) chiziqlar xarakteri

O'rgimchaksimon, bosib chizilgan chiziqlar	Energiya ayash, Astenitsatsiya. Tonusning pasayishi.
Bosib chizilgan chiiklar	Katta xavotirlanish (xavotirning sababi nima ?)
Shtrixlarning ko'pligi	Xavotirlanish

Fazoviy – semantik xarakteristika

a) chiziqlar yo‘nalishi

Pastga tushib ketayotgan chiziqlar	Depressiyaning mavjudligi, charchoqlik, o‘z kuchini ayash
Yuqorilab ketayotgan chiziqlar	Agressivlik, o‘z-o‘zini ayamasklik

b) kontur xarakteri

Dumaloq shaklning ishlatilishi	Qo‘rquv, nimanidir yashirish, sirsqaqlash, ochiq namoyon bo‘lishdan qo‘rqish
Kontur chiziqlarni qoramtiriligi	Qo‘rquv, xavotirlik
Ikkilangan chiziqlar	Xavotirlanish, ikkilanish, qat’iyatsizlik
Uchli narsalar, nina bo‘rtib chiqqan narsalarni ifodalash	Agressiya

DIQQAT! Grafologik aspekt bilan sematik joylanishini solishtiring (o‘z-o‘zini himoya qilish, agressiya)

Yuqori konturdagi ninalar, uchli narsalar, bo‘rtiqlar	Yuqori mansabdagi shaxslar, taqiblovchi va majbur etuvchidan (kattalar, o‘quvchilar, ota-onalarga qarshi) himoyalalanish
Pastki konturdagi chiziqlar	Kichkinalarni kinoyalariqa qarshi himoya. Noto‘g‘ri baholanishdan qo‘rqish.
Yon boshidagi konturlardagi chiziqlar	O‘z-o‘zini himoya qilishga tayyorgarlik.

O‘z-o‘zini himoya qilish

O‘ngda: Ko‘proq faoliyat jarayonida o‘z-o‘zini himoya qilish

Chapda: O‘z fikrlari, didi, dunyoqarashini himoya qilish

a) tirnoq, tishlar, panjalar, suyaklar	Agressivlik darajasi
b) juda katta qilib chizilgan rasm	Yuqori affektivlik, egotsentrizm

DIQQAT! Odatda bolalar kattalarga qaraganda yirikroq rasmlar chizishadi.

v) rasmning kichiklashtirilishi	Yuqori darajadagi o‘z-o‘zini nazorat qilish, siqilish ta’sirini his qilish
g) qa’iy bir-biriga jipslashgan	Affektivlikni yaxshi nazorat qilinishi

chiziqlar	
E) rasmni intensivligiga qarab kattalashtirish, lekin uzilishlar mavjudligi	Yuqori qo'zg'aluvchanlik, affektiv holatlarni yomon nazorat qilinishi
e) rasmda iliqlikni yo'qligi	Uzoq davom etadigan emotsionallikni bostirilishi

Rasm mazmuni analizi

Quloqlari	Ma'lumot olishga qiziqish, o'zi haqida bildirilgan fikrga e'tibor berish
Og'iz ochiq holatda til bilan birga: a) labsiz b) lab bilan birga v) ochiq og'iz lab va tilsiz g) og'iz tili bilan birga E) Og'izni dumaloq shakli e) Ko'zlar qorachig'i katta chizilsa yo) Kipriklar	a) nutq aktivligi, mahmadonagarchilik b) his-to'yg'uga beriluvchanlik v) ishonmaslik, qo'rquv g) "og'iz orqali tili" agressiya, ko'p hollarda o'z-o'zini himoya qilishi maqsadida E) Tashvish, maxmadonagarchilik e) Tashvish, qayg'urish yo) O'z-o'zini namoyish qilish

Qo'shimcha belgilar

a) Shoxlar	Agressiyadan o'z-o'zini himoya qilish
b) Patlar	O'z-o'zini namoyish qilish, bezatuvchanlik, o'zini oqlash
v) Soch turmaklari (prichyoska)ga o'xshagan sochlar, yunglar	His-tuyg'uga beriluvchanlik

a) tananing tayanch qismlari (oyoqlar, tana, tuyoqlar)

Qat'iy va mukammal chizilgan tayanch qism	O'ylab ish ko'rish. Mavjud informatsiyaga ishonish
Mukammal chizilgan qismlar	Yengiltaklik, Shoshmashosharlik

b) oyoq va tanani birlashtirishga e'tibor berish kerak

a) Sust. Umuman birlashtirilmagan	a) O'z xulosa va fikrlarini nazorat qilish, o'ylab javob qaytarish
b) Oyoqlarni bir xil tomonga yo'nalishi. Oyoqlarni qaytarilishi	Standart fikr va xulosalarni qabul qilishi

v) turli har xil tayanch qismlar

Oyoq, tayanch	panja,	Qabul qilingan qaror va fikrlarning turlichaligi. Mustaqillik. Yoki ijodiylik (norma), boshqacha fikrlash (potologiya)
---------------	--------	--

g) tanada yuqori ko‘tarilgan qismlar, (qanot, bantik, qisqichlar)

Funktsional	Kishi faoliyatining turli jabhalarida ishlay olishi, o‘ziga ishonch yoki ko‘p bilishga intilish, turli tadbirlarda ishtirok etish, o‘z faoliyati bilan qiziqish.
Bezatuvi	Namoyishkorlik, o‘z-o‘ziga e‘tiborni qaratishga intilish

E) dumlarining ifodalanishi (fikrning qaratilishi)

Chapga qaratilgan: O‘z qaror va uylariga, o‘z hatti-harakati va xulq-atvoriga qaratilgan.

Ularga bo‘lgan munosabatda dumning yo‘nalishiga bog‘liq belgi

Yuqoriga	Ishonch, ijobiylik, kat’iylik
Pastga tushib ketayotgan dum	O‘zidan xursand emas. Nimadandir afsuslanish. Bajarilgan qilingan ishdan afsuslanish.

e) tasvirlanayotgan belgilarning ko‘p yoki kamligi

Oddiy (primitiv) ko‘rinishda	Umumiy energiyaning tuzilishi astenizatsiya rejasi
Hayvon haqida umumiy ma’lumot beruvchi detallarning mavjudligini murakkablashtirish	Umumiy energiyaning asta-sekin ko‘payishi

O‘zining olamidagi mavqe haqida tasavvur.

Himoyalangan, himoyalanganmagan agressivlik	Kim orqalidir xaf solinishi, o‘zini xavfsirashi, betaraf
Do‘st bo‘lish, o‘z himoyasiga olish qobiliyati	Boshqa odamga bo‘lgan munosabat

O‘z «Men»iga bo‘lgan munosabat

Chizilayotgan rasm chizuvchi tasavvurida (quyon, fil, sher va h.k)	O‘z-o‘ziga baho berish
--	------------------------

Hayvonni odamga o'xshatish	Infantilizm (psixika va hatti-harakatlarda go'daklarga xos xususiyatlarning namoyon bo'lishi)
To'rt oyoqli emas, balki ikki oyoqli qilib tasvirlash	Emotsional jihatdan yetuk emas
Hayvonga odam aql-zakovatini berish, tasvirlash. Odamzod kiyimini kiyintirish	Yaxshi proektsiya xususiyati, formal bo'lmagan munosabatlarning mavjudligi
Jinsiy ajratish:	
Rasm chizayotgan odam jinsi bilan hayvon jinsining birligi	Jinsiy muammolarni mavjudligi O'zining jinsiy rolini, ahamiyatini ajratish, ta'kidlash

Hayvonga xos bo'lmagan belgilar

Mexanik qismlar, hayvonni postament(asos,qurilma)ga qo'yish, (gusenitsalar (tasma zanjir), propeller) elektrolampalar va simlarini tasvirlash	Shizofreniya bilan kasallangan yoki original fikrlashga ega emas
---	--

Tana qismlarini joylashtirish xarakteri

Tana boshqa detallardan chizilishi, masalan, kuchukga biror bir detalni qo'shish va h k Tanani detallardan iborat bo'lishi	Siydalik, ko'p chaynarlik Ijodiy yondashuv
---	---

Nomlanishi

Ma'noga ega bo'lgan qismlarni bir-biriga qo'yish (begokot va h.k)	Konkret vazifani ixtiro etishga intilish
Kitobiy tildan olib nomlanish (retimtus)	O'z aql-zakovatini namoyon qilish
Ma'nosiz bo'g'inlarni qo'shish	Atrofdagilarga nisbatan
Kulgili ismlar (rinogurka, puzo'roeE)	yengiltaklik
Qaytariluvchi elementlar	Hazil-mutoibaning mavjudligi
Judayam uzun nom	Infantilik (bachkanalik)
	Fantaziya qilishga bo'lgan moyillik

Ushbu testni bir vaqtning o'zida bir-biriga judayam tanish bo'lmagan kishilar orasida o'tkazish tavsiya etiladi.

14-Laboratoriya ishi. “Uy.Daraxt.Odam” metodikasi

Maqsad: “Uy.Daraxt.Odam” metodikasi yordamida shaxs xususiyatlarini o‘rganish.

Kerakli jihozlar: oq varaq, rangli qalamlar.

Yo‘riqnoma. 1ta varaq olib unga xohlagan tartibda uy, odam va daraxt rasmini chizing.

UY

Eski uy – subyektning o‘ziga bo‘lgan munosabatini aks ettiradi.

Uzoqdagi uy – biror narsadan yuz o‘girish (xo‘rlanganlik).

Yaqindagi uy – ochiq ko‘ngillik, mehmondo‘stlik, iliq hissiyotlar.

Uy o‘rniga uning rejasi (tepadan loyihalashtirilgani) – jiddiy konflikt.

Turli qurilishlar – uy egasiga nisbatan agressiyaning namoyon bo‘lishi.

Deraza va eshigi yopiq uy – subyekt shaxslararo munosabatga kirishib ketishi holatida.

Faqat devorning o‘ziga (eshiksiz) chizilgan zina – reallikni to‘g‘ri baholashga xalaqit beradigan konfliktli vaziyatning namoyon bo‘lishi. Subyektning izolyatsiyalanganligi (hatto uning o‘zi samimiy munosabatga kirishishni istasa ham).

DEVORLAR

Boshqa tomondan tasvirlangan orqa devor – o‘z-o‘zini nazorat qilishga ongli ravishda urinish, o‘zaro kelishuvchanlik hissining borligi, lekin shu bilan birga kuchli qaysarlikning ham namoyon bo‘lishi.

Orqa devor konturlarining yyetarlicha qalinligi – subyektning reallik bilan bo‘lgan aloqani saqlab qolishga (yo‘qotmaslikka) intilishi.

Poydevorga ega bo‘lmagan devorlar – reallik bilan bo‘lgan kuchsiz aloqa (asosan idealist).

Poydevoriga alohida urg‘u berilgan devor – subyektning konfliktli vaziyatlarni aniqlashga urinishi, qiyinchilik va xavotirni his qilayotganligi.

Gorizontal chiziqlarga urg‘u berib chizilgan devor – vaqt bilan bog‘liq nomuvofiqlik (o‘tmish yoki kelajakning dominantligi). Subyektning muhitga juda ta’sirchanligi.

Vertikal chiziqlarga urg‘u berib chizilgan devor – subyektning o‘z xohishiga ko‘ra reallikdan uzoqlashib, fantaziyalardan lazzatlanishi.

Yon chiziqlari juda ingichka va noadekvat chizilgan devor – falokatdan qo‘rqish.

Chiziqlariga juda urg‘u berilgan devor – nazoratni yo‘qotmaslikka ongli ravishda intilish.

Bir o‘lchovli perspektiva (bitta tomonning tasvirlanganligi), agar bu yon tomon bo‘lsa – subyektda qarshilik va begonalik (muholifat)ning kuchli namoyon bo‘lishi.

Shaffof devor – anglanmagan ishtiyoq, vaziyatga iloji boricha ta’sir ko‘rsatish (hukmronlik qilish, tashkillashtirish)ga intilish.

ESHIKLAR

Eshiklarning yo‘qligi – subyektning boshqalar bilan ochiq munosabatga kirishishga qiynalishi (asosan uydagilar bilan).

Orqa yoki yon tomondagi eshiklar (bitta yoki bir nechta) – chekinish, inkor qilish, qochish.

Oldingi eshiklar (bitta yoki bir nechta) – ochiqko‘ngillik va muvaffaqiyatlilikning namoyon bo‘lishi.

Ochiq eshiklar – agar odam yashaydigan uy bo‘lsa, bu tashqaridagi ilqlikka kuchli ehtiyoj yoki ochiqko‘ngillilikni demonstratsiya qilishga intilish.

Yon eshiklar (bitta yoki bir nechta) – begonalik, alohidalik, reallikni qabul qilmaslik. Izolyatsiyalanganlik.

Eshiklarning juda kattaligi – boshqalarga haddan tashqari bog‘lanib qolish yoki o‘zining ijtimoiy kommunikabelligini namoyon etishga urinish.

Eshiklarning juda kichkinaligi – o‘z “Men”ini berkitish. Ijtimoiy vaziyatlarga nisbatan nomunosiblik nomuvofiqlik va qatiyatsizlik hislarini his qilish.

Eshikda katta qulfning borligi – dushmanlik, ishonchsizlik, sirlilik, himoya tendensiyalari.

Quyuq tutun – ichki bosimning yyetarlicha kuchliligi.

Tutunning kamligi – uyda emotsional ilqlikning yetishmaslik hissi.

DERAZA

Derazalarning birinchi qavatda joylashganligi – shaxslararo munosabatlardan yuz o‘girish. Xaqiqiylikdan izolyatsiyalanish.

Katta ochilgan derazalar –subyektning o‘zini juda to‘g‘riso‘z yoki beodob tutishi.

Derazalarning ko‘pligi – munosabatga kirishishga tayyorlikni va pardalarning yo‘qligi – o‘z hissiyotlarini berkitishga intilmaslikni bildiradi.

Yopiq derazalar – muhit bilan o‘zaro ta’sir masalasida tashvishlanish.

Oynasiz derazalar – dushmanlik, begonalik. Derazaning pastki qavatlarida emas, yuqori qavatda bo‘lishi – real va fantastik hayot o‘rtasidagi “bo‘shliq”.

TOM

Tom – fantaziya sohasi. Shamolning tom va trubani buzganligi – subyektning shaxsiy erkinligiga qarshi buyruq berishlari.

Tomning boshqa elementlarda uchramaydigan darajada qalin chiziqlar bilan chizilganligi – o‘z fantaziyalariga huzurlanish manbai sifatida bog‘lanib qolish.

Yon tomonlari ingichki chiziqli tom – fantaziyaning boshqarishdagi sustlikni his qilish.

Yon tomonlari qalin chiziqli tom – fantaziyaning boshqarishda haddan tashqari tashvishlanish.

Pastki qavatlar bilan yaxshi bog‘lanmagan tom – shaxsiy organizatsiyaning yomonligi.

Tom karnizlari, ularga urg‘u berish yoki ularning devor ustigacha tortilganligi – (ishonchsizlik bilan bog‘liq bo‘lgan) himoya vositalarining kuchliligi.

MO‘RI

Mo‘rining yo‘qligi – subyektning uyda psixologik iliqlik yo‘qligini his qilishi.

Mo‘rining deyarli ko‘rinmasligi – emotsional ta’sir bilan bog‘liq munosabatlarni istamaslik.

Mo‘rining tomga bog‘liq holda qiyshiq chizilganligi – bolalar uchun – norma, kattalarda – agressiyani bildiradi.

Suv o‘tkazgich quvurlar – himoyaning kuchliligi yoki ishonchsizlikning yuqoriligi.

Qo‘shimcha detallar

Daraxtlar – ko‘pincha turli insonlarni ifodalaydi.

Butalar – ba’zan odamlarni ifodalab keladi, agar ular bilan uy zich o‘ralgan bo‘lsa, o‘zini himoya to‘siqlari bilan o‘rash istagining kuchliligini bildiradi.

Butalar har yoqda joylashgan yoki yo‘lakning ikki tomoniga qator chizilgan bo‘lsa – reallik doirasidagi biroz xavotirlanish va uni boshqarishga bo‘lgan intilishni bildiradi.

Yengil va bejirim chizilgan yo‘lakcha – individning boshqalar bilan munosabatda taktga egaligi va o‘z-o‘zini boshqara olishini bildiradi.

Yo‘lakchanning juda uzunligi – ijtimoiy muhitga kirishishning kamligidan dalolat.

Yo‘lakcha boshining juda kengligi va uyga tutash qismining juda torligi – yolg‘izlikni istash hissini berkitishga urinish.

Quyosh. Obro‘-e’tibor belgisi, ba’zan iliqlik va kuch-qudrat manbai bo‘lib ham qabul qilinadi.

Ob-havo. Subyektning umumiy muhitga nisbatan kechinmalarini o‘zida aks ettiradi. Qanchalik yomon ob-havo rasmi chizilsa, atrof-muhit subyekt uchun shunchalik qarshilik va imkonsizlikdan iborat bo‘lib tuyuladi (subyektning muhitni dushmandek qabul qilishi va unda o‘zini asirdek his qilishidan iborat).

Ranglar tanlovi

Quyidagi ranglardan odatdagidek foydalaniladi: yashil – tom uchun, jigarrang – devorlar uchun.

Sariq – uydagi gul bo‘lib kelganda oddiy, lekin qosh qorayishi yoki tunnning yaqinlashishini tasvirlab kelsa, quyidagilarni anglatadi:

1. Muhitning unga nisbatan dushmanonaligi.
2. O‘zining xatti-harakatlarini boshqalar ko‘zidan yiroq bo‘lishini istash.

Ishlatilgan ranglar miqdori. Muhitga yaxshi moslasha olgan yoki tortinchoq bo‘lgan subyekt odatda 2 tadan kam bo‘lmagan 5 tadan ortiq bo‘lmagan ranglardan foydalanadi.

Uyni bo‘yashda 7–8 xil ranglardan foydalangan subyekt labil (emotsiyaning o‘zgaruvchanligi) hisoblanadi.

Faqat bitta rangdan foydalangan subyekt emotsional qo‘zg‘alishdan qo‘rqadi.

Subyekt ranglarni tanlashda qanchalik uzoq o‘ylansa, qat’iyatsizlik qilsa va qiynalsa, unda shaxsiy buzilishlarning borligi shunchalik aniq bo‘ladi.

Qora rang – tortinchoqlik, qo‘rqoqlik.

Yashil rang – xavfsizlik hissiga bo‘lgan ehtiyoj, o‘zini xavfdan himoya qilish. Bu xususiyatlar daraxt barglari va uy tomini yashilga bo‘yashda unchalik ahamiyatga ega emas.

Olovrang – ta’sirchanlik va dushmanlik hislari kombinatsiyasi.

Rang – hokimiyatga kuchli intilish.

Qizil rang – yuqori ta’sirchanlik, atrofdagilarning iliq munosabatiga bo‘lgan ehtiyoj.

Sariq rang – dushmanlikning kuchli belgilari.

Varaqning $\frac{3}{4}$ qismini shtrixlash – emotsiyalarni namoyon qilishda nazoratning yetishmasligi.

Rasm chegaralaridan chiqib ketgan shtrixlar – qo‘shimcha stimulyatsiyaga impulsiv javob.

Umumiy ko‘rinish

Rasmning varaq chetida joylashganligi – o‘ziga ishonchsizlik va xavotir hislarining ustunligi.

Ular vaqt o‘lchovlariga ko‘ra quyidagicha ifodalanadi:

- o‘ng tomon – kelajak, chap tomon – o‘tmish.

Kechinmalar spesifikasiga ko‘ra:

- o‘ng tomon – intellekt, chap tomon – emotsional soha.

“Subyekt ustidan” ko‘rinish (tepadan pastga qaragandek) – subyekt uydagilari tomonidan chetlashtirilgan, inkor qilingan. Subyektning erishib bo‘lmaydi, deb hisoblagan uy muhitiga ehtiyoj sezishi.

Rasmning uzoqda joylashganligi – konvensial jamiyatni inkor qilish istagi. Izolyatsiyalanganlik, o‘z qobig‘iga o‘ralganlik hissi. Atrof muhitdan ajralib turishning yorqin namoyon bo‘lishi. Bu rasmni yoki u ifodalayotgan ma’noni inkor qilish.

“Yo‘qolgan ko‘rinish” (indivud uyning bir qismini to‘g‘ri tamomlaydi, lekin boshqa tomonida muvofiqlikni yo‘qotadi) – murakkab integratsiyaning boshlanishidan darak beradi va kelajakdan qo‘rqishni (agar vertikal chiziqlar o‘ng tomonda joylashgan bo‘lsa) yoki o‘tmishni unutish istagini bildiradi (agar vertikal chiziqlar chap tomonda joylashgan bo‘lsa).

Uchtomonlama ko‘rinish – atrofdagilarning o‘zi haqidagi fikrlari uchun haddan tashqari tashvishlanish, ahamiyatsiz xususiyatlarni bilishga intilish.

Rasmning joylashishi

Rasm varaqning yuqori markazida joylashgan bo'lsa – subyektning maqsadga erishishda to'siqlarni his qilishi yoki uning xarakterida og'ishishning mavjudligi.

Rasmning markazda joylashganligi – himoyalanganlik va rigidlik. Psixik muvozanatni saqlash uchun ishonchli nazoratga ehtiyoj sezish.

Rasmning markazdan pastda joylashganligi – subyektning o'zini xavf ostida yoki noqulay his qilishi natijasida depressiyada ekanligi yoki subyektning o'zini reallikdan chegaralanganidek his qilishi.

Rasm varaqning chap tomonida joylashgan bo'lsa – o'tmishga urg'u berish, impulsivlik.

Rasm varaqning chap yuqori burchagida joylashgan bo'lsa – yangi kechinmalardan qochishga moyillik, o'tmishga qaytish yoki fantaziyaga berilish istagining borligi.

Rasm varaqning o'ng qismida joylashgan bo'lsa – subyekt intellektual mashg'ulotlar bilan shug'ullanishni istaydi, o'z qiziqishini nazorat qiladi, kelajakka intiladi.

Rasm varaqning chap tomonidan chiqib ketgan bo'lsa – o'tmishda qolib ketish va kelajakdan qo'rqish. Erkin ochiq emisional kechinmalar haqida haddan tashqari tashvishlanish.

O'ng tomondan chiqib ketsa – o'tmishdan qutulish istagi va kelajakka kuchli intilish. Erkin ochiq emotsional kechinmalarni qattiq nazorat qilishga intilish.

Rasm varaqning yuqori qismidan chiqib ketsa – subyekt real hayotda his qilmagan rohatni fantaziyalar olamida his qilishga urinishi.

Konturlarning eskizligi, doimiy o'zgaruvchanligi – yaxshi tomondan olib qaraganda, aniqlikka intilish, yomon tomondan olib qaraganda aniq pozitsiyalarga nisbatan noqobillikning namoyon bo'lishi.

Odam

Bosh – intellektual soha (nazorat). Taasurotlar sohasi.

Boshning kattaligi – inson faoliyatida fikrlashning ahamiyatiga ongsiz ravishda urg'u berish.

Bosh kichkinaligi – intellektual adekvatning yetishmaslik muammosi.

Noaniq bosh – tortinchoqlik, qo'rqoqlik.

Boshning eng oxirgi o'rinda chizilishi – shaxslararo nizolarning mavjudligi.

Qarama-qarshi jins vakilidagi boshning kattaligi – qarama-qarshi jins vakilining soxta ustunligi, uning ijtimoiy obro‘sining yuqoriligi.

Bo‘yin – nazorat va qiziqish sohalari o‘rtasidagi aloqa.

Bo‘yinga urg‘u berib chizish – himoyalangan intellektual nazoratga bo‘lgan ehtiyoj.

Bo‘yinning haddan ortiq yo‘g‘onligi – tana impulslarini anglash va ularni nazorat qilishga urinish.

Bo‘yinning uzun va ingichkaligi – tormozlanish, regressiya.

Bo‘yinning qisqa va yo‘g‘onligi – o‘zining ojizligini tan olish, shu bilan birga ruhi tetiklikning namoyon bo‘lishi.

Yelkalar va uning o‘lchami – jismoniy kuch belgisi yoki hokimiyatga intilish.

Yelkalarining haddan ortiq kattaligi – kuchlilikni his qilish yoki kuch va hokimiyat uchun haddan tashqari tashvishlanish.

Yelkalarining kichkinaligi – qadripastlik, hech kim emaslik hissi.

Yelakalarining burchakliligi – haddan tashqari ehtiyotkorlik, himoyalalanish hissi.

Yelkalarining yon tomonlamaligi – xafalik, umidsizlik, aybdorlik hissi, hayotiylikning yetishmasligi.

Yelkalarining kengligi – kuchli tana impulsari.

Gavda

Gavdaning burchakliligi yoki to‘rtburchakligi – mardlik.

Gavdaning juda kattaligi – subyektning kuchli anglangan, qoniqtirilmagan talablari mavjudligi.

Gavda mos bo‘lmagan ravishda kichkina – qadri pastlik hissi.

15- Laboratoriya ishi. Qo‘l testi (Hand-test)

Maqsad: shaxs agressiv xulq-atvorini Qo‘l testi (Hand-test) metodi bo‘yicha o‘rganish.

Kerakli jihozlar: qo‘l tasviri tushirilgan 9 ta kartochka, 1 ta bo‘sh kartochka, javoblar varaqasi.

Kirish. Qo‘l testi proektiv test bo‘lib, u shaxsning agressiv xulq – atvorini bashorat qilish uchun qo‘llanadi. Test 1962 yil B.Brayklin, Z.Piotrovski va E.Vagnerlar tomonidan e‘lon qilingan (test g‘oyasi E.Vagnerga tegishli).

Test qo‘l kaftining 9 xil tasviri tushirilgan kartochkalar va bir bo‘sh kartochkadan iborat. Sinaluvchiga har bir kartochka ko‘rsatilib, unda tasvirlangan qo‘l haqida shunday savol beriladi: «Sizningcha, ushbu qo‘l

nima qilayotgan bo'lishi mumkin?» Agar sinaluvchi javob berishga qiynalsa, unga shunday savol beriladi: «Sizningcha, bu qo'lga ega bo'lgan odam nima qilayotgan ekan? Hayolingizga qanday fikr kelsa, shuni aytavering». Har bir rasm bo'yicha berilgan javoblar yozib boriladi. Bo'sh kartochka quyidagicha qo'llanadi: kartochka oxirida ko'rsatiladi va avval unda birorta qo'l kaftini tasavvur etish, so'ngra u nima qilayotganini aytib taklif qilinadi. Imkoni boricha har bir rasm bo'yicha 4 tadan javob olish kerak. Agar javoblar soni 4 tadan kam bo'lsa, sinaluvchidan yana qandaydir fikri bor yoki yo'qligi aniqlashtiriladi va bordi–yu uning boshqa javobi bo'lmasa, 4 taga yetish uchun nechta javob qolganini hisoblab, shu sonni oxirgi javob ro'pparasiga yozib qo'yish kerak.

Masalan, sinaluvchi 1 ta javob bilan cheklansa, x 4 deb yozib qo'yiladi, agar 2 javobdan boshqa javob bo'lmasa, oxirgi javob to'g'risiga x 3 deb yoziladi. Qo'l kaftlarining tasvirini har qanday holatda taqdim etish mumkin.

Har bir rasmdagi qo'l quyidagi 11 ta kategoriya bo'yicha baholanadi:

1. Agressiya (AG) – qo'lning qandaydir ziyon yetkazayotgan, biror narsani ushlab olayotgan qo'l sifatida idrok etilishi. Masalan, «Tarsaki tortayapti», «Itarayapti», «Turtib yuborayapti», «Nimanidir tutayapti», «Siqayapti», «Chimchilayapti», «Urayapti», «O'g'irlayapti» va h.k.

2. Dirrektivlik (Dir) – qo'lning boshqalar ustidan hukmronlik qiluvchi, boshqalarni boshqaruvchi qo'l sifatida idrok etilishi. Masalan, «To'xtatyapti», «Buyruq berayapti», «Ogohlantirayapti», «Ko'rsatma berayapti» va h.k.

3. Qo'rquv (Qo'r) – qo'lning boshqalar agresivligining qurboni yoki o'z – o'ziga zarar yetkazayotgan qo'l sifatida idrok etilishi. Masalan, «Meni bo'g'ayapti», «O'zini himoya qilayapti», «Zarbani qaytaryapti», «Urmang deb yolvorayapti» va h.k.

4. Affektatsiya (Af) – qo'lning boshqalarga nisbatan ijobiy munosabatni ifodalovchi qo'l sifatida idrok etilishi. Masalan, «Kim bilandir ko'rishmoqda», «Xush kelibsiz demoqchi», «Kimningdir boshidan silayapti», «Gul berayapti», «Sadaqa berayapti va h.

5. Kommunikatsiya (kom) – qo'lning boshqalar bilan aloqa o'rnatishga harakat qilayotgan qo'l sifatida idrok etilishi. Masalan, «Imo – ishoralar qilayapti», «Nimadir demoqchi», «Kimdir bilan kelishib olmoqchi», «Axborot almashayapti» va hok.

6. Tobelik (Tob) – qo‘lning boshqalarga tobe bo‘lgan qo‘l sifatida idrok etilishi. Masalan, «Iltimos qilayapti», «Yordam so‘rayapti», «Qo‘l berib yuborilishini kutayapti», «Qasam ichayapti» va h.

7. Eksgibitsionizm (Eks) – qo‘lning o‘zini har xil yo‘llar bilan namoyish etishga urinayotgan qo‘l sifatida idrok etilishi. Masalan, «Uzugini ko‘rsatayapti», «Piano chalayapti», «Raqs tushayapti», «Tirnog‘idagi lakni ko‘rsatayapti» va h.k.

8. Jarohat (Jar) – qo‘lning lat yegan va nuqsonli, harakatga qodir emas qo‘l sifatida idrok etilishi. Masalan, «Qaltirayapti», «Barmoqlardan biri singan», «Tirnog‘i singan», «Kasal odamning qo‘li» va h.

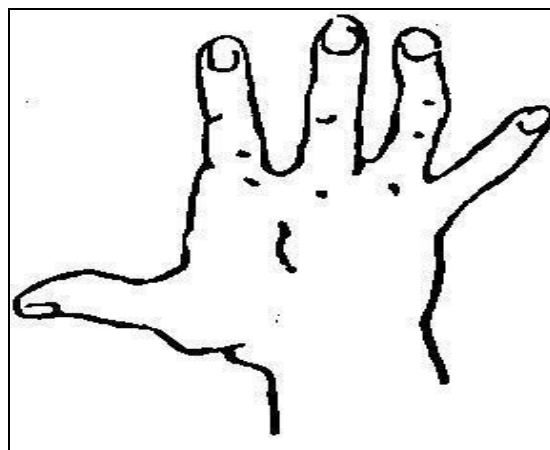
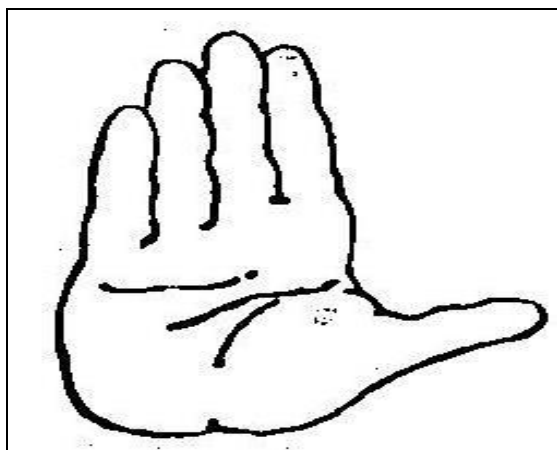
9. Aktiv shaxssizlik (A-sh) – qo‘lning boshqa odamlar ishtirokisiz ham boshlangan harakatni oxiriga yetkaza oladigan, ammo buning uchun o‘zining fazodagi holatini o‘zgartirishi lozim bo‘lgan qo‘l sifatida idrok etilishi. Masalan, «Ignadan ip o‘tkazayapti», «Sudralayapti», «Suzayapti», «Tikayapti» va h.k.

10. Passiv shaxssizlik (P-sh) – qo‘lning boshqa odamlar ishtirokisiz ham boshlangan harakatini oxiriga yetkaza oladigan va buning uchun o‘zining fazodagi holatini o‘zgartirishi lozim bo‘lgan qo‘l sifatida idrok etilishi. Masalan, «Yotibdi», «Dam olayapti», «Qimirlamasdan turibdi», «Quritilayapti» va hok.

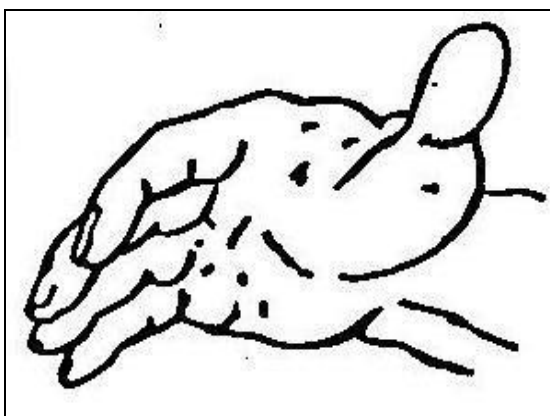
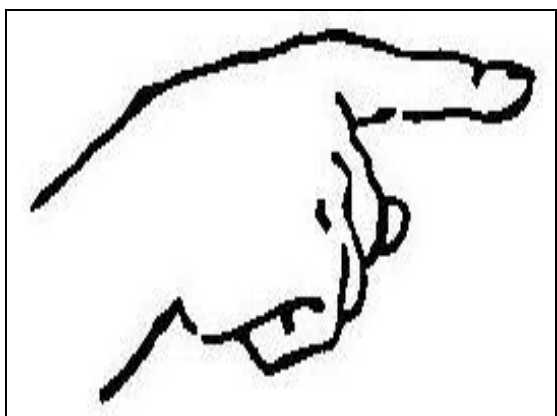
11. Tasvirlanish (Tas) - qo‘lning biror harakatni bajarayotgan qo‘l sifatida idrok etilmay faqatgina tasvirlanishi. Masalan, «Chiroyli qo‘l», «Katta qo‘l ekan», «Uzun barmoqlar», «Qo‘pol qo‘l» va h.

Agressivlikka moyillikni aniqlashda faqat 1,2,3,4,5,6 kategoriyalar bo‘yicha berilgan javoblar hisobga olinadi. Qolgan kategoriyalarning agressiv xulq – atvordagi o‘rni doimiy emas. Ular motivlarni aniqlashda yordam berishi mumkin.

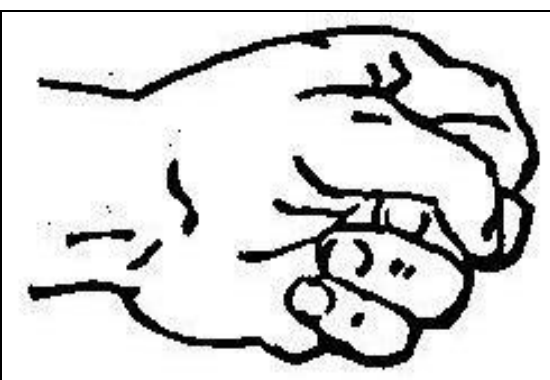
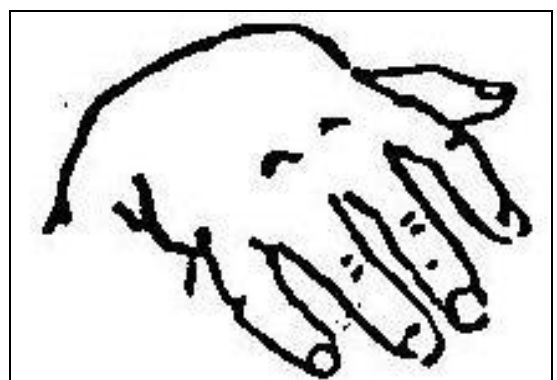
E.Vagnerning tadqiqotlari testning validligi va ishonchliligi ancha yuqoriligini ko‘rsatgan.



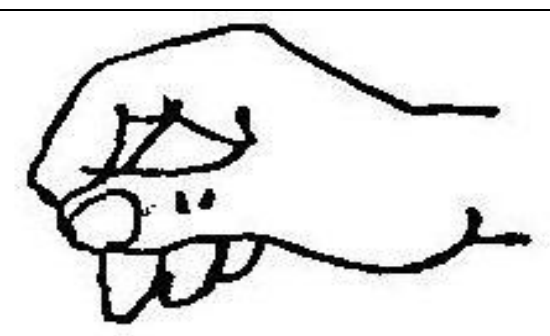
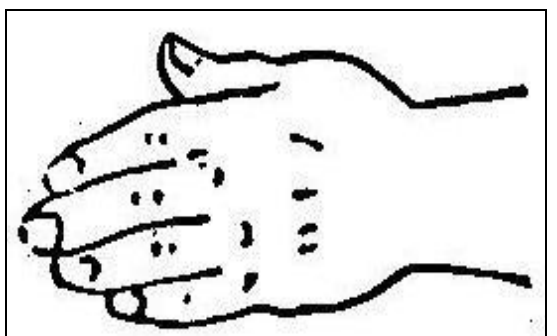
Kartochka 1 Kartochka 2



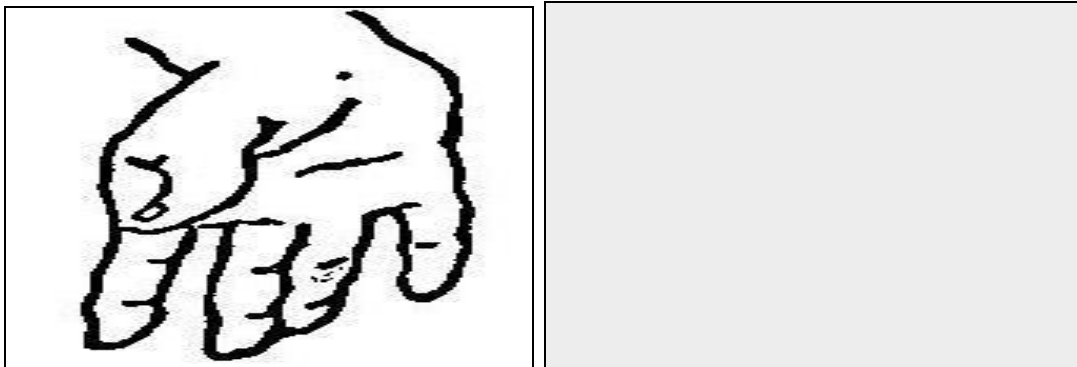
Kartochka 3 Kartochka 4



Kartochka 5 Kartochka 6



Kartochka 7 Kartochka 8



Kartochka 9 Kartochka 10 (bo'sh)

Natijalarni hisoblash:

1. Muayyan kategoriyaga mos keluvchi har bir javobga 1 ball qo'yiladi.

2. Agressivlik bo'yicha umumiy ball topiladi: $Uba = Ag + Dir$

3. Kommunikativlik bo'yicha umumiy ball topiladi: $Ubk = Qo'r + Af + Kom + Tob$

4. Agressivlik uchun yakuniy bal topiladi: $Yaba = 20 + 15/Uba/$

1. Kommunikativlik uchun yakuniy ball topiladi: $YaBk = 20 + 15/ubk/$

2. Agressivlik – kommunikativlik koeffitsienti topiladi:

$$K = \frac{YaBk}{Yaba}$$

Agar $K < 1$ bo'lsa, odamning xulq atvori har qancha buzilgan bo'lmasin, unda agressiv harakatlarga moyillik kuzatilmaydi. Bunday insonda agressivlik avtoagressiya shaklida mavjud bo'lishi mumkin.

Agar $K > 1$ bo'lsa, odamda agressivlikka moyillik yaqqol mavjud bo'lib, uning xulq atvorda ochiq – oydin ifodalanishini kutish mumkin.

16- Laboratoriya ishi. Shaxsni o'rganishning biografik metodi

Maqsad: Shaxsni biografik metod yordamida o'rganish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar varaqasi.

Biografiya (tarjimai hol) metodi. Inson psixikasini tadqiq yetish uchun uning hayoti, faoliyati, ijodiyoti to'g'risidagi og'zaki va yozma ma'lumotlar muhim ahamiyatga ega. Bu borada kishilarning tarjimai holi, kundaligi, xatlari, yesdaliklari, o'zgalar ijodiga bergan baholari, tanbehlari, taqrizlari alohida o'rin yegallaydi. Shu bilan birga o'zgalar

tomonidan to'plangan tarjimai hol haqidagi materiallar: yesdaliklar, xatlar, rasmlar, tavsiflar, baholar, magnitafon ovozlari, fotolavhalar, hujjatli filmlar, taqrizlar o'rganilayotgan shaxsni to'laroq tasavvur yetishga xizmat qiladi.

Tarjimai hol ma'lumotlari inson psixikasidagi o'zgarishlarni kuzatishda, uning suhbat va tajriba metodlari bilan o'rganib bo'lmaydigan jihatlarini ochishga yordam beradi. Masalan, mazkur ma'lumotlar orqali ijodiy xayol bilan bog'liq jarayonlar: she'riyat, musiqa, nafosat, tasviriy san'at, texnik ijodiyotning nozik turlari va kashfiyotdagi tafakkurning o'ziga xosligini, shaxsning ma'naviyat, qadriyat, qobiliyat, iqtidor, iste'dod singari fazilatlarini o'rganish mumkin. Inson ongining hissi, namoyon bo'lishi, rivojlanishi, o'ziga xos va ijtimoiy xususiyatlari atoqli odamlar bildirgan mulohazalarda o'z ifodasini topadi. Allomalar to'g'risidagi ma'lumotlar zamondoshlari, izdoshlari, safdoshlarining ta'rifu-tavsiflari orqali avloddan avlodga o'tadi.

Biografik ma'lumotlar odamlarning o'zini o'zi tarbiyalashi, nazorat qilishi, idora yetishi, o'zining uslubini yaratishi, kamolot cho'qqisiga yerishishi jarayonida namuna vazifasini o'taydi.

Yosh psixologiyasida bolalarning tarjimai holi asosidagi ilmiy tadqiqotlar, masalan, N.A.Menchinskaya, V.S.Muxina kabi sobiq ittifoq psixologlarining kuzatishlari «Ona kundaligi» nomi bilan mashhurdir. Shunday tadqiqotlar uzoq chet yel psixologiyasida ham keng tarqalgan.

Badiiy adabiyotda yaratilgan talay asarlar, masalan, A.N.Tolstoy, A.M.Gorkiy, S.Ayniy, Oybek, Abdulla Qahhor va boshqa qator adiblarning yesdaliklari tarjimai hol shaklida bo'lib, ular bilan tanishish natijasida mualliflarning his-tuyg'usi, temperamenti, xarakteri, qobiliyati, iste'dodi, qiziqishi, intilishi, dunyoqarashi, ye'tiqodi, nafosati, axloq va odobi to'g'risida ma'lumotlar olish mumkin.

Psixologiyada biografiya metodini qo'llaganda hayotiy biografik faktlar bilan cheklanib qolmasdan xar bir qayd etilgan voqeani inson hayotidagi ahamiyati va hayotiy jarayonlarga ta'sini sharhlash lozim.

Avtobiografik taqdimot va intervyu rejasi quyidagilardan iborat:

1. Ota-ona oilasining xususiyatlari.

O'rtacha daromad, turmush darajasi, uy-joy sharoitlari, oila a'zolarining ta'lim darajasi. Psixologik muhit, oilaviy munosabatlar. Oilaviy hayotning asosiy voqealari.

2. Muloqot doirasi. Do'stlari va ularning xususiyatlari, muloqot doirasidagi boshqa muhim insonlar.

3. O'rganilayotgan insonni turli tashkilot, guruh va jamoalarda ishtirok etishi. SHahar, mamlakat, dunyo hayotidan esda qoladigan muxim voqealar.

4. O'quv faoliyatining o'ziga xos xususiyatlari. YOqadigan va yoqmaydigan fanlar. O'zlashtirish darajasi. O'quv vazifalariga munosabat. Ilmiy, ilmiy-ommabop va ma'lumotnoma adabiyotlari bilan tanishish.

5. Qiziqishlar va xobbi. Hayotning turli davrlarida mutoaala xususiyatlari (hajmi va repertuari). Sevimli asarlar va qahramonlar, o'qigan narsalarga nisbatan hissiy munosabat. O'zi uchun qiziqarli bo'lgan kinofilm, spektakl va ko'rgazmalar. Kasbiy sohadagi qiziqishlari.

6. Kasb tanlash tarixi. Asosiy tanlovdan oldin sinovlar bo'lganmi? Kasb-hunarga tegishli ma'lumotlarni olgan manbasi. Yakuniy kasb tanlovini nima belgilab bergan?

7. Umumiy salomatlik darajasi va jismoniy rivojlanishi. Hayoti davomida bo'lib o'tgan kasalliklar.

“Hayotiy vaziyatlar shkalasi” (T.Xolms-R.Rayx)

Yo'riqnoma: So'nggi yil davomidagi hayotiy vaziyatlarni eslang va bo'lib o'tganlarini belgilang

№	Jarayonlar	Ballar
1	Turmush o'rtog'ining vafoti	100
2	Farzandning vafoti	85
3	Ajralish	73
№	Jarayonlar	Ballar
4	Ota-onalarning birisining vafoti	70
5	Turmush o'rtog'i bilan alohida yashash	65
6	Ozodlikdan mahrum qilinish(qamoq)	63
7	Yaqin qarindoshning vafoti	63
8	Kasallik yoki jarohat	58
9	Qarzdorlik	51
10	To'y	50
11	Ishdan bo'shatilish	47

12	Turmush o'rtog'i bilan yarashish	45
13	Nafaqaga chiqish	45
14	Yaqin qarindoshning sog'ligi yomonlashishi	44
15	Uy hayvonining o'limi	42
16	Homiladorlik	40
17	Jinsiy muammo	39
18	Oila a'zolar sonining ko'payishi	39
19	Biznesdagi uzilishlar	39
20	Moliyaviy ahvolining o'zgarishi	38
21	Yaqin do'stining o'limi	37
22	Mehnat faoliyatidagi o'zgarishlar(lavozim)	36
23	Turmush o'rtog'i bilan bo'lib turadigan doimiy janjal	35
24	1000000 so'mdan yuqori qarzдорlik	31
25	Xizmat pog'onasidagi mas'uliyatni o'zgarishi	29
26	O'g'il yoki qizni uydan ketishi	29
27	Turmush o'rtog'ining qarindoshlaridagi noxushliklar	29
28	Shaxsiy muvaffaqiyatlarga erishish	28
29	Turmush o'rtog'ining mehnat faoliyatini boshlanishi yoki tugashi	26
30	O'qishni boshlash yoki tugatish	26
31	Hayot sharoitlarining o'zgarishlari	25
32	Shaxsiy odatlarini ko'rib chiqish	24
33	Rahbariyat bilan noxushliklar	23
34	Ish jarayonida vaqt yoki sharoit o'zgarishi	20
35	Yashash joyini o'zgarishi	20
36	O'qish joyini o'zgarishi	20
37	Dam olish joyini o'zgarishi	19
38	E'tiqod harakatlarining to'xtalishi	19
39	Ijtimoiy faollikdagi to'xtashlar	18
40	1000000 so'mdan kam qarzvorlik	17
41	Uyqu rejimining buzilishi	16
42	Bayram(yangi yil, Navro'z)	16
№	Jarayonlar	Ballar
43	Yig'inlarga keladigan qarindosh-urug'larni sonini o'zgarishi	15
44	Odatiy ovqatlanish rejimining o'zgarishi	15
45	Ta'til	13
46	Kichik qonunbuzarlik	11

Yuqorida keltirilgan hodisalarni hayotida yuz berganligi va natijada stressli holatlarni kechirganliga ko‘ra sinaluvchining to‘plagan umumiy ballari kelib chiqadi. Ballarni hisoblash natijalari quyidagicha:

Yig‘ilgan ballar stressga qarshilik ko‘rsatish darajasi
150dan past baland
150-199 yuqori
200-299 oldi (arafasi)
300 va undan yuqori past kurashuvchanlik

Agar yig‘ilgan umumiy ball 150 dan past bo‘lsa, demak sinaluvchi stressli vaziyatlarga nisbatan kurashuvchanligi baland, stabil holatda ekanligini anglatadi. 150-199 ballar stressli vaziyatlarda kurashuvchanlikning yuqori ekanligini, 200-299 ballar stressli vaziyatlarga moyillikning, kurashuvchanlikning kamligini, 300 va undan yuqori ballar inson hayotidagi vaziyatlar unda fiziologiya va psixika bilan bog‘lik (psixosomatik) kasalliklarni keltirib chiqarishi, immun tizimini kuchsizlanish ehtimolining kuchli ekanligini ko‘rsatadi.

2-ilova. Ichki regulyatsiya

1-Laboratoriya ishi. Inson ehtiyojlari tizimini o'rganish

Maqsad: shaxs ehtiyojlarni qondirish darajasini o'rganish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, maxsus jadval, javoblar varaqasi.

Asosiy ehtiyojlarni qondirilish darajasi o'rganish

Siz baholashingiz kerak bo'lgan 15 ta hukm bir-birini juftlik bilan tenglashtiradi. Buni amalga oshirish uchun birinchi iboraning afzallik darajasini ikkinchisi bilan solishtiring (jadval shaklining birinchi katagiga tanlangan variantning raqamini aylantiring), so'ngra uchinchi va hokazo bilan raqamlarni aylantirib, natijalarni belgilang. Jadval shaklining birinchi ustuni). Keyin ikkinchi hukm bilan ham xuddi shunday qilinadi.

Shaxsning haqiqiy ehtiyojlarini diagnostika qilish usuli - ikkinchi bayonotni uchinchi, keyin to'rtinchi va hokazo bilan solishtirish va natijani jadvalning ikkinchi ustuniga raqamlarni aylantirib kiritish. Bu butun jadvalni to'ldiradi.

Ish paytida, har bir bayonot uchun iborani baland ovozda aytish foydalidir.

" Men xohlayman ..."

1. ... shunday qilib, o'qish (ish) menga zavq bag'ishlaydi va undagi o'zgarishlar qo'shimcha muammo tug'dirmaydi.

2. ... menga yoqadigan odamlar bilan uchrashish va muloqot qilish.

3. ... yaqinlashib kelayotgan voqealarni oldindan bilish va hayotni o'z-o'zini bilishdan zavqlanish.

4. ... faol hayot tarzini olib borish va kelajakka tayyorligidan qoniqish.

5. ... hech bo'lmaganda kimnidir boshqarish.

6. ... o'qishda (ishda) belgilangan maqsadlarga erishish.

7. ... yangi qiziqarli odamlar bilan muloqot qilish.

8. ... dunyoqarashingizni doimo kengaytirish.

9. ...atrofimdagilar uchun oqibatlarga olib keladigan qarorlar qabul qilishga tayyor bo'lish.

10. ... jamiyatda muhim o'rinni egallash.

11. ... qobiliyatlarim o'qishimda (ishimda) yaqqol namoyon bo'lishi uchun.

12. ... muloqotda xushmuomala bo'lish.

13. ... hayot mazmunini bilish.

14. ... bo'lajak o'zgarishlarda o'z imkoniyatlaringizni bilish.

15. ...men boshqaradigan jamoa bilan hamkorlikka erishish.

Natijalarni individual tahlil qilib, qayta ishleng. Har bir hukm uchun tanlovlar sonini hisoblang.

1. Xavfsizlik va zavqlanishga bo'lgan ehtiyojlar (1-son).

2. Hissiy muloqotga bo'lgan ehtiyojlar (2-son).

3. Ehtiyoj va erkinlik ehtiyojini yo'naltirish (3-son).

4. Faoliyatga bo'lgan ehtiyoj va kelajakka tayyorlik (4-son).

5. Hukmronlik zarurati (5-son).

6. Muvaffaqiyatga bo'lgan ehtiyoj (6-son).

7. Hissiy to'yinganlik zarurati (7-son).

8. Bilimga bo'lgan ehtiyoj (8-son).

9. Tayyorgarlik zarurati (9-son).

10. Maqomga bo'lgan ehtiyoj (10-son).

11. Shaxs bo'lish zarurati (11-son).

12. Axloqiy va estetik ehtiyojlar (12-son).

13. Hayotda ma'noga bo'lgan ehtiyoj (13-son).

14. O'z-o'zini namoyon etish zarurati (14-son).

15. Boshqaruv zarurati (15-son).

Ballar diapazoniga ko'ra

1-5 ball - ehtiyoj qondirish zonasida,

6-8 ball- qisman norozilik zonasi,

9-14 ball - norozilik zonasi.

Diagnostika natijalarini qayta ishlashning matematik usullaridan foydalanganda ehtiyojlarni qondirishning olingan qiymatlari jadvallar yordamida standart shkalaga aylantiriladi.

Integral ko'rsatkichlar **ehtiyojlar darajalari** bo'yicha hisoblanadi:

Psixofiziologik daraja - 5 ga bo'lingan 1-5-sonli ehtiyojlar yig'indisi

Ijtimoiy daraja - 6-10-sonli ehtiyojlar yig'indisi, 5 ga bo'lingan;

Eng yuqori daraja - 5 ga bo'lingan 11-15-sonli ehtiyojlar yig'indisi;

Faoliyat turlari bo'yicha:

Mehnat - 3 ga bo'lingan № 1, 6, 11 ehtiyojlar yig'indisi;

Muloqot - 3 ga bo'lingan № 2, 7, 12-sonli ehtiyojlar yig'indisi;
Bilim - 3 ga bo'lingan № 3, 8, 13-sonli ehtiyojlar yig'indisi;
Dam olish - 3 ga bo'lingan № 4, 9, 14-sonli ehtiyojlar yig'indisi;
Boshqaruv - 3 ga bo'lingan № 5, 10, 15-sonli ehtiyojlar yig'indisi.

Бланк — таблица

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1 2	2 3	3 4	4 5	5 6	6 7	7 8	8 9	9 10	10 11	11 12	12 13	13 14	14 15	
1 3	2 4	3 5	4 6	5 7	6 8	7 9	8 10	9 11	10 12	11 13	12 14	13 15		
1 4	2 5	3 6	4 7	5 8	6 9	7 10	8 11	9 12	10 13	11 14	12 15			
1 5	2 6	3 7	4 8	5 9	6 10	7 11	8 12	9 13	10 14	11 15				
1 6	2 7	3 8	4 9	5 10	6 11	7 12	8 13	9 14	10 15					
1 7	2 8	3 9	4 10	5 11	6 12	7 13	8 14	9 15						
1 8	2 9	3 10	4 11	5 12	6 13	7 14	8 15							
1 9	2 10	3 11	4 12	5 13	6 14	7 15								
1 10	2 11	3 12	4 13	5 14	6 15									
1 11	2 12	3 13	4 14	5 15										
1 12	2 13	3 14	4 15											
1 13	2 14	3 15												
1 14	2 15													
1 15														

2 -Laboratoriya ishi. Shaxsning motivatsion jabhasi. Muvaffaqiyatga erishish va muvaffaqiyatsizlikdan qochish motivatsiyasini o'rganish

Maqsad: Muvaffaqiyatga erishish va muvaffaqiyatsizlikdan qochish motivatsiyasini o'rganish (R.Elers bo'yicha).

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar varaqasi.

ELERSNING MUVAFFAQIYATGA ERISHISH MOTIVASIYASINI TASHXIS QILISH METODIKASI

Yo'riqnoma: Quyida berilgai 41 ta savolga "ha " yoki "yo'q " deb javob bering.

1. Ikkita ishdan birini zudlik bilan bajarish yoki ularni tanlash kerak bo'lsa, yaxshisi tezda unga kirishib, bajarib qo'ya qolgan afzal.

2. Berilgan topshiriqni 100% yaxshi bajara olmayotganligimni sezsam, juda qayg'uraman.

3. Ishlayotgan vaqtimda shunday berilib ketamanki, go'yoki hamma narsa shunga bog'liqday.

4. Muammoli vaziat paydo bo'lganda, men qaror chiqarishga shoshilmayman.

5. Ikki kun surunkali ishsiz qolsam, xalovatimni yo'qotaman.

6. Ba'zi kunlari mening muvaffaqiyatlarim o'rtachadan past bo'ladi.

7. Men o'zimga boshqalarga qaraganda ancha talabchanman.

8. Men boshqalardan ko'ra saxovatli, mehribonroq odamman.

9. Qiyin topshiriqni bajarishdan bosh tortgan paytlarimda, odatda men o'zimni koyiyman, chunki bilaman o'zim, agar o'sha ishga kirishganimda bajargan bo'lardim.

10. Ishlash davomida men tez-tez dam olib turishga ehtiyoj sezaman.

11. Tirishqoqlik va tinmaslik - mendagi asosiy sifat emas.

12. Mening mehnatdagi yutuqlarim doim xam bir xil emas.

13. Men bevosita o'zim bajarayotgan ish emas, balki boshqa ishlar ko'proq yokadi.

14. Maqtovdan ko'ra tanqid meni ko'proq ishlashga majbur qiladi.

15. Meni hamkasblarim ishchan deb hisoblashlarini yaxshi bilaman.

16. Ishdagi qiyinchiliklar mening qarorlarimni yanada qatirlashtiradi.

17. Mening nafsoniyatimga tegish juda ham oson.

18. Boshqalar mening ilhomsiz, tashabbussiz ishlayotganimni sezishadi.

19. Biror ishni bajarayotganimda men boshqalarning ko'magiga tayanmayman.

20. Men ba'zan hozir qilishim mumkin bo'lgan ishni keyinga koldiraman.

21. Odam faqat o'ziga ishonishi kerak.

22. Hayotda puldan ham muhim bo'lgan narsa deyarli yo'q.

23. Muhim biror topshiriqni bajarish kerak bo'lganda men doimo boshqa barcha tashvishlarni unutaman.

24. Men ko'pchilikka qaraganda, unchalik izzattalab emasman.

25. Ta'til oxirida men odatda yaqinda ishga chiqishimni o'ylab quvonaman.

26. Menga ish yoqsa, uni men boshqalarga nisbatan malakaliroq bajaraman.

27. Men ishga kirishib ketadigan insonlar bilan til topishim osonroq

bo'ladi.

28. Ishim yo'q paytlarda men o'zimni behalovat his qilaman.

29. Men boshqalarga nisbatan mas'uliyatli ishlarni tez-tez bajarishga to'g'ri keladi.

30. Qaror chiqarish mas'uliyati menga yuklansa, yaxshiroq bajarishga intilaman.

31. Mening do'stlarim meni ba'zan dangasa deb hisoblashadi.

32. Ma'lum ma'noda mening yutuqlarimda hamkasablarimning ulushi bor.

33. Rahbarning ra'yini qaytarishdan foyda yo'q.

34. Ba'zan qanday ish bajarish kerakligini ham bilmaysan.

35. Ishim yurishmay qolgan paytlarimda men betoqat bo'lib bezovtalanaman.

36. Men odatda o'z yutuqlaringa kam e'tibor beraman.

37. Boshqalar bilan ishlayotgan paytlarimda mening yutuqlarim boshqalarnikidan ko'proq va sezilarliroq bo'ladi.

38. O'z bo'yninga olgan ko'pgina ishlarni men oxiriga yetkaza olmayman.

39. Men ishi juda ko'p bo'lmagan odamlarga havas qilaman.

40. Men hokimiyatga intilgan va amalparastlarga havas qilmayman.

41. Men o'z yo'limning to'g'riligiga shubha qilmasam, uni amalga oshirish yo'lida hech narsadan toymayman.

Natijalarni qayta ishlash:

KALIT:

Siz quyidagi savollarning "ha" javoblari uchun 1 baldan oldingiz:

2,3,4,5,7,8,9,10,14,15,16,17,21,22,25,26,27,28,29,30,32,37,41.

Quyidagilarga "yo'q" deganingiz uchun ham 1 baldan oldingiz:
6,13,18,20,24,31,36,38,39.

Nihoyat, **1, 11, 12, 19, 23, 33, 34, 35, 40** savollarga berilgan javoblar hisobga olinmaydi.

Me'yoriy ko'rsatkichlar:

1 baldan 10 balgacha – muvaffaqiyatga nisbatan juda past motivatsiya;

11 baldan 16 balgacha – o'rta darajadagi motivatsiya;

17 baldan 20 balgacha – anchagina yuqori motivatsiya;

21 balldan yuqori – muvaffaqiyatga nisbatan o'ta yuqori motivatsiya

ELERSNING MAG'LUBIYATDAN QOCHISH MOTIVASIYASINI ANIQLASH METODIKASI

Yo'riqnoma: Sizga har birida 3 tadan so'z bo'lgan 30 qator so'zlar tavsiya etiladi. Har bir qatordan Sizga yaqin bo'lgan va xarakteringizga mos keladigan bitta so'zni tanlang va uni belgilang.

№	1	2	3
1	Dadil	Hushyor	Uddaburon
2	Kamsuqum	Tortinchoq	Qaysar
3	Ehtiyotkor	Kat'iyatli	Umidsiz, pessimist
4	O'zgaruvchan	Beparvo, befahm	E'tiborli
5	Aqlsiz	Qo'rqoq	Befarosat, loqayd
6	Chaqqon	Jasur, qo'rqmas	O'ylab ish ko'radigan
7	Sovuqqon	Ikkilanuvchan	Epchil, shijoatli, dovyurak
8	Intiluvchan	Yengiltak	Qurqoq
9	O'ylab ish qilmaydigan	O'zini ko'rsatish	Oldindan ko'ra olmaydigan
10	Optimist, kelajakka ishonch	Vijdonli	G'amxo'r (odamlarga)
11	Melanxolik, sust	Shubhali	Beqaror
12	Qo'rqoq	Pala-partish	Hayajonlanadigan
13	Niyatli, mo'ljalli	Pismiq, indamas	Qo'rqoq, xadiksiragan
14	E'tiborli	Befarosat	Mard, dadil
15	Fahm-farosatli	Shijoatli	Mardona
16	Uddaburon	Ehtiyotkor	O'ylab ish qiladigan
17	Tez xayajonlanadigan	Xayol-parishon	Uyatchan
18	Kamtar; kamsuqum	Ehtistsnz	Bee'tibor
19	Hadiksiragan	Katiyatsiz	Asabiy
20	Intizomli ijrochi	Sadoqatli	Niyat bilan ish ko'radigan
21	O'ylab ish qiladigan	Dadil, qo'rqmas	Shijoatli, qaytmas
22	Tobe, o'rgatilgan	Loqayd, beparvo	Pala-partish
23	Ehtiyotkor	Beg'am	Chidamli
24	Oqil	Mehribon, g'amxo'r	Jasoratli
25	Oldindan bashorat qiluvchi	Cho'chitib bo'lmaydigan	Vijdonan qaraydigan
26	Shoshqaloq	Qo'rqoq	Beg'am, tashvishsiz

27	Parishon	Mo'ljalli, niyatli	Umidsiz, pessimist
28	Kuzatuvchan, e'tiborli	Mulohazali	Uddaburon
29	Pismiq, indamas	Betartib	Qo'rqoq
30	Kelajakka ishongan	Hushyor	Beg'am, betashvish

Natijalarni qayta ishlash

KALIT:

Siz quyidagi holatlarda 1 ball olasiz, kalitda keltirilgan sonlarning chiziqcha oldidagisi kator sonini, orqasidagi - ustunlar sonini bildiradi, masalan. 1/2 bo'lsa, demak, 1-chi qatorda 2-chi ustundagi so'zni tanlagan bo'lsangiz, 1 bal olasiz, aks holda, ball olmaysiz.

Hisoblash kaliti:

1/2; 2/1; 2/2; 3/1; 3/3; 4/3; 5/2; 6/3; 7/2; 7/3; 8/3; 9/1; 9/2; 10/2; 11/1; 11/2; 12/1; 12/3; 13/2; 13/3; 14/1; 15/1; 16/2; 16/3; 17/3; 18/1; 19/1; 19/2; 20/1; 20/2; 21/1; 22/1; 23/1; 23/3; 24/1; 24/2; 25/1; 26/2; 27/3; 28/1; 28/2; 29/1; 29/3; 30/2.

Ballar soni qanchalik ko'p bo'lsa, himoya, mag'lubiyatdan qochish motivatsiyai darajasi ham shunchalik yuqori bo'ladi.

2 dan 10 ballgacha — *himoyaga nisbatan quyi motivatsiya.*

11 dan 16 ballgacha — *motivatsiyaning o'rtacha darajasi.*

17 dan 20 ballgacha - *motivatsiyaning yuqori darajasi.*

20 baldan yuqori — *o'ta yuqori daraja.*

3- Laboratoriya ishi. Motivatsiya va motivlarni o'rganish metodlari

Maqsad: “Motivning turli tarkibiy qismlaridan xabardorlikni ochib berish” metodikasi yordamida shaxs motivatsiyasining turli tarkibiy qismlarini baholash.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, tugallanmagan jumlar, javoblar varaqasi.

“Motivning turli tarkibiy qismlaridan xabardorlikni ochib berish” metodikasi A. V. Ermolin va E. P. Ilyin tomonidan ishlab chiqilgan. Metodikaning boshlang'ich materiali - topshiriqlarning ikkita varianti chop etiladigan shakl:

A varianti - tugallanmagan jumlar,

B varianti - savol-syujetlar.

Variant A

Ko'rsatma: Daftar varag'ini (so'rovnoma) oling va imzolang, sana, yosh, jinsni qo'ying. Sizning vazifangiz o'qilishi kerak bo'lgan tugallanmagan gapning raqamini qo'yish va o'zingizni berilgan vaziyatda tasavvur qilib, uning yoniga oxirini yozishdir. Agar siz hech qachon bunday vaziyatga tushib qolmagan bo'lsangiz, unda bu holatda nima qilishingizni taxmin qiling.

Tugallanmagan jumlar:

1. Men unchalik yaxshi qo'shiq aytmasam ham, maktab kechasida qo'shiq aytishga rozi bo'ldim, chunki...
2. Petya bilan do'st bo'lmasam-da, u kasal bo'lib qolganda uni uyiga borib ko'rishga rozi bo'ldim, chunki ...
3. Men zo'r sportchi bo'lmasam-da, men musobaqalarda qatnashdim, chunki...
4. Tashqarida sovuq bo'lsa-da, ota-onamning ko'ndirishiga qaramay, men shlyapa kiymadim, chunki ...
5. Ko'ldagi suv sovuq bo'lishiga qaramay, men ko'lda suzdim, chunki ...
6. Men uxlashni xohlayotganimga qaramay, muammoni hal qilishda davom etdim, chunki ...
7. Chanqadim va ... uchun oshxonaga bordim.

Variant B

Ko'rsatma: Sizga olti xil hayotiy vaziyatni ko'rib chiqish taklif etiladi. O'qilayotgan savol-syujet raqamini qo'ying, o'zingizni har bir syujetning qahramoni sifatida tanishtiring va savollarga javob bering (o'sha varaqning orqa tomonida yozma ravishda).

Syujet savollari:

1. Siz sinfda o'tirasiz va yozasiz. Sizning orqangizdagi qo'shningiz dam olishga qaror qildi va sizning bo'yningizni nimadir bilan qitiqlay boshladi. Nihoyat charchadingiz, kitobni olib, boshiga urdingiz. Shu payt o'qituvchi orqasiga o'girilib: "Ivanov, nega Petrovni urding?" - deydi. Nima deb javob berasiz?

2. Tashqarida yo'llar sirpanchiq. Siz yaqinlashib kelayotgan kampirga do'konga borishiga yordam berdingiz. Nega buni qildingiz?

3. Qiz sizga tilini ko'rsatdi va bunga javoban siz uni ahmoq dedingiz. O'qituvchi buni eshitib sizga tanbeh berdi. O'zingizni himoya qilishingizda o'qituvchiga nima deysiz?

4. Siz yugurish musobaqalari o'tkaziladigan stadionda o'tiribsiz. Sinfdoshingiz yugurib kelganida, siz chaqira boshladingiz: "Lyosha, bu yerga kel!". Nega qichqira boshladingiz?

5. Siz kontsertda o'tiribsiz. Xonandaning qo'shiq kuylashi sizga yoqmay, hushtak chala boshladingiz. Yoningizdagilar sizga norozi qarashdi. O'zingizni himoya qilish uchun ularga nima deysiz?

6. Siz uy vazifangizni tayyorlamadingiz va darsga kelganingizdan so'ng, partadoshingizdan undan yozib olishga ruxsat berishini so'radingiz. U javob berdi: "Sen buni o'zing qilishing kerak edi". Siz xafa bo'ldingiz va uni tanqid qildingiz. O'rtoqlaringiz sizni haqorat qila boshladilar. O'zingizni himoya qilish uchun ularga nima deysiz?

Natijalarni qayta ishlash

So'rovnomaga subyektlar motiv tuzilishining turli tarkibiy qismlariga ta'sir qiluvchi turli xil javoblar beradi. Ularning mazmunini tahlil qilish natijasida to'rtta guruh (toifa) javoblardan iborat tasnif matritsasi tuziladi.

1. Motiv tuzilishiga ta'sir qilmaydigan javoblar:

– tashqi holatlarga ishora (tashqarida issiq, sovuq edi; u aralashadi, chalg'itadi, birinchi bo'lib boshladi; so'radi, majbur qildi, taklif qildi va hokazo); harakatni belgilash (men jim bo'lardim, hech narsaga javob bermadim, kechirim so'radim); kod – Out(tashqi);

2. Ehtiyoj bloki bilan bog'liq javoblar:

– ehtiyojlar (men yeyishni, ichishni xohlardim; o'zimni ko'rsatishni, sinab ko'rishni xohlardim); kod - E;

– taassurot (jalb qilingan); kod - T;

– qiziqishlar (qiziqish, bilishga qiziquvchan, qiziq); kod - Q;

– majburiyat, zarurat (belgilashim kerak; buni qilishim kerak, kerak edi, rad eta olmadim); kod - M;

– motivatsion ustanovka (va'da qilingan, uzoq vaqt davomida qidirilgan, sababi bor edi, bu mening burchim); kod - MU .

3. "Ichki filtr"ga tegishli javoblar:

– e'lon qilingan axloqiy nazorat (siz jamoadan ajralib ketolmaysiz, men o'rtoqlarimni tushkunlikka tushirishni xohlamadim, jamoam uchun

xavotirdaman (kasal), keksalarni hurmat qilish kerak va hokazo); kod - EQAN;

– e'lon qilinmagan axloqiy nazorat (o'zini o'z o'rniga qo'yish, u yolg'iz o'zini yomon his qildi, yiqilib ketishi mumkin edi, buni hech kim xohlamadi, lekin kimgadir kerak edi; kimdir buni qilishi kerak; u mening do'stim); kod - EQMAN;

– tashqi belgilarni afzal ko'rish (menga yomon ko'rinadi, menga ko'proq mos keladi va hokazo); kod -TBAK;

– ichki afzallik - moyilliklar (menga yoqadi, buni qilishni yaxshi ko'raman va hokazo); kod - IA;

– ruhiy (hissiy) holatlarni baholash (charchoq, zerikish, qo'rqish va boshqalar); kod - HB;

– o'z imkoniyatlarimni baholash (men tajribali, kuchli, jasurman; qila olaman, qila olaman; bu menga ko'p muammo tug'dirmaydi); kod - ImB ;

– shartlar va kelgusi harakatlarni, energiya xarajatlarini baholash (men bunga ko'nikib qolganman, bu qiyin emas, men qila olmayman, imkoniyat, mablag' yo'q va hokazo); kod - ESB ;

– oqibatlarini bashorat qilish (men ikkilanishim mumkin, ertaga ular so'rashadi, men g'alaba qozonishim mumkin, bu ... ga olib kelishi mumkin); kod - NB .

4. Maqsad blokiga oid javoblar:

– obyektiv harakatlar (suv quyish, non olish, chiroqni yoqish, ovqat sotib olish, uy vazifasini bajarishga yordam berish va hokazo); kod – H;

– ehtiyojni qondirish jarayoni (ichish, ovqatlanish, dam olish, zavqlanish va boshqalar); kod - F;

– ehtiyoj (semantik) maqsad (yaxshi baho olish, maqtovg'a sazovor bo'lish, tashnalikni, ochlikni qondirish; men qila olaman deb o'zini ishontirish va hokazo); kod - SM.

Ushbu toifadagi javoblar asosida olingan ma'lumotlar matritsali jadvalga kiritiladi:

Xulosa

Har bir respondentning javoblarini tahlil qilib, u barcha holatlarni qanchalik to'liq hisobga olishini bilib olishingiz mumkin (motivatorlar) yoki ulardan faqat biriga e'tibor qaratiladi, u tashqi sharoitlar yoki ichki omillarga ko'proq e'tibor berishga moyilmi, qanchalik chuqur kirib borishga harakat qiladi. Uning faoliyati va harakatlarining asosiga, ya'ni

motivning tuzilishi uning ongida qanchalik to'liq aks etganligi, uning qarorlari qanchalik oqilona qabul qilinganligiga bog'liq.

4- Laboratoriya ishi. Guruhdagi xulq-atvor motivatsiyasini o'rganish

Maqsad: shaxsning guruhdagi xatti-harakatlarning asosiy tendensiyalari diagnostikasi.

Kerakli jihozlar: metodika savolnomasi, javoblar varaqasi.

"Q - saralash: real guruhdagi xatti-harakatlarning asosiy tendensiyalari diagnostikasi" metodikasi

Metodika V. Stefanson tomonidan ishlab chiqilgan bo'lib, haqiqiy guruhdagi inson xatti-harakatlarining oltita asosiy tendensiyasini aniqlashga imkon beradi: qaramlik, mustaqillik, muloqotchanlik, muloqotchanlikning yetishmasligi, "kurash" ni qabul qilish va "kurash" dan qochish. Qaramlikka moyillik insonning guruh standartlari va qadriyatlarini qabul qilishga bo'lgan ichki istagi sifatida aniqlanadi. Muloqotga moyillik aloqani, o'z guruhida ham, undan tashqarida ham hissiy aloqalarni shakllantirish istagini anglatadi. "Kurash"ga moyillik insonning guruh hayotida ishtirok etishga, shaxslararo munosabatlar tizimida yuqori maqomga erishishga faol intilishini bildiradi. Mustaqillikka moyillik, muloyimlik yo'qligi, "kurash"dan qochish, aksincha, o'zaro munosabatlardan qochish, nizo va nizolarda betaraf bo'lish tendensiyasidan dalolat beradi.

Ko'rsatma: Sinaluvchiga shaxsiy xususiyatlarning bayonotlari yoki nomlarini o'z ichiga olgan kartalar to'plami taklif etiladi. Ular uning uchun "eng xarakterli" dan "kam xarakterli" ga qadar guruhlariga bo'linishi kerak.

Tadqiqot quyidagicha amalga oshiriladi. Sinaluvchiga bayonot yozilgan karta taqdim etiladi va agar u o'zini ushbu guruh a'zosi sifatidagi fikriga mos keladigan bo'lsa, "ha" yoki uning fikriga zid bo'lsa, "yo'q" deb javob berish so'raladi va faqat istisno hollarda javob berishga ruxsat beriladi: "Men shubha qilaman"; ya'ni kartalar uchta guruhga bo'lingan.

Anketa matni

1. Atrofdagi o'rtoqlarni tanqid qilaman.

2. Guruhda mojaro boshlanganida tashvishga tushaman.
3. Men rahbarning maslahatiga amal qilishga moyilman.
4. Men o'rtoqlarim bilan yaqinlashishga moyil emasman.
5. Guruhning do'stona munosabati menga yoqadi.
6. Men rahbarga qarshi chiqishga moyilman.
7. Guruhning faqat bir yoki ikkita a'zosiga hamdardman.
8. Uchrashuvlar va guruh yig'ilishlaridan qochaman.
9. Menga rahbarning maqtovlari yoqadi.
10. Men mulohazalar va xulq-atvorda mustaqilman.
11. Munozarada taraf bo'lishga tayyorman.
12. Men o'rtoqlarga rahbarlik qilishga moyilman.
13. Men bir nechta do'stlarim bilan muloqot qilishdan xursandman.
14. Guruh a'zolaridan menga nisbatan dushmanlik namoyon bo'lishida men tashqi tomondan xotirjamman.
15. Men o'z guruhimning kayfiyati va fikrini qo'llab-quvvatlashga moyilman.
16. Guruh a'zolarining shaxsiy fazilatlariga ahamiyat bermayman.
17. Men o'z maqsadimni guruh maqsadlariga qarshi qo'yishga, uni guruh maqsadiga erishishdan chalg'itishga moyilman.
18. Men rahbarga qarshi turishni yaxshi ko'raman.
19. Guruhning ba'zi a'zolari bilan yaqinlashishni xohlayman.
20. Men bahsda betaraf bo'lishni afzal ko'raman.
21. Rahbarning guruhni faol boshqargani menga yoqadi.
22. Men kelishmovchiliklarni xotirjam muhokama qilishni afzal ko'raman.
23. Men o'z his-tuyg'ularimni bildirishda yetarlicha o'zimni tutmayman.
24. Atrofimga hamfikrlarni to'plashga intilaman.
25. Guruhdagi haddan tashqari rasmiy munosabatlardan noroziman.
26. Meni ayblashsa, men adashib, jimman.
27. Men guruhning turmush tarzi bilan birga borishni afzal ko'raman.
28. Men guruhning alohida a'zolaridan ko'ra ko'proq unga bog'langanman.
29. Men janjalni og'irlashtirishga va cho'zishga moyilman.
30. Men diqqat markazida bo'lishga intilaman.
31. Men kichikroq guruh a'zosi bo'lishni xohlayman.
32. Men murosa qilishga moyilman.

33. Rahbar kutganlarga qarshi chiqsa, men ichki tashvishni boshdan kechiraman.

34. Men o'rtoqlarimning so'zlariga sezgirman.

35. Men ayyor va bema'ni bo'lishim mumkin.

36. Men guruhda yetakchilikni o'z qo'lingizga olishga moyilman.

37. Men guruhda ochiq gapiraman.

38. Guruhdagi kelishmovchiliklar paytida men xavotirga tushaman.

39. Men rahbarning ishni rejalashtirish uchun mas'uliyatni o'z zimmasiga olishini afzal ko'raman.

40. Men do'stlikning namoyon bo'lishiga javob berishga moyil emasman.

41. Men o'rtoqlarimga tez-tez g'azablanaman.

42. Boshqalarni rahbarga qarshi olib borishga harakat qilaman.

43. Guruhdan tashqari tanishlarimni osongina topaman.

44. Men munozaraga aralashmaslikka harakat qilaman.

45. Guruhning boshqa a'zolarining takliflariga bemalol qo'shilaman.

46. Jamoamizda guruhlarining shakllanishiga qarshilik qilaman.

47. Men bezovtalansam, masxara va istehzoli bo'lib qolaman.

48. Menda ajralib turishga harakat qiladiganlarni yomon ko'raman.

49. Men kichikroq, ammo yaqinroq guruhni afzal ko'raman.

50. Men haqiqiy his-tuyg'ularimni ko'rsatmaslikka harakat qilaman.

51. Guruhdagi kelishmovchiliklarda men yetakchi tarafini olaman.

52. Men muloqotda aloqalarni o'rnatishda faolman.

53. Men o'rtoqlarimni tanqid qilishdan qochaman.

54. Men boshqalardan ko'ra etakchi bilan tez-tez aloqa qilishni afzal ko'raman.

55. Guruhdagi munosabatlar juda tanish ekanligini yoqtirmayman.

56. Men bahslarni boshlashni yaxshi ko'raman.

57. Men guruhdagi ijtimoiy mavqeimni yaxshilashga intilaman.

58. Men o'rtoqlar bilan muloqotga aralashib, uni buzishga moyilman.

59. Men "xo'roz"man, "janjallarga" moyilman.

60. Men rahbardan noroziligimni bildirishga moyilman.

Natijalarni qayta ishlash

Mavzuning javoblari tegishli shkalaga joylashtiriladi (diagnostika kalitiga qarang) va konjugatsiyalangan tendensiyalarning har biri uchun "ha" va "yo'q" javoblari uchun 1 ball beriladi. Bir tendensiyaning inkor

etish qutbli tendensiyaning tan olish bo'lganligi sababli, bir shkala bo'yicha "ha" va qarama-qarshi tendensiya shkalasi bo'yicha "yo'q" javoblari uchun ballar umumlashtiriladi. Agar har qanday shkala bo'yicha ballar yig'indisi qarama-qarshi shkaladagi yig'indiga teng bo'lsa yoki unga yaqin bo'lsa, bu guruhdagi qarama-qarshi xatti-harakatlar tendensiyalarining bir xil jiddiyligi tufayli sinovdan o'tgan shaxsda ichki ziddiyat mavjudligini ko'rsatadi.

Diagnostika uchun kalit

1. Qaramlik (tobelik) - 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 54.
2. Mustaqillik - 6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 57, 60.
3. Muloqotchanlik - 5, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 52.
4. Muloqotchanlikning yetishmasligi - 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 55, 58.
5. "Kurashish" ni qabul qilish - 1, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47, 56, 59.
6. "Kurashish" dan qochish - 2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 53.

Mavzuning javoblari mos keladigan kalitlar bo'ylab tarqaladi va juftliklarning har biri uchun tendensiyalar hisoblab chiqiladi. Bitta sifatni inkor etish qutbli sifatni tan olish bo'lganligi sababli, qarama-qarshi tendensiyalarning "yo'q" javoblari soniga "ha" javoblar soni qo'shiladi. Shaxs xususiyatlarining jiddiyligi mutlaq ko'rsatkichlarda emas (masalan, me'yoriy namunaning natijasiga munosabat, statistik me'yor), balki subyektning boshqa xususiyatlarining jiddiyligiga nisbatan o'lchanadi. Texnika real guruhdagi inson xulq-atvorining oltita asosiy tendensiyasini aniqlashga imkon beradi: qaramlik, mustaqillik, xushmuomalalik, xushmuomalalik yo'qligi, "kurash" ni qabul qilish va "kurashdan qochish".

Natijada, VI sanab o'tilgan tendensiyalarning har biri uchun umumiy miqdoriy ta'rifni olamiz. Natijalarni +1 dan -1 gacha kamaytirish uchun biz har bir juftlikning natijaviy sonini (kurashni qabul qilish va kurashdan qochish va hokazo) 10 ga bo'lamiz. "Ha" javobi ijobiy belgiga ega deb taxmin qilinadi, va "yo'q" javobi salbiy. Alohida tendensiyalar bo'yicha uchta yoki to'rtta "shubha" javoblari biz tomonidan qat'iyatsizlik, qo'rqinchlilik, asteniklik belgisi sifatida qabul qilinadi, ammo boshqa hollarda bu xatti-harakatlarning ma'lum bir selektivligini, taktik moslashuvchanligini, stenikligini ko'rsatishi mumkin. Bu fazilatlarni boshqa shaxsiy xususiyatlar bilan birgalikda tahlil qilish orqali tekshirish mumkin.

Qaramlik tendensiyasi shaxsning guruh standartlari va qadriyatlarini qabul qilishga bo'lgan ichki istagi sifatida aniqlanadi: ijtimoiy va axloqiy va axloqiy. Muloqotga moyillik aloqani, o'z guruhida ham, undan tashqarida ham hissiy aloqalarni shakllantirish istagini anglatadi. «Kurash»ga moyillik - shaxsning guruh hayotida ishtirok etishga, shaxslararo munosabatlar tizimida yuqori maqomga erishishga faol intilishi; bu tendensiyadan farqli o'laroq, "kurash" dan qochish o'zaro ta'sirdan uzoqlashish, guruh nizolari va nizolarida betaraflikni saqlash istagi va murosaga kelish tendensiyasini ko'rsatadi. Bu tendensiyalarning har biri, bizningcha, ichki va tashqi xususiyatga ega, ya'ni qaramlik, xushmuomalalik va "kurash" haqiqiy, ichki mavjud bo'lgan shaxsiyat bo'lishi mumkin va tashqi bo'lishi mumkin, insonning haqiqiy yuzini yashiradigan o'ziga xos "niqob" bo'lishi mumkin. odam. Agar har bir konjugatsiyalangan juftlikdagi ijobiy javoblar soni (qaramlik - mustaqillik, xushmuomalalik - xushmuomalalik yo'qligi, "kurash" ni qabul qilish - "kurash" dan qochish) 20 ga yaqinlashsa, u yoki buning haqiqiy ustunligi haqida gapiramiz. shaxsga xos bo'lgan va nafaqat ma'lum bir guruh ichida, balki undan tashqarida ham o'zini namoyon qiladigan barqaror tendensiya.

Tashxis qo'yilgan shkala bo'yicha, "ha" va "yo'q" javoblarining yig'indisi mos kelganda nol ball ham mumkin. Aynan shu holat bir xil zo'ravonlikka ega bo'lgan qarama-qarshi tendensiyalar kuchiga ega bo'lgan shaxsning ichki ziddiyatining manbai bo'lishi mumkin. Asosiy psixologik tashxisni shakllantirish eng aniq ko'rsatkichga asoslanib, shaxsning shaxslararo xatti-harakatlaridagi etakchi tendensiyaning aniqlashni o'z ichiga oladi.

O'zi haqidagi g'oyalarni har bir kishining guruhdagi har bir kishi haqidagi fikri bilan solishtirish uchun o'zaro baholash sifatida ushbu uslubdan foydalanish alohida qiziqish uyg'otadi.

5- Laboratoriya ishi. Shaxs emotsional holatini tashxis etish

Maqsad: Shaxsning emotsional holatini "Bezovtalik. Depressiya, Asteniya" ("BDA") metodikasi yordamida o'rganish.

Kerakli jihozlar : metodika namunasi, javoblar blankasi.

Hozirgi davrda turli yoshdagi o'quvchilar ruhiy holatlarini diagnostika qilish muammosi alohida dolzarb ekanligini kasb etmoqda. Buning asosiy sababi egallangan bilimlar ko'lamining kengayganligi,

inson hayoti va faoliyatining barcha sohalaridagi axborotlarning ko'payib borayotganligidir.

Ruhiy holatning sifat xususiyatlari xilma-xil bo'lib, ular quvonch, qayg'u, tekislik, ruhiy ko'tarinkilik yoki tashvish, sarosimalik, bezovtalik va h.k. Ta'lim jarayonida ularning barharor kayfiyatini vujudga keltirish-bilish faolligining negizi hisoblanadi. Shuning uchun ham o'quvchi ruhiy holatlarini o'rganish, ularda o'ziga xos xususiyatlarning namoyon bo'lishi va bilish faoliyatining har xil ko'rinishlariga ta'sirini aniqlash muhim ahamiyatga ega.

Hozirgi paytda turli diagnostik metodikalar yordamida ruhiy holatlarni o'rganish mumkin: N.P.Kaskoning ko'pgina laboratoriyalarda sinalgan va moslashtirilgan so'rovnomasi, Ayzenkning shaxs so'rovnomasi, J.Teylor so'rovnomasi va boshqalar.

Ularning qo'llanilishi katta matematik ishlov talab qilishi tufayli sermashaqqat jarayondir. Ayniqsa, guruh bilan ish olib borganda, ushbu so'rovnomalar ko'p vaqtni talab etadi hamda natijalarni qayta ishlashni tezkor amalga oshirishning imkoniyati yo'q.

1. **Gnostik:** havaskorlik, sinchkovlik, hayratlanish, ajablanish, taajjublanish, ikqilanish, gangish, xayolparastlanish, qiziqish, diqqat e'tiborlilik.

2. **Emotsional:** shodlik, xafalik, hamginlik, nafrat, alam, g'azab, qoniqish, jur'atsizlik, qo'rquv, dahshat, intilish, ishqibozlik, affekt.

3. **Irodaviy:** faollik, hat'iylik, hat'iyatsizlilik, dadillik, dadilsizlik, vazminlik, yengillik, xotirjamlik.

4. **Mehnat psixik holatlari:** tayyorlik, tayyor emaslik, ilhom, ruhlanganlik, hayratlilik, lanjlik, loqaydlilik, ishchanlik, mahmadonachilik, charchoqlik, chidam, chidamsizlik.

5. **O'quv psixik holatlari:** hayajonli, ezilganlik, tormozlanganlik, berilganlik, xayolparishonlik, diqqat-e'tiborsizlik, e'tiborlilik, qiziqish, befarqlik.

6. **Sport psixik holatlari:** shaylik, bo'shashganlik, zo'rihish, harakatchanlik, tanglik, dadillik, dadilsizlik, tetiklik, loqaydlik, maqsadga intilganlik, mas'uliyatlilik.

7. **Optimal psixik holatlar.**

8. **Stress holatlar.**

9. **Depressiv psixik holatlar.**

10. **Suggestiv (ishontirilganlik) holatlar:**

a) geterasuggestiv,

b) autosuggestiv,

11. Didaktogen (nevroz) psixik holatlar.

O‘quvchilarning ruhiy holatini o‘rganishda Qozon tibbiyot instituti xodimlari tomonidan tuzilgan va professor I.Ye.Shvarts tomonidan pedagogik maqsadlarga muvofiqlashtirilgan so‘rovnomaning qo‘llanilishini maqsadga muvofiq. Mazkur metodika muallif tomonidan qayta ishlanib, mahalliy muhitga moslashtirilgandir.

“Bezovtalik. Depressiya, Asteniya” (“BDA”) metodikasi bilan ishlash tartibi quyidagicha: “BDA” so‘rovnomasi 30 savoldan iborat bo‘lib, ular 3 guruhga (shkalaga) bo‘lingandir.

Bezovtalik shkalasi: So‘rovnomaning shu guruh savollarida shaxsning o‘z harakatlaridan parokandalik, tashvishlanish ustuvorligi, shaxslararo munosabatda, dars jarayonida, savollarga javob berish va yakuniy nazorat vaqtida ishonchsizlik, beharorlik kabi ruhiy holatlarning belgilari o‘z aksini topgan. So‘rovnomaning: 3, 8, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 26, 28 raqamli 10 ta savoli tashvish va bezovtalanish holatlari alomatlarini izohlaydi. (1-jadvalga qarang)

Depressiya shkalasi: Ushbu shkalaga taalluqli savollar shaxsda kayfiyatning tushishi, atrofdagilar bilan muomala qilishning cheklanishi, qiziqishning pasayishi, hamginlik tuyg‘usi, ishchanlik qobiliyatidagi sarosimalik, frustratsiya, pessimizm, qaltislik tavsif belgilarini mujassamlashtirgan. Depressiv holatlarni izohlovchi 10 ta savol quyidagilardan iboratdir: 1, 4, 10, 12, 13, 24, 25, 27, 30 (2-jadvalga qarang)

Asteniya shkalasi. Ishchanlik qobiliyatining pasayishi, tez toliqish, serzardalik, serjaqlilik, hissiy betayinlik, diqqatning buzilishi kabi belgilar o‘z aksini topgan. Shu holatlarni izohlovchi so‘rovnomadagi 10 ta savol quyidagilardir: 2, 5, 6, 7, 9, 11, 14, 15, 23, 29 (3-jadvalga qarang).

Mazkur shkalalarning alohida ajratilishi o‘quvchilar ruhiy holatlarining o‘ziga xos sifatlarini baholashda differentsial yondashishga imkon beradi.

Sinaluvchiga ko‘rsatma: “Sizning kayfiyatingizni aniqlashga yordam beradigan qator savollarga javob berishingiz lozim. Ularni diqqat bilan o‘qing va haqqoniy javob berishga harakat qiling. Agar so‘rovda ko‘rsatilgan holat sizda umuman bo‘lmasa-5, agar juda ba'zida uchrasa-4, vaqt-vaqtida bo‘lsa-3, agar ko‘pincha takrorlansa-2, uzluksiz qayd etilsa-1 raqamlarning ostiga savolning qarshisiga belgi qo‘ying.

Javob berishda uzoqo‘ylamang, fikringizga kelgan birinchi javobni belgilashga harakat qiling. Marhamat boshlang”

№	SAVOLLAR	JAVOBLAR				
		5	4	3	2	1
1	Siz sustlashib, lanj bo‘lib qolayotganingizni, ilgarigi kuch-quvvatingiz pasayishini payqayapsizmi?					
2	Uyqudan so‘ng o‘zingizni horg‘in va “chilparchin” (dam olmagan)day his qilasizmi?					
3	Sizni nimadir bezovtalantirilganda, uxlashingiz qiyinlashadimi?					
4	O‘zingizni ruhiy tushkun va ezilgandek his qilasizmi?					
5	O‘zingizda ruhiy charchoq va tolihishni his qilasizmi?					
№	SAVOLLAR	JAVOBLAR				
		5	4	3	2	1
6	Oldin qilib yurgan ishingizni qiyinchilik bilan amalga oshirayotganligingizni, unga endi katta kuch sarflayotganligingizni his qilasizmi?					
7	Biroz parishonxotir va e’tiborsiz bo‘lganingizni, bir narsani qaerga qo‘yganingizni unutganligingizni yoki hozirgina qilmoqchi bo‘lgan ishingizni eslay olmayotganligingizni payqadingizmi?					
8	Sizda hech bir sababsiz bezovtalik qollari bo‘ladimi? (biror bir ko‘ngilsiz voqea ro‘y berishi mumkinday)					
9	Siz duv-duv ko‘z yoshi to‘kib yig‘laysizmi?					
10	Do‘stlashishga va xushvaqtlikka bo‘lgan ehtiyojingiz kamayganligini payqadingizmi?					
11	Siz keyingi paytda serzarda va serjahl bo‘layotganligingizni sezayapsizmi?					
12	Xayolingizga-“Mening hayotimda baxt va quvonch kam”., degan fikr keladimi?					
13	Siz negadir loqayd bo‘lib qolganingizni, avvalgi qiziqish va ishtiyoqingiz yo‘qligini payhadingizmi?					
14	Siz shu darajada sezgirsiz-ki, baland tovushlar, yorqin nur va o‘tkir rangli bo‘yoqlar g‘ashingizga tegadi?					
15	Siz qo‘l va oyoq barmoqlarida yoki tanangizda					

	sanchilish, junjikish, uvushib qolish va yoqimsiz hislarni sezasizmi?					
16	O'zingizni qo'yishga joy topolmaydigan bezovtalik qollari uchrab turadimi?					
17	Kutish sizni asabiylashtiradimi?					
18	Siz bosinqiraysizmi, qo'rqinchli tushlar ko'rasizmi?					
19	Siz ko'pincha birov yoki biror narsa uchun hay'urib bezovtalanasizmi?					
20	Kishilarning sizga nisbatan e'tiborsizligini, atrofdagilaringiz sizni tushunishi va hamdardlik qilishga harakat qilmasligini va o'zingizni yolg'iz sezish hollarini his qilasizmi?					
21	Siz qo'l yoki oyoqlaringiz qaltirashini, bunda bezovtalik hissini sezganmisiz?					
22	O'zingizda chidamsizlik, jonsaraklik, xovliqmalik holatlarini his qilasizmi?					
23	Tez xafa bo'lasizmi?					
24	Tez-tez yolg'iz qolishni istaysizmi?					
№	SAVOLLAR	JAVOBLAR				
		5	4	3	2	1
25	Yaqnlaringiz sizga loqayd yoki yoqtirmaslik nazari bilan munosabatda bo'lishlarini payqaysizmi?					
26	O'zingizni jamiyatda siqilgan va qat'iyatsizday his qilasizmi?					
27	Do'stlaringiz yoki yaqinlaringizni o'zingizga nisbatan baxtliroq deb bilasizmi?					
28	Qaror qabul qilishdan oldin o'ylanasizmi?					
29	Kayfiyatingiz tez o'zgarib turadimi?					
30	Ko'pgina ko'ngilsizliklarga o'zim aybdor degan fikrga kelasizmi?					

Natijalarni qayta ishlash
Bezovtalik DK qiymatlar jadvali. q-jadval

Izchillik №	1	2	3	4	5
Savol №					
3	-1,33	-0,44	1,18	0,31	0,87
8	-1,08	-1,3	-0,6	0,37	1,44

16	-1,6	-1,34	-0,4	-0,6	0,88
17	-1,11	0	0,54	1,22	0,47
18	-0,9	-1,32	-0,41	0,41	1,2
19	-1,19	-0,2	1,0	1,04	0,4
21	-0,78	1,48	-1,38	0,11	0,48
22	-1,26	-0,93	-0,4	0,34	1,24
26	-1,23	-0,74	0	0,37	0,63
28	0,92	-0,36	0,28	0,56	0,1

Depressiya DK qiymatlari jadvali. w-jadval

Izchillik № Savol №	1	2	3	4	5
1	-1,58	-1,45	-0,41	0,7	1,46
4	-1,51	-1,58	-0,34	0,58	1,4
10	-1,45	-1,26	-1	0	0,83
12	-1,38	-1,62	-0,22	0,32	0,75
13	-1,3	-1,5	-0,15	0,8	1,22
20	-1,34	-1,34	-0,5	0,3	0,73
24	-1,2	-1,23	-0,36	0,56	-0,2
25	-1,08	-1,08	-1,18	0	0,46
27	-1,2	-1,26	-0,37	0,21	0,42
30	-1,08	-0,54	-0,1	0,25	0,32

Asteniya DK qiymatlari jadvali. e-jadval.

Izchillik № Savol №	1	2	3	4	5
2	-1,51	-1,14	-0,4	0,7	1,4
5	-1,5	-0,33	-0,9	1,32	0,7
6	-1,3	-1,58	-0,6	0,42	1,0
7	-1,62	-1,18	0	0,79	1,18
9	-1,56	-0,7	-0,12	0,73	1,35
11	-1,62	-0,6	-0,26	0,01	1,24
14	-1,93	-0,8	-0,1	0,6	1,17
15	-1,19	-0,44	0,18	1,2	1,08
23	-1,58	-0,23	0,34	0,57	0,78
29	-1,5	-0,56	0,38	0,56	0

Javoblardagi chizilgan har bir son o'ziga xos doimiy qiymatga ega, bu diagnostik koeffitsient (DK)dir (1, 2, 3 jadvalga qarang). Bu

diagnostik koeffitsient qiymatlarini tagiga chizilgan sonlar o'rniga qo'yib, har bir ajratilgan shkala bo'yicha ularning algebraik yig'indisini hisoblab topish mumkin. Bu ruhiy holat ifodasi o'rganilayotgan sinaluvchining yakuniy bahosi hisoblanadi. Olingan qiymatlarni ishlab chihish qulay bo'lishi uchun har bir sinaluvchiga shkalalar bo'yicha jadvallar tuzish mumkin.

Sinaluvchining javoblarini diagnostik koeffitsient qiymatiga kodlash.

«Bezovtalik» shkalasi uchun jadval. r-jadval

Sinaluvchilar F.I.Sh.										
Savol tartib raqami	3	8	16	17	18	19	21	22	26	28
Tagi chizilgan sonning tartib raqami	3	4	5	4	5	2	5	2	3	3
DK qiymati	1,18	0,37	0,88	1,22	1,2	-0,2	0,48	-0,93	0	0,28
Bezovtalik bahosi	4,48									

Sinaluvchilarning javoblari jadvalga qayd qilinadi va ma'lum ketma-ketlikda kodlashtiriladi. Birinchi gorizontal satrga sinaluvchining familiyasi, ismi va sharifi yoziladi. Ikkinchisiga-anketa savollari tartib raqami yoziladi. Uchinchi gorizontal satrga savolga tegishli bo'lgan sinaluvchi tagiga chizgan sonning tartib raqami yoziladi.

To'rtinchisiga-diagnostik koeffitsientning qiymati qayd qilinadi, bu koeffitsient DK qiymatlari jadvalidan har bir shkala uchun olinadi (1, 2, 3 jadval). To'rtinchisiga ruhiy holat bahosi yoziladi (Bezovtalik, depressiya, asteniya), u UDK qiymatlari algebraik yig'indisidan olinadi.

“Depressiya” va “asteniya” shkalalari uchun ham bir sinaluvchiga shunaha jadvallar tuziladi va to'ldiriladi. Miqdoriy xususiyatlarga ega bo'lgan psixodiagnostika natijalari, sinaluvchilar ruhiy holatlarini keragicha aniqlab beradi.

DK qiymatlari yig'indisini hisoblashda raqamlar bilan ifodalangan belgiga e'tibor beriladi. Manfiy belgi nevroz (ruhiy zo'rihish) alomatlari namoyon bo'lishini, musbat belgi bunaha alomatlar yo'qligini bildiradi.

Bezovtalik, depressiya va asteniya ta'sirlarining sinaluvchida qiymatlar yig'indisi-1,28dan kam bo'lganda aniqlanadi.

Agar manfiy natijalar bir vaqtda uchta shkala bo'yicha $-1,28$ dan kam bo'lsa ($-3,20$ yoki $-2,75$ va hokazo) sinaluvchining ruhiy kamchiligi borligi ma'lum bo'ladi.

Ruhiy holatlarni diagnostikalash natijalari asosida bezovtalik, asteniya va depressiya holatlarini korrektsiyalash (tuzatish) ishlari, ruhiy zo'rihishning oldini olish psixoprofilaktik va psixogigienik tadbirlari ishlab chiqiladi. Shunday tadbirlardan biri ruhiy zo'rihishi bor o'quvchilar va o'qituvchilarga o'z ruhiy holatlarini boshharish, idora etish va tarbiyalash usullarini o'rgatishdir.

6 - Laboratoriya ishi : Shaxs tajovuzkorlik holatini tashxis etish

Maqsad: shaxs tajovuzkorlik holatini Bass-Darki testi yordamida aniqlash.

Kerakli jihozlar: Bass-Darki testi so'rovnomasi, javoblar varaqasi.

Tajovuz holati tashxisi (Bass-Darki testi)

Bass-Darki tajovuzkorlik so'rovi respondentlarning tajovuzkorlik darajasini aniqlash uchun mo'ljallangan. Anketa 75 ta bayonotdan iborat bo'lib, 2005 - yilda A.A. Xvan, Yu.A. Zaitsev va Yu.A. Kuznetsovalar tomonidan rus tilida standartlashtirilgan.

Agressivlik deganda, asosan, subyekt-subyekt munosabatlari sohasida buzg'unchi tendentsiyalarning mavjudligi bilan tavsiflangan shaxsning mulki, sifati tushuniladi. Ehtimol, inson faoliyatining buzg'unchi tarkibiy qismi ijodiy faoliyatda zarurdir, chunki individual rivojlanish ehtiyojlari odamlarda to'siqlarni bartaraf etish va yo'q qilish, bu jarayonga qarshi bo'lgan narsalarni yyengish qobiliyatini muqarrar ravishda shakllantiradi.

A. Bass tajovuzkorlik va dushmanlik tushunchalarini ajratib, ikkinchisiga quyidagicha ta'rif berdi: "... odamlar va hodisalarga salbiy his-tuyg'ularni va salbiy baholarni rivojlantiruvchi reaktsiya". Agressiya va dushmanlik ko'rinishlarini farqlovchi o'zlarining so'rovnomalarini yaratib, A. Bass va A. Darki reaksiyalarning quyidagi turlarini aniqladilar:

Jismoniy tajovuz – boshqa odamga nisbatan jismoniy kuchdan foydalanish.

Bilvosita tajovuz – boshqa odamga bilvosita yo'naltirilgan yoki hech kimga yo'naltirilmagan tajovuz.

Tajanglik – arziyas narsa ta'sirida salbiy hissiyot larni namoyish etishga tayyorlik.

Negativizm – mavjud qonun-qoidalarga shunchaki qarshi chiqishdan tortib, ular bilan kurashishgacha bo'lgan reaksiyalar.

Xafagarchilik – boshqalardan ularning haqiqiy yoki hayoliy harakat lari sababli nafratlanish va ularga xasad qilish.

SHubhalanuvchanlik – extiyotkorlik va boshqalarga ishonchsizlikdan tortib, boshqalarning yomon niyatda ekanligiga qattik ishonish.

Verbal tajovuz – negativ hissiyot larning turli tovushlar bilan (qiyqirish, chiyillash) yoki so'zlar bilan (qarg'ish, so'kinish) ifodalanish.

Aybdorlik hissi – subyektning o'zini yomon inson deb o'ylashi, qilayotgan ishlari yomonlik degan hayolga borishi, vijdon azobidan qiynalishi.

Savolnoma 75 ta hukmdan iborat. Biz so'rovnomani taxrir qildik, ko'rsatkichlarni hisoblash jarayonini unifikatsiyaladik, uning validligi va ishonchliligini tekshirdik.

Yo'riqnoma: Quyidagi xukmlarni o'qib (yoki eshitib) ularni o'z xulq-atvoringiz bilan solishtiring va unga mos yoki emasligini bildirish uchun berilgan javob variantlaridan birini: «ha», «ha shekilli», yoki «yuq shekilli», «yuq» tanglang.

Metodika so'rovnomasi

1. Ayrim paytlarda birovga zarar etkazmasdan tura olmayman.
2. Ba'zida o'zimga yoqmagan odamlarni g'iybat qilishim mumkin.
3. Jahlim tez chiqadi-yu, ammo o'zimni tezgina tinchlantira olaman.
4. Agar mendan biror narsani bajarish yaxshilikcha so'ralmasa, iltimosni bajarmayman.
5. Har doim ham o'zimga tegishli narsalarni qo'lga kirita olmayman.
6. Boshqalar orqamdan gapirishlarini bilaman.
7. Agar boshqa odamlarning harakatlari menga yoqmasa, buni ularga dangal aytaman.
8. Bordiyu biror kishini aldasam, vijdonim qiynaladi.
9. Menimcha odamga qul kutara olmasam kerak.
10. Men qachon narsalarni otib yuboradigan darajada jahlim chiqmaydi.

11. Birovning kamchiliklarini doim kechira olaman.
12. Oʻrnatilgan tartib qoida menga yoqmasa, uni buzgim keladi.
13. Boshqalar qulay vaziyatlardan deyarli hamma vaqt foydalanadilar.
14. Oʻzini men uylagandan ortiq doʻstona tutayotgan odamlarga biroz shubha bilan qarayman.
15. Koʻpincha boshqalarning fikriga qoʻshilmayman.
16. Baʼzida xayolimga shunday fikrlar keladiki, ulardan uyalamani.
17. Birov meni birinchi boʻlib ura, unga javob kaytarmayman.
18. Jahlim chiqqanda eshikni qarsillatib yopaman.
19. Atrofdagilar oʻylaganidan xam jahldorroqman.
20. Agar kimdir oʻzini xujayinlardek tutsa, doim unga qarshi boʻlaman.
21. Oʻz taqdirimdan biroz oʻksinaman.
22. Menimcha, koʻpchilik odamlar meni yoqtirmasa kerak.
23. Agar kimdir mening fikrimga qoʻshilmasa, oʻzimni baxslashishdan tuxtata olmayman.
24. Menimcha, ishdan boʻyin tovlagan odamlarning vijdoni qiynalishi kerak.
25. Oʻzimni yoki oilamni hakoratlagan odam bilan mushtlashishga tayyorman.
26. Qoʻpol xazil qila olmayman.
27. Ustimdan kulishganda qattiq jahlim chiqib ketadi.
28. Odamlar oʻzini boshliqlarcha tutsa, darov tanobini tortib quyaman.
29. Deyarli xar hafta oʻzimga yokmaydigan biror kimsani koʻrib turaman.
30. Koʻpchilik menga xasad qiladi.
31. Xuquqlarimning xurmat qilinishini talab qilaman.
32. Ota-onamga kam yordam berayotganimdan vijdonim qiynaladi.
33. Doim odamlarning asabiga tegib yuradiganlarning dodini berib quyish kerak.
34. Jahlim chiqib ketganda, baʼzida «qovogʻimdan qor yogʻadi».
35. Odamlar menga yomon munosabatda boʻlsa ham, dilim siyox boʻlmaydi.
36. Kimdir jahlimni chiqarsa ham, unga eʼtibor bermayman.
37. Tashqaridan qaraganda bilinmasa ham, baʼzida xasad qilaman.
38. Baʼzida menga ustimdan kulishayotganday tuyuladi.
39. Xatto jahlim chiqqanida ham qoʻpol soʻzlarni ishlatmayman.

40. Xatolarimning kechirilishini juda-juda xohlardim.
41. Kimdir meni ursa xam, kamdan-kam hollarda javob qaytaraman.
42. Biror narsa xoxlaganimdek chiqmasa, ba'zida xafa bo'laman.
43. Ba'zida oldimda odamlar borligi xam asabimga tegadi.
44. Hech kimdan xaddan tashqari nafratlanmayman.
45. Asosiy qoidam: «Hech qachon begonalarga ishonma».
46. Biror kimsa asabimga tegsa, u haqidagi barcha fikrlarimni aytib yuborgim keladi.
47. Juda ko'p qilmishlarim uchun keyin afsuslanaman.
48. Jahlim chiqsa, birovni urib yuborishim ham mumkin.
49. O'n yoshligimdan beri xaligacha birdan qattiq jahlim chiqqan vaqtlar bo'lmagan.
50. Ko'pincha o'zimni portlay-portlay deb turgan porxli bochkadek his etaman.
51. Agar odamlar o'zimni qanday xis etayotganimni bilganlarida meni til topishish kiyin bo'lgan odam deb hisoblardilar.
52. Doim nima sababdan odamlar menga yaxshilik qilishlarini tushunishga intilaman.
53. Menga baqirishganda, baqirib javob qaytaraman.
54. Muvaffaqiyatsizliklar meni ranjitadi.
55. Mushtlashish borasida boshqalardan qolib ham, oshib xam ketmayman.
56. Jahlim chiqib ketganidan duch kelgan narsani sindirib tashlaganimni eslay olaman.
57. Ba'zida mushtlashishni o'zim boshlashga tayyorligimni sezaman.
58. Ba'zida hayot menga nisbatan adolatsizlik qilayotganini his etaman.
59. Avvallari ko'pchilik odamlar rost gapiradi, deb o'ylardim, endi esa bunga ishonmayman.
60. Jahlim chiqqanda so'kinaman.
61. Biron narsani notug'ri qilib quysam, vijdonim qiynaladi.
62. Agar o'zimni himoya qilish uchun kuch ishlatish lozim bo'lsa, uni ishlataman.
63. Ba'zida jahlim chiqqanini stolga musht bilan urish orqali ko'rsataman.
64. O'zimga yoqmaydigan odamlarga nisbatan qo'polroq bo'laman.
65. Menga zarar etkazish niyati bo'lgan dushmanlarim yo'q.

66.Odamni o‘z o‘rniga tushirib quyish talab kilinganda xam, bunday qila olmayman.

67.Tez-tez «noto‘g‘ri yashayapman» degan xayolga borib turaman.

68.Shunday odamlar borki, ular jahlimni chiqarganlaridan mushlashib ketishim mumkin.

69.Mayda-chuydalar deb mening jahlim chiqavermaydi.

70.Odamlar jahlimni chiqarishga yoki xaqoratlashga harakat qiladilar, degan fikr kamdan-kam xayolimga keladi.

71.Ko‘pincha odamlarni shunchaki qo‘rqitib, aslida ularni jazolamoqchi bulmayman.

72.Oxirgi paytlarda juda ziqna va ezma bo‘lib qoldim.

73.Baxslashganda ko‘pincha baland ovoz bilan gapiraman.

74.Odatda, odamlarga bo‘lgan yomon munosabatimni yashiraman.

75.Baxslashib – tortishgandan ko‘ra rozi bo‘lib qo‘yaqolaman.

Natijalarni qayta ishlash jarayonida «ha» va «ha shekilli» javoblari o‘zaro qo‘shilib «ha» javobi sifatida, «yuq» va «yo‘q shekilli» javoblari o‘zaro qo‘shilib «yo‘q» javobi sifatida qoraladi.

Natijalarni qayta ishlash uchun.

«1» Jismoniy tajovuz (k=11)

1+, 9-, 17-, 25+, 41+, 55+, 62+, 68+.

«2» Verbal tajovuz (k=8)

7+, 15+, 23+, 31+, 39-, 46+, 53+, 60+, 66+, 71+, 73+, 74-, 75-.

«3» Bilvosita tajovuz (k=13)

2+, 10+, 18+, 26-, 34+, 49-, 56+, 63+.

«4» Negativizm (k=20).

4+, 12+, 20+, 28+, 36-.

«5» Tajanglik (k=9)

3+, 11-, 19+, 27+, 35-, 43+, 50+, 57+, 64+, 69-, 72+,

«6» Shubhalanuvchanlik (k=11)

6+, 14+, 22+, 38+, 45+, 52+, 59+, 65-, 70-,

«7» Xafagarchilik (k=18)

5+, 13+, 21+, 29+, 37+, 44+, 51+, 58+.

«8» Aybdorlik xissi (k=11).

8+, 16+, 24+, 32+, 40+, 47+, 54+, 61+, 67+.

2-kalit

Natijalarni tahlil qilish uchun varaqa.

K:	«1»	«3»	«5»	«4»	«7»	«6»	«2»	«8»
	1+	2+	3+	4+	5+	6+	7+	8+
	9-	10+	11-	12+	13+	14+	15+	16+
	17-	18+	19+	20+	21+	22+	23+	24+
	25+	26-	27+	28+	29+	30o	31+	32+
	33o	34+	35-	36-	37+	38+	39-	40+
	41+	42o	43+		44+	45+	46+	47+
	48+	49-	50+		51+	52+	53+	54+
	55+	56+	57+		58+	59+	60+	61+
	62+	63+	64+			65-	66-	67+
	68+		69-			70-	71+	
			72+				73+	
							74-	
							75-	
	11	13	9	20	13	11	8	11

Ballar yigʻindisini har bir reaksiya boʻyicha kalitda qavslar ichida berilgan koeffitsientga koʻpaytirib, qiyosiy tahlil uchun qulay meʼyoriy individual va guruhga tegishli natijalarni aks ettiruvchi koʻrsatkichlarni aniqlash mumkin («0» kursatkichli xukmlar hisobga olinmaydi).

Umumiy koʻrsatkichlar:

(«1» + «2» + «3»): 3 = TI – tajovuzkorlik indeksi.

(«6» + «7») : 2 = DI – dushmanlik indeksi.

Tajovuzkorlikning meʼyoriy koʻrsatkichi: indeks 21+/- 4.

Dushmanlikning meʼyoriy koʻrsatkichi: indeks – 6,5-7 + 3.

Bandlar	Natijalar ballarda		Tahlil
	Tajovuzkorlik	Dushmanlik	
1	0 -17	0	Quyi daraja
2	18 – 27	0 – 14	
3	28 – 38	15 – 25	Oʻrta daraja

4	39 – 49	26 – 36	
5	50 – 60	37 – 47	Yuqori o‘rta daraja
6	61 – 71	48 – 58	
7	72 – 82	59 – 69	Yuqori daraja
8	83 – 93	70 – 80	Juda yuqori daraja
9	94 va undan ko‘p	81 – 92	
10		92 va undan ko‘p	

7- Laboratoriya ishi. Shaxsda stress holatini tashxis etish

Maqsad: Shaxsda stress holatini Psixologik stress shkalasi PSM-25 metodi bo‘yicha tashxis etish o‘rganish.

Kerakli jihozlar: metodika savolnomasi, javoblar varaqasi.

Kirish: Psixologik stress shkalasi PSM-25 metodining maqsadi stress hissiyotlarini somatik, xulq-atvor va hissiy asoslarida o‘lchashdir. Metod dastlab Fransiyada ishlab chiqilgan (Lemyr , Tessier & Fillion, 1991), keyin Angliya, Ispaniya va Yaponiyada tarjima qilingan va tasdiqlangan.

PSM tadqiqotchilar tomonidan Kanada, Angliya, AQSh, Puerto-Riko, Kolumbiya, Argentina, Yaponiyada keng qo‘llanilgan (Lemyr). va boshqalar al.). Metod 5000 dan ortiq kishi tomonidan sinovdan o‘tkazildi. Bundan tashqari , Ottava universitetida Klement va Yang, Monreal universiteti va yahudiy kasalxonasida Lasri va Sankt - Peterburgdagi perinatologiya bo‘limida Tessier va uning hamkasblari tomonidan ishlatilgan (Fransua Gassise va St.Jastin Monrealda).

Metodika stress sharoitlarini o‘lchashning an'anaviy usullarining mavjud kamchiliklarini bartaraf etish maqsadida ishlab chiqilgan. Asosan, bu uslubiy muammolar tashvish, depressiya yoki stressni qo‘llashning patologik ko‘rinishlari orqali stressni bilvosita o‘lchashni o‘z ichiga oladi.

Stressni psixologik holat sifatida o‘lchash uchun bir nechta metodlar ishlab chiqilgan. Ushbu uslubiy nomuvofiqliklarni bartaraf etish uchun Lemyr va boshqalar (Lemyr , Tessier & Fillion , 1990) stressli odamning holatini batafsil o‘rganadigan so‘rovnomanini ishlab chiqdilar.

Ko'rsatma: Umumiy holatingizni baholang. Har bir bayonotdan so'ng, oxirgi kunlarda (4-5 kun) qanday bo'lganingizni eng yaxshi tasvirlaydigan 1 dan 8 gacha raqamni aylantiring. Bu yerda to'g'ri yoki noto'g'ri javoblar yo'q.

Ballar izohi:

- 1 - hech qachon;
- 2 – juda kam hollarda;
- 3 – kam uchraydi;
- 4 - kamdan-kam hollarda;
- 5 - ba'zan;
- 6 - tez-tez;
- 7 - juda tez-tez;
- 8 - doimiy.

Psixologik stress shkalasi
1-jadval

№	Mulohazalar	Baholar							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Men zo'riqqan va hayajonlanganman	1	2	3	4	5	6	7	8
2	Mening bo'g'zimda nimadir tiqilgandek (og'zim qurib qolganini his qilaman)	1	2	3	4	5	6	7	8
3	Men ish bilan o'ralashib qolganmanki, vaqt yetishmaydi	1	2	3	4	5	6	7	8
4	Men ovqatni chala chaynab yutaman yoki ovqatlanganimni unutib qo'yaman	1	2	3	4	5	6	7	8
5	G'oyalarim haqida qayta-qayta o'ylayveraman; o'z rejalarimni o'zgartiraman; fikrlarim doimo takrorlanaveradi	1	2	3	4	5	6	7	8
6	Men o'zimni o'zim tushunmayman, o'zimni yolg'iz va ajralib qolgandek his qilaman	1	2	3	4	5	6	7	8
7	Men jismoniy darmonsizlikdan azob chekaman; boshim og'riydi, bo'ynimdagi muskullar zo'riqqandek, belimda og'riq bor, oshqozonim qisadi.	1	2	3	4	5	6	7	8

8	Men fikrlarimga o‘ralashib qolganligim sababli undan azoblanaman	1	2	3	4	5	6	7	8
9	Menga tasodifan issiq va sovuq ta’sir ko‘rsatayotgandek bo‘ladi	1	2	3	4	5	6	7	8
10	Men bajarilishi lozim bo‘lgan ish va uchrashuvlarni unutib qo‘yaman	1	2	3	4	5	6	7	8
11	Men tez yig‘lab yuboraman	1	2	3	4	5	6	7	8
12	Men o‘zimni toliqqandek his etayapman	1	2	3	4	5	6	7	8
13	Men tishlarimni mahkam siqib olganman	1	2	3	4	5	6	7	8
14	Men xotirjam emasman	1	2	3	4	5	6	7	8
15	Menga nafas olish qiyin yoki menda kutilmaganda havo yetishmay qoladi	1	2	3	4	5	6	7	8
16	Mening ovqat hazm qilishim va ichaklarim bilan bog‘liq muammolarim bor (og‘riq, sanchish, buzilish yoki ich qotishi)	1	2	3	4	5	6	7	8
17	Men hayajondaman, behalovatman	1	2	3	4	5	6	7	8
18	Men tez cho‘chiyman, shovqun va shitirlashlardan seskanib ketaman	1	2	3	4	5	6	7	8
19	Menga uxlab qolishim uchun yarim soatdan ortiq vaqt kerak bo‘ladi	1	2	3	4	5	6	7	8
20	Men fikrlarim bilan chalkashib qolaman, mening fikrlarim chalkash; diqqatimni bir joyga to‘play olmayman	1	2	3	4	5	6	7	8
21	Men toliqqandek, ko‘zlarim osti salqigan va shishgandek ko‘rinishdaman	1	2	3	4	5	6	7	8
22	Yelkamdanda yuk bosgandek his qilayapman	1	2	3	4	5	6	7	8
23	Men bezovtaman. Shu bois bir joyda tura olmayman.	1	2	3	4	5	6	7	8
24	Menga xatti-harakatlarim, imo-ishoralarim va emotsiyamni nazorat qilish qiyin.	1	2	3	4	5	6	7	8

25	Men zo‘riqishdaman	1	2	3	4	5	6	7	8
----	--------------------	---	---	---	---	---	---	---	---

Barcha savollar uchun umumiy ballarni hisoblang. Ballar qanchalik baland bo‘lsa, stress darajasi shunchalik yuqori bo‘ladi.

Baholash shkalasi:

99 balldan kam - past stress darajasi;

100-125 ball - o‘rtacha stress darajasi;

125 balldan ortiq - stressning yuqori darajasi.

8- Laboratoriya ishi. Shaxs depressiv holatlarini tashxis etish

Maqsad: Shaxs depressiv holatlarini Zungning depressiya holatni o‘rganish shkalasi bo‘yicha o‘rganish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar blankasi.

Mazkur metodika Dyuk universitetida psixiatr doktor Uilyam Zang tomonidan ishlab chiqilgan depressiyani o‘z-o‘zini baholash testi (boshqa o‘qish Tsung). Ushbu ruhiy holatni o‘z-o‘zini baholash vositasi depressiya buzilishini oldindan tashxislash va skrining qilish uchun samarali ekanligini isbotladi.

Zungning o‘z- o‘zidan bildirgan depressiya shkalasi ko‘plab tillarga tarjima qilingan, moslashtirilgan va turli madaniyatlarda tasdiqlangan. Test Rossiyada T.N.Balashova tomonidan Bekhterev Ilmiy-tadqiqot institutining narkologiya bo‘limida moslashtirilgan. Sinov bemorlarning ruhiy tushkunlik darajasini baholash va depressiv buzilish darajasini aniqlash imkonini beradi. Ochiq manbalarda nashr etilgan.

Ta'rif: Ushbu anketa depressiv holatlar va depressiyaga yaqin sharoitlarni differentsial diagnostika qilish, ommaviy tadqiqotlarda skrining diagnostikasi va dastlabki, tibbiy diagnostika maqsadlarida ishlab chiqilgan. Depressiyaning ma'lum belgilarini o‘z ichiga olgan 20 ta bayonotdan iborat so‘rovnoma. Ushbu alomatlarining namoyon bo‘lishi reyting shkalasida baholanishi kerak: *juda kamdan-kam hollarda, kamdan-kam hollarda, tez-tez, ko‘pincha* yoki *doimiy*.

Tadqiqotning borishi: Mavzuga bayonotlar bilan test shakli taqdim etiladi, u bayonotlar uning holatiga qanchalik mos kelishini baholashi kerak. Kerakli variant test shaklida qayd etilgan.

Ko'rsatmalar: Sizga 20 ta bayonot beriladi, ularning har birini hayotingizda juda kam uchraydigan, kamdan-kam uchraydigan, ko'pincha yoki doimiy deb baholashingiz kerak. Javoblar varaqasida sizga eng mos variantni belgilang.

Natijalarni qayta ishlash: Depressiya mavjudligi yoki yo'qligini aniqlaydigan usul bo'yicha umumiy ball quyidagi formula bo'yicha hisoblanadi :

$$DD = \sum t + \sum t(n)$$

$\sum t$. – to'g'ri belgilangan savollar yig'indisi

№ 1, 2, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 13, 15, 19;

$\sum t(n)$. – teskari(noto'g'ri) belgilangan savollar yig'indisi

№ 5, 6, 11, 12, 16, 17, 18, 20.

Masalan: 5-sonli bayonot uchun 2-javob chiziladi - summaga 3 ball qo'yamiz; 6-sonli bayonot uchun 3-javob chiziladi - summaga 2 ball qo'yamiz; 11-sonli bayonotda 4-javob chizilgan - jamiga bitta ball qo'shamiz va hokazo. Natijada 20 dan 80 ballgacha bo'lgan DD ni olamiz. Agar DD 50 balldan ko'p bo'lmasa, unda bo'lmagan holat. Depressiya tashxisi qo'yilgan.

Agar DD 50 dan ortiq va 59 balldan kam bo'lsa, u holda situatsion yoki nevrotik kelib chiqadigan engil tushkunlik haqida xulosa chiqariladi. DD ko'rsatkichi 60 dan 69 ballgacha - subdepressiv holat yoki maskalangan depressiya.

Haqiqiy depressiv holat DD 70 balldan ortiq bo'lsa tashxis qilinadi . Har bir xususiyatni talqin qilish kerak, qaysi alomatlar ko'proq, ular qanday tarzda ifodalangan.

Javoblarning samimiyligini, simulyatsiya yoki simulyatsiya qilish tendentsiyasi mavjudligini hisobga olish muhimdir.

Javob blankasi

To'liq ismi _____

Yoshi _____

Sana _____

Ko'rsatma: "Sizga 20 ta bayonot taklif etiladi, ularning har birini hayotingizda *juda kam uchraydigan, kamdan-kam uchraydigan, ko'pincha* yoki *doimiy deb baholashingiz kerak*. Javoblar varag'ida siz uchun eng mos variantni belgilang".

№	Mulohazalar	Juda kandan- kam	Kandan- kam	Ko' pincha	Doimiy
1.	Men tushkunlikka tushaman	1	2	3	4
2.	Ertalab uyg'onganda o'zimni yaxshi his qilaman.	1	2	3	4
3.	Men juda ko'p yig'layman.	1	2	3	4
4.	Kechasi yaxshi uxlamayman.	1	2	3	4
5.	Men avvalgidek ovqatlanaman.	1	2	3	4
6.	Men davralarda bo'lish yoki jozibali erkaklar/ayollar bilan muloqot qilishdan zavqlanaman.	1	2	3	4
7.	Men sezilarli darajada vazn yo'qotaman.	1	2	3	4
8.	Men ich qotishidan aziyat chekaman.	1	2	3	4
9.	Yuragim odatdagidan tezroq uradi.	1	2	3	4
10.	Hech qanday sababsiz charchaganimni his qilaman.	1	2	3	4
11.	Men avvalgidek aniq fikrlayman.	1	2	3	4
12.	Menga odatdagi ishimni qilishim oson.	1	2	3	4
13.	Men notinchman va o'zimni bir joyga qo'yishga joy topolmayman	1	2	3	4
14.	Men kelajakka bo'lgan yorqin umidlarga to'laman.	1	2	3	4
15.	Men avvalgidan ko'ra ko'proq g'azablanaman.	1	2	3	4
16.	Men uchun qaror qabul qilish oson.	1	2	3	4
17.	Men o'zimni foydali va odamlarga kerak deb his qilaman.	1	2	3	4
18.	Men to'liq va qiziqarli hayot kechiraman.	1	2	3	4
19.	O'lsam boshqalarga yaxshi bo'lardi, deb o'ylayman.	1	2	3	4
20.	Oldin yoqtirgan narsalarimdan hali ham zavqlanaman.	1	2	3	4

9- Laboratoriya ishi. Shaxs xavotirlanish darajasini o'rganish.

Maqsad: Shaxs xavotirlanish darajasini Ch.D.Spilberger so'rovnoma orqali o'rganish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, sinaluvchi javob varag'i.

Mazkur so'rovnoma Ch.D.Spilberger tomonidan ishlab chiqilgan bo'lib, vaziyat bilan bog'liq xavotirlanuvchanlik (VX) hamda shaxs bilan bog'liq xavotirlanuvchanlik (ShX) darajasini aniqlashga xizmat qiladi (so'rovnoma Yu.L.Xanin tomonidan modifikatsiya qilingani tufayli ko'pincha «Spilberger – Xanin so'rovnoma» deb yuritiladi). So'rovnoma 40 ta ta'kid – hukmdan iborat (20 ta ta'kid – hukm VX darajasini, 20 ta ta'kid – hukm ShX darajasini o'lchashga xizmat qiladi).

(VX) Ko'rsatma: Berilgan ta'kid – hukmlarga qanchalik qo'shilishingizni bildiring. Buning uchun har bir ta'kid – hukm qatorida keltirilgan va tegishli javob variantining ustunida berilgan raqamlar (1,2,3,4) dan biri o'chirib qo'ying.

№	Ta'kid – hukmlar	Javoblar			
		Bunday emas	Shunday shekilli	Shunday	Aynan shunday
1	Men xotirjamman	1	2	3	4
2	Menga hech narsa havf solmayapti	1	2	3	4
3	Asablarim juda tajang bo'lib turibdi	1	2	3	4
4	Men ich – ichimdan siqilayapman.	1	2	3	4
5	Men o'zimni erkin his etayapman	1	2	3	4
6	Men xafaman	1	2	3	4
7	Men ro'y berishi mumkin bo'lgan omadsizliklardan xavotirdaman	1	2	3	4
8	Men ruhiy taskinlik his etayapman.	1	2	3	4
9	Men bezovtaman	1	2	3	4
10	Qrniqish hissi ich – ichimdan meni qamarb olgan	1	2	3	4
11	Men o'zimga ishonayapman	1	2	3	4
12	Men asabiylashayapman	1	2	3	4
13	Men o'zimni qo'yarga joy topa olmayapman	1	2	3	4

14	Men qiziqib ketdim	1	2	3	4
15	Men siqilmayapman, asablarim joyda	1	2	3	4
16	Men xursandman	1	2	3	4
17	Men tashvishdaman	1	2	3	4
18	Halovatim yo‘q	1	2	3	4
19	Men quvonayapman	1	2	3	4
20	Yoqimli hislar meni chulg‘ab olgan	1	2	3	4

(ShX) Ko‘rsatma. Berilgan ta’kid – hukmlar haqiqatga qanchalik yaqin ekanini bildiring. Buning uchun har bir ta’kid – hukm qatorida keltirilgan va tegishli javob variantining ustunida berilgan raqamlar (1, 2, 3, 4) dan birini o‘chirib qo‘ying.

№	Ta’kid – hukmlar	Javoblar			
		Hech qachon	Deyarli hech qachon	Shunday	Aynan shunday
1	Kayfiyatim ko‘tarinki bo‘lib turadi	1	2	3	4
2	Asablarim tajang bo‘lib turadi	1	2	3	4
3	Arzimagan narsadan hafa bo‘lib qolaman	1	2	3	4
4	Boshqalar singari omadli bo‘lishni istayman	1	2	3	4
5	Ko‘ngilsizliklarni uzoq vaqt esimdan chiqara olmayman	1	2	3	4
6	Men kuchimga kuch qo‘shilganini sezaman	1	2	3	4
7	Men bosiq va vazminman	1	2	3	4
8	Men oldimdan chiqishi mumkin bo‘lgan qiyinchiliklarni o‘ylab bezovtalanaman	1	2	3	4
9	Men arzimagan narsalarni deb qattiq siqilib yuraman	1	2	3	4
10	Men o‘zimni juda baxtiyor his etaman	1	2	3	4
11	Men hamma narsani yuragimga yaqin olaman	1	2	3	4
12	O‘z – o‘zimga bo‘lgan ishonch yetishmasligidan qiynalaman	1	2	3	4
13	Men o‘zimni himoyasiz his etaman	1	2	3	4
14	Men xatarli vaziyat va narsalardan uzoqroq yurishga harakat qilaman	1	2	3	4

15	Yuragim g'ash bo'lib turadi	1	2	3	4
16	Men xursand bo'lib turaman	1	2	3	4
17	Har xil mayda – chuydalar meni chalg'itadi va bezovta qiladi	1	2	3	4
18	O'zimni omadsiz insondek his etaman.	1	2	3	4
19	Men o'zimni qo'lga ola bilaman	1	2	3	4
20	Ish va yumushlarim haqida o'ylaganimda halovatim yo'qoladi	1	2	3	4

Kalit

№	VX				№	ShX			
	JAVOBLAR					JAVOBLAR			
1	4	3	2	1	1	4	3	2	1
2	4	3	2	1	2	1	2	3	4
3	1	2	3	4	3	1	2	3	4
4	1	2	3	4	4	1	2	3	4
5	4	3	2	1	5	1	2	3	4
6	1	2	3	4	6	4	3	2	1
7	1	2	3	4	7	4	3	2	1
8	4	3	2	1	8	1	2	3	4
9	1	2	3	4	9	1	2	3	4
10	4	3	2	1	10	4	3	2	1
11	4	3	2	1	11	1	2	3	4
12	1	2	3	4	12	1	2	3	4
13	1	2	3	4	13	1	2	3	4
14	1	2	3	4	14	1	2	3	4
15	4	3	2	1	15	1	2	3	4
16	4	3	2	1	16	4	3	2	1
17	1	2	3	4	17	1	2	3	4
18	1	2	3	4	18	1	2	3	4
19	4	3	2	1	19	4	3	2	1
20	4	3	2	1	20	1	2	3	4

Natijalarni hisoblash va baholash.

Kalit asosida avval xavotirlanuvchanlikning har ikkala turi bo'yicha ballar yig'indisi alohida-alohida hisoblab chiqiladi. So'ngra olingan ko'rsatkichlar quyida keltirilgan taxminiy baholar asosida talqin etiladi:

30 ballgacha - xavotirlanuvchanlik darajasi past.

31-44 ball- xavotirlanuvchanlik darajasi o'rta.

45 va undan katta ball - xavotirlanuvchanlik darajasi yuqori.

Sinaluvchi ayni paytdagi sog'lig'ining holatini baholashi kerak. Masalan, bunday bayonotlar taklif etiladi: "Men xotirjamman", "Menga hech narsa tahdid solmaydi", "Men xafaman" va hokazo.

Metodologiyada yuqori darajadagi xavotirni ko'rsatadigan o'rta va past standartlar mavjud. Reaktiv xavotirlanish keskinlik, asabiylashish bilan tavsiflanadi. Juda yuqori reaktiv xavotirlanish e'tiborning buzilishiga olib keladi, ba'zida nozik muvofiqlashtirishning buzilishi.

O'rtacha tashvish darajasidan sezilarli og'ishlar alohida e'tibor talab qiladi. Yuqori tashvish uning malakasini baholash holatlarida tashvishlanish tendentsiyasini anglatadi. Bunday holda, vaziyat va vazifalarning subyektiv ahamiyatini kamaytirish va asosiy e'tibor faoliyatni tushunish va muvaffaqiyatga ishonch hissini shakllantirishga qaratilishi kerak.

Kam xavotirlanish, aksincha, faoliyat motivlariga e'tiborni kuchaytirishni va mas'uliyat hissini oshirishni talab qiladi. Ba'zida test natijalarida juda past xavotirlanish, odamning o'zini "yaxshiroq nurda" ko'rsatish uchun yuqori xavotirlanishning faol joyidan siljishi natijasidir.

10- Laboratoriya ishi. Shaxs optimistik holatini o'rganish

Maqsad: shaxsning optimizmi va faolligini o'rganish

Kirish so'zi. Kishilarning stressga bardoshligini belgilovchi muhim omillardan biri ularning pozitiv dunyoqarashi va xushchaqchaqligi bo'lib, ular shaxsning salomatligi iblan bog'liq muhim psixosotsial ko'rsatkich hisoblanadi. Bu xususiyatlar odatda optimizm kategoriyasi sifatida e'tirof etiladi.

Shaxs optimizmini o'rganuvchi metodikalar gumanistik, ekzistensial va pozitiv nazariyalar asosida ishlab chiqiladi. Xususan, ekzistensial yondashuv kishining pozitiv ishonchiga tayanib xulosa yuritadi. Mazkur yondashuv shaxs faolligining erkinligi va kelajak uchun mas'ulligi o'zining qo'lida ekanligini e'tirof etadi.

M.Seligmannning nazariyasiga ko'ra, pessimistlarning o'ziga xos xususiyatlari, ularning barcha hatti-harakatlari befoyda ekanligi, bu ko'ngilsizliklarning tugamasligida kishilarning o'zlari aybdor ekanligini ta'kidlashadi. Bunga qarama-qarshi bo'lgan optimistlar esa, barcha mag'lubiyat va hayot qiyinchiliklari vaqtincha ekanligini, bularning

barchasiga vaziyat yoki o'zgaralar sababchi deb ko'rsatishadi. Noqulay vaziyatlarda bu toifadagi kishilar, yanada ko'proq kuch va g'ayrat bilan harakat qilishadi (faollik-sobitqadamlik)¹.

Shaxs optimizmini o'rganuvchi metodikalar zahirida, optimizm - shaxsning barqaror pozitsiyasi sifatida unga kuch va ishonch uyg'otadi. O'zining shaxsiy imkoniyatlari va kelajakka bo'lgan umidini yanada oshiradi. Tadqiqotchilarning ta'kidlashicha, optimizm shaxsning tizimli sifati bo'lib, turli shakldagi ko'rinishga ega hamda ichki shaxsiy determinantini belgilaydi. Shu bois, diagnostika nafaqat shaxsning optimistik kayfiyatini, balki ijtimoiy moslashuv va turmush tarzidan qoniqishini ta'minlovchi faollik sifatini aniqlashga qaratilishi zarur².

Zarur asbob-uskunalar: Optimizm shkalasi – faollik (AOS) ikkita o'zgaruvchan miqdor darajalarining ko'rinishi – shaxs optimizmi va faolligi (kuch-quvvat)ni, shuningdek optimizm va faollik o'qidagi psixologik tiplarni ham aniqlashga imkon beradi. Rossiyalik olimlar N.Vodopyanova va M.Shteynlar shaxsning beshta tipini aniqlashga va ular turli darajalarda namoyon bo'lishi mumkinligini ta'kidlaydi: optimizm – pessimizm va faollik – passivlik.

Tadqiqotning bayoni. Sinaluvchilarga metodika bo'yicha ko'rsatma beriladi. Tadqiqotni individual o'tkazdirish qulayroq, biroq jamoa tarzda ham o'tkazdirish mumkin.

Ko'rsatma. Hukmingizga quyidagi vaziyatlar havola etiladi. Har bir vaziyatni diqqat bilan tanishib chiqing va o'z fikringizni bildiring. Buning uchun Sizga maxsus blank beriladi. Sizga manzur bo'lgan javobni belgilang.

¹ Зелигман М.Э. П. Как научиться оптимизму. Советы на каждый день: Пер. с англ. М.: Вече, 1997.

² Водопьянова Н. Е., Штейн М. В. Занятие 17. Оценка оптимизма и активности личности // Практикум по психологии здоровья/ Под ред. Г.С. Никифорова.СПб.: Питер, 2005.351 с.

Javoblar blanki

№	Vaziyatlar	Yo‘q, umuman rozi emasman.	Ba’zida shunday bo‘ladi	Odatda (tez-tez)	Ha, to‘liq qo‘shilaman (har doim)
1	Musiqani baland ovozda eshitishni yoqtiraman	1	2	3	4
2	Fikrimcha, maqsadimga erishish qiyin bo‘ladi	1	2	3	4
3	Ba’zi noaniq vaziyatlarni yoqtiraman, chunki nima qilishingni va nima bo‘lishini bilmaysan kishi	1	2	3	4
4	Men “taqdirimga qarshi chiqishni” yoqtiraman	1	2	3	4
5	Taqdir boshqalarga qaraganda menga nohaqlik qiladi	1	2	3	4
6	Shunchalik kuch-quvvatga egamanki, hatto ikki soat men jim o‘tira olmayman	1	2	3	4
7	Boshqalarga qaraganda men, birmuncha, baxtsiz insonman	1	2	3	4
8	Ehtiyotkor odamlar mening g‘ashimni keltiradi	1	2	3	4
9	Hozirgi zamonda birorta yaxshilikka ishonib bo‘lmaydi	1	2	3	4
10	Men musobaqalarni yoqtiraman	1	2	3	4
11	Men qarama-qarshi jinsli shaxslar bilan bajonidil muloqotga kirishaman	1	2	3	4
12	Mening kelajagim meni tashvishga soladi	1	2	3	4
13	Fikrimcha, insonlarda yaxshilikka qaraganda, yomonlik ko‘proq	1	2	3	4
14	Men turli keskin vaziyatlarda o‘zimni his qilishni yoqtiraman (tavakkal bilan bog‘liq vaziyatlarni)	1	2	3	4
15	Mening kayfiyatim xushchaqchaq va ko‘tarinki ruhda	1	2	3	4

Natijalarni qayta ishlash: Optimizm shaxs faolligi (kuch-quvvati) bilan hamkorlikda shaxsning turli kasbiy va psixologik stresslarga nisbatan barqarorligini ta'minlovchi psixologik resurs hisoblanadi. Optimizm va xulq faolligi bilan hamkorlikda salomatlik kopingiga yordam beradi (xulq-atvorni yyengishga) va psixik so'nish sindromini yyengishda hamda salbiy stress-sindromlar rivojlanishining oldini olishga imkon beradi.

Mazkur metodikada optimizm kishilarning o'z kuchi va yutuqqa bo'lgan ishonchini, o'zga odamlar va kelajakdan ijobiy narsalarni kutib yashashga bo'lgan umidini oshiradi. Faollik deyilganda – kuch-quvvat, xushchaqchaqlik, beg'amlik, xotirjamlik va tavakkalchilikka moyillik tushuniladi. Passivlik esa o'ziga bo'lgan ishonchning yo'qligida, qo'rquv va xavotirda biror bir faoliyatni amalga oshirishni hohlamaslikda namoyon bo'ladi.

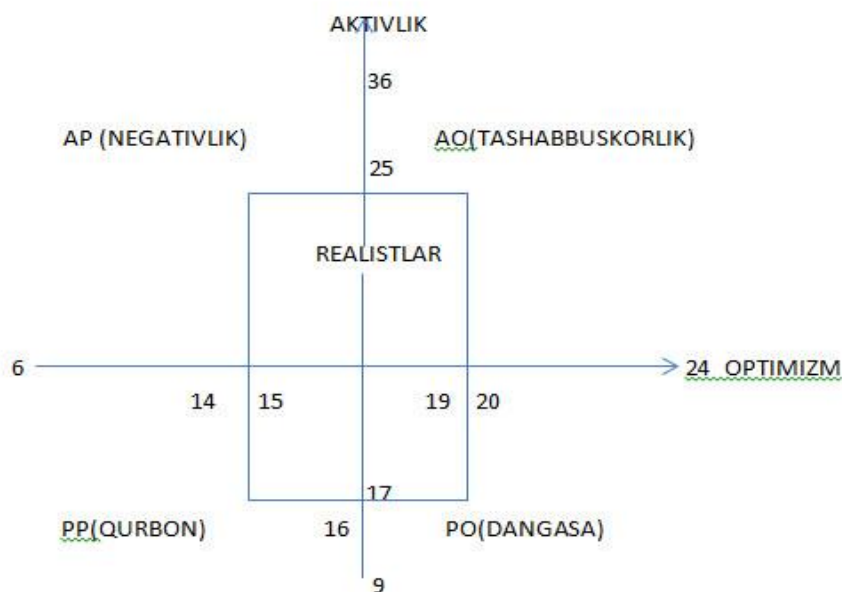
Kalit:

- Faollik (to'g'ri): 1, 3, 4, 6, 8, 10, 11, 14, 15.
- Optimizm (teskari): 2, 5, 7, 9, 12, 13.

Kalitda keltirilgan javoblar asosida ballarning umumiy miqdori hisoblanadi (1 - jadval), ular koordinata modelidagi kvadratga mos kelishi kerak (1-rasm). Har bir kvadratga shaxsning ma'lum bir tiplari mos keladi.

1-Rasm

Optimistlar i pessimistlar tiplari



- **“R” kvadrati.** “Realistlar” vaziyatni to‘g‘ri baholashadi, o‘zining kuchi (imkoniyatlariga) ishonadi va hatto o‘z imkoniyatlaridan ham yuqori narsalarga erishishga harakat qilishadi. Ular psixologik stresslarga bardoshli insonlardir.

- **“AO” kvadrati.** “Aktiv optimistlar” o‘z kuchi va imkoniyatlariga ishonadi, kelajakka pozitiv qarashadi, o‘z maqsadiga erishish yo‘lida faol harakat qilishadi. Ular doimo xushchaqchaq va tetikdir, hayot qiyinchiliklaridan qo‘rqmaydi va ularni osonlikcha yyengishga harakat qiladi. Qiyin vaziyatlardan chiqish, stressdan yyengish uchun muammoli-orientir strategiyasini qo‘llashadi.

- **“PP” kvadrati.** “Passiv pessimistlar” – “aktiv optimistlar”ning teskari toifasi bo‘lib, hech narsaga ishonmaydi va o‘z taqdirini o‘zgartirish uchun ham biror qaror qabul qilmaydi. Ular doimo passivligi va ishonchsizligining yo‘qligi bilan ajralib turadi. Ular og‘ir vaziyatlarda o‘zlarini chetga olib, vaziyat “qurboniga” aylanib qolishidan qo‘rqadi.

- **“PO” kvadrati.** “Passiv optimistlar”, “yalqovlar” Ularning shiori “Barchasi asta-sekin o‘z joyiga keladi”.... Bunday insonlar, “hammasi bir kun yaxshi bo‘lishiga” ishonib, biror harakatni amalga oshirmaydi. Ular xushchaqchaq, xushfe‘l ko‘rinishi bilan, biroq unday insonlarda aktivlik, faollik yetishmaydi. Ular o‘z kuchiga qaraganda ko‘proq tasodiflarga ishonadi. Qaror qabul qilishda passiv kutib turishni yoki ortga qoldirishga moyildir.

1- Jadval

Psixologik tiplar ko‘rsakichlari (ballarda)

Psixologik tip	Optimiz	Aktivlik
Realistlar («R»)	15-19	17-24
Aktiv optimistlar («AO» — «Entuziast»)	20-24	25-36
Aktiv pessimistlar («AP» — «Negativist»)	6-14	25-36
Passiv pessimistlar («PP» — «Qurbon»)	6-14	9-16
Passiv optimistlar («PO» — «Yalqov»)	20-24	9-16

11 - Laboratoriya ishi : Shaxs irodaviy tuzilishini o‘rganish.

Shaxsning irodaviy ko‘lami

Maqsad: shaxs irodasini namoyon bo‘lish darajasini aniqlash.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, javoblar varaqasi.

«Iroda kuchini baholash» testi N.N.Obozov tomonidan 1997 yili ishlab chiqilgan va Iroda kuchi namoyon bo‘lishining umumiy tavsifnomasini urganish uchun tavsiya qilingan.

Yo‘riqnoma: Keltirilgan 15 ta savollarga shunday javob berish mumkin: «xa», «bilmayman» yoqi «bo‘lishi mumkin», «bo‘lib turadi» va «yuk». Agar siz qo‘yidagicha javob bersangiz:

- «ha» unda bunga- 2 ball quyiladi;
- «bilmayman» yoqi «bo‘lib turadi», «bo‘lishi mumkin»- 1 ball;
- «yo‘q»- 0 ball

1dan 15chi savolgacha davomli javoblarda olingan ballarini umumlashtirish zarur.

So‘rovnoma matni

1.Sizga qiziq bo‘lmagan boshlagan ishingizni tugatish holatidamisiz, agarda vaqt va sharoit undan kechish va keyinchalik yana unga qaytish imkoniyatini bersa ham?

2.Siz, qachon sizga yoqimsiz narsani qilish kerak bo‘lganda, hech qanday qiyinchiliksiz ichki qarama-qarshiliklarni eng olganmisiz?

3.Siz qachondir ishda yoqi hayotingizda konflikt holatga tushganingizda, bu holatga maksimal obyektivlikday qarab, o‘zingizni qo‘lga ola bilasizmi?

4.Agarda sizdan parxez qilish talab qilingan bo‘lsa, siz barcha mazali narsalarni eyishga ehtiyojingizni eng olasizmi?

5.Siz ertalab kecha rejalashtirilgandan ertaroq turishga kuch topa bilasizmi?

6.Siz guvohlik berish uchun voqea sodir bo‘lgan joyda qolasizmi?

7.Siz xatlarga tez javob bera olasizmi?

8.Agar sizda samolyotda uchish yoki tish shifokori xonasiga borish oldidan qo‘rquv paydo bo‘lsa, siz alohida qiyinchiliklarsiz bu hissiyotni eng olasizmi va oxirgi momentda o‘zingizning fikringizni o‘zgartirmaysizmi?

9.Sizga shifokor taklif qilgan juda yoqimsiz dorini qabul qilasizmi?

10.Siz qiziqqonlik bilan bergan va'dangizda turasizmi?. Agarda uni bajarsangiz sizga biroz qiyinchiliklar keltirilsa, siz so'zini bajaradigan odammisiz?

11.Agarda bu zarur bo'lsa, siz hech qanday ikkilanmasdan notanish shaharga safarga jo'naysizmi?

12.Siz kun tartibiga qat'iy rioya qilasizmi: vaqtida turish, ovqatlanish, mashg'ul bo'lish, tozalash va boshqa narsalar.

13. Siz kutubxonadan qarzdorlarga yomon munosabatda bo'lasizmi?

14.Juda qiziqarli teleko'rsatuv sizga tezda va muhim bajariladigan ishni koldirishga majbur qiladimi? Bu shundaymi?

15.Sizni qarama-qarshi tomon so'zlari qanchalik xafa qiladigan bo'lmasin tortishuvni to'xtatib va jim bo'la olasizmi?

Natijalarni qayta ishlash va muvofiqlashtirish

Olingan ballarning umumiy yig'indisi hisoblab chiqiladi. Agarda u quyidagicha chegarada joylashsa:

- **0dan 12 ballgacha** –sizning irodangiz kuchsiz. Sizni osongina ishontirish mumkin. Ammo, o'zining «ojiz joylarini» bilish insonni yanada kuchliroq qiladi. O'zingizning irodaviy boshqarishingizni takomillashtirib, o'zingiz ustingizda ishleng.

- **13dan 21ballgacha**-sizda iroda kuchi o'rtacha. Siz har xil holatlarda turlicha harakat qilasiz, ayrim hollarda yon berishni, ayrim hollarda esa qa'tiyatlilik va sabr-bardoshlilikni namoyon qilasiz.

Aynan bu holat har xillikda sizning muloqotda va ishdagi yoqimlilikingiz ko'rinadi.

- **22dan 30 ballgacha**-sizda iroda kuchi yuqori. Siz irodali odamsiz. Lekin, esingizda bo'lsin siz yolg'iz emassiz, yon berishlar, kelishishlar va o'zaro munosabatlar ham muloqotda va ishda muvaffaqiyatlarga olib keladi.

Sabr-toqatlilikni baholash uchun so'rovnoma

Metodika E.P.Ilin va E.K.Feshenko tomonidan ishlab chiqilgan va sabr-toqatlilikni o'z-o'zini tashxis qilish uchun tavsiya qilinadi.

Yo'riqnoma: Metodika bilan ishlash uchun (natijalarni qayd qilish uchun) Sizga toza qog'oz varag'i va ruchka (qalam) kerak bo'ladi. Qog'oz varag'ida 1 dan 18 gacha savollar nomerini qo'yib chiqing. Javob bering, siz keltirilgan tasdiqlarga rozimisiz. Agarda rozi bo'lsangiz, unda varaqdagi savol nomeri yoniga «+» belgisini, agarda rozi bo'lmasangiz, unda «-» belgisini qo'ying.

So‘rovnomaning matni

1.Men kelajakdagi maqsadimni oldindan rejalashtiraman va uni bajarishga tayyorlanayapman.

2.Murakkab maqsadlarni amalga oshirishga intilaman.

3.Amalga oshirishi qiyin maqsadlar xohishlarimni susaytiradi.

4.Har qanday muvaffaqiyatsizliklarda ham maqsadga erishishimga ishonaman.

5.Bugungi kun bilan yashash yaxshi bo‘lganligi bois uzoq maqsadlar qo‘yishni xohlamayman.

6.Men bir necha bor o‘zimni takomillashtirish bilan shug‘ullanishga harakat qildim, ammo bundan hech nima chiqmadi.

7.Muvaffaqiyatsizliklar meni yo‘limdan chiqaradi va men nimalardir ahamiyatli narsalarga erishishdan voz kechaman.

8.Muhim masalalarni amalga oshirishda qat’iyatli bo‘lib qolaman.

9.Yutqazishlar meni ikki barobar kuch bilan harakat qilishga undaydi.

10.Ishni qanchalik rejalashtirmay, uni amalga oshira olmayman.

11.Qiyinchiliklar tufayli bajaradigan ishimni oxiriga etkaza olmayman.

12.Menga tez-tez ishni oxirigacha etkazish qiyin bo‘ladi, agarda bunga haftalar va oylar kerak bo‘lsa.

13.YAqinlarim meni vazmin odam deb biladilar.

14.Qiyinchiliklarga qaramasdan erishgan natijalarimdan huzurlanaman.

15.Qiziqishim yo‘qolishi tufayli boshlagan ishimni oxirigacha etkaza olmayman.

16.Alohida maqsadlar qo‘yishdan qo‘rqaman.

17. To‘siqlarga duch kelsam qat’iyatli bo‘lib qolaman.

18.Dangasalik va muvaffaqiyatsizliklar tufayli ko‘zlangan maqsaddan voz kechaman.

Natijalarni qayta ishlash va muvofiqlashtirish

1,2,4,8,9,13,14,16,17 - savollarga «ha» javobi va 3,5,6,7,10,11,12, 15, 18- savollarga «yo‘q» javobi berilganda 1 balldan qo‘yiladi.

Ballarning umumiy yig‘indisi hisoblab chiqiladi.

Agarda siz qo‘yidagicha ballar olsangiz:

- **6 ballgacha-** Sabr-toqatlilik pastligi tufayli siz tez-tez noqulay axvolga tushib qolasiz. Buni to‘g‘rilash oson. Agarda siz davomli ravishda o‘z oldingizga aniq maqsadlar qo‘ysangiz va unga erishishga kuch topsangiz, unda muvaffaqiyatlar uzoqda emas.

- **7-11 ballgacha-** Sizda sabr-toqatlilik o'rtacha. Hammadan oldin siz shuni esda saqlashingiz kerakki suv ham toshni yemiradi.

- **12 ball va undan yuqori-** Sizda yuqori sabr-toqatlilik. Siz sabr-toqatli odamsiz. Lekin, esda saqlangki, jonga tegish sabr-toqatlilikdan kelib chiqadi.

12- Laboratoriya ishi. Iroda patologiyasi

Maqsad: shaxs iroda buzilishlari va irodasizlik xulq-atvorini o'rganish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi (qat'iyatlilikni baholash so'rovnomasi), javoblar varaqasi.

Qat'iyatlilikni baholash uchun so'rovnoma

Metodika E.P.Ilin va E.K.Feshenko tomonidan ishlab chiqilgan va qat'iyatlilikni o'z-o'zini tashxis qilish uchun tavsiya qilinadi.

Yo'riqnoma: Metodika bilan ishlash uchun (natijalarni kayd qilish uchun) sizga toza qog'oz varag'i va qalam (ruchka) kerak bo'ladi. Qog'oz varag'ida 1-18 gacha savollar nomerini qo'yib chiqing. Javob Bering, siz keltirilgan tasdiklarga rozimisiz. Agar rozi bo'lsangiz, unda varaqdagi savol raqami yoniga (+) belgisini, agar rozi bo'lmasangiz, unda (-) belgisini qo'ying.

So'rovnomaning matni

1. Agarda bu zarur bo'lsa zerikarli, bir xildagi ishni oxirigacha bajaraman.

2. Odatda men istak bo'lganicha ishlayman.

3. Menga bosh og'rigi qiladigan qiyin masalalarni yechish yoqadi, boshqalar esa uni «og'ir yong'oq» deb nomlashadi.

4. Agarda ishda hech narsa natija bermasa ham boshlangan ishni davom ettirishga harakat qilaman.

5. Men ko'p marta o'zimning kunlarimni rejalashtirishga harakat qildim, lekin kutilgan narsani qila olmadim.

6. Imkoniyat boricha men ogir ishdan kochaman.

7. Agarda menda nimadir amalga oshmayotgan bo'lsa, men buni yana va yana bir marta qilishga harakat qilaman.

8. Men kun tartibini tuzib chiqib menga yoqmaganida ham shunga rioya qilaman.

9. Kiyinchiliklar paydo bo'lganda men tez-tez boshlagan ishni davom ettirishimga shubhalanib qolaman.

10. Agarda menga kimdir men xohlagan narsani qilishimga xalaqit bersa, baribir o'ylagan ishimni bajarishga harakat qilaman.

11. Qachon, nimadir amalga oshmasa, men qat'iyatsizlik bilan shu ishdan voz kechaman.

12. Qachon men shaxmat yoki boshqa o'yin o'ynayotganimda oxirgi imkoniyatgacha harakat qilaman.

13. Men tortishuvda ko'pincha boshqalarni ishontirishga harakat qilmayman.

14. Doimo menga topshirilgan ishni paydo bo'ladigan kiyinchiliklarga karamasdan oxirigacha bajarishga harakat qilaman.

15. Men doimo o'zim to'g'riligiga ishonsam o'zimning fikrimda turaman.

16. Men qiyin masalalarni yechishda boshqalarning yordamiga tayanmasdan o'zim harakat qilaman.

17. Men tortishuvda odatda yordamchilarning ko'magiga tayanaman.

18. Qachon men o'zimning to'g'riligimni tasdiqlash uchun to'g'ri yo'lda turgan bo'lsam qancha xalaqit bermasinlar shunchalik ko'p ishlayman.

Natijalarni qayta ishlash va muvofiqlashtirish

1,3,4,7,8,10,12,14,15,16,18 - savollarga «ha» javobi berilganda va 2,5,6,9,11,13,17- savollarga «yo'q» javobi berilganda 1 ball dan qo'yiladi.

Ballarning umumiy yig'indisi hisoblab chiqiladi.

Agarda siz quyidagicha ballar olsangiz:

- **6 ballgacha**- Sizning qat'iyatliligingiz past va siz qat'iyatsiz odamsiz. Sizning kuchingiz yumshoqligingizda va yon beruvchanligingizda. Lekin, esda tutingki, sabr- toqatlilik va maqsadga intiluvchanlik o'qishga yordam beradi. Boshqacha so'z bilan aytganda, qat'iyatlilik o'qish va faoliyatda muvaffaqiyatga erishish manbaidir.

- **7-11 ballgacha**- Sizning qat'iyatliligingiz o'rtacha. Bundan siz jiddiy ishlarni qilishingiz kiyinligi ko'rinadi. Teskarisi, o'qishga va ishga o'lchangan va to'ldirilgan yondashish sizni boshqalardan farqlaydi.

- **12 ball va undan yuqori**- Sizning qat'iyatliligingiz yuqori darajada. Siz o'zingizning barcha harakat va faoliyatlaringizda qat'iyatlisiz. Lekin shuni esdan chiqarmangki, «Bitta odam maydonda jangchi emasdir» va har qanday keraksiz narsalarga o'zingizning quvvatingizni sarflashingiz noto'g'ri.

3-ilova. Bilish jarayonlari

1-Laboratoriya ishi. Ko‘rishning mutloq chegaralarini aniqlash

Tadqiqotning maqsadi: ko‘rish sezisining absolyut kichik chegarasini aniqlash va ko‘ruv o‘tkirligini baholash.

Stimul materiali va zaruriy anjomlar: o‘lchov ruletkasi va 5 ta standart Landoldt xalqalari chizilgan plakatlar (xalqa diametri 7,5 mm, chiziqning qalinligi 1,5 mm, xalqaning yorig‘i 1.5 mm; xalqalarning yorig‘i albatta har xil tomonga qaratilgan bo‘lishi shart).

Kirish. Ko‘rish sezgisining absolyut chegarasini aniqlashning nazariy –metodologik asosi bo‘lib, psxofizikaning otasi – Gustav Teodor Fexner (1801-1887) ning yondashuvi yotadi.

Absolyut sezgirlikni muhokama qilganda shuningdek quyidagi tushunchalardan keng foydalaniladi:

- absolyut limen (*limen* lotincha «chegara»). Qo‘zg‘atuvchilarning chegara kattaligi organizmning absolyut sezgirligining eng so‘nggi darajasiga mos kelishi zarur.

- Agar stimul judayam kichik bo‘lib javob reaksiyasini vujudga keltirmasa, bunday stimulni chegaraosti qo‘zg‘atuvchisi deb ataladi.

- Intensivligi sezgi chegarasidan yuqori bo‘lgan stimul chegarausti stimuli deb nomlanadi ¹.

Absolyut sezgi chegarasining quyi va yuqori darajalari mavjud. Ayrim sezgilarning quyi chegaralari aniq bir kattalikka ega bo‘lmaydi. Sezgining quyi chegaralariga o‘zgaruvchanlik xos bo‘lib, bu narsa bir qancha omillar bilan shartlanadi, jumladan, qo‘zg‘atuvchiga moslashish, sezgirlikni oshirishi yoki kamaytirishi mumkin bo‘lgan qator boshqa sharoit hamda dastlabki fonga bog‘liq.

Yuqori sezgi chegarasi deganda bunday kattalikda qo‘zg‘atuvchi idrok etilmasligi yoki yangi shaklga kirishi – og‘riq sezgisiga o‘sib o‘tishi tushuniladi.

Tadqiqotning borishi: tadqiqotchilar guruhi eksperimentator, sinaluvchi va protokolistlardan iborat. Tadqiqot o‘tkazilayotgan xona yaxshi yoritilgan uzunligi 6,5 m dan kichik bo‘lmasligi zarur.

Tadqiqot davomida sinaluvchilar 6 m uzoqlikdagi plakatga orqasini o‘girib turadi, tadqiqotchi signaliga ko‘ra plakatga yuzlanadi va xalqalardagi yoriqni payqagunga qadar yaqinlashadi (qadam tashlaydi).

¹ Шиффман Х.Р. Ощущение и восприятие. 5-е изд. СПб.: Питер, 2003. 928 с.

Eksperimentator va protokolist ruletka yordamida sinaluvchi plakatdagi xalqa yoriqlarni payqagan masofani o'lchaydilar. Bu natija (masofa smlarda qayd etiladi) protokolga kiritiladi. Keyin tadqiqot boshqa plakatda o'tkaziladi va yana boshqalariga almashtiriladi.

Sinaluvchilarga ko'rsatma: «Orqangizda 6 metr uzoqlikda yoriqli xalqalar tasvirlangan plakat bor. Mening belgimga ko'ra plakatga yuzlaning va undagi xalqalar yorig'ini payqagunga qadar yaqinlashib boring. Yoriqni ko'ra olsangiz darhol to'xtang».

Protokolda sinaluvchining holati va uchta urinishning natijalari qayd etilishi darkor. Agar natijalar bir metrdan kattaroq bo'lsa, yana bir marta tadqiqot o'tkazish zarur.

Natijalarni qayta ishlash. Ko'rish sezgisining eng quyi absolyut chegarasi uchta seriya natijalarining o'rtacha ko'rsatkichini tashkil etadi.

$\text{Ч кўриш} = \frac{P1+P2+P3}{3}$ bunda, R1, R2, RZ – sinovlardagi sinaluvchi xalqalar yorig'ini idrok qila olgan masofa kattaligi.

Sinaluvchi xalqaning yorig'ini qanchalik uzoq masofadan ko'rsa, demak uning absolyut ko'rish chegarasi quyiroq yoki ko'rish sezgirligi yuqoriroqligidan dalolat beradi.

Ko'rish o'tkirligini baholash maxsus jadval yordamida amalga oshiriladi. Agar xalqa yorig'i 5 m uzoqlikdan idrok etilsa, farq qilish burchagi 1° ga teng va ko'rish diapazoni o'rtacha ko'rsatkichga teng.

	Ko'rish o'tkirligining ballardagi ifodasi							
	9	8	7	6	5	4	3	2
Ko'rish farq chegarasi ko'rsatkichlari (sm)	640	621-640	591-620	551-590	501-550	431-500	331-430	201-330
								200 va undan quyi

Ko'rish o'tkirligining 1, 2, 3 balligi – ko'rish qobiliyatining zaifligidan dalolat beradi. Bunday holatda sinaluvchi oftalmologga murojaat qilishdan tashqari, o'z salomatligiga e'tibor qaratishi, mehnat va hordiq o'rtasidagi muvozanatni tiklashi, jismoniy va aqliy mehnat o'rtasidagi muvofiqlikni

2-Laboratoriya ishi. Rang kontrastlaridagi qo'zg'alishning so'nish jarayonini o'rganish

Tadqiqotning maqsadi: rang kontrastlaridagi qo'zg'alishning so'nish jarayonini o'rganishdan iborat.

Kirish. Umumiy psixologiyada rang idroki qonuniyatlari tadqiq etilgan. Mazkur qonuniyatlar ichidan obrazlar ketma-ketligi qonuniyati o'ziga xos o'rin egallaydi.

Ketma-ketlikdagi rang kontrasti ikki turga ajratiladi: ijobiy va salbiy. Ular ayni damda taqdim etilgan rangga ta'sir qiluvchi avvalgi rang stimuli o'laroq vujudga keladi. Sodaroq qilib aytganda, xromatik stimul ta'siridan so'ng sinaluvchi oq ekranga yuzlanadi.

Agar ko'zimiz qorong'ulikka ko'nikkan bo'lsa, biz unga qisqa muddatli yorqin chiroq ta'sir ettiramiz, bunda sinaluvchilar qorong'ulikda zaif yorug'likni idrok etishi 1-2 minutgacha davom etadi. Bu voqelik ijobiy ketma-ketlikdagi obraz deb ataladi. Odatda bu obraz bir necha sekund davom etadi. Ijobiy ketma-ketlikdagi obraz avval bu obrazni vujudga keltirgan qo'zg'atuvchi kabi bir xil rangda bo'ladi, keyinchalik obrazning rangi o'zgarib boradi yoki «tovlanadi». Bunda rangning quyidagi o'zgarishi yuz beradi: oq, yashil, qizil, qizil-binafsha, ko'k-siyohrang rang, ko'k rang. Qo'zg'atuvchining rangi qanday bo'lishidan qat'iy nazar so'nishidan oldin ketma-ketlikdagi obraz ko'k rangda bo'ladi.

Salbiy ketma-ketlikdagi obrazni hosil qilish osonroq kechadi. Ular sinaluvchida odatiy yorug'likdagi xonada uzoq vaqt davomida rangli stimul ta'siri tufayli vujudga keladi. Agar keyin ko'zimiz axromatik yuzali buyumga qaratilsa, salbiy ketma-ketlikdagi obrazning rangi qo'shicha rangga yaqin bo'ladi. Boshqa ma'lumotlarga ko'ra bu rang avval kuzatilayotgan rangga qo'shimcha bo'ladi. Agar ko'zimiz axromatik yuzaga qaratilsa, ko'rinayotgan ranglar yuzaning rangiga bog'liq bo'ladi. Masalan, biz uzoq vaqt davomida yashil namunaga qarab turganimizdan so'ng ko'k yuzaga nazar tashlasak, ketma-ketlikdagi obraz rangi binafsha rang bo'ladi.

Stimul material iva zaruriy anjomlar. Sinovning maqsadi: ketma-ketlikdagi rang kontrasti hodisasi bilan tanishish. *Zarur material* – o'lchami 9x12 sm (36x48 sm) bo'lgan rangli qog'ozlar. Foydalanilayotgan qog'ozlar to'q rangli (to'yingan, tiniq) bo'lishi zarur (yashil, qizil, ko'k, sariq). Qog'ozlarning o'lchami papiros qog'ozidek bo'lishi talab etiladi. Kulrang qog'ozdan tashqi diametri 18 sm, ichki

diametri 17 sm (demonstrativ sinovda) va 4 sm (laboratoriya sinovida) xalqa qirqiladi.

Tadqiqotning borishi. Tabiiy kunduzgi yorug'lik yoki kunduzgi chiroq sharoitida o'tkaziladi. Sinaluvchi uchun stol ustiga yashil rangli qog'oz qo'yiladi, uning o'rtasiga kulrangli xalqalar joylashtiriladi. Ma'lum vaqtdan so'ng yashil qog'oz papirus qog'oz bilan berkitiladi (yopiladi). Sinaluvchiga uning nigohini xalqa fon rangiga mos rangga aylangunga qadar yo'naltirish so'raladi, ya'ni birdaniga rangli kontrast vujudga kelgunga qadar. Sinaluvchi kulrang xalqa qanday rangga kirishini aniqlashi lozim. Xuddi shu tariqa boshqa asosiy ranglar bilan ham tadqiqot olib borish zarur.

Ma'lumotlarni qayta ishlash. Sinov tugugandan so'ng uning natijalarini protokolga kiritish darkor. Ya'ni qaysi rangli fonda u yoki bu rang kontrasti vujudga kelishini qayd etish. Sinovni quyidagi xulosa bilan tugatish: bir vaqtdagi rang kontrasti deganda, rang tonining (xalqalardagi) atrofdagi rang ta'sirida, ya'ni fon ta'sirida unga (fonga) mos rang tomonga o'zgarishi tushuniladi. **Kulrang xalqalar yashil fonda qizaradi, qizil rangda yashillashadi, ko'k rangda sariqlashadi, sariq rangda ko'klashadi.** Bir vaqtdagi rang kontrasti shuningdek, bir-biriga yaqin turgan ranglar o'zaro bir-birini kuchaytiradi (masalan, qizil va yashil ranglar). Xuddi shunday kontrast effekti sariq va ko'k ranglarning birdaniga ta'sirida yuzaga keladi. Ayniqsa kuchli kontrast aynan bir rangdan boshqa rangga o'tish chegarasida vujudga keladi. Buni osonlikcha auditoriyaga avval yuqoridagi ranglarni alohida taqdim etish, keyin ularni yaqinlashtirish orqali ushbu ranglarning to'yinganligini, o'zaro tafovutlanishini (kontrastini) namoyish etish mumkin.

3-Laboratoriya ishi. Faol va nafaol teri sezgisida shaklni idrok etish

Tadqiqotning maqsadi: Faol va nafaol teri sezgisida shaklni idrok etish. Bitta qo'l bilan test-obyektni faol va passiv paypaslash orqali taktil sezgi obrazini shakllanishi jarayonini kuzatish va obyektiv qayd etishdan iborat. Bimanual paypaslash jarayonida harakatning o'ziga xos xususiyatlarini aniqlash.

Qo'shimcha qaydlar. «Teri tuyush» atamasi, birinchidan, teri sezgirlini, jumladan, harorat, og'riq, taktil, teri retseptorlari tuzilishi, sezgirlik chegaralari va boshqalarni izohlashda qo'llaniladi. Ikkinchi tomondan teri tuyush deganda, taktil va kinestetik sezgirliklardan iborat

gaptik sezgirlik tushuniladi. Gaptik sezgirlik qo'l yordamida paypaslashda namoyon bo'ladi. Faol paypaslash natijasida predmetning taktil obrazi shakllanadi.

Agar predmet kaftimizda bo'lsa, uni passiv paypaslash mumkin. Sinaluvchi predmetni faol paypaslagandagina faol paypaslash to'g'risida gapirish mumkin. Ikki qo'lda (bimanual) faol paypaslash makro qo'l harakatlari hamda makro va mikro barmoq harakatlariga ajraladi. Ikkala turdagi harakatlar taktil obraz paydo bo'lishida ham bilish, ham nazorat funksiyasini bajaradi.

Stimul materiala va zaruriy anjomlar. Eksperimental material karton va faneradan yasalgan yassi geometrik shakllar majmuasidan iborat. Shakllar bir-biridan kontur murakkabligi bilan farqlanadi. Aniqrog'i ular perimetrining kesma uzunligi va miqdori, burchaklarining soni va hajmi bilan tafovut qilishi kerak. Har bir sinaluvchi stimul-shakllarni qayd etishiga mo'ljallangan qog'oz bo'lishi lozim.

Tadqiqot boshlangunga qadar protokol uchun maxsus blanklar tayyorlab qo'yish zarur. V sinov maxsus protokolga ega emas. Mazkur sinov natijalari eksperimentator tomonidan sinaluvchining kuzatuvi va o'zini o'zi kuzatish asosida ixtiyoriy tarzda qayd etiladi.

Tadqiqotning borishi. Topshiriqni bajarishda talabalar ikki guruhga ajraladilar: birinchi guruh talabalari eksperimentator vazifasini, ikkinchi guruh talabalari esa sinaluvchi vazifasini bajaradilar. Tadqiqot besh sinovdan iborat. Shakllarni passiv paypaslash va faol paypaslashda sinaluvchilarning ko'zi bog'langan bo'lishi darkor. Shaklni esga tushirishda sinaluvchiga rasm taqdim etiladi va uning ko'zi yechib qo'yiladi. Biroq bundan avval sinaluvchi paypaslagan shaklni ko'zdan uzoqroqqa joylashiriladi. Har bir sinovda sinaluvchiga har xil murakkablikdagi shakllar taqdim etiladi. Passiv va faol paypaslashning vaqti cheklanmagan. Tadqiqot boshlanishidan avval tadqiqotchi sinaluvchiga ko'rsatmani o'qib eshittirdi.

Sinaluvchilarga beriladigan ko'rsatma: «Sizga yassi shakllar beriladi, siz ko'zingizni yumgan holda ularni paypaslab qanday shaklligini aniqlashingiz zarur. Keyin ko'zingizni ochib tadqiqotchi belgisiga ko'ra sizga taqdim etilgan shakl tasvirini maxsus blankga qayd eting».

Birinchi sinov –stimul-shaklni passiv harakatsiz paypaslash. Eksperimentator shaklni sinaluvchining harakatsiz kaftiga joylashtiradi. Bunda eksperimentator shaklni bosmasligi, sinaluvchiga esa shaklni kaftida harakatlantirish, boshqa qo'li bilan paypaslab ko'rish

ta'qiqlanadi. Sinaluvchining belgisiga ko'ra tadqiqotchi shaklni uning qo'lidan olib ko'zidagi bog'ni yechadi. So'ng sinaluvchi idrok etgan shaklning tasvirini qog'ozga qayd etadi.

Ikkinchi sinov – stimul-shaklni passiv harakatlar orqali paypaslash. Eksperimentator shaklning konturini harakatsiz o'ng ko'rsatkich barmoq bo'ylab harakatlantiradi. Shakl to'liqligicha harakatlantirib olingach sinaluvchi uning shaklini chizishga kirishadi.

Uchinchi sinov – redutsiyalashgan (sun'iy) faol paypaslash. Sinaluvchining o'zi ketma-ketlikda (takrorlashsiz) stimul-shaklni o'ng ko'rsatkich barmog'i bilan paypaslab chiqadi. Sinaluvchi har bir shaklni 3-4 martadan paypaslab ko'rish imkoniyatiga ega. Eksperimentator tadqiqot vaqtida shaklni shu tariqa ushlab turishi kerakki, sinaluvchi uni paypaslash mobaynida u harakatsiz bo'lishi zarur.

To'rtinchi sinov – faol paypaslash. Sinaluvchining o'zi bir qo'li bilan taqdim etilgan shaklni paypaslaydi. Paypaslash muddati cheklanmagan. Sinaluvchi shaklni paypaslab bo'lgach uning tasvirini yaratadi.

Beshinchi sinov – bimanual paypaslash. Eksperimentator sinaluvchiga ikkala qo'li bilan faol paypaslashi uchun stimul-shakl taqdim etadi. Sinaluvchidan shaklni paypaslash mobaynida har bir qo'li, har bir barmog'ining funksiyasini tahlil qilish uchun o'zini o'zi kuzatish so'raladi. Sinaluvchining og'zaki hisobotidan tashqari undan shakllarning tasvirini tushirib berish iltimos qilinadi.

Tadqiqot natijalarini qayta ishlash. Ma'lumotlarni qayta ishlashda sinaluvchining rasmlari sinov tartibiga ko'ra ajratiladi.

Birinchi-to'rtinchi sinovlar:

✓ Rasmlarning metrik xususiyatlari, chiziqlarning uzunligi, burchaklarning o'lchami, shakl elementlarining umumiy miqdori va nisbatini baholash zarur.

✓ So'ng sinaluvchi chizgan rasmlarni 5 ballik shkalada baholash talab etiladi: 5 ball – rasm test-obyektning shakliga to'liq mos keladi, 4 ball – rasmning alohida tomonlarining uzunligi stimul-shaklga mos kelmasligi (original shaklning tomonlariga qaraganda yoki uzunroq, yoki kaltaroq bo'lishi), 3 ball – rasmdagi shaklning nafaqat uzunligi, balki burchaklarning o'lchami ham namunaga mos kelmasligi, 2 ball – shaklning uzunligi va burchagidan tashqari original-shakldagi ayrim yoki bir necha unsurlarining tushib qolgan bo'lsa, 1 ball – sinaluvchining rasmi va original-shakl o'rtasida umuman o'xshashlik mavjud bo'lmasa.

✓ Har bir shakl bo'yicha to'plangan ballarni protokolga kiritiladi va har bir sinov bo'yicha umumiy ball hisoblab chiqiladi. Beshinchi sinovda tadqiqotchi bimanual paypaslashning o'ziga xos xususiyatlarini tahlili asosida yozma xulosa tayyorlash darkor. Bunda tadqiqotchi quyidagilarga e'tibor qilish zarur:

- O'ng va chap qo'llarning alohida faolligiga,
- Barmoqlarning turli funksional ahamiyati (o'ng qo'limizdagi bosh barmoq, ko'rsatkich, o'rta, benom va kichik barmoqning roli) ga,
- Barmoqlarning simultan faoliyatiga,
- Barmoqlarning shakl konturi bo'ylab notekis harakati (sekinlashish, to'xtash va ortga qaytishlar) ga,
- Alohida harakatlarning funksiyalari, ayniqsa, bilish va nazorat bilan bog'liqlariga.

4-Laboratoriya ishi. Ko'ruv idrokida bilish jarayonlarining nazorat xususiyatini o'rganish

Tadqiqotning maqsadi: ko'ruv idrokida bilish jarayonlarining nazorat xususiyatini o'rganishdan iborat.

Kirish. Idrok bilish jarayonlariga kiradi. Idrok deganda predmet va voqeliklarning yaxlitlikda, alohida xususiyatlarini butunligicha aks ettirilishi tushuniladi. Idrok sezgilar bilan bog'liq, biroq alohida sezgilar yig'indisi emas, balki yangi bilish bosqichini tashkil etadi.

Idrok obrazida obyektning turli xususiyatlari aks etadi, jumladan: uning fazoda joylashuvi, uzoq-yaqinligi, harakat yo'nalishi, subyekt idrok etayotgan tashqi qo'zg'atuvchining ta'sir davomiyligi. Tashqi stimullarning sifat jihatidan farqlanishini ta'minlovchi modallik va intensivlik idrok uchun xos. Idrokga sezgidan tubdan farq qiluvchi xususiyatlar xos: predmetlilik, yaxlitlik, konstantlik, strukturaviylik, umumlashganlik. Idrok masalani yyechish jarayoniga qo'shilganida tafakkurning yoki ongning komponentiga aylanadi, shunda ular tomonidan boshqariladi va tartibga solinadi. Bunday ta'sir natijasida idrokning tanlovchanlik, anglanilganlik, maqsadga yo'nalganlik, kategoriallik, refleksivlik kabi xususiyatlari rivojlanadi.

Idrokning turli darajali xususiyatlarini o'rganish uchun ko'ruv idrokiga bilish jarayonlarining nazorat ta'sirini tadqiq etish metodikasi taqdim etilgan.

Ko'ruv idrokida nazorat kuzatuv topshiriqlarini amalga oshirishning asosiy sharti hisoblanadi. Bilish jarayonlarining nazorati

idrokn ixtiyoriyligini ta'minlaydi va persektiv jarayonlarni aqliy jarayonlarga yaqinlashtiradi ¹.

Stimul material va zaruriy anjomlar. Standart o'lchamli qog'ozdek uchta jadval. Birinchi jadvalda to'rtta asosiy ranglarni anglatuvchi so'zlar yozilgan: qizil, ko'k, yashil, sariq. Ikkinchi jadvalda xuddi o'sha rangli yulduzchalar tasvirlangan. Uchinchi jadvalda ranglarning nomi qayd etilgan bo'lib, biroq rang nomlari u yozilgan siyohga mos kelmaydi. «Qizil» so'zi sariq siyoh bilan, «ko'k» so'zi yashil rangda va hokazo. Zaruriy anjomlarga sekundomer ham kiradi.



Tadqiqotning borishi. Tadqiqot uch sinovdan iborat bo'lib, har bir sinovdan oldin sinaluvchiga maxsus ko'rsatma beriladi.

Birinchi sinov. Sinovdan oldin sinaluvchiga quyidagi ko'rsatma beriladi: «Sizga taqdim etiladigan jadvaldagi so'zlarni iloji boricha tezroq o'qishga harakat qiling. So'zlarni o'qish tezligingiz sekundomer yordamida o'lchanadi. Agar ko'rsatmani tushungan bo'lsangiz so'zlarni o'qishga kirishing. Boshladik!»

«Boshladik!» degan buyruqdan so'ng eksperimentator birinchi jadvalni taqdim etadi va sinaluvchining so'zlarni o'qishga ketkazgan vaqtini qayd etib oladi.

¹ Пашукова Т.И., Допира А.И., Дьяконов Г.В. Практикум по общей психологии. Учебное пособие для студентов педагогических вузов//Психологическая библиотека Киевского фонда содействия развитию психической культуры: URL: <http://psylib.org.ua/books/pasht01> (дата обращения к ресурсу: 1.12.2022).

Ikkinchi sinov. Ikkinchi sinov birinchi sinovdan keyin darhol o'tkaziladi. Ikkinchi sinov uchun sinaluvchiga ko'rsatma: «Sizga yulduzchalar tasvirlangan jadval taqdim etiladi. Iloji boricha tezroq ushbu yulduzchalar rangini nomlang. Tayyorlaning. Boshladik!»

Eksperimentator sinaluvchining javob vaqtini qayd etib boradi, xuddi birinchi sinovdagi singari.

Uchinchi sinov. Uchinchi sinov ikkinchisidan so'ng darhol o'tkaziladi. Uchinchi sinov uchun sinaluvchiga ko'rsatma: «Sizga so'zli jadval taqdim etiladi, siz esa iloji boricha tezroq so'zlar yozilgan siyoh ranglarini nomlang. Agar ko'rsatmani tushungan bo'lsangiz, tayyorlaning. Boshladik!»

Ko'rsatmadan so'ng sinaluvchiga uchinchi jadval taqdim etiladi va uning so'zlar yozilgan siyoh rangini aytishga ulgurgan vaqti qayd etiladi.

Natijalarni qayta ishlash. Mazkur tadqiqot natijasi bu sinaluvchi tomonidan topshiriqni bajarishga sarflagan vaqti hisoblanadi: T_1 , T_2 i T_3 . Ko'ruv idrokiga bilish jarayonlarining nazorat ta'sirini aniqlash uchun interferensiya ko'rsatkichini quyidagi formula orqali hisoblash darkor:

$B = T_3 - T_2$, bunda T_3 va T_2 – mos sinovlarni bajarishga sarflangan vaqt ko'rsatkichidir.

Mazkur tadqiqotda faollashuvchi bilish nazorati sinaluvchi so'z o'qishi talab etiladigan birinchi sinovdagi hamda yulduzchalar nomini aytish talab etiladigan ikkinchi sinovdagi ko'ruv idroki interferensiyasini bartaraf etgani zarur. Uchinchi va ikkinchi topshiriqni bajarishga sarflangan vaqt (B) tafovuti qanchalik katta bo'lsa, interferensiya shunchalik katta bo'ladi. Demak, idrok jarayonida bilish nazorati shunchalik tor va rigiddir. Aksincha, « B » ko'rsatkichi qanchalik nolga yaqin bo'lsa, bilish nazorati ta'siri shunchalik egiluvchandir.

Bilish nazoratining kattaligi topshiriqlarni bajarishga sarflangan vaqtga bog'liq. Agar sinaluvchi «Boshladik» buyrug'iga ko'ra ikkinchi sinovni bajarishga tayyor bo'lmasa, uchinchi sinovda xuddi shunday tayyorgarlik tufayli « B » ko'rsatkichi nolga yaqin bo'ladi. Agar « B » manfiy bo'lsa, ya'ni uchinchi sinov (T_3) ni bajarish vaqti ikkinchi sinov (T_2) nikidan kichikroq bo'lsa, demak sinaluvchi eksperimentatorning yulduzchalar rangini iloji boricha tezroq nomlash ko'rsatmasiga amal qilmagan. Bunday taqdirda tadqiqotni qayta o'tkazish darkor.

Bu ko'rsatkichning manfiy «og'ishi»ga sinaluvchining birinchi va ikkinchi sinovlar o'rtasidagi vaqt solishtiruvi sabab bo'lishi mumkin.

Интерференсия yoki ta'sir ko'rsatkichi nutqning ko'ruv idrokidan mustaqilligini namoyon etadi. Rigidlik aniqlanganda, tafakkur xususiyatlarini tadqiq etish zarur va shaxsning kognitiv stilini o'zgartirishga ko'mak beruvchi rivojlantiruvchi mashqlar majmuasini ishlab chiqish lozim.

6-Laboratoriya ishi. Dominant idrok kanalini aniqlash

Tadqiqot maqsadi: shaxsda ustunlik qiluvchi idrok kanalini S. Efremtsevaning anketasi bo'yicha aniqlash.

Sinaluvchiga ko'rsatmalar. "Iltimos, bayonotlarga roziligingizni yoki noroziligingizni bildiring. Shaklda tegishli katakchaga "+" belgisini qo'ying¹.

№	Mulohazalar	Qo' shilaman	Qo' shilmayman
1.	Bulutlarni va yulduzlarni kuzatishni yaxshi ko'raman.		
2.	Odatda o'zimga o'zim xirgoyi qilib yuraman.		
3.	Qulay bo'lmagan modani tan olmayman.		
4.	Saunaga borishni yoqtiraman.		
5.	Avtomobilni rangi men uchun ko'proq ahamiyatli.		
6.	Xonaga kirayotgan odamni qadam tovushlaridanoq taniyman.		
7.	Shevalarga (o'xshatib) taqlid qilib so'zlashish menga juda yoqadi.		
8.	O'zimni tashqi ko'rinishimga juda ko'p vaqt ajrataman.		
9.	Massajni yoqtiraman.		
10.	Bo'sh vaqtim bo'lsa, o'zgalarni tomosha qilishni yoqtiraman.		
11.	Harakatdan zavqlanmasam o'zimni yomon sezaman.		
12.	Do'kon peshtaxtasidagi ko'ylakni ko'rishim bilan u menga		

¹ Диагностика доминирующей перцептивной модальности (С.Ефремцева) / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М., 2002. С.237-238.

	yarashishini bilaman.		
13.	Avvalgi kuylarni eshitishim bilan o'tmish xotiralarim tiklanadi.		
14.	Ovqatlanayotgan paytimda o'qib o'tiraman.		
15.	Tez-tez telefonda gaplashib turaman.		
16.	Semizlikka moyilman.		
17.	Hikoyalarni o'zim o'qiganimdan ko'ra boshqa birov o'qiganini tinglashni yoqtiraman.		
18.	Og'ir kundan keyin butun organizmim toliqadi.		
19.	Ko'p va ishtiyoq bilan rasmga tushiraman.		
20.	Tanishlarim yoki do'stlarim aytgan gaplarni uzoq vaqtgacha eslab qolaman.		
21.	Gullar uchun qiynalmay pul to'playman, chunki ular hayotni bezaydi.		
22.	Kechki paytda issiq vanna qabul qilishni yoqtiraman.		
23.	O'zimni shaxsiy ishlarimni yozib borishga harakat qilaman.		
24.	Ko'pincha o'zim bilan o'zim gaplashib yuraman.		
25.	Ko'proq vaqt mashinada yurganimdan keyin uzoq vaqtgacha o'zimga kela olmayman.		
26.	Odamni ovozi (tembri) menga shu odam haqida ko'p ma'lumot beradi.		
27.	Odamlarni kiyinishiga qarab baholayman.		
28.	Razminka qilishni, oyoq va qo'llarimni yozishni yoqtiraman.		
29.	Juda qattiq yoki juda yumshoq o'rindiq men uchun mashaqqat.		
30.	Qulay oyoq kiyim topishim juda qiyin.		
31.	Kino ko'rishni yoqtiraman.		
32.	Bir ko'rgan chehralarni (yuzlarni) ko'p yillardan keyin ham taniyman.		
33.	Yomg'irda sayr qilishni yoqtiraman (zontikka tomchilar tushib turganda).		
34.	Menga aytilgan gapni tinglay olaman.		
35.	Bo'sh vaqtimda raqsga tushishni, sport bilan shug'ullanishni yoqtiraman.		
36.	Soatni tovushi juda yaqin eshilib tursa, uxlay olmayman.		
37.	Meni yaxshi stereoapparatim bor.		
38.	Musiqqa eshitishim bilan oyoq yoki qo'llarni uning ohangiga mos harakatlantiraman.		

39.	Dam olish vaqtida arxitektura yodgorliklarini tomosha qilishni yoqtiraman.		
40.	Tartibsizlikka chidamayman.		
41.	Sintetik matolarni yoqtirmayman.		
42.	Xonani muhiti, uni yorug‘ligiga bog‘liq deb o‘ylayman.		
43.	Tez-tez konsertlarga borib turaman.		
44.	Salomlashganda qo‘l qisish menga shaxs haqida ko‘p ma‘lumot beradi.		
45.	Galereya va ko‘rgazmalarga borishni yoqtiraman.		
46.	Jiddiy bahs – juda zavqli mashg‘ulot.		
47.	Harakat (tegish) orqali so‘zdan ko‘ra ko‘proq ma‘no yetkazish mumkin.		
48.	Shovqinda diqqatni jamlay olmayman.		

Natijalar tahlili

- **vizual:** 1, 5, 8, 10, 12, 14, 19, 21, 23, 27, 31, 32, 39, 40, 42, 45.
- **audial:** 2, 6, 7, 13, 15, 17, 20, 24, 26, 33, 34, 36, 37, 43, 46, 48.
- **kinestet:** 3, 4, 9, 11, 16, 18, 22, 25, 28, 29, 30, 35, 38, 41, 44, 47.

Darajasiga ko‘ra

13 va undan ko‘p – yuqori daraja; 8-12 – o‘rta daraja; 7 va undan kam – past daraja.

7-Laboratoriya ishi. Kuzatuvchanlikni o‘rganish

Tadqiqotning maqsadi: sinaluvchining kuzatuvchanlik darajasini aniqlash.

Kirish. Kuzatuvchanlik – sezgi va idrokka asoslangan psixik xususiyati bo‘lib, sensor tuzilmaning xususiyati hisoblanadi. L.A.Regushning fikricha: «Kuzatuvchanlik tufayli inson obyekt va belgilardagi juz‘iy farqlarni (o‘xshashlikdagi tafovutlarni) ajrata oladi, tez harakatda, o‘zgargan rakursda ham ularni fahmlaydi, belgi, obyekt, jarayonni idrok etish vaqtini minimumga qadar qisqartirishi mumkin»¹.

Kuzatuvchanlik sezgi va idrok jarayonlari va ularning xususiyatlari bilan bevosita bog‘liq. Birinchidan, kuzatuvchanlik yaxshi rivojlangan ko‘rish analizatori, yuqori darajadagi absolyut va farqlanuvchi sezgirlikni taqozo etadi.

¹ Регуш Л. А. Практикум по наблюдению и наблюдательности. 2-е изд., переработанное и дополненное. СПб.: Питер, 2008. 208 с. С.112.

Stimul material iva zaruriy anjomlar. Syujeti murakkab bo'lmagan, unsurlari miqdori katta bo'lmagan deyarli bir xil ikkita tasvir. 10 ta juz'iy farqlar ularda mavjud bo'lishi darkor. Mazkur tafovutlar qaysidir tasvirlarning birida ma'lum unsurlarning bo'lmasligi yoki boshqa tartibda joylashishi ehtimol. Tasvirlardan tashqari qayd etish uchun qog'oz, ruchka va sekundomer zarur.

Tadqiqotning borishi. Kuzatuvchanlikni tadqiq etishda sinov bitta sinaluvchi yoki sinaluvchilar guruhida o'tkazilishi mumkin, buning uchun doska yoki devorga o'lchami idrok etishga qulay bo'lgan tasvirlarni osib qo'yish darkor.

Ikkala tasvirlar sinaluvchiga bir vaqtda 60 sekund, ya'ni 1 minutga taqdim etiladi.

Sinaluvchiga ko'rsatma. "Sizga ikkita tasvir taqdim etiladi. Diqqat bilan tasvirlarga nazar tashlang va ulardagi o'zaro farqlarni toping. Tasvirlarning idrok vaqti bir daqiqaga qadar cheklangan. «To'xtang» degan ko'rsatmadan so'ng tasvirlar olib tashlanadi, siz esa qog'ozga tasvirlar o'rtasidagi payqay olgan farqlarni qayd etib qo'ying. Agar sizga hammasi tushunarli bo'lsa, boshladik!"

Sinaluvchi ko'rsatmadagi barcha shartlarni bajargach undan hisobot berish so'raladi. Hisobotdan sinaluvchi tasvirlardagi unsurlar yaxshi ko'rinayaptimi yoki unchalik emasmi, o'zining kuzatuvchanlik natijalaridan qoniqqanligi haqida ma'lumot olinadi.

Natijalarni qayta ishlash. Natijalarni qayta ishlashdan asosiy maqsad – kuzatuvchanlik ko'effitsientini aniqlashdan iborat. Buning uchun eksperimentator to'g'ri qayd etilgan farqlar miqdoridan noto'g'ri qayd etilgan farqlardan ayirib tashlanadi. Hosil bo'lgan ayirma umumiy farqlar miqdoriga, ya'ni 10 ga bo'linadi.

Natijalar tahlili kuzatuvchanlik ko'effitsientini eng maksimal ko'effitsient, 1.0 bilan solishtiriladi. Agar sinaluvchining kuzatuvchanlik ko'effitsienti 1,0 ga teng bo'lsa, sinaluvchining kuzatuvchanlik darajasi yuqoriligidan dalolat beradi. Agar ko'effitsient 0,5 – 0,9 oralig'ida bo'lsa, bu kuzatuvchanlikning o'rtacha darajadaligini anglatadi. Agar ko'effitsient 0,5 dan quyi bo'lsa – sinaluvchining kuzatuvchanligi yomon yoki zaifligini ko'rsatadi.

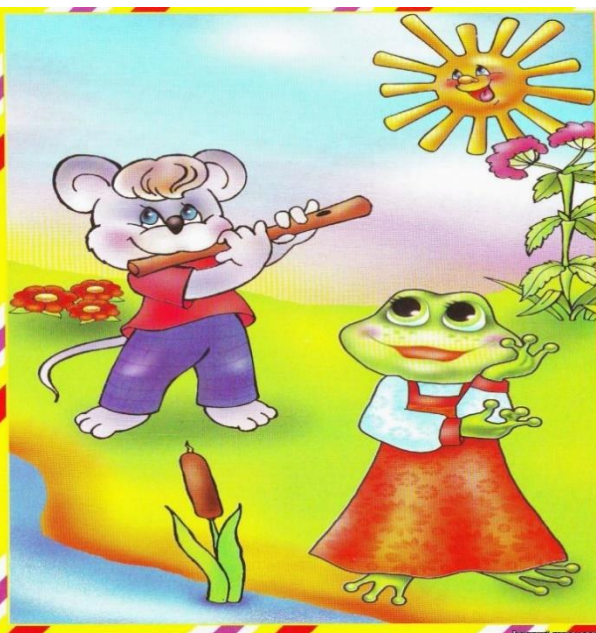
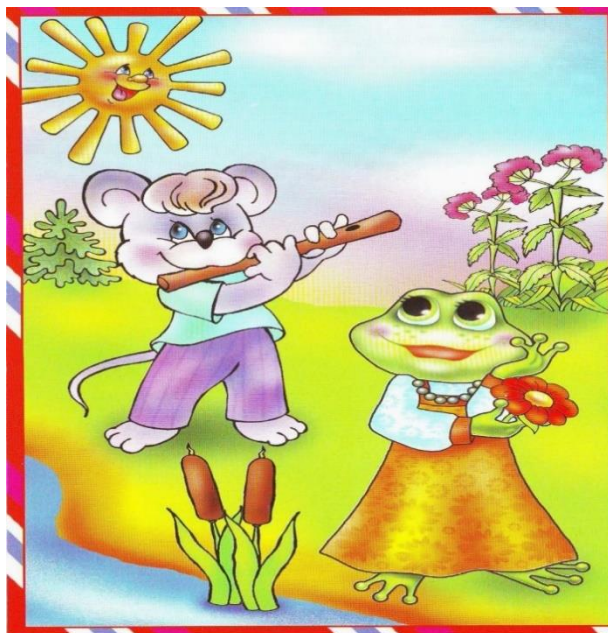
Kuzatuvchanlikni rivojlantirish mumkin, buning uchun mashqlanish zarur. Kuzatuvchanlikni yaxshilovchi maxsus mashqlarni to'plab kuzatuvchanlikni rivojlantirish dasturini yaratish mumkin. Bu mashqlardagi asosiy shart tasvirlarni qisqa muddatli idrok etish orqali predmetlar o'rtasidagi farqlarni topish bilan bog'liq bo'lishi lozim.

Stimul materiallar

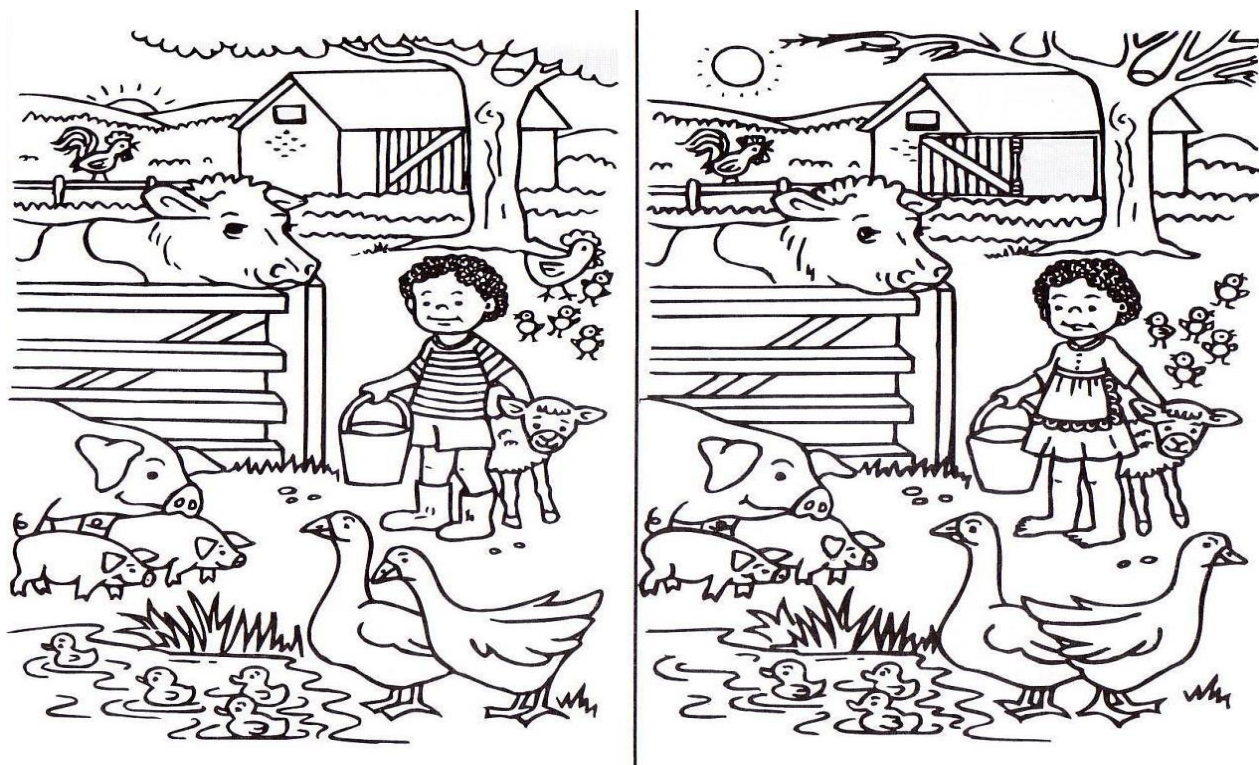
1) syujet va tafsilotlar soni bo'yicha bir nechta oddiy oq-qora rasmlar;



2) syujeti va tafsilotlar soni (katta detallar) bo'yicha oddiy bir nechta rangli rasmlar;



3) syujet va tafsilotlar soni bo'yicha bir nechta murakkab oq-qora rasmlar;



4) syujet va tafsilotlar soni jihatidan murakkab bo'lgan bir nechta rangli rasmlar.



8-Laboratoriya ishi. Diqqatning ko'lamini va hajmini o'rganish (Burdon jadvali bo'yicha)

Maqsad: Metodika yordamida diqqatning ko'lamini va hajmini o'rganish.

Kerakli jihozlar: metodika namunasi, Burdon korrektor sinovi jadvali javoblar varaqa, sekundomer va ruchka.

Tadqiqot maqsadi: tuzatish testi usuli bilan diqqatni taqsimlash xususiyatlarini o'rganish.

Tadqiqot tartibi. Tajriba tuzatish testi turlaridan biri bilan amalga oshiriladi va 5 daqiqalik tanaffus bilan birin-ketin keladigan ikkita seriyadan iborat. Har bir epizodning davomiyligi 5 daqiqa.

Tajribalarning birinchi seriyasida subyekt tuzatish jadvalini ko'zdan kechirib, imkon qadar tezroq, masalan, ikkita "C" va "K" harflarini topib, kesib tashlashi va "E" harfining tagini chizishi kerak. Har bir daqiqada mehnat unumdorligi dinamikasini hisobga olish uchun psixolog bir daqiqadan so'ng "chiziq" so'zini aytadi. Mavzu stol chizig'ida psixolog "chiziq" so'zini talaffuz qilgan paytga to'g'ri keladigan joyni vertikal chiziq bilan belgilashi va keyingi ishni davom ettirishi kerak.

Eksperimentlarning ikkinchi seriyasida mavzu yangi shakllar bo'yicha bir xil ishni bajaradi, bir vaqtning o'zida faqat juft (yoki toq) raqamlarni baland ovozda nomlaydi.

Natijalarni hisobga olish va tahlil qilish. Har bir seriyada ish unumdorligini daqiqalar bo'yicha va umuman seriya uchun aniqlashingiz kerak, ya'ni ko'rilgan qatorlar sonini va xatolar sonini hisoblashingiz kerak. Xato bu chizilishi kerak bo'lgan harflarning qoldirilishi, shuningdek noto'g'ri chizilgan yoki tagiga chizilgan.

Har bir seriyadagi xatolar sonini ko'rilgan elementlarning soni bilan taqqoslash mavzudagi diqqatni taqsimlash darajasini baholashga imkon beradi. Bundan tashqari, har bir eksperiment seriyasida subyektning ish dinamikasining tabiati haqida xulosa chiqarish, topshiriqni bajarish paytida bolaning jismoniy mashqlari yoki charchoqlari kuzatilganligini aniqlash imkonini beradi.

Har bir tadqiqot seriyasining natijalarini umumlashtirib, birinchi navbatda diqqatning aniqligi (T) quyidagi formula bo'yicha hisoblanadi:

$$T_1 = 1 - \frac{m_1}{n_1} \text{ birinchi seriya va } T_2 = 1 - \frac{m_2}{n_2} \text{ ikkinchi seriya uchun,}$$

bu erda m_1 va m_2 - xatolarning umumiy soni, va, n_1 va n_2 -

tajribaning birinchi va ikkinchi seriyalarida mos ravishda ko‘rilgan "c", "k" va "e" harflarining umumiy soni.

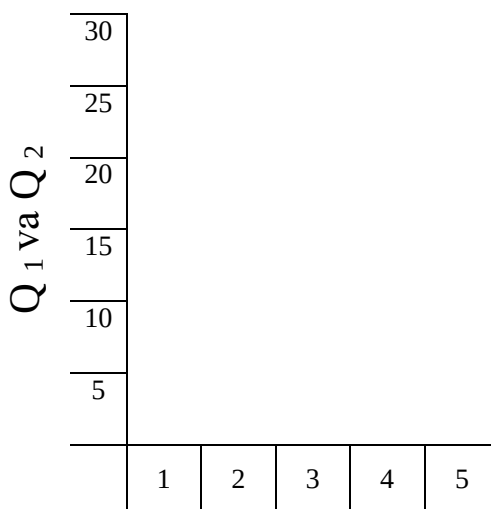
Keyinchalik, har bir seriyadagi diqqat unumdorligi darajasi (Q) hisoblanadi: $Q_1 = S_1 \cdot T_1$ va $Q_2 = S_2 \cdot T_2$, bu erda S_1 va S_2 - tajribaning birinchi va ikkinchi seriyalarida ko‘rilgan chiziqlar soni.

Olingan natijalar asosida quyidagi shaklda bayonnoma tuziladi

O‘quv bayonnomasi

INDIKATORLAR	BIRINCHI QISM						IKKINCHI SERIAL					
	1	2	3	4	5	Jami	1	2	3	4	5	Jami
Ko‘rilgan qatorlar soni (S)						S1=____						S2=____
"c", "k" va "e" harflari soni (n)						n1=____						n2=____
Kamchiliklar va xatolar soni (m)						m1=____						m2=____
Diqqat aniqligi (T)						T1=____						T2=____
Hosildorlik (Q)						Q1=____						Q2=____

Olingan miqdoriy ma'lumotlarga asoslanib, har bir seriya uchun daqiqalar bo‘yicha ish unumdorligi dinamikasi grafigini yaratish mumkin .



Diqqat taqsimotining muvaffaqiyati (R) quyidagi nisbat bilan baholanishi mumkin: $R = \frac{Q_2 - Q_1}{Q_1 + Q_2} \cdot 100 + 100$.

Familiyasi _____ **Ismi** _____ **Yoshi** _____
Sana _____

С У А В С Х Е В И Х Н А И С Н Х В К С Н А И С В Х В Х Е Н А И С Н Е В Х А И В
 Х В Х Е К В Х И В Х Е И С Н Е И Н А И Е К Х К И С В С Н И К К Х И С Е А И С А В Х И Х И С
 Н С К А Е К К И С В Е К В Х И Н А И Е Х Е Х Е И С Н А Х К В Е К Х К И С В С Н И К К Х И С
 И К В А Е К Х А В И С Н А И Х Е К Е Х Е И С Н А К С В Е С Н К К И С В И Х К К И С Н А
 К Н В И С Н К Х В Е Х С Н А Е К Е С К Е С Н К Н А И Е И С Н А Х К К И С В И Х К К И С Н А
 Е Х К В Е Н В Х К Е А И С Н А К А Н К Н В Е И Н К В Х А К Е И В И С Н А К А Х В Е
 И В Н А Х Н Е Н А И К В И Е А К Е И В А К С В Е И К С Н А В А К Е С В Н Е К С Н
 К И С В Х И Е С В Х К Н К В С К В Е В К Н И И Е С А В И С Н А И Е В Н А И Е Н К Е И В К
 А И Е И С Н А С И А И С Х А К В Н Е А К С Х А И Е Н А С И С В К Е В Е В Х К К Х А
 Н Е И С Н А И С Н Х Е К Н С К А И Е И С Н А Х К Е К Х В И К С Н А И Х В И К К Х С Н А
 Х В Х Н К Х А В И С Н А Х Е К Е Х С Н А И К С Н А В А К Е С В Н Е Х В Е Х С Н И
 С В К Е В Е В Х К Х С Н Е И С Н А И С Н К В Х В А К Е С В К В Н А Н С Н А И С Н К
 С В Н Е К С Н Е К Х Н С А В С Н А Х А К И Е С Н А И В Е С Н А И С В С Х К В А И С Н А С
 К Х С Х Н А И С Х И Х Е В И С К В И Н А И Е Н Е К Х А И Е Н Е К Х А В И Х К Х Е Н В И
 Е И В Н А Х Н Е Н А И К В И Е И С Н А И С Н К В И И Е Н А С И С В К Е В Е В Х
 К Х С И Х Н В И Х К Х Е Н В И Н Е К Х Н С С Н Н Х И В С Н А Е С А В С Н А Н Х
 К Х Н С И А Х Н А И С В Н К Х А В И С Н А Х Е К Е Х С Н А К С В Е В Е А И С Н
 А С И В К Е В И К Х К Е К Н В И С Н К Х В Е Х И С Н А С К Е С Н К Н А И Е С Н К Х К
 И Х К А К С Н А Е Х К В Е Н В Х К Е А И С Н А К А Н К В Е И Н К В Х А К Е
 В Е С Н А Н С В К Х Е К Н А И Е К И С И С Н А И С Н В К Е Х К В Х Е И В Н А К И С Х
 А Е И В К Е В К И Х Е И С Н А И В Х С Н А И К Х Е Х Е И С Н А Х К Е К Х В И С Н
 А И Х В И К Х С Н А И С В Н К Х А В И С Н А Х Е К Е Х С Н А К С В Е В Е А И С
 Н А С Н К И В К Х К Е К Н В И С А И Е Н Е К Х А В И Х Н В И Х К Х Е Н В И Е С А
 В Н А Х Н Е Н А И К В И С В Н А Х Н Е Н А И К В И Е И С Н А И Е Н В И Н В И Н А И
 Н Е К Х А В И Х В И Н А И Е Н Е К Х А В И Х С Х Е В И Х Н А И С Н Х В К С Н А И
 С В Х В Х Е Н А И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А В С А В С Н А Е К К А С Е С Н А
 И С Е С Х К В А И С Н А С А В К Х С Х Н Е И С Х И Х Е В И К В И Н А И А И С Н К
 В Е В К Х А В И В И Н А И Е Н Е К Х А В И Х Х К Х И В К Е В К В И Н А И Е Н Е
 К Х А В И Х К А С Е С Н А И С Н А И С Н В И С Х К В А И С Н А С А В К Х С Х
 И К В И Н А И К Х Е Х Е И С Н А Х К С Х Е В И Х Н А И С Н Х В К С Н А И С В Х В
 Х Е Н А И С Н Е В Х А И В Н Х И В С Н А Е С А В С Н А Е К К Х А В И И Х В И К Х
 Н Е Н А И К В И Е Н А И С Н К В Х В Е К Е В К И Н А И Е Н Е К Х А В И Х В С Н А
 Е К Х Н С А В С К В Х К Х И В К Е В В И Н А И Е Н Е К Х А В И Х В С Н А Е К К
 А И Х Н Н А С А В С К Х А В И Х С Х Е В И Х Н А И С Н А И С Н Х В К И Х К Х
 В И К В И Н К А С Е С Н А И С Н А С А В К К А С Е С Н А И С И Х Н К Х А В И Х
 Х Е В И Х Н А И С Н Х В К С Н А И В И Х К Х Е В И К В И И И Х Н Е И С Н А И С Н
 К В Х В Е К Е В К В Н А Н С Н А И С Н К С В Н Е К С Н А И С Н К С В Н Е К С
 С Е С Н А И В С И А Е К К А Х А В И Х Х К Х И В К Е В К В И Н А И Е Н Е К Х А
 В И Х К Х А В И Х Н В И Х К Х И И В К В Н Е К С Н Е К Х А В И Х С Н Х В К И
 Х И Х Е В И К В И Н А Х К С Х Е К Х А В И Х С Х Е В И Х Н А И С Н Х В К С Н Е
 В И К В И Н В С Н А Е К К А Н А С А В К К А С Е С Н А И С Е В И К В И И К В И А
 Х Е В И Х Н А И С Н Х В К С Н А И В И Х К Х Е В И К В И И И Х Н Е И С Н А И С Н
 К В Х В Е К Е В К В Н А Н С Н А И С Н К В Н Е К С Н Е К Х А В И Х Н А И С В С
 С Е С Н А И В С И А Е К К А Х А В И Х Х К Х И В К Е В В И Н А И Е Н Е К Х А
 В И Х К Х А В И И Х Н В И Х К Х Е И Х Н К К Х А В И Х С Х Е В И Х Н А И С Н Х
 С Н Н А С А В К Х Н В И Х К Х И Х Н В К В Н А К К Х А В И Х С К В Х К Х Н Е И
 Х И Х Е В И К В И Н А И К Х Е Х Е И С Н А Х К С Х Е К Х А В И Х С Х Е В И Х
 В И К В И Н В С Н А Е К К А Н А С А В К К А С Е С Н А И С Е В И К В И И К В И А
 А В С К В Х К Х И В К Е В В И Х Н А И С Н Х В К С Н Е
 С А В К К Х А В И Х К Х Е В И Х Н А И С Н Х В К С Н Е
 С А В К К Х А В И Х К Х Е В И Х Н А И С Н Х В К С Н Е

9-Laboratoriya ishi. Diqqatning ko‘chuvchanligini o‘rganish (“Qizil-qora jadval” metodikasi)

Maqsad: diqqatning ko‘chuvchanligini Shultening «Qizil-qora» jadvali asosida o‘rganish. Ushbu metodikani psixik tempni, ko‘ruv orientir-qidiruv tezligini, ko‘ruv qo‘zg‘atuvchilari uchun diqqat ko‘lamini aniqlash uchun qo‘llash mumkin.

Diqqatning *ko‘chishi* subyektning bir faoliyatdan ikkinchi faoliyatga, bir obyektidan ikkinchi obyektga, bir harakatdan ikkinchi harakatga ataylab o‘tishida namoyon bo‘ladi. Diqqatning ko‘chishi ongli ravishdagi xulq-atvorga, faoliyatning talablariga, yoxud o‘zgarib ketayotgan shart-sharoitlarga muvofiq tarzda yangi faoliyatga kirishish zaruratiga bog‘liq bo‘ladi. Diqqatning ko‘chishida unga sarflanadigan vaqt, ishning unumdorligi, sifati, aniqligi muhim rol o‘ynaydi.

Zauriy asbob-uskunalar: sekundomer va Shultening modifikatsiyalashgan jadvallari (qizil va qora rangli raqam va harflardan iborat jadvallar).

Tajriba bayoni. Tadqiqot uch seriyadan iborat bo‘lib, ular orasidagi tanaffus 5 minutdan oshmasligi lozim. Har bir seriyani o‘tkazish uchun tadqiqotchi quyidagi yo‘riqnomani beradi.

1-seriya uchun:

Qo‘lingizda 49 ta raqam va harflardan iborat jadval: shulardan 25 tasi qora rangda, qolgan 24 tasi qizil rangda. Qora rangdagi raqam va harflarni 1 dan 25 gacha o‘tib borish tartibida topishingiz zarur. Izlayotgan raqamni topganingizda javob blankida o‘sha raqam oldidagi harfni belgilab qo‘ying.

2-seriya uchun:

Endi siz qizil rangli raqamlarni 24 dan 1 ga qadar kamayib borish tartibida topishingiz lozim. Raqamni topishingiz bilan javob blankida o‘sha raqam oldidagi harfni belgilab qo‘ying.

3-seriya uchun:

Hozir yuqoridagi topshiriqlarni birga bajarishingiz darkor. Ya’ni 1 dan 25 gacha qora ranglarni o‘tib borish tartibida, 24 dan 1 gacha qizil raqamlarni kamayib borish tartibida topishingiz lozim. Buni quyidagicha amalga oshirasiz: 1 – qora rangda, 24 – qizil rangda. 2 – qora rangda, 23 – qizil rangda. Zarur raqamlarni topganingizda javob blankida raqam oldidagi harfni belgilab qo‘ying.

Har bir seriya bo'yicha topshiriqlarni bajarish uchun sarflangan vaqt qayd etib boriladi va maxsus grafaga kiritiladi (t_1, t_2, t_3), shuningdek, xatolar miqdori ham hisoblab boriladi (O_1, O_2, O_3).

Natijalar tahlili

Natijalarning miqdoriy tahlili har bir seriya uchun sarflangan vaqt hisobi bilan amalga oshadi (topshiriqni bajarishda yo'l qo'yilgan xatolar inobati bilan). Normada ikkala seriyani bajarishda deyarli bir xil vaqt sarflanadi. Psixik faoliyatning bir tekisda kechmasligi sinaluvchining topshiriqni bir maromda bajara borib, to'satdan to'xtab qolib, keyingi raqamni topishga qiynalishida namoyon bo'ladi.

Ko'pincha metodikaning asosiy ko'rsatkichlar hisobi bilan bir qatorda tuzatish faktorlari – jarima indeksleri (i_1, i_2, i_3) ni quyidagi jadvalga kiritish dardkor:

	Vaqt	Xatolar	Tuzatish koeffitsienti	Korrektirovka vaqti
1- seriya	$t_1 = \underline{\hspace{2cm}}$	$O_1 = \underline{\hspace{2cm}}$	$i_1 = 1 + O_1/25 = \underline{\hspace{2cm}}$	$k_1 = t_1 * i_1 = \underline{\hspace{2cm}}$
2- seriya	$t_2 = \underline{\hspace{2cm}}$	$O_2 = \underline{\hspace{2cm}}$	$i_2 = 1 + O_2/24 = \underline{\hspace{2cm}}$	$k_2 = t_2 * i_2 = \underline{\hspace{2cm}}$
3- seriya	$t_3 = \underline{\hspace{2cm}}$	$O_3 = \underline{\hspace{2cm}}$	$i_3 = 1 + O_3/49 = \underline{\hspace{2cm}}$	$k_3 = t_3 * i_3 = \underline{\hspace{2cm}}$

Ko'ruv qo'zg'atuvchilari bo'yicha diqqat ko'lami quyidagi hisob orqali aniqlanadi: $O = \frac{k_1 + k_2}{2}$. Topshiriqni bajarishda sarflangan vaqtning 20 ballik shkalaga o'tkazish jadvali (norma 15-17):

Vaqt	Ballar	Vaqt	Ballar
113 dan kam	20	213-223	9
113-123	19	223-233	8
123-133	18	233-243	7
133-143	17	243-253	6
143-153	16	253-263	5
153-163	15	263-273	4
163-173	14	273-283	3
173-183	13	283-293	2
183-193	12	293-303	1
193-203	11	303-314	0
203-213	10		

Psixik temp ko'rsatkichi, ya'ni, sinaluvchining ko'ruv orientir-qidiruv tezligini tadqiqotning uchinchi seriyasini bajargandan so'ng aniqlash mumkin: $R = \frac{k_3}{2}$. Sinaluvchining orientir-qidiruv tezligi darajasini quyidagi jadval asosida hisoblanadi:

Vaqt (R)	Sinaluvchining orientir-qidiruv tezligi darajasini baholash
178 sekunddan kam	yuqori
178-260 sekundlar	o'rta
263 sekunddan ortiq	Quyi

Diqqatning ko'chuvchanlik darajasi quyidagi formula asosida hisoblanadi:

$$P = k_3 - k_1 - k_2$$

Sinaluvchida diqqat ko'chuvchanligi rivojlanganlik darajasi quyidagi jadval asosida amalga oshiriladi:

Diqqatning ko'chuv vaqti (P)	Ballar	Diqqatning ko'chuvchanlik darajasini baholash
60 sekunddan kam	1	yuqori
60-90	2	yuqori
91-100	3	o'rta
101-120	4	o'rta
121-150	5	o'rta
151-180	6	o'rta
181-200	7	o'rta
201-250	8	quyi
251 sekund va undan ko'proq	9	quyi

Agar diqqat ko'chuvchanligi "0"ga teng yoki undan kichik bo'lsa, tadqiqotni qayta amalga oshirish lozim. Sababi, sinaluvchi birinchi va ikkinchi seriyalarda yo'riqnomani tinglamagan. Xullas, miqdoriy natijalar tahlili asosida uchta tadqiqot seriyalari vaqti, yo'l qo'yilgan xatolar, sinaluvchining og'zaki hisoboti, tadqiqotchi va protokolist kuzatuvlari, diqqatning ko'chishi va diqqat konsentratsiyasi xarakteri, diqqatni rivojlantirish bo'yicha tavsiyalar tayyorlash zarur. O'spirinlik davrida talabalar diqqatning ko'chuvchanligini turli fanlardan mustaqil ta'lim jarayonida faoliyat shakllarini o'zgartirish orqali amalga oshirish

imkoniyati mavjud. Mazkur topshiriqqa adekvat mashq sifatida bitta kuzatuv obyektidan boshqasiga ko‘chishini misol qilsa bo‘ladi. Bir-biridan farq qiluvchi topshiriqlarni bajarish.

Natijalarni tahlilida sinaluvchilar raqamlarni topish spesifikasini, raqamlarni topa olmaganlarida qiyinchiliklarni bartaraf etish usullarini kuzatib borish darkor. Ayrim sinaluvchilarda qidirilayotgan raqam yaqinda topilgan raqamning oldida bo‘lsa, boshqalarida esa topilgan raqamdan uzoqroqda joylashgan bo‘lsa qiynaladilar.

Sinaluvchilarda topshiriqlarni bajarish xususiyatini aniqlash zarur:

- topshiriqni bajarish xarakteri /ishtiyoq, formalizm, pedantlik/;
- emotsional soha /apatiya, sovuqqonlik, noadekvatlik, o‘zidan qoniqish, jizzakilik, yig‘loqilik, distansiyani yo‘qotish hissi/;
- nutq /nutqning kuchayishi yoki susayishi, pichirlash, sukunat, oxlash, ingillash/.

Tajriba bayoni

FIS h	Kuzatuv natijalari			<i>Ko‘lam i (O)</i>	<i>Tezlig i (R)</i>	<i>Ko‘chuvchanlig i (P)</i>
	Topshiriq i bajarish tavsifi	Emotsiona l soha	Nut q			
1.						
2.						
3.						

«QORA-QIZIL JADVALI»

7-s	4-a	15-l	8-i	11-r	1-m	25-a
14-a	18-a	21-s	15-r	3-ye	19-a	17-k
7-l	2-v	11-k	10-n	23-ya	8-i	10-ы
17-t	14-d	6-a	20-b	13-sh	23-o	5-k
9-b	3-t	22-f	1-a	16-i	6-e	13-d
2-u	4-r	22-l	20-o	12-a	19-t	24-r
24-m	18-ы	12-u	9-m	16-a	21-ye	5-o

10-Laboratoriya ishi. Diqqat xususiyatlarini Krepelin metodikasi bo'yicha o'rganish

Maqsad: diqqatning xususiyatlari, aqliy ish qobiliyati va toliqqanlikni aniqlash.

Kerakli jihozlar: metodika blanki, sekundomer va qalam.

Kirish. Ushbu metodika E.Krepelin tomonidan 1895-- yilda taqdim etilgan bo'lib, unda ikkita sonlar qatori beriladi. Ikkala qatordagi sonlar bir biriga qo'shilishi lozim. Metodika irodaviy quvvat, mashqlantirilganlik va toliqqanlikni aniqlashga mo'ljallangan. Hozirgi kunda metodikadan diqqat xususiyatlarini (ko'chuvchanlik va barqarorlik), aqliy ish qobiliyati va psixik sur'atni o'rganishda foydalaniladi.

Metodikani qo'llash mumkin bo'lgan sohalari: turli kasb egalari, o'quvchi va talabalarning ishchanlik qobiliyati, diqqatining barqarorligi va ko'chuvchanligini hamda shaxsdagi klinik o'zgarishlar bor yoki yo'qligini aniqlash.

Metodikadan foydalanish tartibi: Tekshiriluvchiga Krepelin jadvali blanki bilan birga quyidagi yo'riqnoma taqdim etiladi: «bir xil ustma-ust tartibda keltirilgan sonlarni bir biriga qo'shing va natijani ularning ostgi qismiga yozib qo'ying. Ishni tez va xatosiz bajarishga harakat qiling». Tekshiriluvchi eksperimentator «To'xtang! Va navbatdagi qatorga o'ting» buyrug'ini bermaguncha, sonlarni qo'shishni amalga oshiraveradi. Eksperimentator har 20 soniya oralig'ida ushbu signal bilan ogohlantiradi.

Krepelin jadvali

3	4	3	4	4	8	6	6	2	4	4	7	3	4	8	9	6	7	2	9	8	7	4
2	5	9	7	8	4	3	2	4	7	6	5	3	4	4	7	9	7	3	8	9	2	4
3	8	5	9	3	6	8	4	2	6	7	9	3	7	4	3	9	7	4	7	2	9	7
9	5	4	7	5	2	4	8	9	8	4	8	4	7	2	9	3	6	8	9	4	9	4
9	5	4	5	2	9	6	7	3	7	6	3	2	9	9	5	6	9	4	7	7	9	3
2	9	8	7	2	9	4	8	4	4	5	4	4	8	7	2	5	9	2	2	6	7	4
9	2	3	6	3	5	4	7	8	9	3	9	4	8	9	2	4	2	7	5	7	8	4
7	4	7	5	4	4	8	6	9	7	9	2	3	4	9	7	6	4	8	3	4	9	6

8	6	3	7	6	6	9	2	9	4	8	2	6	9	4	4	7	6	9	3	7	6	2
9	8	9	3	4	8	4	5	6	7	5	4	3	4	8	9	4	7	7	9	6	3	4
5	8	5	7	3	9	7	2	6	9	3	4	7	4	2	9	8	4	3	7	5	8	3
3	4	6	5	4	8	4	3	5	5	4	2	9	6	2	4	2	9	2	7	2	5	8
5	2	9	9	4	4	5	3	2	8	2	9	8	9	4	2	8	7	8	5	4	3	5
3	4	3	2	7	7	8	5	2	9	6	4	4	7	6	7	5	6	9	8	6	4	7
4	9	6	3	4	9	9	4	8	6	5	7	4	9	3	2	4	7	4	9	8	3	8
8	4	7	8	9	4	3	9	3	7	6	5	2	4	4	3	4	8	7	5	9	2	4

Natijalarni qayta ishlash: Tekshiriluvchi har bir 20 soniyada qancha to‘g‘ri va noto‘g‘ri qo‘shish amalini bajarganligi hisoblanadi.

Metodika ishga layoqatlilik koeffitsientini qo‘lga kiritishga imkon beradi:

$$K_{u/\pi} = S_2 / S_1$$

S₂- oxirgi to‘rt qatordagi juft sonlarni to‘g‘ri qo‘shishlar yig‘indisi

S₁-oldingi to‘rt qatordagi juft sonlarni to‘g‘ri qo‘shishlar yig‘indisi

Har xil nerv-psixik kasallik bilan og‘rigan bemorlarga xos xususiyatlar:

- Bosh miyaning organik kasallanganligi (Travma, qon-bosimi bilan kasallangan bemorlar, yallig‘lanish, shish borligi)-mahsuldorlik past, diqqatning yo‘qolib borayotganligi, ozroq topshiriqda ishga layoqatlilikning susayishi va xatolarning ko‘pligi kuzatiladi.

- Nevrozlar notekis, egri-bugri (pik) ko‘rinishdagi xatolar kam bo‘ladi, mahsuldorlik yyyetarlicha (normaga yaqin), ammo diqqat susayib boradi. Diqqatning yo‘qolib borishi va ishga layoqatlilikning susayishi ishni bajarish sur‘atining notekis borishi bilan xarakterlanadi. Ularda diqqatning cusayishi bosh miya organik kasalligi bilan og‘rigan bemorlarnikiday keskin yuz bermaydi.

- Apato-abuliya sindromli shizofreniya bilan og‘ringan bemorlarda ishga qobiliyatlilik ancha past bo‘ladi (har bir qatorda 2-4 qo‘shish amali bajariladi). Haddan ortiq xatolar ko‘p. Ularda jadvalni to‘ldirishda hech qanday qiziqish bo‘lmaydi.

K_{i/l}-koeffitsient qiymati 1 ga yaqinlashsa, ishdan toliqish amaliy jihatdan yuz bermaydi.

11-Laboratoriya ishi. Mexanik va mantiqiy xotira bog'liqligini o'rganish

Maqsad: mantiqiy va mexanik esda qoldirish o'rtasidagi tafovutni aniqlash.

Jihoz: ma'no jihatidan bog'langan va bog'lanmagan juft so'zlar to'plami.

Ishning borishi: tekshirish 2 bosqichda olib boriladi.

1-bosqich. Tekshiruvchi tekshiriluvchiga 1-qatordagi 15 juft so'zni (har bir juft so'z orasida 5 sekund tanaffus bilan) o'qib beradi. O'qib bo'lgandan so'ng 10 sekund tanaffus qilib, tekshiriluvchi o'zi eshitgan so'zlarni qog'ozga yozadi.

Mantiqiy xotiraning hajmi

Birinchi qatordagi so'zlarning soni (N ₀)	Esda qoldirilgan so'zlar soni (m)	Mantiqiy xotira ko'effitsiyenti (K)

Natijalarni tahlil qilish

Tavsiya qilingan so'zlar bilan tekshiriluvchining esda qoldirib yozgan so'zlarini solishtiriladi va mantiqiy xotiraning ko'effitsiyenti quyidagi formula bo'yicha hisoblanadi:

$$K = \frac{m}{N} \cdot 100\%$$

Bunda K – xotira ko'effitsiyenti, m – to'g'ri esda qoldirilgan so'zlar soni, N – tavsiya etilgan so'zlar soni.

Tavsiya etiladigan so'zlar to'plami

Birinchi qator

qo'g'irchoq – o'ynamoq
tovuq – tuxum
qaychi – qirqmoq
ot – arava
qitob – o'qituvchi
kapalak – chivin
shcho'tka – tish
baraban – o'quvchi
qor – qish
xo'roz – qichqirmoq

Ikkinchi qator

qo'ng'iz – stul
taroq – yer
qompas – yelim
qo'ng'iroq – o'q
chitta – singil
gultuvak – tramvay
dori – divan
tosh – shamol
botinka – samovar
grafin – olmoq

siyoh – daftar	gugurt – yilqi
sigir – sut	dengiz – qirg‘ich
parovoz – haydamoq	shlyapa – asalari
nok – kompot	baliq – yong‘in
chiroq – oqshom	arra – tuxum

B A Y O N N O M A

Tekshiriluvchi:

Tekshiruvchi:

Tekshiriluvchining ruhiy holati:

Sana:

Ikkinchi bosqich. Bunda ham xuddi birinchi bosqichdagidek ish qo‘riladi. Faqat tekshiruvchi ikkinchi qatordagi 15 juft so‘zlarni (har bir juft oralig‘ida 10 sekundlik tanaffus bilan) o‘qiydi. Oxirida yana 10 sekund tanaffusdan so‘ng tekshiriluvchi esda olib qolgan so‘zlarini yozadi va tavsiya qilingan so‘zlar bilan esda qoldirilgan so‘zlar taqqoslanib xotira koeffitsiyenti birinchi bosqichdagi qabi hisoblab chiqiladi, hamda jadvalda aqs ettiriladi.

Mexanik xotiraning hajmi.

Ikkinchi qatordagi so‘zlarning soni (№)	Esda qoldirilgan so‘zlar soni (m)	Mexanik xotira koeffitsiyenti (Q)

Har ikki bosqich natijalari asosida mantiqiy va mexanik xotiraning samaradorligi haqida xulosa chiqariladi.

12- Laboratoriya ishi. Qisqa muddatli xotira hajmini o‘rganish

Maqsad: qisqa muddatli xotira hajmini Djekobs metodikasi yordamida aniqlash.

Qisqa muddatli xotira bir martagina juda qisqa vaqt oralig‘ida idrok qilish va shu zahotiyoq qaytadan xotirlashdan so‘ng juda ham qisqa vaqt mobaynida eslab qolishi bilan belgilanadi.

Zarur asbob-uskunalar: 4 ta elementdan 10 ta elementgacha raqamlarni o‘zida mujassam etgan 7 ta sonlar qatoridan tashkil topgan to‘rtta to‘plamdan iborat sonlar. Yozish uchun toza varaq, ruchka va sekundomer.

Tajriba bayoni. Tajribani bir yoki 8-16 kishidan iborat sinaluvchilar bilan o‘tkazdirish mumkin. Eksperiment to‘rtta seriyadan iborat, har bir seriyasida sinaluvchiga sonlar seriyasi o‘qib eshittiriladi.

1-seriyada birinchi to‘plamdagi raqamlardan foydalaniladi. Tadqiqotchi ketma-ketlikda sinaluvchiga 4 dan 10 gacha element bo‘lgan yettita raqamni o‘sib borish tartibida o‘qib eshittiradi. Raqamlar o‘qib eshittirilgach, sinaluvchi protokolda tadqiqotchi o‘qigan tartibda raqamlarni qayd etib berishi darkor.

2-, 3-, 4-seriyalar ham xuddi shu tartibda o‘tkaziladi, faqat boshqa raqamlar to‘plamidan (2-, 3-, 4-to‘plamlardan) foydalaniladi.

Tadqiqotdan so‘ng sinaluvchi tadqiqotchiga raqamlarni esda olib qolishi uchun qanday usullarni qo‘llagani so‘raladi. Tadqiqotchi sinaluvchining xulqini kuzatib turadi.

Tajriba bayonnomasi namunasi

Ko‘rsatma: “Sizga 4 dan 10 tagacha element (raqam)ni o‘zida mujassamlashtirgan raqamlar qatori o‘qib eshittiriladi. Taqdimot eng kichik raqamlar qatoridan boshlab o‘qiladi. Sizning asosiy vazifangiz o‘qilayotgan raqamlarni o‘sha tartibda esda olib qolib bayonnomaga qayd etishdir”.

Tadqiqot natijalari tahlili va qayta ishlash.

1. Tadqiqotchi taqdim etgan raqamlar materiali bilan sinaluvchi natijalari solishtiriladi. “+” belgisini to‘g‘ri qayd etilgan qator belgilanadi. To‘liq qayd etilmagan, xatolar bilan yoki ketma-ketligi stimul materialga muvofiq kelmagan qatorlar “-” belgisi bilan qayd etiladi.

2. Har bir seriya uchun barcha to‘g‘ri esga tushirilgan qatorlarning foizi hisoblab chiqiladi. To‘rtta seriya uchun jadval tuziladi:

Seriya nomeri	Esga tushirilgan raqamlar natijalari						
	4 ta element	5 ta element	6 ta element	7 ta element	8 ta element	9 ta element	10 ta element
1							
2							
3							
4							
To‘g‘ri esga tushirilgan qatorlar foizi							

3. Esda olib qolish mahsuldorligining materialning miqdoriga bog‘liqligini xarakterlovchi grafik yasang (barcha tadqiqotlarda to‘g‘ri esga tushirilgan qatorlar foizi asosida).

4. Xotira hajmini quyidagi formulaga muvofiq hisoblab chiqing:

$$\Pi_k = A + \frac{C}{n}$$

Bunda: P_k - qisqa muddatli xotira hajmi;

A – hamma tadqiqotlarda to‘g‘ri esga tushirilgan eng uzun raqamlar qatori;

S - A dan kattaroq (barcha seriyalardagi) bo‘lgan to‘g‘ri sonlar

n - tajribalar seriyasi soni, mazkur holatda – 4 qatori.

Qator uzunligi	Esga tushirish natijalari				A	S	P_k
	1-seriya	2-seriya	3-seriya	4-seriya			
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

5. Guruh uchun barcha seriyalar bo‘yicha to‘g‘ri esga tushirilgan qatorlarning o‘rtacha ko‘rsatkichi (%) ni hisoblab chiqing va esda olib qolish mahsuldorligining materialning miqdoriga bog‘liqligining o‘rtacha ko‘rsatkichi grafigini individual grafikka tushiring.

6. Sinaluvchilar guruhi uchun o‘rtacha qisqa muddatli xotira hajmini hisoblang.

7. Sinaluvchilarning individual ko‘rsatkichlarini va guruhning o‘rtacha ko‘rsatkichlari bilan solishtiring (qisqa muddatli xotira hajmi hamda esda olib qolish mahsuldorligining materialning miqdoriga bog‘liqligi grafigi).

8. Olingan miqdoriy va sinaluvchining og‘zaki hisoboti asosida sinaluvchining esda olib qolish jarayonini tahlil qiling.

Natijalar tahlili

Qisqa muddatli xotira hajmini o‘rganish bo‘yicha tajriba natijalarida yuqoridagidagi bahodan foydalaniladi:

P_k – qisqa muddatli xotira hajmi koeffitsienti	Qisqa muddatli xotira darajalari
10	Juda yuqori
8-9	Yuqori
7	O‘rtacha
6-5	Past
3-4	Juda past

Natijalarni tahlil qilish jarayonida, quyidagi holatlarga e’tibor berish zarur. Agarda sinaluvchilarda 10 ta natija qayd etilsa, bu sinaluvchining maxsus mnemotexnik qobiliyatining rivojlanganligidan dalolat beradi, mantiqiy vositlardan unumli foydalanishi oqibatidir.

Sinaluvchida 3-4 natijalar qayd etilsa, bu qisqa muddatli xotiraning juda past darajada ekanligidan dalolat beradi. Berilgan ko‘rsatma shartlarini e’tirof etmasligi oqibatidir.

O‘rta va past darajadagi qisqa muddatli xotirani rivojlantirish uchun tizimli mashqlar uyushtirish, mnemotexnik usullaridan foydalanish tavsiya etiladi.

I набор	II набор
5241	7106
96023	89934
254061	856086
7842389	5201570
34682538	82744525
598374623	715843413
6723845207	1524836897
III набор	IV набор
1372	7106
64805	89934
725318	856086
0759438	5201570
52186355	82744525
132697843	715843413
3844528716	1524836897

13-Laboratoriya ishi. Operativ xotirani o'rganish

Maqsad: operativ xotiradan funksional jihatdan foydalanilganda uning o'ziga xos xususiyatlarini aniqlash..

Operativ xotira tushunchasi kishi tomonidan bevosita amalga oshirilayotgan dolzarb harakatlar, ishlarga xizmat qiladigan mnemonik jarayonlarni anglatadi. Biz biror bir murakkab harakatni, misol uchun matematik amallarni bajarayotgan bo'lsak, u holda qismlarga, bo'laklarga ajratgan holda bajaramiz. Bunday holda ishni bajarish davomida ayrim oraliq natijalarni yodimizda saqlab qolamiz.

Zarur asbob-uskunalar: raqamli blanklar (beshta raqamdan iborat 10 ta qator raqamlar), qog'oz va ruchka.

Tadqiqotning bayoni. Tadqiqotchi ketma-ketlikda beshta raqamdan tashkil topgan 10 qator raqamlarni o'qib chiqadi.

Sinaluvchi har bir qator o'qib eshittirilgach, raqamlarni o'sha ketma-ketlikda esda olib qolishi kerak. So'ng miyasida birinchi raqam bilan ikkinchisi yig'indisini, ikkinchi bilan uchinchisi, uchinchisi bilan to'rtinchisi, to'rtinchi bilan beshinchisi yig'indisini, ya'ni to'rtta xosilani javob blankining muvofiq qatoriga kiritib qo'yishi zarur. Raqamli qatorlarni o'qib eshittirish intervali 15 sekundni tashkil etishi lozim.

Ko'rsatma: "Men Sizga 5 ta raqamdan iborat 10 qator raqamlarni o'qib eshittiraman. Sizning asosiy vazifangiz raqamlarni qaysi tartibda o'qilgan bo'lsa, o'sha tartibda esda olib qolib birinchi son bilan ikkinchi sonning yig'indisini, ikkinchi va uchinchi sonlar, uchinchi va to'rtinchi sonnikini hamda to'rtinchi va beshinchi sonlar yig'indisini miyangizda hisoblab chiqib, javoblar blankining maxsus qismiga qayd etishingiz lozim".

Natijalarning tahlili va qayta ishlash tartibi

1. To'g'ri topilgan yig'indilar miqdorini aniqlash.
2. Umumguruhliy ko'rsatkichlarni individual natijalar bilan solishtirish (Yig'indilarning maksimal miqdori 40 ga teng. Katta odam uchun normani 30 va undan yuqorisi tashkil etadi).

Mazkur metodika guruhlarda ham foydalanish tavsiya etiladi. Bu 4-5 minut davom etadi. Yaxshi samara berish uchun, ma'lum bir vaqtdan so'ng sonlar qatorini o'zgartirib, tajriba o'tkazdirish mumkin.

Stimul material (birinchi variant)	Kaliti
5, 2, 7, 1, 4	
3, 5, 4, 2, 5	
7, 1, 4, 3, 2	
2, 6, 2, 5, 3	
4, 3, 6, 1, 7	
4, 2, 3, 1, 5	
3, 1, 5, 2, 6	
2, 3, 6, 1, 4	
5, 2, 6, 3, 2	
3, 1, 5, 2, 7	

Stimul material (ikkinchi variant)	Kaliti
4, 5, 1, 7, 2	
8, 1, 6, 3, 4	
6, 3, 4, 5, 2	
7, 2, 6, 3, 5	
4, 3, 6, 2, 5	
1, 7, 2, 3, 1	
2, 5, 3, 4, 5	
7, 1, 8, 1, 6	
4, 2, 6, 1, 7	
5, 2, 7, 1, 4	

14-Laboratoriya ishi. Qisqa va uzoq muddatli xotirani o‘rganish metodikasi

Maqsad: qisqa va uzoq muddatli mexanik, raqamli, belgi-shaklli va so‘z-mantiq xotirani o‘rganish.

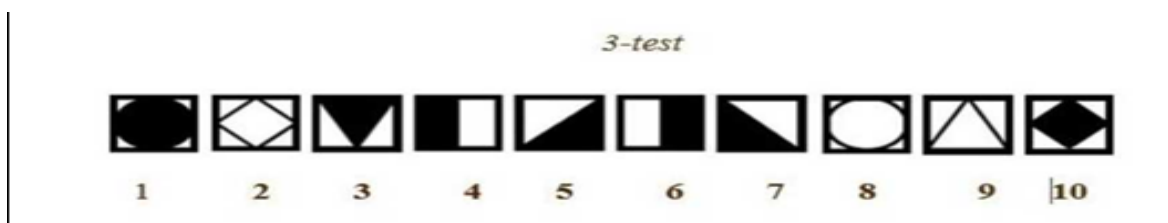
Kerakli jihoz: metodika namunasi (1-so‘zli kombinatsiya, 2-raqamli kombinatsiya, 3-shaklli-belgili kombinatsiya va 4-matn berilgan blanka), javoblar varaqasi, sekundomer.

Mazkur testdan ko‘zlangan maqsad qisqa muddatli va uzoq muddatli xotiraga xos jihatlarini ularning unumdorligi nuqtayi nazaridan o‘rganishdan iborat. Tadqiqot to‘rtta kichik testni o‘z ichiga oladi. Sizga cheklangan vaqt mobaynida (1 -test - 40 soniya, 2-test - 40 soniya, 3-test - 10 soniya, 4-test - 60 soniya) muayyan ma’lumotni esda olib qolish hamda mos ravishda birinchi test uchun - so‘zlar va ularning raqamli belgilari,

Ikkinchi test uchun - raqamlar va ularning raqamli belgilari, uchinchi uchun - figuralar, to‘rtinchisi uchun - qalin yozuv bilan ajratilgan va raqamlar bilan belgilangan fikrlarni esda olib qolish va matnda ko‘rsatilgan ketma-ketlikka rioya qilgan holda aytib berish taklif etiladi.

1-test	
1. UKRAINALIK	11. YOG‘
2. IQTISODIYOT	12. QOG‘OZ
3. BO‘TQA	13. PIROJNOYE
4. TATUIROVKA	14. MANTIQ
5. MEROS	15. STANDART
6. SEVGI	16. FE‘L
7. QAYCHI	17. YORISH
8. VIJDON	18. DEZERTIR
9. LOY	19. SHAM
10. LU G‘AT	20. OLCHA

2-test			
1.	43	11.	37
2.	57	12.	18
3.	12	13.	86
4.	33	14.	56
5.	81	15.	47
6.	72	16.	6
7.	15	17.	78
8.	44	18.	61
9.	96	19.	83
10.	7	20.	73



4-test

1912-- yilda Atlantika okeanida halokat yuz berdi. Dastlabki reys bilan Yevropadan Amerikaga borayotgan «Titanik» nomli **yo‘lovchilar tashiladigan paroxod** tuman paytida dengizda suzib yurgan muztog‘ bilan **to‘qnashib ketdi** (1), kemada katta **teshik hosil bo‘ldi va u cho‘ka boshladi** (2). «Qayiqlar tushirilsin!» - deb buyruq berdi kapitan. Biroq **qayiqlar yyetarli emas edi** (3). Ular yo‘lovchilarning faqat yarmiga yetdi. «Ayollar va bolalar - **ko‘prikchalarga, erkaklar qutqaruv belbog‘larini taqsinlar!**» (4) - degan ikkinchi buyruq berildi. Erkaklar jimgina bordan nari ketdilar. **Kema sekin-asta qop-qora va muzdek sovuq suvga cho‘ka boshladi** (5). Ayollar va bolalarga to‘lgan qayiqlar g‘arq bo‘layotgan kemadan birin - ketin uzoqlashardi. Mana odamlar **oxirgi qayiqqa joylasha boshladilar** (6). Birdan **qo‘rquvdan afti qiyshayib ketgan baqaloq kishi baqiribdodlab ko‘prikchaga tashlandi** (7). U ayollar va bolalarni itarib, matroslarga dasta-dasta pul tiqishtirar va **odamlar bilan to‘lib-toshgan qayiqqa sakrab chiqishga harakat qilardi** (8). Paqillagan ovoz eshitildi, bu **kapitan to‘pponchadan uzgan o‘q ovozi edi** (9). **Qo‘rqoq palubaga jonsiz holda yiqildi** (10), ammo hech kim unga qayrilib ham qaramadi.

Natijalar tahlili

Ayrim soʻzlarni esda olib qolish unumdorligi:

_ *toʻgʻri takrorlangan soʻzlar soni x 100* **20-soniya**

Ayrim raqamlarni esda olib qolish unumdorligi:

_ *toʻgʻri takrorlangan raqamlar soni x 100* **20-soniya**

Figuralarni esda olib qolish unumdorligi:

_ *toʻgʻri takrorlangan figuralar soni x 100* **20-soniya**

Fikrlarni esda olib qolish unumdorligi:

_ *toʻgʻri takrorlangan fikrlar soni x 100* **20-soniya**

Baholar shkalasi 90–100 – aʻlo

70–90 – juda yaxshi

50–70 – yaxshi

30–50 – qoniqarli

10–30 – yomon

0– 10 – juda yomon

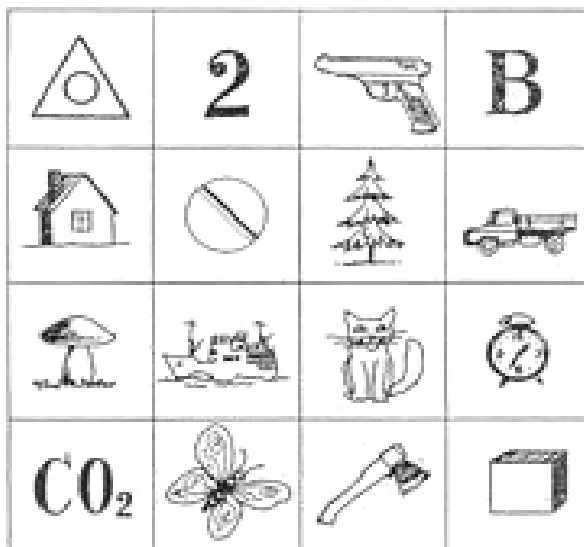
Eslatma. Uzoq muddatli xotira bir haftadan keyin quyidagicha tekshiriladi: hech narsaga suyanmagan holda toʻrtta test materialini eslash kerak. Agar natija «yaxshi» boʻlsa, demak, uzoq muddatli xotira yaxshi boʻladi.

15-Laboratoriya ishi. Obrazli xotirani oʻrganish

Maqsad: obrazli xotirani oʻrganish.

Obrazli xotira tasavvurlarni, tabiat va hayot manzaralarini, shuningdek, tovushlarni, hidlarni, taʼmlarni esda olib qolishdan iborat xotira turidir. U koʻrish, eshitish, hid bilish, taʼm bilishga oid xotiradir.

Kerakli jihozlar: 16 ta obrazdan iborat blank, maxsus toza blank.



Tajriba bayoni: sinaluvchiga 20 sekund davomida 16 ta obrazga ega turli xil predmetlar namoyish etiladi. Mazkur obrazlarni xotirada saqlab, 1 minut davomida ularni maxsus blankda chizish hamda soʻzlar bilan yozishi talab etiladi.

Baholash: test natijalari xotirada toʻgʻri saqlanib qolgan obrazlarning soniga qarab belgilanadi. Meʼyor – 6 ta va undan ziyod toʻgʻri obrazlar.

16-Laboratoriya ishi. Piktogramma metodi yordamida bilvosita xotirani oʻrganish

Maqsad: piktogramma metodi yordamida bilvosita xotira xususiyatlarini oʻrganish.

Kerakli jihozlar: daftar, qalam va yodlash uchun taklif qilingan soʻzlarning toʻplami, toza qogʻoz kerak boʻladi.

Piktogramma metodikasi

Metodika A.A.Luriya tomonidan taklif qilingan boʻlib, bilvosita yodlashni oʻrganishga qaratilgan. Bu metodikani 10 va undan katta yoshdagi bolalarga oʻtkazish mumkin.

Tadqiqotni oʻtkazish uchun, daftar, qalam va yodlash uchun taklif qilingan soʻzlarning toʻplami emas, balki toza qogʻoz kerak boʻladi.

Yoʻriqnoma: Sizga eslab qolishingiz kerak boʻlgan soʻzlar va iboralarni oʻqib eshittiraman. Oʻzingiz uchun yodlashni osonlashtirish uchun rasm chizish, har bir soʻz uchun rasm chizishingiz kerak. Ammo ushbu rasm sizga toʻgʻri soʻzni eslashga yordam beradi xolos. Rasmning sifati muhim emas, faqat eslashda yordam berish kerak. Soʻzlar va harflar yozish taqiqlanadi.

Modlashtirish uchun taklif qilingan soʻzlarni ularga taklif qilingan tartibda oʻqish kerak:

- | | |
|------------------------|----------------|
| 1) qiziqarli bazm | 9) xayrlashish |
| 2) qattiq mehnat | 10) yolgʻon |
| 3) mazali kechki ovqat | 11) gʻalaba |
| 4) kasallik | 12) fazilat |
| 5) qaygʻu | 13) dushmanlik |
| 6) baxt | 14) adolat |
| 7) sevgi | 15) shubha |
| 8) rivojlanish | 16) doʻstlik |

Yo'riqnoma bir marta o'qiladi. Talabaning to'g'ridan-to'g'ri talabiga javoban ko'rsatmalarni takroran e'lon qilishga ruxsat etiladi.

Ishning borishi: Talaba birinchi so'zni o'qiydi, shundan keyin stavka qurish tugagandan so'ng, struktura tugagandan so'ng, keyingi so'z o'qiladi. Talaba barcha so'zlarni jalb qilganda, o'qishning birinchi bosqichi yakunlanadi. Talaba boshqa tadbirlarga taklif qilinadi yoki shunchaki chiqariladi. Tadqiqotning ikkinchi bosqichi 30-60 daqiqadan so'ng amalga oshiriladi.

Talaba o'z rasmlari tomonidan naqsh bilan belgilagan so'zlarni eslash uchun taklif qiladi.

Belgilarni qayta ishlash va tahlil qilish: chizmada izohlangan so'zlarning soni dastlab hisoblanadi.

Keyinchalik, qanday qilib rasmlar tilga yodlashga yordam berganligini bilib olishingiz kerak. Diqqat chizig'ining mavhumligi darajasiga, uning shaxsiy ahamiyatiga binoan (talaba bola hayotida sodir bo'lgan vaziyat yoki voqealar chizig'ini olganmi), rasmning tabiati, deb to'lanishi kerak. . Bunday holda, talabaga ilhomlantiruvchi ta'sir oldini olish kerak. Savollardan qochishingiz kerakmi: "Va bu rasm sizga shaxsan bog'liqmi?"

Bolada uning tushuntirishlari ba'zi bir alohida ma'nolarga birlashtirilgan taassurot qoldirmasligi kerak, shuning uchun talaba oldida har bir so'zini yozib olish kerak emas.

S.Ya.Rubinshteyn fikriga ko'ra (1970), agar respondent 10 so'zni yomon eslasa, lekin bu materialni mantiqan ulanish imkoniyatini qo'llashda bu zaif xotirani ko'rsatadi, bu esa bu materialni mantiqiy ulanish imkoniyatini saqlab qoladi. Teskari nisbati fikrlash markazida, xususan, ba'zi tizimli organik miya funksiyalari bilan aniqlanadi. (Bunday hollarda bilvosita ulanishlar faqat yodlashga xalaqit beradigan, tashqi tormozga olib keladi).

Talaba qaysi belgi so'zni yodlash uchun ishlatilishi kerak, bu nafaqat bilvosita yodlash, balki birlashmalar tabiati haqida ham hukm qilishi mumkin.

Shuni ta'kidlash kerakki, bolalarda ma'lum bir tarkibning mavjudligi yoshi bilan kamayadi, ya'ni katta maktab o'quvchilari chizmalari o'rta maktab o'quvchilariga qaraganda kamroq darajada aniqlikka ega bo'ladi.

Tahlil qilinayotganda, abstrakt, idividual, mazmunli, standart, adekvat omillar hisobga olinishi kerak.

Mavhum. Mavhum omil muayyan vaziyatga chizish darajasini aks ettiradi (masalan: "Feat" soʻziga oʻtadigan jangchi rasmning oʻziga xosligi haqida gapiradi).

Alohida rasmlar tasvirning tabiatidan qat'i nazar, oʻziga xos ahamiyatga ega.

Bundan tashqari, mavhum darajasi:

1) taroziga tortuvchi rasmlar (kichik daraja) - chizish (atributlar, atributlar printsiptiga muvofiq tanlanadi. Shunday qilib, "quvnoq dam olish" tushunchasi tasvirlangan: shisha, karnaval niqobi va boshqalar;

2) metaforik - kontseptsyani naqsh bilan ulash metaforik. Masalan: "Baxtli" tushuntirish bilan soatlarni kesib oʻtdi "Baxtli soatlar kuzatmaydi";

3) geometrik, grafik belgilar. Koʻpincha bu belgilar fazoviy xususiyatlarni aks ettiradi: yoʻnalish, simmetriya.

Metaforik va geometrik xususiyatlarning chizilishi "mutlaq" ga tegishli boʻlishi kerak.

Individual ahamiyat. Bunday holda, shaxsiy tajribaga bevosita murojaat qilish faktlari muhim ahamiyatga ega. Ushbu rasmlarda talaba oʻz manfaatlari, orzulari haqida toʻgʻridan-toʻgʻri gapiradi.

Rasmlarni qayta koʻrib chiqish va stimulyatsion tasvirlar.

Birinchisi talabaning oʻzi tasviri, uning ishtirokchisi boʻlgan sahnalar, kamroq, kamroq - boshqa oʻziga xos shaxslarning surati bilan ajralib turadi. Masalan: "yolgʻon" soʻzi uchun shaxs chiziladi. Izoh: "Bu menga yozishni va'da bergan shifokor."

Ikkinchisi, shaxsiy tajribadan aniq vaziyatlar xotirasini "ragʻbatlantirish" obyektlari tasviri bilan tavsiflanadi. Masalan: "Baxt" tushunchasida togʻlarni "baxt" tushunchasiga jalb qiladi, bu "odatda menda togʻda baxtsizlik hissi paydo boʻladi", deb tushunadi.

Tanlash chastotasi. Bu faqat statistik omil boʻlib, sogʻlom shaxs protokollarida tanlov chastotalarini koʻrsatadi. Saylovni chastotada tabiiy taqsimlashni hisobga olgan holda, 3 toifadan biriga "Belgi" ning rasmini belgilash tavsiya etiladi:

- Standartlar - 100 protokoldan 20 baravar koʻp uchraydi,
- Individual - 100 ta protokoldan kam uchraydi,
- Takrorlash - birinchi ikkitasi oʻrtasidagi chastotalarda oraliq pozitsiyani egallash.

Yakuniy omil. Murakkab sifat omili, shu jumladan rasm mazmuni, ya'ni tasvir va tushuntirish.

Kambagʻallik "takrorlash" toifasi tasviriga kiritilmasligi kerak.

Belgilarning sifatli tahlili asosida rasmiylashtirilgan baholash amalga oshiriladi. Belgilarning tabiatini baholashda eng ahamiyatli narsa bu "abstrakt" omilning munosabati. Oddiy natijaning asosi aniq va o'ziga xos tasvirlar.

Ikkinchi ko'rsatkich - bu individual ahamiyatli tasvirlarning sifati va tuzilishi. Radio Rasmlar fikrlashning o'ziga xos xususiyatini ko'rsatadi, individual tajribadan chalg'itadigan bo'lmaydi. Individual ahamiyatli tasvirlar - imtiyozlar - xudbinlik, namoyishchilikni aks ettiradi.

Uchinchi indikator - bu yetarlicha tasvirlarning soni, aniqlik va realizmni aks ettiradi, uni eng sog'lom odamlarning xosligi asoslariga muvofiq tuzadi. Ushbu ko'rsatkich tafakkurning o'ziga xos xususiyati haqida gapiradigan standart rasmlar soni bilan to'ldiriladi.

Fikrlash sohasidagi ba'zi bir og'ishlar, odatda, "yyetarli emas" tasvirlari kamayishi mumkin bo'lgan standart tasvirlar soni kamayishi mumkin. Noqonuniy rasmlarning to'liq yo'qligi shubhasiz diagnostika qiymati. Ikkinchi holatda siz mutaxassis bilan maslahatlashishingiz kerak.

Inson ko'rsatkichlarining soni - bu stereotiplangan birlashmalarning ko'rsatkichi. Diagnostik qiymat stereotip yoki "atipik" stereotipining haddan tashqari og'irligi mavjud. Ikkinchi holatda stereotip perstaskali ramzlarni takrorlash, inson qiyofasi, arxitektura tuzilmalari va boshqalarni takrorlashda namoyon bo'ladi.

Behterev instituti ma'lumotlariga ko'ra, ikkita kontseptsiyada bitta rasmni to'g'ridan-to'g'ri takrorlash patologik hodisa.

"Piktogramma" uslubidagi oddiy bolalar uchun u quyidagilar bilan tavsiflanadi:

- tushunchalarning aksariyati uchun rasmni tanlash qobiliyati,
- Sog'lom odamlar tomonidan tanlangan rasmlar orasida, atribusiya va aniq, ammo alohida ahamiyatga ega emaslik. Geometrik belgilarning yo'qligi sog'lom odamlarning protokollarida keng tarqalgan hodisadir.
- adekvat ko'rsatkichi yuqori, kamida 2 yoki 3 standart rasmlar mavjudligi majburiydir,
- yodlashning yuqori mahsuldorligi,
- sog'lom odamlar kompozitsiyaning "normal" buyrug'i, grafik xususiyatlarning past o'zgaruvchanligi bilan ajralib turadi. Rasmning o'lchamlari shundaki, aksariyat hollarda daftarning bir tomoniga mos keladi.

Aqli zaif bolalar uchun (miyaning cheklangan kasalliklari bilan kasallangan), piktogrammalarni o'tkazishda ular xarakterlidir:

- vazifaning ma'nosini tushunmaslik,
- abstrakt tushunchalar uchun rasmni tanlash imkoniyati yetishmasligi,
- geometrik va grammatik belgilar, asl rasmlarning yetishmasligi,
- eski va metaforik tasvirlar sonining kamayishi (faqat eng taniqli),
- muayyan rasmlar tarkibida fotografiya,
- stereotip haddan tashqari talaffuz qilinadi, bir xil rasmning to'g'ridan-to'g'ri takrorlanishi mavjud,
- vazifani yyyetarli darajada tushunmaslik - "neytral ramzlarning ko'rinishi".

Taxminiy baholash va piktogrammalarni tahlil qilish

Berilgan har bir tushuncha baholanishi va bir xil tarzda tahlil qilinishi kerak, shunda metodika to'liq baholanadi va tahlil qilinadi.

Sog'lom odam piktogrammasi.

"G'alaba" tushunchasi. Salyut tasvirlangan. Izoh: "G'alaba kunida salyut".

Baholash: tanlov aniqroq, individual ahamiyatga ega emas, standart.

Fikrlash sohasidagi funksional aqliy og'ishlar bilan odam piktogrammasidan misol.

"Qattiq mehnat" tushunchasi. Uchburchak chizilgan. Izoh: "Uchtasi bo'limda mehnat qilmoqdalar: men, xo'jayin va uning o'rinbosarlari."

Baholash: Tanlov o'ziga xos, individual ahamiyatga ega, original, adekvat emas.

Rasmlar katalogi tahlili

Stimul tushunchalar uchun sog'lom sinluvchilar tomonidan tanlangan izohlar.

1) Qiziqarli bazm.

Standart tasvirlar: bayroqlar, gullar, sharlar.

Rasmlarni takrorlash: salom, Rojdestvo daraxti va Rojdestvo bezaklari, oziq-ovqat, spirtli ichimliklar.

Kamdan kam rasmlar: bog'lash, qurilish (teatr).

2) Og'ir ish.

Standart tasvirlar: Chirus, bolg'a, belkurak.

Rasmlarni takrorlash: Sisytifus, aylanadigan tosh.

3) Mazali kechki ovqat.

Standart tasvirlar: oziq-ovqat tasviri.

Rasmlarni takrorlash: soatlar va boshqa vaqt ko'rsatkichlari, idishlar, ovqat uchun odam bilan oziq-ovqat mahsulotlari.

Kamdan kam rasmlar: Quyoshni yopadigan bulut.

4) Kasallik.

Standart tasvirlar: yotoqdagi kishi.

Rasmlarni takrorlash: to'shak, termometr, shprits, dorilar, yuz ifodalari, qabr toshlari, quyuq joy.

Kamdan kam rasmlar: Quyoshni yopadigan bulut.

5) Qayg'u.

Standart tasvirlar: Yuzaki yuz ifodalari, ko'z yoshlari bilan yuzma-yuz.

Rasmlarni takrorlash: qayg'uli poz, ko'z yoshlar, qabr toshi, qaynoq kuzgi landshaft.

Kamdan kam rasmlar: harf, sigaret, yiqilgan yulduz.

6) Baxt.

Standart tasvirlar: yuz ifodalari bilan yuzma-yuz ifodalar.

Rasmlarni takrorlash: Quyosh, gullar, bola, oilaviy, qiziqarli uzuk, sayohat bug', mashina, yaxta.

Kamdan kam rasmlar: kitob, bulut, tog'lar.

7) Sevgi.

Standart tasvirlar: yurak o'q bilan teshilgan yurak.

Rasmlarni takrorlash: Quyosh, gullar, qiziqarli uzuklar, bola.

Kamdan kam tasvirlar: it, Amur, dengiz bo'ylab quyoshlar.

8) Rivojlanish.

Standart tasvirlar: yo'q.

Rasmlarni takrorlash: spiral, jadval, diagramma, o'simlikshunoslik (kurtak, buyrak), zinapoyaning zinapoyasi, kitobga ega odam.

Kamdan-kam tasvirlar: yog'ochni, ko'zoynak, kvadrat bilan yuzma-yuz.

9) Xayrlashish.

Standart tasvirlar: yo'q.

Rasmlarni takrorlash: transport vositalari, odamlar, tabiat (daryo, tubdan), turli yo'nalishlarga yo'naltirilgan, kemalar.

Kamdan kam rasmlar: filialli ko'prik, ochilmagan tugun, sharf (ro'molcha bilan ko'z yoshlar artib).

10) Yolg'on.

Standart tasvirlar: yo'q.

Rasmlarni takrorlash: Tulki, kartalar, pullar, soat davomida homilador ayol, homilador ayol, homilador ayol, ajrashgan odam, ajrashgan odamni, artib olgan odamni olib ketdi.

Kamdan kam rasmlar: Ikki-tarafli Yanus, yopilgan quloqlar (ular yolg'onga qarshi), sud sahnasi, xanjar.

11) G'alaba.

Standart tasvirlar: bayroq, salom.

Rasmlarni takrorlash: yodgor, yulduz, stakan sport paestari, kubogi, sudya boksining qo'lini, g'alaba mashinasini ko'taradi.

Kamdan kam rasmlar: gullar, kaptar, zafarli ark, Laurel gulchami.

12) Fazilat.

Standart tasvirlar: Buyurtmalar, monument, yodgor konus, gastello, kosmik raketa.

Kamdan kam rasmlar: Yonish quyosh, Icarus, katta mushaklari bo'lgan odam ("faqat kuchli odam fazi qilishi mumkin").

13) Dushmanlik.

Standart tasvirlar: yo'q.

Rasmlarni takrorlash: Bir-birining bir-biriga yo'naltirilgan yoki kesilgan yoki odamlar o'rtasidagi to'siqlar (daryo, tubsiz), mushuk va itlar o'rtasidagi to'siqlar. Jang yoki urush.

Kamdan kam tasvirlar: yolg'on odam, ilon, boksli qo'lqop, etiklar, oyoq kiyimlari, oyoqlari.

14) Adolat.

Standart tasvirlar: Femida, qalqon va qilich, qamoqxonadagi panjara, ko'pincha "Konstitutsiya", "Konstitutsiya" yozuvi bilan kitob.

Kamdan-kam tasvirlar: chegara posti, sigaret, tugmachani ko'rsatadigan qo'l.

15) Shubha.

Standart tasvirlar: yo'q.

Rasmlarni takrorlash: "?"belgisi yoki "?!", Yuz ifodalari, romashka, vilkalar.

Kamdan-kam tasvirlar: noaniqlikning matematik ramzi, telefon (kutish ramzi).

16) Do'stlik.

Standart tasvirlar: qo'l ushlagan odamlar.

Rasmlarni takrorlash: Olimpiya xalqalari, festival tasvirchasi, tog'lar "do'stlik" ni ko'rish.

Kamdan-kam tasvirlar: stol (do'stlar to'plash), lampochka va kalit (do'stlik o'zaro ta'sir).

17-Laboratoriya ishi. So‘z-mantiqiy tafakkurni baholash

Tadqiqotning maqsadi: bolaning mantiqiy fikrlashiva o‘z fikrini grammatik to‘g‘ri izohlay olishni o‘rganishdan iborat.

Kirish. Turli yoshdagi bolalar cho‘pchaklarni eshitganlar, kichkintoylar mantiqsiz she‘r va ertaklarni yoqtiradilar, ayrim bolalar o‘zlari ularni to‘qiydilar. Biroq cho‘pchak va uydirmalarni yana bir sohada qo‘llash ehtimoli mavjud – R.S.Nemovning “Uydirma” psixologik testidir. Taqdim etilgan tasvirdagi xatolarni sinaluvchi topishi zarur. Muallifning fikricha, bu usul maktabgacha ta‘lim tarbiyasilari va kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarning bilish jarayonidagi quyidagi xususiyatlarni aniqlashga imkon beradi:

- ✓ Bolaning atrof-muhit haqida hosil bo‘lgan tasavvuri (adekvat);
- ✓ Sinaluvchining tasvirdagi o‘simlik, hayvon, odamlar, boshqa predmetlar va holatlar o‘rtasidagi aloqa va bog‘liqliklarni tushunib etishi;
- ✓ Bola mantiqiy fikrlay oladimi;
- ✓ Qanchalik sinaluvchi o‘z fikrini izhor qilishida grammatik kategoriyalardan foydalana olishini.

Stimul materiali va zaruriy anjomlar: uy, daraxt va hayvonlar rasmi (Ilova 3), sekundomer.

Tadqiqotning borishi: Bolaga hayvonlarning beo‘xshov holatdagi tasvirli rasmlar ko‘rsatiladi. Avval bola aslida uchramaydigan holatlarni aytadi va rasmda ularni ko‘rsatadi hamda haqiqatda bu voqeliklar qanday bo‘lishi kerakligini aytib beradi. Rasmni taqdim etish va topshiriqni bajarish uchun sinaluvchiga uch daqiqa ajratiladi. Bu vaqt ichida bola iloji boricha ko‘proq beo‘xshov holatlarni payqashi va aslida hammasi qanday bo‘lishi kerakligini tushuntirib berishi darkor.

Sinaluvchiga ko‘rsatma: «Diqqat bilan rasmga nazar tashla va hamma narsa o‘z erida va to‘g‘ri tasvirlanganligini ayt. Agar senga biror narsa notabiiy, o‘z o‘rnida emasdek, noto‘g‘ri chizilgandek tuyulsa, sen bu nimaga unday emasligini tushuntirib aslida qanday bo‘lishi lozimligini ayt».

Natijalarni qayta ishlash

10 ball — ajratilgan vaqt mobaynida (3 daqiqada) barcha 7 ta uydirmani payqab qaerda xatolik borligini va aslida vaziyat qanday bo‘lishini qoniqarli tushuntirib bera olsa, bola bu baho bilan taqdirlanadi.

8-9 ball — bola mavjud uydirmalarni payqab, ularni aytib o‘tsayu, biroq birdan uchtagacha rasmlarni oxirigacha tushuntirib aslida ular qanday bo‘lishini aytib bera olmasa qo‘yiladi.

6-7 ball — bola barcha nomuvofiqliklarni payqaydi va ularni qayd etadi, biroq aslida bu holatlarning 3-4 tasini qanday bo‘lishini oxirigacha tushuntirib bera olmaganda qo‘yiladi.

4-5 ball — bola barcha nomuvofiqliklarni payqaydi va ularni qayd etadi, biroq aslida bu holatlarning 5-7 tasini qanday bo‘lishini oxirigacha tushuntirib bera olmasa qo‘yiladi.

2-3 ball — ajratilgan vaqt ichida bola 7 ta tasvirdan 1-4 tasinigina payqashga ulgursa, biroq ularni tushuntirib berishgacha etmasa qo‘yiladi.

0-1 ball — ajratilgan vaqt oralig‘ida bola 7 ta nomuvofiqliklardan 4 tadan kamini payqasa qo‘yiladi.

Olingan ballar asosida bolaning rivojlanganlik darajasi haqida hukm chiqariladi:

10 ball – juda yuqori;

8-9 ball – yuqori;

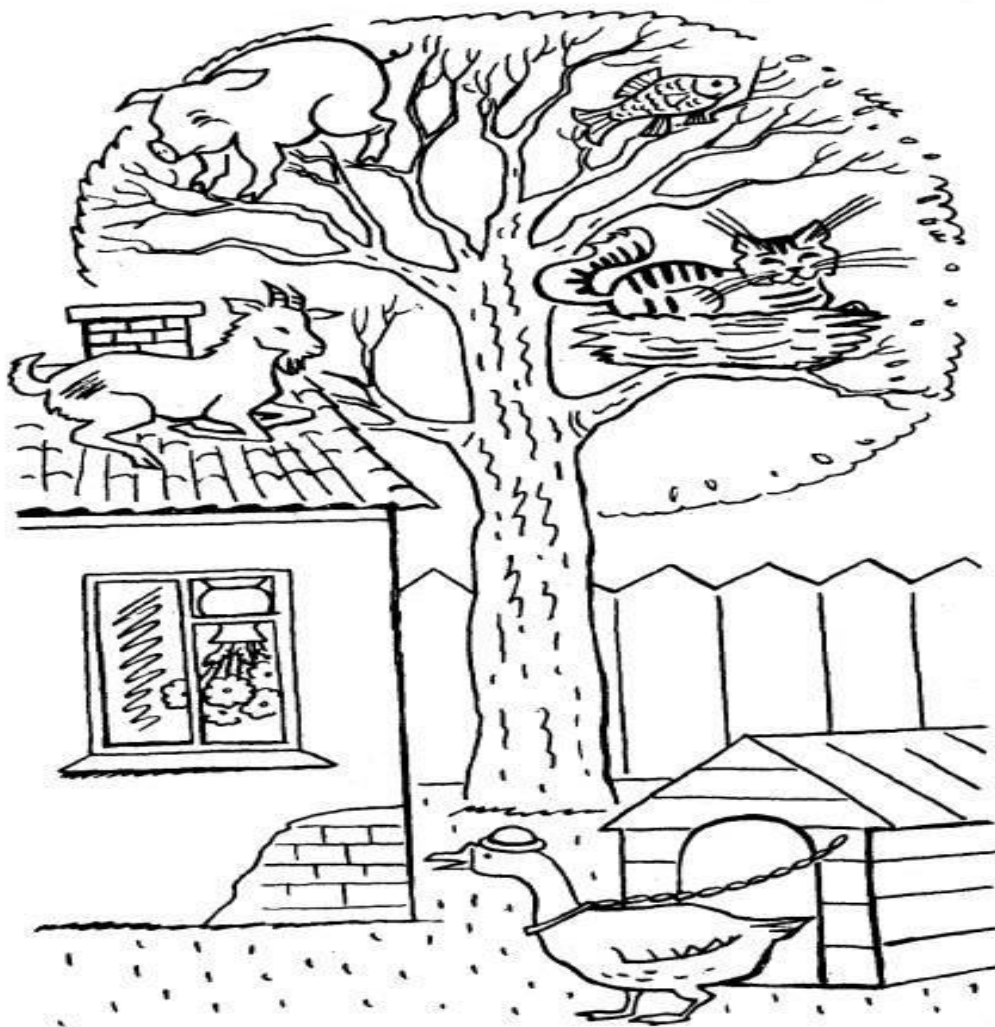
4-7 ball – o‘rtacha;

2-3 ball – quyi;

0-1 ball – juda quyi.

«Nomuvofiqliklar» metodikasidan foydalanib sinaluvchining obrazli-mantiqiy tafakkuriga baho bersa bo‘ladi. Mazkur test bolaning maktabga tayyorligini aniqlashga yordam beradi va ta’lim olayotgan o‘quvchining korreksiyasi uchun xizmat qiladi.

“Nomuvofiqliklar” (uydirma) metodikasi uchun stimuly materialli



18-Laboratoriya ishi: Tafakkur operatsiyalarini o‘rganish

Tadqiqotning maqsadi: metodika yordamida tafakkur operatsiyalarining rivojlanganlik darajasini aniqlash.

Kerakli jihozlar: 20 ta masalalar to‘plami, javoblar varaqasi, sekundomer.

Yo‘riqnoma: «Siz 10 daqiqada 20 ta masalani yyechishingiz lozim. Topshiriqlar sonlar qatoridan iborat. Ularning har biri ma’lum bir mantiqiy qonuniyat asosida tuzilgan. Siz bu qonuniyatni topish orqali unga mos keyingi sonni qo‘yishingiz kerak bo‘ladi. Har bir to‘g‘ri javob uchun 1 ball beriladi. Siz maksimal ball miqdorini yig‘ishingiz kerak. 20 ta masala murakkablik darajasiga qarab berilmaganligini inobatga oling,. Masalalarda barcha arifmetik amallar: qo‘shish, ko‘paytirish, bo‘lish, ayirish qo‘llaniladi. Amallarni bajarishda e’tiborli bo‘ling. Blankada Siz hisoblashlar va kerakli yozuvlarni amalga oshirishingiz mumkin. Omad tilaymiz!».

- 1) 6 9 12 15 18 21 24 _____
- 2) 16 17 19 20 22 23 25 _____
- 3) 19 16 22 19 25 22 28 _____
- 4) 17 13 18 14 19 15 20 _____
- 5) 4 6 12 14 28 30 60 _____
- 6) 26 28 25 29 24 30 23 _____
- 7) 29 26 13 39 36 18 54 _____
- 8) 21 7 9 12 6 2 4 _____
- 9) 5 6 4 6 7 5 7 _____
- 10) 17 15 18 14 19 13 20 _____
- 11) 279 93 90 30 27 9 6 _____
- 12) 4 7 8 7 10 11 10 _____
- 13) 9 12 16 20 25 30 36 _____
- 14) 5 2 6 2 8 3 15 _____
- 15) 15 19 22 11 15 18 9 _____
- 16) 8 11 16 23 32 43 56 _____
- 17) 9 6 18 21 7 4 12 _____
- 18) 7 8 10 7 11 16 10 _____
- 19) 15 6 18 10 30 23 69 _____
- 20) 3 27 36 4 13 117 126 _____

I. «Sonlarning mantiqiy qator» testining javoblar blanki

№	Javob	№	Javob
1.		11.	
2.		12.	
3.		13.	
4.		14.	
5.		15.	
6.		16.	
7.		17.	
8.		18.	
9.		19.	
10.		20.	

II. «Sonlarning mantiqiy qator» testining kaliti

№	To‘g‘ri javobl ar	Tekshiriluvchining javoblari	№	To‘g‘ri javoblar	Tekshiriluvch ining javoblari
1.	27		11.	2	
2.	26		12.	13	
3.					
4.	25		13	42	
5.	16		14	9	
6.	62		15	13	
7.	31		16	71	
8.	51		17	15	
9.	7		18	17	
10.	8		19	63	
11.	12		20	14	

19-Laboratoriya ishi. A.Lachins metodikasi bo'yicha masalani yechish usuliga ustanovkaning ta'sirini o'rganish

Tadqiqotning maqsadi: tafakkur jarayonining labilligi va rigidligini o'rganishdan iborat.

Kirish. Eksperimental-psixologik tadqiqotlar avvalgi (o'tmishdagi) tajribaning aqliy faoliyatga nafaqat ijobiy ta'sir etishini, balki inson uchun yangi echimlarni topishda tormozlovchi vosita ekanligini ko'rsatdi. M.Vertgeymerning fikricha, o'tmish tajribasi bolalardagi ijodiy tafakkurga salbiy ta'sir etadi.

Ayrim holatlarda, ayniqsa ta'lim jarayoni va amaliy faoliyatda inson har xil turdagi topshiriqlarni cheklangan miqdordagi usullar echimini o'zlashtiradi, bunday insonlarda rigidlik kuzatiladi. Rigidlik deganda tafakkurning «qotib qolganligi», murakkabligi, yangi sharoitda avval ishlab chiqilgan dasturni o'zgartira olmaslik, garchi obyektiv ravishda uni qayta sozlash zarur bo'lsa-da. Uch turdagi rigidliklardan – kognitiv (bilish), affektiv (emotsional) i motivatsion – tafakkur tadqiqoti uchun kognitiv rigidlik ahamiyatga ega.

Zaruriy anjomlar: A. Lachins metodikasi. O'tmish tajribasi tafakkurimizda nafaqat shaxsning o'zi uchun odatiy (tanish) muammo echimi va tahlil usullarini ta'minlashda ijobiy ahamiyatga ega, balki yangi muammoni yechishda o'zgarmas (qotib qolgan), eski (konservativ) usulni qo'llash kabi to'siqlarni hosil qilishi mumkin. Agar shaxs ta'lim jarayoni va amaliy faoliyatda cheklangan miqdordagi muammo echim usullarini o'zlashtirsa, unga tafakkurning rigidligi (tafakkur sifati) xos bo'lishi ehtimol. Tafakkur rigidligi – bu tafakkurning yangi usul va qoidalarga moslashishning zaifligi, tafakkur qobiliyatining sustligi, faoliyatida shakllangan harakat dasturini umuman o'zgartira olmaslik qobiliyatidir. Kognitiv, affektiv va motivatsion rigidlik turlari mavjud.

Ko'rsatma: Sizning blankingizda 10 ta masala keltirilgan, ularni yechishda sodda arifmetik amallardan foydalanishingiz kifoya. Qayd daftarchangizga esa har bir masalani yechish uchun bajargan amallaringiz ketma-ketligini yozib boring. Masalalarni yechish vaqt bilan chegaralanmagan, biroq siz topshiriqlarni tezroq bajarishga harakat qiling, buning uchun topshiriqni yechishga kirishishingiz bilan sekundomerni yoqing. Tartib bo'yicha masalalarni echib boring. Masalalarni mustaqil ravishda, ko'chirmasdan yoki maslahatlashmasdan

bajarish zarur. Eng asosiysi masalani mustaqil, individual, izchillikka rioya qilgan holda yechish darkor.

Ma'lumotlarni qayta ishlash: ratsional va noratsional echimlar sonini hisoblab chiqish lozim. Birinchidan to beshinchi topshiriqqacha echimlar ratsional xususiyatga ega, sababi uchala idishni qo'llashni taqozo etuvchi amallardan tashkil topgan. Oltinchi topshiriqdan to o'ninchisigacha ratsionallik me'yori bo'lib minimal arifmetik amallar (ikki, bir yoki hech qanday amallarni qo'llamaslik zarur) xizmat qiladi. Agar oltinchidan o'ninchi topshiriqqa qadar echimlar noratsional (usulda echilgan) xususiyatga ega bo'lsa, sinaluvchida tafakkur rigidligi mavjud bo'lishi mumkin.

Masalalar shunday tanlanganki, ularning bir qismi faqat bir usulda echiladi, boshqa qismi esa ikki usulda: birinchi usulda va ratsionalroq, engilroq bo'lgan ikkinchi usulda echimga ega.

Har bir ratsional (kam harj, kam amalli (keraksiz amallarsiz)) javoblarni "r" harfi belgilang, 6 topshiriqdan 10 topshiriqqacha avvalgi usuldagi echimni mujassamlashtirsa, ya'ni keraksiz amallar ham bo'lsa (chunki 6 topshiriqdan 10 topshiriqqacha ikki va bitta amaldan foydalanish qulayroq), "n" noratsional deb belgilaymiz. Olingan natijalar quyidagi jadvalga joylashtiriladi:

1-jadval

Sinaluvchilar	Topshiriqlar miqdori	Topshiriqni yechish usuli			
		Ratsional		Noratsional	
		Topshiriq miqdori	% hisobida	Topshiriq miqdori	% hisobida

A. Lachins metodikasi blanki

1. Sizlarga 37, 21 va 3 litr hajmli uchta idish berilgan. 10 litr suvni qanday o'lchash mumkin?

2. 9 litr suvni o'lchab olish uchun 37, 24 va 2 litr hajmdagi uchta idishlardan qanday foydalanish zarur?

3. 39, 22 va 2 litrli idishlar yordamida 13 litr suvni qanday ajratib olish ehtimoli bor?

4. 9 litr suvni o'lchab olish uchun 38, 25 va 2 litr hajmli uch idishni imkoniyati ko'rsating.

5. Ko‘lami 29, 14 va 2 litr bo‘lgan uch idish ko‘magida 11 litr hajmdagi suvni ajratib olish usulini toping.

6. Qanday qilib o‘lchami 28, 14 va 2 litr bo‘lgan idishlar vositasida 10 litr suvni o‘lchab olish mumkin?

7. 27, 12 va 3 litr hajmli idishlar yordamida 9 litr suvni ajratib olish ehtimolini hisoblab chiqing.

8. Hajmi 30, 12 va 3 litr bo‘lgan idishlar ko‘magida 15 litr suvni o‘lchab bering.

9. 28, 7 va 5 litr hajmli idishlar vositasida 12 litr hajmda suv ajratib olish usulini ko‘rsating.

10. Qaytariqa hajmi 26, 10 va 3 litr bo‘lgan idishlar bilan 10 litr suvni o‘lchash mumkin?

20-Laboratoriya ishi. Tafakkur stilini aniqlash

Maqsad: shaxs tafakkur stilini aniqlash.

Kerakli jihoz: metodika so‘rovnomasi, javoblar varaqasi.

Tafakkurning individual uslubi metodikasi

(A. Alekseev, L. Gromova)

Yo‘riqnoma: Sizga taqdim etilayotgan so‘rovnoma har bir bandining tasdiqlari beshtadan yakunlovchi javob variantlariga ega. Sizning vazifangiz, berilgan tasdiqlarning har birini o‘qib chiqing va har bir javob variantining ahamiyatini 5-balli tizim bo‘yicha baholang. Bu yerda: 5- mutlaqo to‘liq mos keladi; 4-to‘liq mos keladi; 3- mos keladi, 2- qisman mos keladi; 1-juda kam mos keladi. Bandlarni baholashda ularning har biri bir martadan ishtirok etishi shart. Masalan,

A. Biror g‘oya ustida bahs borganida men ko‘pincha quyidagi hollarni yoqlayman:

1. Bahsning sababini aniqlashni, unga aniqlik kiritishni;
2. Bahs qilinayotgan mavzuning mohiyatini ifodalashni;
3. Vaziyatga mantiqiy va izchil yondashishni;
4. Eng qulay va ishonchli dalillarni bayon etishni;
5. Imkon darajada samarali yechimga ega bo‘lganini asoslanishni.

baholash
3
4
5
1
2

Test savolnomasi

A. Biror g'oya ustida bahs borganida men ko'pincha quyidagi hollarni

yoqlayman:

1. Bahsning sababini aniqlashni, unga aniqlik kiritishni;
2. Bahs qilinayotgan mavzuning mohiyatini ifodalashni;
3. Vaziyatga mantiqiy va izchil yondashishni;
4. Eng qulay va ishonchli dalillarni bayon etishni;
5. Imkon darajada samarali yechimga ega bo'lganini asoslanishni.

B. Biron – bir loyiha ustida ishlaganimda, albatta men uni ahamiyatli deb bilaman:

- 1 Loyihaning maqsad va ahamiyatini tushunishni;
- 2 Loyihada ishlaydigan guruh ishtirokchilarini maqsad va qadriyatlarini aniqlashni;
- 3 Ushbu loyiha ustida qanday ish olib borishni;
- 4 Biz uchun loyiha qanday foyda berishini;
- 5 Loyiha bo'yicha inoq bo'lib ishlashni va uni olg'a harakatlantirishni.

V. Men yangi g'oyalarni quyidagi hollarda yaxshiroq o'zlashtiraman:

- 1 Ularni yangi va kelgusidagi mashg'ulotlar bilan bog'liqlikda;
- 2 Ularni aniq vaziyatlar bilan uyg'unlashgan hollarda;
- 3 Ularga diqqat-e'tibor qaratilib, asta-sekin tahlil etganda;
- 4 Oldingi g'oyalarga aloqador bo'lganda;
- 5 Ularni boshqa g'oyalarga qarshi qo'yilgan taqdirda.

G. Kitob va maqolalardagi grafik, sxema, chizmalar odatda men uchun:

- 1 Ular aniq bo'lsa, matnga nisbatan ahamiyatli;
- 2 Muhim faktlarni aniq ifodalab bera olsa qiyimatli;
- 3 Ular matndagi masalalarni yoritib olsa qadriyatli;
- 4 Matnni tushuntirish va uni mustahkamlashga yordam bersa;
- 5 Boshqa materiallardan kamroq yoki ko'proq foydali bo'lsa.

D. Menga biror narsani o'rganishni topshirsalar, uni quyidagicha boshlardim:

- 1 Uning o'rnini keng ko'lamda o'rganishga e'tibor qaratardim;

- 2 Men uni bajara olamanmi yoki menga yordam kerakligini aniqlar edim;
- 3 Erishish mumkin bo'lgan natijalar haqida o'ylab ko'rardim;
- 4 Bu izlanish nimaga olib kelishini mulohazalashdan;
- 5 Masalani to'liq va aniq shakllantirishdan.

Ye. Qaysidir narsa haqida ma'lumotlar yig'ish topshirilsa:

- 1 Masalaga individual yondashgan holda, u haqidagi har bir savolga javob izlayman;
- 2 Muhokamaga sharoit topish uchun uni boshqalarning munosabatiga havola etardim;
- 3 Masala yuzasidan ko'pchilik o'rtasida so'rov o'tkazib, so'ng aniqlik kiritar edim;
- 4 Umuman, bunga daxldor bo'lmagan insonlarning nuqtayi nazarini bilishga harakat qilaman;
- 5 Ushbu masala bilan shug'ullangan kishilarga murojaat etardim.

J. Men o'zimni haq va to'g'ri deb bilaman, agar:

- 1 Qarama-qarshi yondashuvga nisbatan aniq nuqtayi nazarda tura bilsam;
- 2 O'zimning to'g'riligimga ishongan narsa haqida kelisha olsam;
- 3 Amaliyotda sinab ko'rilgan narsani ilgari sursam;
- 4 Mantiqiy va ilmiy asoslangan narsani berishni uddalasam;
- 5 Dalillarni aniq va kuzatishlarimga asoslangan holda tasdiqlashga erishsam.

Z. Men bo'sh vaqtlarimda quyidagi mavzular yoritilgan ommaviy axborot vositalaridagi maqolalarni o'qiymen:

- 1 Shaxsiy va ijtimoiy masalalarni hal etishga bag'ishlangan;
- 2 Bahsli va ijtimoiy masalalarni yoritgan;
- 3 Ilmiy yoki tarixiy tadqiqotlar haqidagi;
- 4 Qiziqarli insonlar va voqealar to'g'risidagi;
- 5 Qiziqarli hayotiy tajribalar yuzasidan ma'lumot beruvchi.

I. Men loyihalar ustida ishlaganimda quyidagilarga e'tibor beraman:

- 1 Shaxsiy tajribamga yaqin masalalar asosida xulosalashga;
- 2 Ushbu masalalarni yyechish imkoniyatiga;
- 3 Yoritilayotgan materiallarning ishonchli va asosli ekanligiga;

- 4 Mualliflarning maqsad va vazifalarini tushunishga;
- 5 Ma'lumotlarni talqin etishga.

K. Menga biron bir vazifa yuklatilsa, uni o'rganish uchun, birinchi galda quyidagilarga e'tibor qarataman:

1. Masalani yyechishning eng omilkor usullariga;
2. Bu masalani yyechish kimga nima berishiga;
3. Bu masalani nima uchun yyechish lozimligiga;
4. Bu masalani yyechish uchun yana qaysi muammolarni o'rganishga to'g'ri kelishiga;
5. Bu masalani tezkor yyechishning qanday ahamiyatga egaligiga.

L. Yangi narsani maksimal darajada qanday bajarishni yaxshi bilaman:

1. Buning o'zimga va boshqalarga yaqinligiga aniqlik kiritish orqali;
2. Oldin buni qanday hal etilganligiga tayanib;
3. Masalani hal etishga qaratilgan har xil nuqtayi nazarlarni tinglash yordami bilan;
4. Buni amalga oshirishda boshqa kishilarning ko'rsatmasiga suyanib;
5. Masalani hal etishni batafsil o'rganish natijasida.

M. Attestatsiyadan o'tishda men quyidagilarni afzal hisoblayman:

1. Kasbiy faoliyatimga doir masalalarni muammoga yo'naltiruvchi obyektiv jihatlarini to'plab olaman;
2. Boshqa attestatsiyadan o'tadigan sheriklarim bilan bahs-munozara tashkil etaman;
3. Biladiganlarimni og'zaki mushohadalashni;
4. O'zlashtirganlarimni erkin holda bayon etishni;
5. Savollarga yozma tayyorgarlik ko'rishni.

N. Men quyidagi insonlarni qadrlayman:

1. Faylasuf va olimlarni;
2. Yozuvchi va o'qituvchilarni;
3. Siyosiy yetakchilar va ishbilarmon insonlarni;
4. Iqtisodchilar va muhandislarni;

5. Fermerlar va jurnalistlarni.

O. Nazariyaning foydaliligini topa olaman, agar u:

1. Men o'rgangan nazariya va g'oyalarga yaqin tursa;
2. Nazariya menga yangi narsalarni tushuntira olsa;
3. Har xil vaziyatlarning o'zaro bog'liqligini tizimli tushuntirishga yo'naltirsa;
4. Mening shaxsiy tajribam va kuzatishlarimni talqin qilishga xizmat qilsa;
5. Aniq amaliy ilovaga ega bo'lsa.

P. Bevosita mening faoliyatimga daxldor bo'lgan kitobni o'qiganimda, asosan quyidagilarga e'tibor qarataman:

1. Kasbiy bilimlarni boyitishga qiziqaman;
2. Uning foydaliliga men hurmat qiladigan kishining ko'rsatmalariga;
3. O'zimning umumiy eruditsiyamni boyitish istagiga;
4. Har xillik uchun shaxsiy faoliyatim chegarasidan chiqish xohishiga;
5. Ma'lum predmet haqida ko'proq narsani bilishga.

R. Munozarali muammolarni o'qiganimda men quyidagilarni afzal bilaman:

1. Tanlagan nuqtayi nazarimdan qat'i nazar men uchun ahamiyatli tomonlarni ko'rsatishni;
2. Munozara davomida barcha faktlarni bayon etishni;
3. Munozarali masalani izchil va mantiqiy izohlashni;
4. G'oyani ilgari suruvchining qadr-qimmatini aniqlashni;
5. Munozarali va nizoli masalalarning har ikkala tomonini aniq yoritishni.

S. Men ilk bora o'rganishga kiritilayotgan texnik muammoga, butunlay:

1. Uni ancha keng muammo yoki nazariyaga bog'lashga harakat qilish;
2. Bu muammoni hal etish yo'l va usullarini izlash;
3. Uni hal etishning muqobil usullari haqida o'ylab ko'rish;
4. Bu muammoni hal etishda foydalaniladigan boshqa usullarni topish;

5. Uni hal etish uchun eng omilkor usulni topishga intilish.

T. Men o‘zimni quyidagilarni bajarishga ancha qobiliyatliman deya olaman:

1. Mavjud metodlarni yanada samarali va qulay foydalanishga;
2. Har xil metodlarni birgalikda qo‘llashga;
3. Yangi va ancha mukammal usullarni o‘ylab topishga;
4. Yangilik bo‘yicha metodning yaxshi ishlashini ta‘minlashga;
5. Mavjud metodni nima uchun va qanday ishlashi kerakligini tahlil etishga.

Natijalarni qayta ishlash

Har bir tafakkur uslubi bo‘yicha natijalar quyidagi kalit asosida hisoblab topiladi

Sintetik uslub: $A1 + J1 + N1 + B2 + Z2 + O2 + V5 + I5 + P5 + G4 + K4 + R4 + D3 + L3 + S3 + Ye2 + M2 + T2 \sum =$

G‘oyaviy uslub: $A2 + J2 + N2 + B1 + Z1 + O1 + V4 + I4 + P4 + G3 + K3 + R3 + D1 + L1 + S1 + Ye3 + M3 + T3 \sum =$

Pragmatik uslub: $A3 + J3 + N3 + B4 + Z4 + O4 + V1 + I1 + P1 + G5 + K5 + R5 + D2 + L2 + S2 + Ye4 + M4 + T4 \sum =$

Analitik uslub: $A4 + J4 + N4 + B3 + Z3 + O3 + V3 + I3 + P3 + G1 + K1 + R1 + D5 + L5 + S5 + Ye5 + M5 + T5 \sum =$

Realistik uslub: $A5 + J5 + N5 + B5 + Z5 + O5 + V2 + I2 + P2 + G2 + K2 + R2 + D4 + L4 + S4 + Ye1 + M1 + T1 \sum =$

Beshta ko‘rsatkichning natijalari « $S + I + P + A + R = 270$ » sharti bajarilganda yig‘indisi 270 ballni tashkil etishi lozim.

Bu yerda harfiy ifodalar tafakkur uslublari nomlarining qisqartirilgan ko‘rinishi.

S – sintetik uslub

I – g‘oyaviy uslub

P – pragmatik uslub

A – analitik uslub

R – realistik uslub.

Test natijalariga ko'ra, shaxsda quyidagi individual tafakkur uslubi yetakchilik qiladi. Uning individual tafakkur uslubiga mana bunday xususiyatlar xos:

Sintetik tafakkur uslubi (sintetik): – shaxs qanday yangilik yaratishga, original ishlarni amalga oshirishga, g'oyalarni o'zaro bog'lashga va monand kelmagan narsalarni, ba'zan qarama-qarshi g'oya va ma'lumotlarni birlashtirishga moyil. U nazariy mulohazalashga va fikran tajriba-sinovlar tashkil etishga layoqatli. U ko'pincha o'ziga "Agar..... bunday bo'lsa, nima bo'ladi?" degan savol bilan murojaat etib turadi. U yangi fikrlar, konsepsiyalar yaratishga ega, har xil yondashuvlardagi ziddiyatlarni bartaraf etishga va murosaga keltirishga intiladi. O'zgalarning mulohazalaridagi ziddiyatlarni tez ilg'ay oladi. Olamni doimo o'zgarishlarda ko'radi, ba'zan olamdagi rang- baranglik va o'zgarishlar yuzasidan tanaffuslar qilishni yoqtiradi.

G'oyaviy tafakkur uslubi (idealist) – shaxs muammoni ikr-chikirlarigacha tahlil qilmasdan, intuitiv, uni global, umumiy holda baholashga moyil. Undagi maqsadga erishishga, muammo mazmuniga, inson qadriyatlariga, ahloqiy masalalarga qiziqish bilan qarash xususiyatlari xos. U ziddiyatlarni silliqlashga, har xil pozitsiyalardagi o'xshashliklarga urg'u berishga intiladi. Yangi g'oyalarni oson ilg'aydi. Bu shaxs o'ziga "Biz qaerga bormoqdamiz va nima uchun?" savoli bilan murojaat qiladi.

Pragmatik tafakkur uslubi (pragmatik) – shaxs bevosita o'zining shaxsiy tajribasiga tayangan holda qarorlar qabul qiladi. U qulay va yengil bo'lgan materiallar hamda axborotlardan foydalanishga, qanday qilib tez natija olish mumkinligiga intiladi. U "Uzoqdagi bug'doydan, yaqindagi arpa somoni yaxshi" tamoyiliga tayanadi. Pragmatik "Nima bo'lsa ham ish uchun qilish", "Tezroq natija olish uchun buning hammasi yaroqli" shioriga amal qiladigan. Uning xulq-atvoriga betartiblik va yuzakichilik kuzatiladi. Pragmatik shaxs-odatda yuzaga kelgan mavjud holatlarni, talab va takliflarni tez ilg'aydi. Ular xatti-harakat taktikalarini yaxshi belgilay oladi va murakkab vaziyatlarda ulardan o'z foydasiga foydalanadi, moslashuvchan va qayishqoq. Moddiy farovonlik va ularga erishishga ko'p e'tibor qaratishga moyil.

Analitik tafakkur uslubi (analitik) – ushbu tafakkur uslubi sohibi muammolarga atroflicha va tizimli qarashga layoqatli. U muammoga mantiqiy va metodik jihatdan, uning yechimini detallarigacha e'tibor qaratishga moyil. U qaror qabul qilishdan oldin, muammo yuzasidan obyektiv dalillar, ko'proq axborotlar to'plashga intiladi va batartib reja

tuzishga uquvli. Olamni mantiqiy, ratsional, oldingi mulohaza va taxminlarga tayanib, batartib, izchil idrok etishga qobiliyatli. Har xil hodisalarni mantiqan tushuntirishga olib keluvchi tizim, metod va formulalar izlashga qodir.

Ratsionalistik tafakkur uslubi (realist) – shaxs natijalar va uning dallilarini tan olishga xayrixohligini bildiradi. Uning uchun bevosita his etgan, shaxsan o‘z ko‘zi bilan ko‘rgan yoki eshitgan narsalar haqiqiy hisoblanadi. Realist tafakkuri uslubida aniqlik va tuzatishlarga qaratilganlik, aniq natijalarga erishish uchun vaziyatlarni to‘g‘rilashga intilish xos. Uning uchun har doimo uchragan va ko‘rgan voqelikdagi anglashilmovchilik muammo hisoblanadi. U noqulayliklarni ko‘p his etadi va uni tuzatishga kirishadi.

Agar tekshiriluvchi ushbu tafakkur uslubi bo‘yicha 60 dan 65 ballgacha to‘plagan bo‘lsa, unda tafakkur uslubi o‘rtacha rivojlanganligini va u holda siz teng vaziyatlarda bu tafakkur uslubi yoki uslublaridan foydalanishga moyil bo‘lasiz.

Agar 66 dan 71 ballgacha to‘plagan bo‘lsangiz, u holda sizda tafakkurning ushbu uslubi yetakchilik qilardi. Siz ushbu tafakkur uslubidan ko‘p vaziyatlarda va muttasil foydalanasiz.

Agar tafakkur uslublari bo‘yicha to‘plagan ballaringiz 72 ball va undan ko‘p bo‘lsa, u holda ushbu tafakkur uslubi sizda o‘ta yetakchilik qiladi. Siz doimiy ravishda ushbu fikr yuritish uslubiga tayanasiz va unga sodiqsiz.

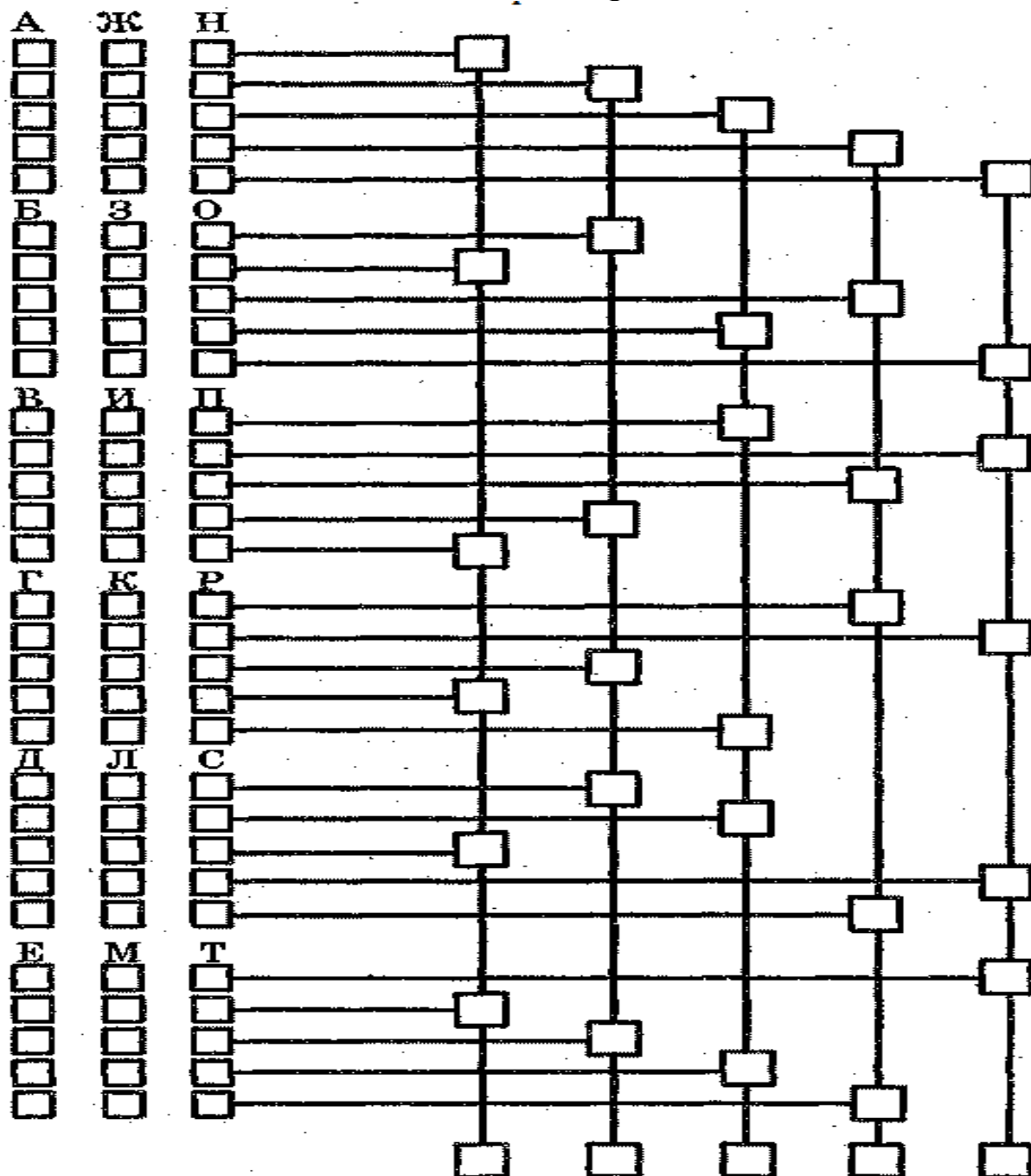
Agar siz bir yoki bir nechta tafakkur uslublari bo‘yicha yuqori ko‘rsatkich olsangiz, boshqalari bo‘yicha esa past ko‘rsatkichlarga ega bo‘lsangiz, u holda sizda ushbu tafakkur uslublari bo‘yicha ko‘rsatkichlaringiz 43 dan 48 ball chegarasida bo‘lsa, u holda sizda ushbu tafakkur uslubiga nisbatan e‘tiborsizlik va iltifotsizlik kuzatiladi. Siz uchun muammolarni yyechishda ushbu uslublardan o‘zingizni chetga olasiz.

Agar ko‘rsatkichlaringiz 37 dan 42 ballar chegarasida bo‘lsa, u holda siz muammolarni hal etishda ushbu tafakkur uslubini, umuman inobatga olmaysiz. Ushbu tafakkur usulbi Siz uchun begona.

Va nihoyat, baholashingiz o‘zaro teng bo‘lsa,

36 ball va undan kam ball to‘plasangiz, ushbu tafakkur uslubi siz uchun begona, undan hech qachon faoliyatingizda foydalanmaysiz.

Javoblar varaqasi



21-Laboratoriya ishi. Ovoz chiqarib mulohaza yuritish metodi yordamida masalaning yechimini topish jarayonini o‘rganish (“25” o‘yini)

Maqsad: ovoz chiqarib mulohaza qilish metodi yordamida masalaning echimini topish jarayonini o‘rganish (“25” o‘yini).

Tajriba o‘tkazish uchun zarur jihozlar: shaxmat doskasi va 24 ta shaxmat fishkasi, protokol qog‘ozi (diktofon), sekundamer va ruchka.

Tajribaning borishi. Eksperimentator "25"o‘yinida yechimlarni topish vazifasi sifatida mavzuni taklif qiladi. O‘yin quyidagicha

o'tkaziladi: Shashka taxtasida kvadrat hosil bo'lgan 25 ta hujayra dama (chiplar) bilan qoplangan. Mavzu har qanday tekshirgichni olib tashlaydi, undan keyin gorizontal yoki vertikal ravishda olib ketilganda, lekin diagonal emas, balki taxtadan tashqari barcha tekshirgichlarni (chiplarni) olib tashlashni talab qiladi. Shu bilan birga, u o'z vazifasini qanday hal qilgani haqida ovoz chiqarib mulohaza yuritishi kerak. Agar eksperiment davomida mavzu yopilsa, eksperimentator unga savol berishi kerak: "muammoni qanday hal qilish kerak?" va h.k. yoki muammoni baland ovoz bilan hal qilish jarayonini tushuntirish kerakligini eslatib turing. Eksperimentator subyektlar qarorini topishdan oldin eksperimentni o'tkazmasligi kerak, siz birinchi 20-30 daqiqa ichida ovoz chiqarib yozishni cheklashingiz mumkin.

Metodika bo'yicha ko'rsatmalar: "Siz shaxmat taxtasida 25-Tyu shashka (chiplar) tomonidan tashkil etilgan maydonni ko'rasiz. Sizning vazifangiz, bir shashka (chip) olib tashlash, gorizontal yoki vertikal, lekin diagonal emas, bir keyin barcha shashka (chips) olib tashlash uchun shashka yurishlarni qilish. Shu bilan birga, muammoning barcha yechimini baland ovozda gapiradi." Eksperimentator muammoni hal qilishning butun jarayonini yozib boradi, shu jumladan barcha harakatlar (shaxmat yozuvlari turi bo'yicha: hujayralar gorizontal ravishda a, B, C, d, e bilan belgilanadi)..., vertikal ravishda— 1, 2, 3, 4, 5...), shuningdek, subyektlar tomonidan bildirilgan barcha yechimlar, strategiyalar va boshqalar. Eksperiment oxirida, shuningdek, protokolda mavzuni o'z-o'zidan hisobot qilish kerak.

Ushbu muammoni hal qilish quyidagi harakatlar bilan ifodalanishi mumkin:

1. e3 9. c2 – c4 17. c4 – c2
2. e5 – e3 10. e3 – c3 18. d1 – d3
3. c5 – e5 11. c4 – c2 19. c1 – c3
4. e2 – e4 12. a5 – c5 20. a1 – c1
5. e5 – e3 13. a4 – c4 21. d3 – b3
6. c4 – e4 14. c5 – c3 22. a2 – c2
7. e4 – e2 15. c2 – c4 23. c1 – c3
8. e1 – e3 16. a3 – c3 24. b3 – d3

Bu muammoni hal qilishning boshqa usullari ham mavjud.

Natijalarni qayta ishlash. Taklif etilgan muammoning mavzusi va uning o'zini o'zi hisoblashi bilan hal qilishning butun yo'nalishini

aks ettiradigan protokolni tahlil qilish, birinchi navbatda, muammoni hal qilishda duch kelgan qiyinchiliklarni ta'kidlash kerak. Shuningdek, subyektda qaror qabul qilish rejasi, strategiya va keyin ularni amalga oshirish jarayonini kuzatib borish kerak, natijada avvalgi o'zgarishlarni va yangi strategiyalarning paydo bo'lishini va hokazolarni o'zgartirish mumkin.

Tavsiya etilgan vazifa ko'r-ko'rona namuna olish usuli bilan hal etilmagani uchun, strategiya yaratish jarayoni, qidiruv rejasi tahlil qilinishi kerak bo'lgan asosiy mazmunini tashkil etadi. Qiziqish, shuningdek, umumlashtiruvchi xarakterga ega bo'lgan subyektning so'zlari, farazlar, taxminlar va boshqalar bo'lishi mumkin.

Xulosa. Yuqoridagi parametrlar bo'yicha eksperimental protokolni tahlil qilib, tavsiya etilgan muammoning yechimini topish jarayonining qonunlari va xususiyatlari haqida xulosa chiqarish.

22-Laboratoriya ishi. L.S.Vigotskiy va L.S.Saxarov metodikasi.

Tadqiqotning maqsadi: sinaluvchida sun'iy tushunchalarning hosil bo'lish jarayonini o'rganishdan iborat.

Kirish: Mazkur metodikaning nazariy asosini L.S.Vigotskiyning yuksak psixik funksiyalarning bilvositalik xususiyati to'g'risidagi g'oyalarga asoslanadi. Vigotskiy–Saxarov metodikasi psixologiyada qo'sh stimulyasiya nomi bilan mashhur, chunki unda stimullar vazifasini obyektning ham perseptiv (hissiy), ham verbal (so'zli) xususiyatlari bajaradi.

Birinchi bor metodika L.S.Vigotskiy va L.S.Saxarovning hamkorlikdagi tushunchalar hosil bo'lish jarayonini o'rganish tadqiqotida foydalanilgan. Mazkur metodikaning mohiyati, deb yozadi L. S.Vigotskiy, shundaki, u yuksak psixik funksiyalarning rivojlanganligini qo'sh stimulyordamida sinaluvchi xulqiga o'ziga xos ta'siri o'rganiladi. Bunda bir qator stimullar sinaluvchining faoliyati yo'naltirilgan obyektga aylanadi, boshqalari esa bu faoliyat amalga oshiriladigan belgilar vazifasini bajaradilar.

L.S.Vigotskiy va L.S.Saxarov tadqiqotida stimuly-obyektlar sifatida turli rang, shakl, balandlik va o'lchamlardagi figuralardan, stimulyvositalar sifatida esa – har bir figuraning orqa tarafida joylashgan, eksperimental tushunchalar (stimuly-obyekt belgilarining majmuasini anglatuvchi) so'zlar xizmat qildi. Tadqiqot davomida sinaluvchi

eksperimental tushuncha belgilarini ochib beradi, figuralarni tanlash va tekshirish orqali.

Metodika shuningdek, asosiy tafakkur operatsiyalari: analiz, sintez, qiyoslash, mavhumlashtirish va umumlashtirish kabilarni o'rganish mumkin. Qo'sh stimul metodikasi yordamida sinaluvchi qanday qilib belgilardan tafakkur operatsiyalarini yo'naltiruvchi kuch tariqasida foydalanish hamda so'zlardan foydalanish usullarining tushunchalarning hosil bo'lish va rivojlanish jarayonini tadqiq etish imkoniyati mavjud. Keyinchalik metodika yuksak psixik funksiyalar faoliyati va rivojlanishining tahlili vositasi sifatida keng metodologik anglanilishi kuzatildi.

Stimul materiali va zaruriy anjomlar. Tadqiqotni o'tkazish uchun 21 ta o'zining rangi va o'lchamiga farqlanuvchi har xil stereometrik figuralar kerak bo'ladi. (sm. Prilojenie 3). Bunday figuralarning ma'lum belgilariga ko'ra taalluqlilariga bir sinfga ajratiladi va ma'noga ega bo'lmagan shartli yozuvlar qayd etiladi. (Masalan, qizil rangli figuralarga «big» degan yozuv, kattalariga esa – «sev» va hokazolar) Figuralarga yozuv faqat bir tomondan – sinaluvchiga ko'rinmaydigan tomondan yoziladi.

Masalalarni yechish vaqti sekundomer yordamida qayd etib boriladi. Eksperimental ma'lumotlarni yozib borish uchun protokol va ruchka tayyorlanadi.

Tadqiqotning borishi. Eksperimentni o'tkazishda ikki eksperimentator va ikki sinaluvchi ishtirok etishi darkor. 1-Eksperimentator o'zi uchun qaysi turdagi figuralar bilan ishlashini aniqlaydi (masalan, «big» belgili yoki «qizil figura» tushuncha sifatida). Keyin u yozuvi berk (teskari) tarzda figuralarni aralashtirib yuborib sinaluvchiga ko'rsatma beradi. 2-Eksperimentator protokolda tanlovning tartib raqami, tanlangan figura, sinaluvchining eksperimentator bergan tushunchasiga oid taxminiy gipotezasini, har bir figurani tanlash vaqti, tadqiqotni o'tkazishda sinaluvchining reaksiyasi kabilarni qayd etib boradi. (1-jadval). Har bir sinaluvchi ikkitadan tushunchani topishi zarur, ya'ni ikkita sinovda ishtirok etishi nazarda tutiladi.

**Vigotskiy– Saxarovning sun’iy tushuncha hosil qilish bo‘yicha
eksperiment natijalari (misol)**

<i>Tanlov raqam i</i>	<i>Tanlangan figura</i>	<i>Gipoteza</i>	<i>Tanlo v vaqti, s</i>	<i>Sinaluvch i reaksiyasi</i>
Sinaluvchi, F.I.SH.				
1	Katta qizil kub	«Katta figuralar»	15	M(t)=
2	Katta yashil kub	«Katta kublar»	20	
...			...	
		...		

Sinaluvchiga ko‘rsatma: «Hozir Sizga bitta figurani ko‘rsataman. Unga diqqat bilan qarangyu sizga bu rasmning orqa tomonida «big» yozuvi borligini ma’lum qilaman. Bu yozuv shartli bo‘lib, sizning asosiy vazifangiz siza taqdim etilayotgan figuralar majmuasidan iloji boricha kamroq miqdorda “big” yozuvli figuralarni tanlab, ular qaysi belgiga ko‘ra birlashtirilganini aniqlashdan iborat».

Natijalar tahlili:

1) sinaluvchi eksperimentator o‘ylab qo‘ygan har bir tushunchani to‘g‘ri torish uchun amalga oshirgan tanlovlar sonini hisoblab chiqilishi zarur (n);

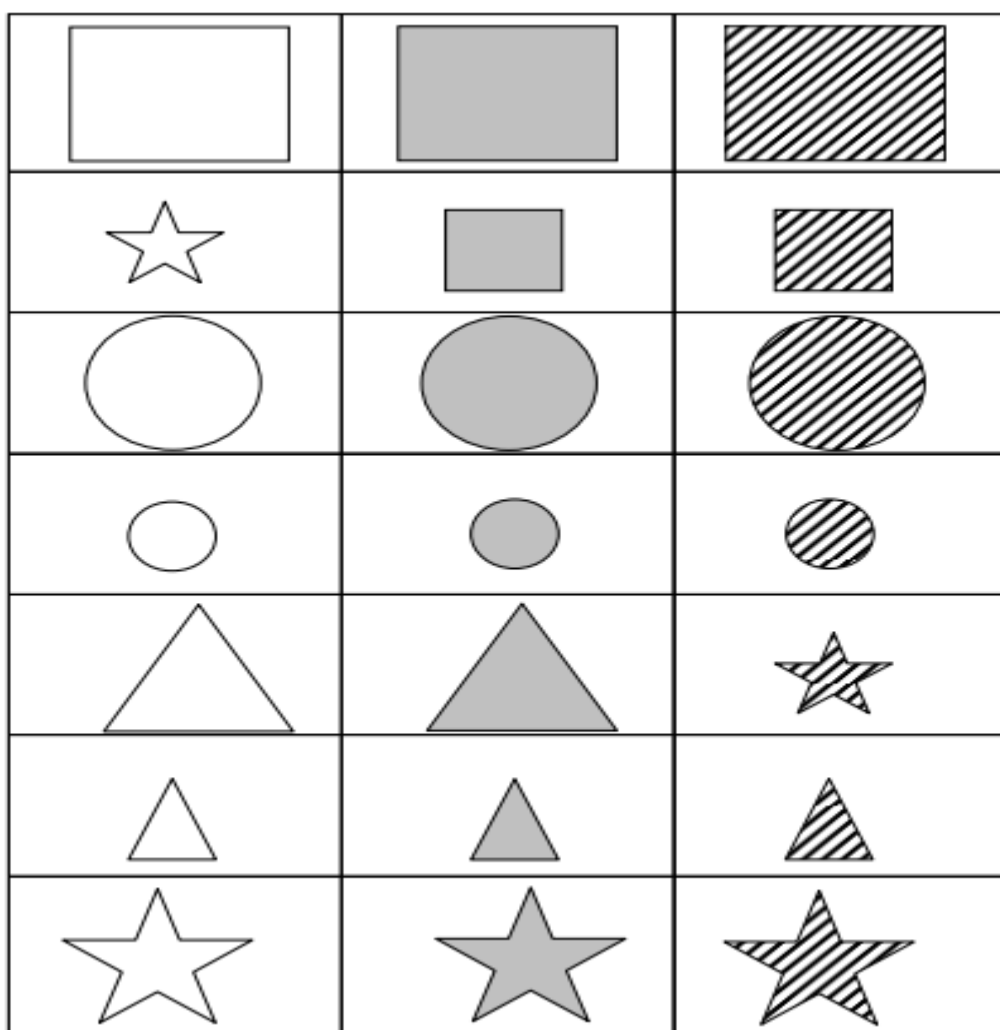
2) sinaluvchining ilgari surayotgan gipotezasining mantiqiyliigi va izchillik darajasini baholash;

3) tanlangan bitta figurani mulohazalashga ketgan o‘rtacha vaqtni aniqlash M(t);

4) mulohaza yuritishning qaysi bosqichida eng ko‘p va eng kam vaqt sarflanganini aniqlash va buning sababini ko‘rsatish.

Sinov natijasining sifat tahlilida ushbu sinaluvchi zarur belgini izlayotganda unga xos bo‘lgan xatolarga e’tibor qaratish lozim. Buning uchun u tanlangan figuralarni sinaluvchi e’lon qilgan gipotezalar bilan ketma-ketligini solishtirish darkor. Bundan tashqari sinaluvchining muvaffaqiyatsizliklarga nisbatan affektiv shaxsiy reaksiyasiga ham e’tibor qaratish muhim. Tahlilda sinaluvchining qaysi fikrida tahlil, sintez, qiyoslash, mavhumlashtirish va umumlashtirish namoyon bo‘lganini ko‘rsatish kerak.

L.S.Vigotskiy-L.S.Saxarov metodikasiga stimuly materiallari



23-Laboratoriya ishi. Sotsial intellekt darajasini o'rganish

Maqsad: shaxs sotsial intellekt darajasini o'rganish.

Kerakli jihoz: metodika namunasi (3 ta tasvirli, 1 ta verbal subtest), javoblar varaqasi.

Gilfordning "Sotsial intellekt" testi

Sotsial intellekt – bu insonning kechinmalari, niyati va emotsional holatlarini so'zlari va xatti-harakatlari orqali tushunish qobiliyati. Sotsial intellekt – shuningdek, insonning shaxslararo munosabat natijalarini oldinda ko'ra olish xususiyati hamdir. Sotsial intellekt insonlar haqida tez mulohazalab, ularning xatti-harakatlari yuzasidan tezkor munosabat bildirish qobiliyati bilan ham bog'liq. Bu «ijtimoiy inoyat etilgan» xususiyat bo'lib, ijtimoiy munosabatlarga moslashishni ta'minlash uchun insonlar bilan munosabatni tekis ketishini ta'minlaydi.

Metodika muallifi Dj. Gilford sotsial intellekt masalasiga umumiy intellektga bog‘liq bo‘lmagan, ammo xulq-atvor orqali ma’lumot olish bilan bog‘liq intellektual qobiliyatlar tizimi deb izohlagan. Gilfordning kontsepsiyasiga ko‘ra sotsial intellekt o‘zida 6 omilni birlashtirgan:

1. Xulq-atvor elementlarini bilish –xulq-atvordagi so‘z (verbal) va so‘zsiz (noverbal) mazmundagi xatti-harakatlarni ajrata olish qobiliyati.

2. Xulq-atvorni sinflarini bilish –xulq-atvor haqidagi ekpressiv yoki vaziyatli axborotlar oqimidagi umumiy xususiyatlarni anglash qobiliyati;

3. Xulq-atvor munosabatlarini bilish-munosabatlarni tushunish qobiliyati ;

4. Xulq-atvor tizimini bilish – odamlar o‘zaro ta’sirlashuvidagi yaxlit vaziyatlarning rivojlanish mohiyatini, ularning bu vaziyatlardagi xulq-atvor mazmunini tushunish qobiliyati;

5. Xulq-atvordagi o‘zgarishlarni bilish –har xil vaziyatlardagi kechayotgan xulq-atvor mazmunini o‘zgarishini tushunish qobiliyati;

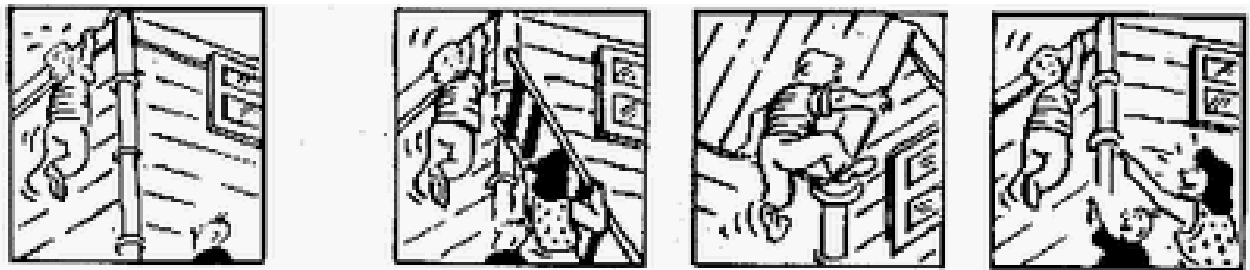
6. Xulq-atvor natijalarining tushunish – mavjud axborotdan kelib chiqib, xulq-atvor oqibatlarini ko‘ra olish qobiliyati.

1-subtest. “Yakunlangan hikoya”

Bu subtestda Siz Barni personajiga bog‘liq sodir bo‘lgan hayotiy vaziyatlar tasviriga e’tibor qarating. Barni-taqirbosh kishi bo‘lib, ofitsiant bo‘lib ishlaydi. Vaziflarda uning rafiqasi, kichkina o‘g‘li va Barning o‘rtog‘i ishtirok etadilar.

Har bir topshiriqning chap tomonida ma’lum vaziyatni ifodalovchi bir qator rasmlar joylashtirilgan. Siz undagi personajlarning kechinma va maqsadlarini aniqlang hamda o‘ng tomondagi uchta rasmdan vaziyatning uzviy davomi bo‘lganini tanlang.

Namuna :



Chapdagi rasmda Barni sarmast, tomning chekkasida qo‘rqib osilib to‘rgan va o‘g‘lidan yordam so‘rayotgan holati hamda bolaning otasini

bunday og'ir vaziyatda to'rganini ko'rib, tashvishlanayotganligi ifodalangan.

1-rasmda keltirilgan vaziyat topshiriqning to'g'ri javobdir. SHu sababli javoblar varaqsida 1 raqami aylana ichiga olinadi. 1-rasmdagi Barnining o'g'li bilan rafiqasi devorga narvon qo'yib unga yordam berishga harakti aks ettirilgan holat vaziyatning mantiqiy davomi sanaladi.

2-va 3-rasm unchalik to'g'ri javoblar emas. 2-rasmda Barnining tomdan mustaqil tushayotgan holati hamda 3-rasmda rafiqasi bilan o'g'li uni ustidan kulib to'rgan holatlar mantiqan to'g'ri kelmaydi.

Shunday qilib, har bir topshiriqda chapdagi rasmdagi vaziyatdan keyin nima sodir bo'lganligini personajlarning kechinmalari va harakat maqsadlari asosida aytib berishingiz kerak.

Javob uchun Siz o'zingizga eng qiziqarli bo'lgan rasmni talab qolmang. Balki tipik va mantiqan topshirilgan vaziyatning uzviy davomini taklif eting. tanlangan rasmning quyi qismidagi raqam nomerini javoblar varaqasida qayd eting. Test kitobchasini o'ziga hech qanday belgi qo'ymang.

Subtestning bajarish uchun 6 daqiqa vaqt ajratilgan. Topshiriqni bajarilishi uchun ajaratilgan vaqt 1 daqiqa qolganda ogohlantirilasiz. Topshiriqni tez bajarishga harakat qiling. Bitta topshiriq uchun ko'p vaqt ajratmang. Murakkab topshiriqni bajarish uchun agar vaqt qolgan bo'lsa, yana qaytishingiz mumkin. Murakkab vaziyatlarga ham javob bering, hattoki u sizningcha ishonchli javob bo'lmasa-da.

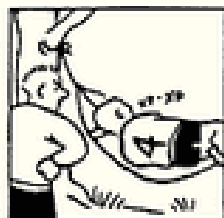
Gilforning "Sotsial intellekt" testi

1- "Yakunlangan hikoya" subtesti rasmlari

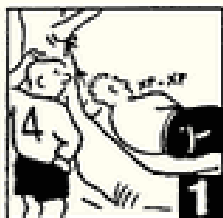




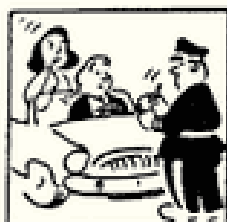
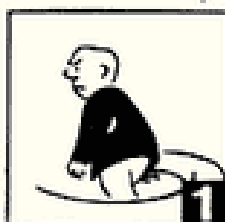
3



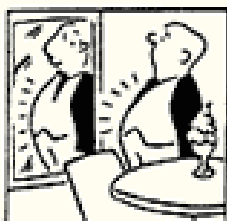
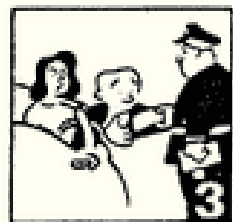
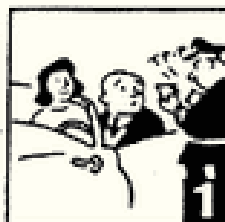
4



5



6



7



8



9





2- «Ekspressiya guruhlari» subtesti

Bu subtestda Siz gavdani tutish, imo-ishora, mimika, ifodali harakatlar, inson holatini aks ettirgan rasmlar bilan ishlaysiz.

Topshiriq mohiyatini tushuntirish uchun sizlarga namuna keltiramiz. Bu misolda chapda bir xil inson holatini ifodalovchi, ya'ni fikr, tuyg'u, maqsadni ifodalagan rasmlar keltirilgan.



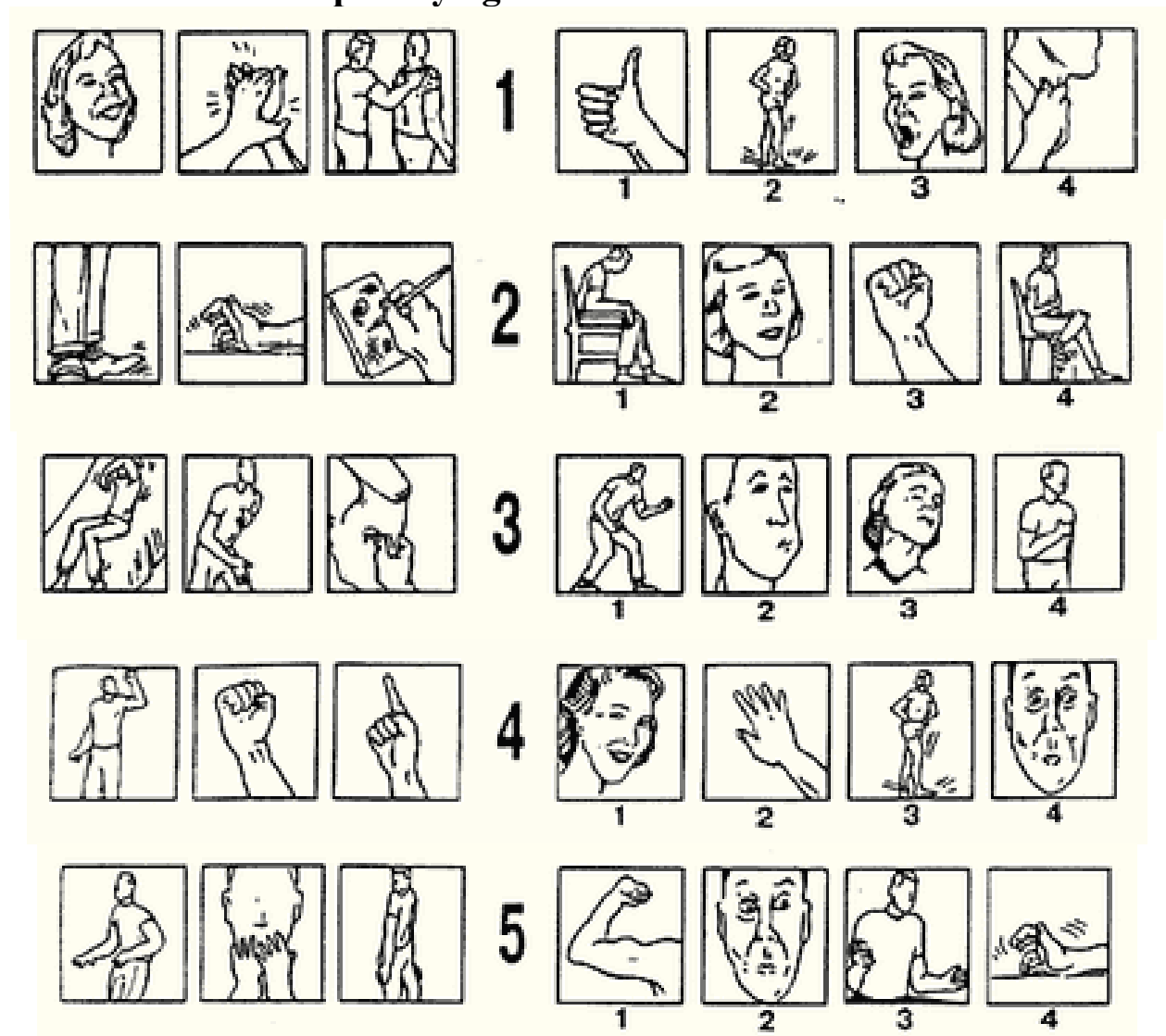
O'ng tomondagi to'rtta rasmdan biri shunday holatni, fikrni yoki maqsadni ifodalaydi. O'sha rasmni topishingiz kerak.

To'g'ri javob 2-rasmda bo'lib, u chap tomondagi rasmdagi singari holatni (zo'riqish yoki asabiylashishni) ifodalagan. SHu sababli, javoblar varaqida 2 raqamini aylana ichiga olinadi. 1, 3, 4-rasmlar mos kelmaydi, chunki ular boshqa holatlarni aks ettirgan (quvonch va muvaffaqiyatli holat).

Shunday qilib, o'ng tomondagi subtestdagi barcha topshiriqlarni o'ng tomondagi rasmlardan cham tomondagi rasimga mos kelganini toping va uning javoblar blankidagi raqamini belgilang.

Subtestni bajarishi uchun 7 daqiqa vaqt ajratiladi. Vaqt tugashiga bir daqiqa qolganda Sizga ogohlantirish beriladi. Topshiriqni tez bajarishga harakat qiling. Bitta topshiriq uchun ko'p vaqt ajratmang. Murakkab topshiriqni bajarish uchun agar vaqt qolgan bo'lsa, yana qaytishingiz mumkin. Murakkab vaziyatlarga ham javob bering, hattoki u sizningcha ishonchli javob bo'lmasa-da.

2- «Ekspressiya guruhlari» subtesti rasmlari







3- «Verbal ekspressiyasi» subtesti

Bu testning har bir topshirig'ini chap tomonida bir kishini boshqa kishiga so'zlagan jumlasini berilgan bo'lib, o'ng tomonida esa muomalaning uch vaziyati keltirilgan. CHap tomonida keltirilgan jumladan biri boshqa ma'noga ega. Misol keltiramiz.

Kar inson- o'rtog'i: «Marhamat qilib, takrorlang».

Kar odamni o'rtog'iga iltimosini tasavvur qilib ko'ring. 2-3- vaziyatlarda jumla shunday ma'noga ega. Faqat 1 vaziyatdagi boshqa ma'noni ifodalaydi. SHu sababli, javoblar varaqasida 1 raqamini aylanacha ichiga olib qo'ying.

SHunday qilib, har bir topshiriqdagi shunday muomala vaziyatini tanlangki, u chap tomondagi qolgan ikki vaziyatdan farq qiluvchi boshqa mazmundagi jumlaning ifoda etsin

Subtestni bajarish uchun 5 daqiqa beriladi. Vaqt tugashiga bir daqiqa qolganda Sizga ogohlantirish beriladi. Topshiriqni tez bajarishga harakat qiling. Bitta topshiriq uchun ko'p vaqt ajratmang. Murakkab topshiriqni bajarish uchun agar vaqt qolgan bo'lsa, yana qaytishingiz mumkin. Murakkab vaziyatlarga ham javob bering, hattoki u sizningcha ishonchli javob bo'lmas-da.

Gilforning «Sotsial intellekt» testi

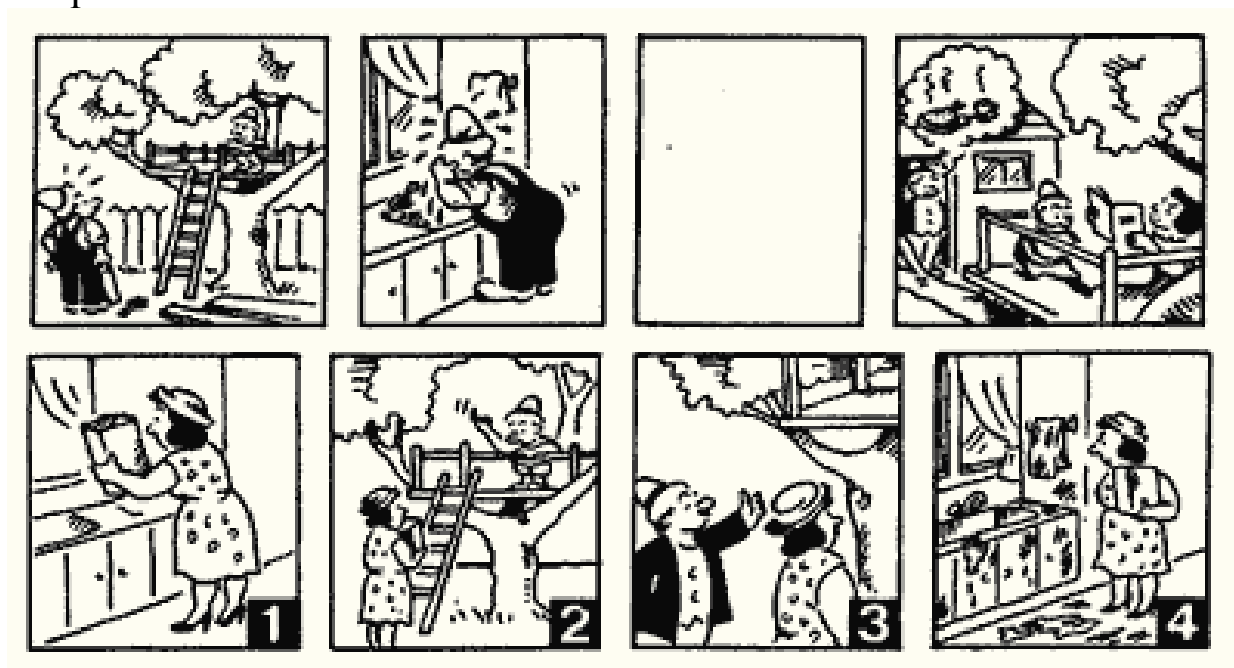
1. Kishi – o'rtog'iga: «Siz ajoyibsiz».	1. Minnatdor xodim – boshlig'iga. 2. Yaxshi o'quvchi – o'qituvchisiga. 3. Norozi kishi – tanishiga .
2 . Sotuvchi- xaridorga: «Nima kerak bo'lsa oling».	1. Iltifotli o'qituvchi – talabaga. 2. Vrach – mijozga. 3. Asabiylashgan militsioner – zorlanayotgan mast kishiga.
3. Sudya – g'olibga: «Tabriklayman».	1. Ota– g'olibga. 2. Do'st – g'olibga.

	3. Mag‘lub– g‘olibga.
4. Mag‘rur ota – do‘stiga : «Unga qarang».	1. Rashqchi qiz – do‘stiga. 2. Xursand bola– do‘stiga. 3. Zavq-shavqqa to‘lgan qiz– do‘stiga.
5. Kishi – do‘stiga: «Nima qilayapsan?».	1. Achchiqlangan ona – bolasiga. 2. Qiziqqan yo‘lovchi – o‘ynayotgan bolaga . 3. O‘qituvchi – namunali o‘quvchiga.
6. Vrach – bemor bolaga: «Buni ezg‘ilama».	1. Ona – o‘g‘liga. 2. Jangchi – dushmanga. 3. Ish bilan band ayol– turmush o‘rtog‘iga.
7. Ofitsiantka – mijozga: «Sizga qanday yordam berishim mumkin?».	1. Psixiatr – mijozga. 2. Yo‘lovchi– avariya dan jabrlanayotgan kishiga 3. Gid – turistga.
8. O‘qituvchi-talabaga: «Sen buni juda yaxshi bajara olasan».	1. Rafiqa – eriga. 2. Ona – bolasiga. 3. Trener – sportchiga.
9. Ota-o‘g‘liga : «Sen menga yoqasan».	1. Aka – singliga. 2. YOsh yigit – do‘stiga. 3. Jiyan – xolasiga.
10. Boshliq – ishchiga: «Bu yaxshi» .	1. Murabbiy – artistga. 2. O‘qituvchi – talabaga. 3. Jabrlanayotgan bola – uni o‘rgan raqibiga.
11. Ona – qochayotgan bolaga: «Jim!».	1. Asabiylashgan ota – chinqirayotgan o‘g‘liga. 2. Yo‘lovchi– shofyorga. 3. Proxojiy – ehtiyotsiz bolaga.
12. Sug‘o‘rta agenti – mijozga: «Marhamat qilib, imzo cheking».	1. Mehmonxona ma’muri – mijozga. 2. Kolleksioner avtograf – «yulduzga». 3. Kassir – qarzdoga.

4- «To‘ldirilgan hikoya» subtesti

Bu subtestda siz Ferdinand haqidagi tarix aks ettirilgan rasmlar bilan ishlaysiz. Ferdinandning rafiqasi va o‘g‘li bor. U boshliq bo‘lib ishlaydi. SHu sababli hikoyada uning xodimlari ham ishtirok etadi.

Har bir topshiriq sakkizta rasmdan iborat. YUqoridagi to‘rta rasm Ferdinand bilan bog‘liq yuz bergan voqealarni aks ettirgan. Ushbu rasmlardan biri esa tushib qoldirilgan. Siz pastdagi to‘rta rasm orasidan yuqorida tushib qoldirilgan suratni o‘rniga qo‘yishingiz kerak va Ferdinand bilan bog‘liq voqeani mazmunan to‘ldirishingiz lozim. Agar tushib qoldirilgan rasmni siz to‘g‘ri topsangiz voqeaning mazmuni, unda ishtirok etayotgan personajlarning tuyg‘u va maqsadlari tushunarli va aniq bo‘ladi. Misol keltiramiz:



Bu voqeaning uchinchi rasmi tushib qoldirilgan. Voqea yakunida biz Ferdinandning tushlik haqidagi orzulari aksincha kutganidek chiqmay, uydan ranjib chiqadi. Ferdinandning rafiqasi asabiylashgan va guyoki o‘g‘liga kitobni o‘qiyotgandek o‘ltiribdi. Bola esa xotirjam o‘ltiribdi. Bularning barchasi o‘zaro bog‘liq, Ferdinand ishdan qaytgandan so‘ng yuvinib, oshxonani iflos qiladi. Bu esa rafiqasini achchiqlantirdi. Shunday qilib ushbu voqeada tushib qoldirilgan holat 4 –rasm bo‘lib, u javoblar varaqasida aylana ichiga olinadi.

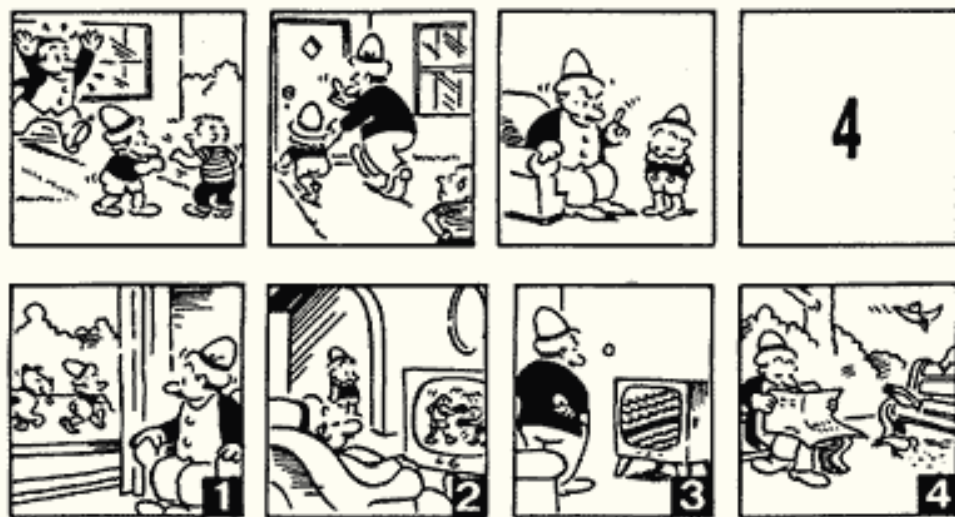
1, 2, 3 –rasmlar mazmunan bu voqeaga mos kelmaydi.

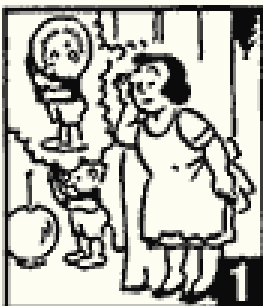
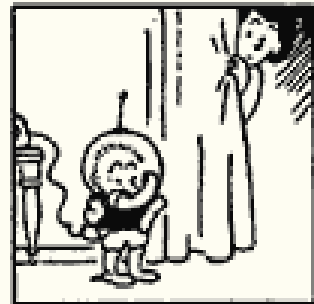
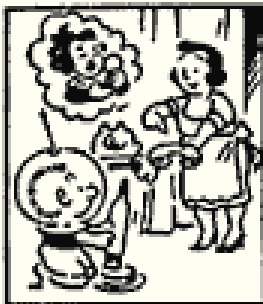
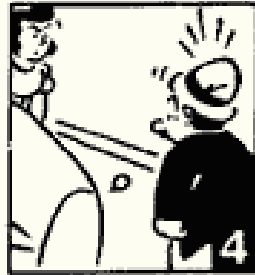
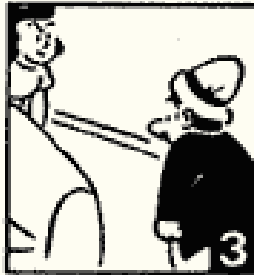
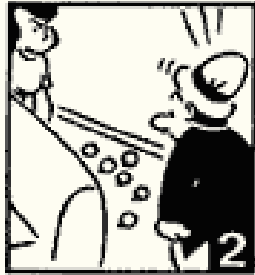
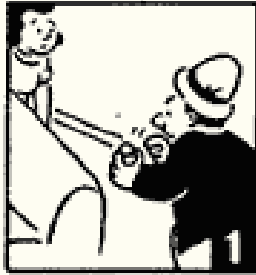
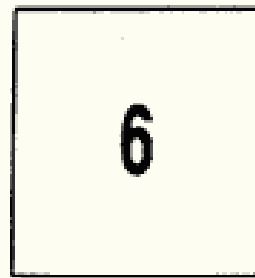
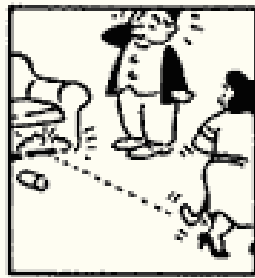
Shunday qilib, har bir topshiriqda Ferdinand bilan bog‘liq voqealarni mazmunan to‘ldiradigan tushib qoldirilgan rasmni topishingiz lozim. Subtestni bajarish uchun 10 daqiqa beriladi. Vaqt tugashiga bir daqiqa qolganda Sizga ogohlantirish beriladi. Topshiriqni tez bajarishga

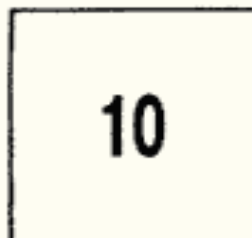
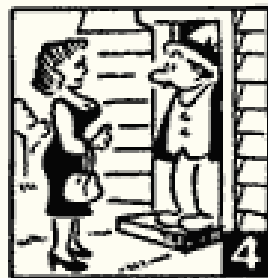
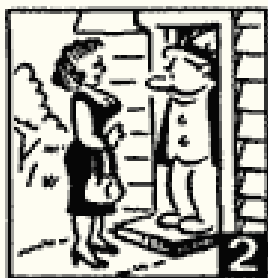
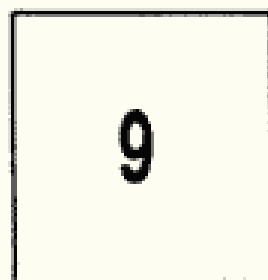
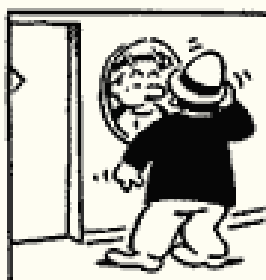
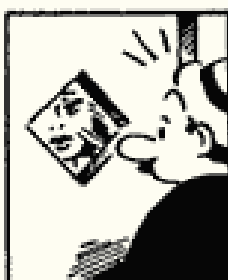
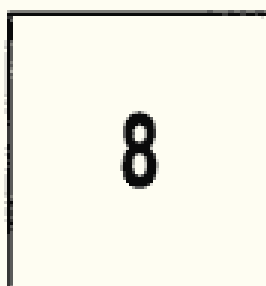
harakat qiling. Bitta topshiriq uchun ko‘p vaqt ajratmang. Murakkab topshiriqni bajarish uchun agar vaqt qolgan bo‘lsa, yana qaytishingiz mumkin. Murakkab vaziyatlarga ham javob bering, hattoki u sizningcha ishonchli javob bo‘lmasa-da.

4- «To‘ldirilgan hikoya» subtesti rasmlari







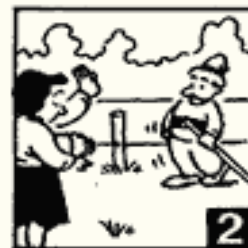




11

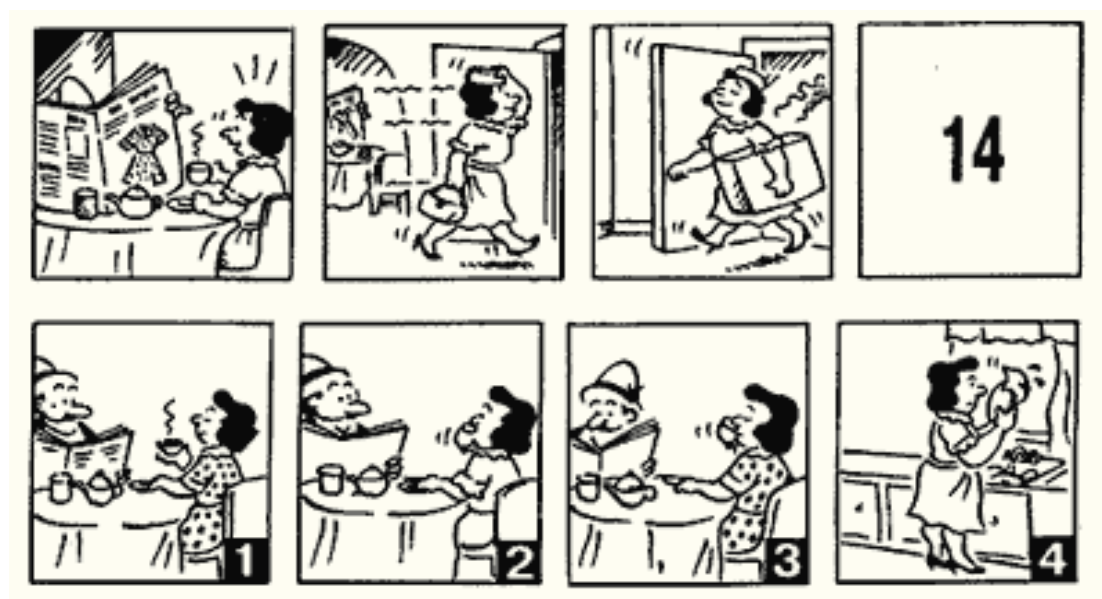


12



13





Gilfordning «Sotsial intellekt» testining javoblar varaqasi

F.I.SH. _____ Vaqt _____

Yosh _____ Jins _____

	1-subtest 1	2-subtest	3-subtest	4-subtest
Misol	1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
1	1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
2	1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
3	1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
4	1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
5	1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
6	1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
7	1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
8	1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
9	1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
10	1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
11	1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
12	1 2 3	1 2 3 4	1 2 3	1 2 3 4
13	1 2 3	1 2 3 4		1 2 3 4
14	1 2 3	1 2 3 4		1 2 3 4

Metodikani qayta ishlash kaliti

To'g'ri javoblar:

№	1-subtest	2-subtest	3-subtest	4-subtest
1	2	1	3	4
2	2	4	3	3
3	2	3	3	3
4	3	3	1	2
5	1	2	1	1
6	3	1	2	1
7	3	2	2	4
8	3	2	1	1
9	3	1	2	1
10	3	4	3	2
11	3	1	1	1
12	1	1	2	2
13	1	2		2
14	2	4		1
15		4		

Standart ko'rsatkichlarni aniqlash uchun me'yoriy jadval (18-55 yosh guruhi uchun)

Standart qiymat	Subtestlar				Kompozitiv baho
	1	2	3	4	
1	0 – 2	0 – 2	0 – 2	0 – 1	0 – 12
2	3 – 5	3 – 5	3 – 5	2 – 4	13 – 26
3	6 – 9	6 – 9	6 – 9	5 – 8	27 – 37
4	10 – 12	10 – 12	10 – 11	9 – 11	38 – 46
5	13-14	13-15	12	12-14	47-55

24-Laboratoriya ishi. Intellektni o'rganish

Maqsad: intellekt rivojlanganlik darajasini “Progressiv matritsalar” testi bo'yicha o'rganish.

Kerakli jihoz: metodika namunasi, sinaluvchi javob varaqasi, sekundamer.

Kirish. 1936 - yilda Dj.Raven va L.Penrouz tomonidan umumiy intellektni o'lchashga mo'ljallangan “Progressiv matritsalar” testi ishlab chiqildi. Mazkur test ma'lum shakllar, ularning xususiyatlari, xarakteri, o'zaro munosabatlari va munosabatlari yig'indisining idrok qilish qobiliyatini o'rganishga qaratilgan.

Yo'riqnoma: Sizga mantiqiy fikrlash va fikran tahlil etishni talab etuvchi 60 ta test-sinov topshirigi berilgan. Ular 5 ta guruhga ajratilgan bo'lib, har bir guruh topshiriqlarini bajarish ma'lum bir turdagi intellektual qobiliyatni (abstrakt - mavhum fikrlash, mantiqiy bog'lanishlarni topa bilish va tahlil etish, predmetni yaxlit va tarkibiy qismlarga ajratgan holda ko'z oldiga keltirish, fikran tasavvur qila bilish) talab etadi.

Har bir topshiriq 2 qismdan iborat:

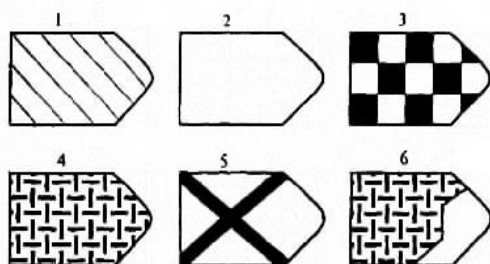
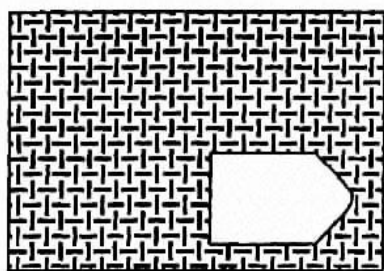
a) 1 - qismda katta to'rtburchak ramka ichida tugallanmagan ma'lum bir geometrik shakllar majmuasi berilgan;

b) 2 - qismda esa yuqorida keltirilgan shaklni tugallash uchun zaruriy elementlar majmuasi keltirilgan.

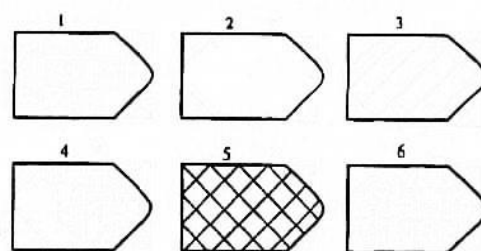
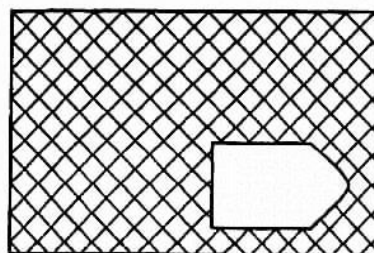
Sizning vazifangiz ana shu 6 yoki 8 elementlar orasidan yuqoridagi shaklni tugallash uchun mos keluvchi yagona tarkibiy qismni topish va ushbu tanlangan elementni qayd etuvchi javobni javoblar varaqasiga qayd etishdan iborat.

Sinov mobaynida shoshmasdan, tartib bilan ishlang va topshiriqlarni berilgan ketma – ketlikda bajarib boring!

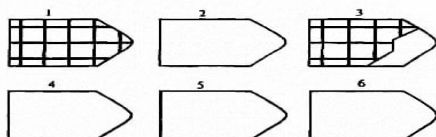
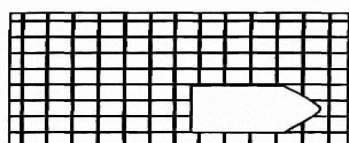
Stimul material A-seriya



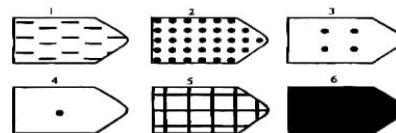
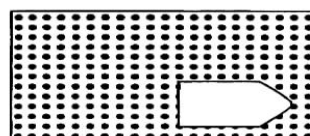
1-1



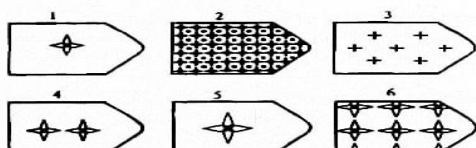
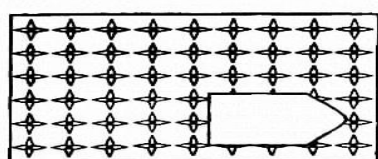
1-2



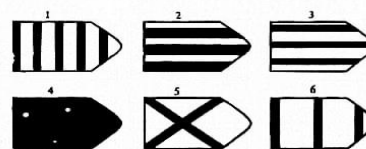
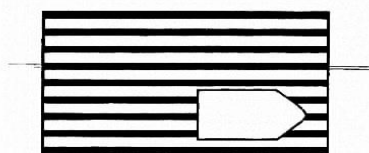
1-3



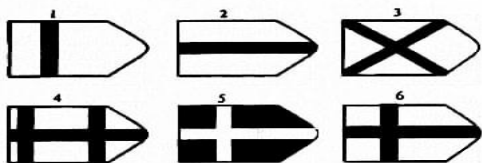
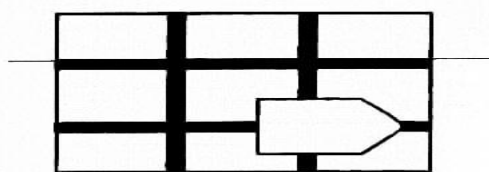
1-4



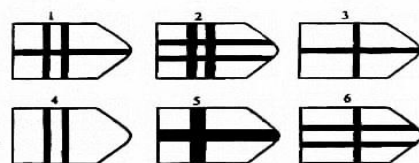
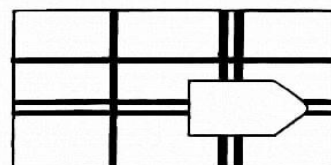
1-5



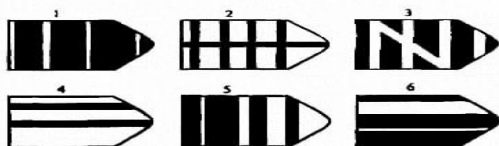
1-6



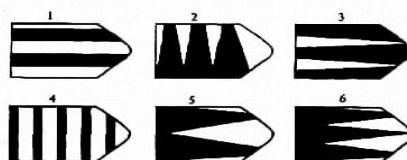
1-7



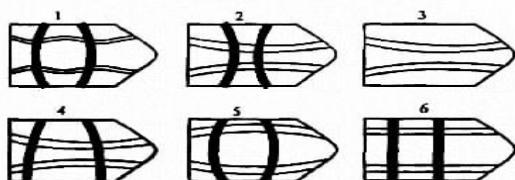
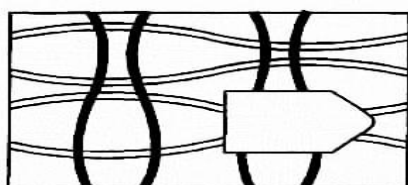
1-8



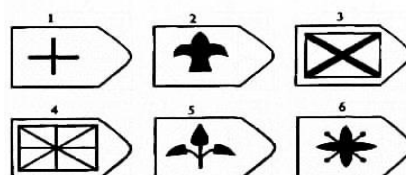
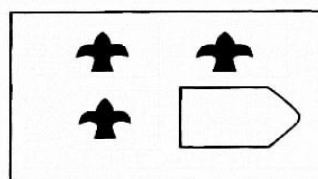
1-9



1-10

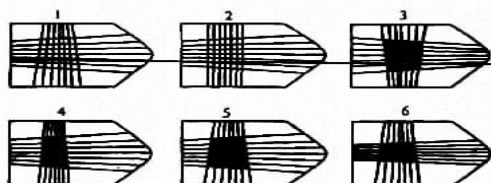
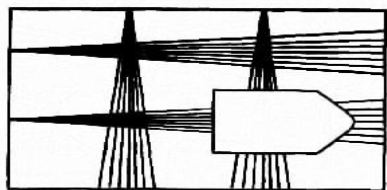


1-11

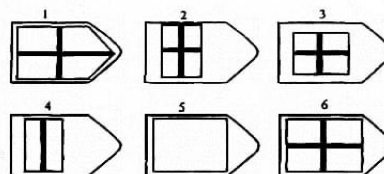
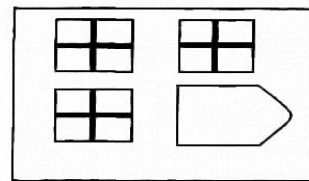


1-12

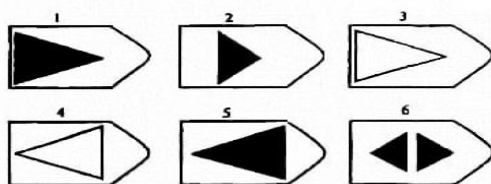
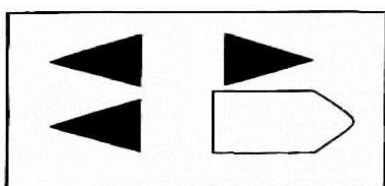
B-seriya



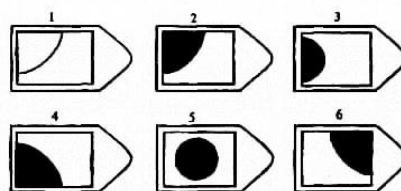
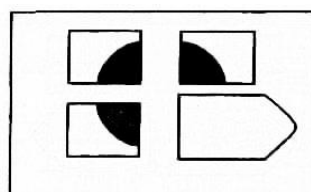
2-1



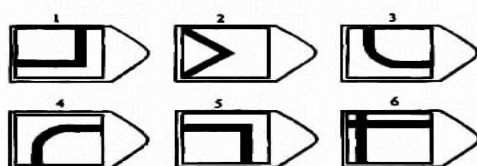
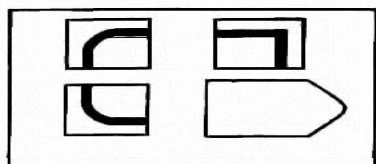
2-2



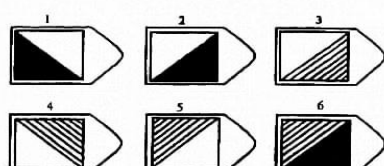
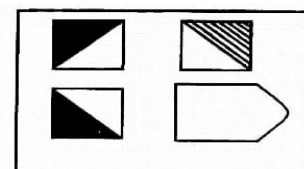
2-3



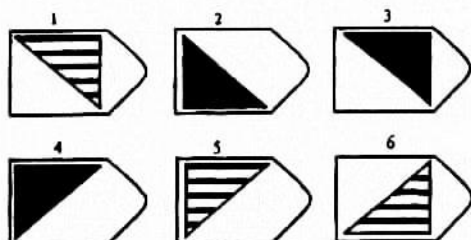
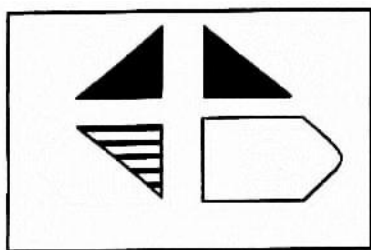
2-4



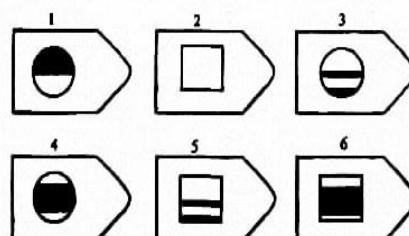
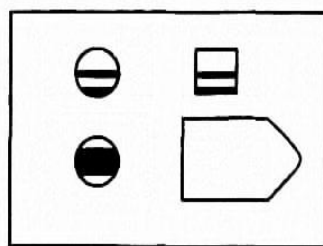
2-5



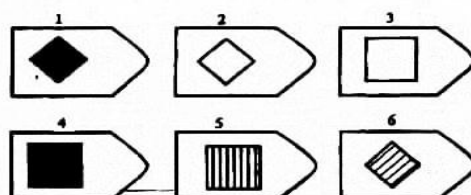
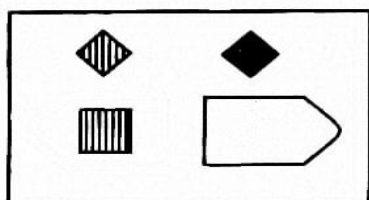
2-6



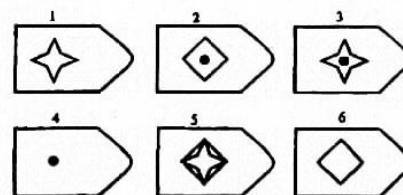
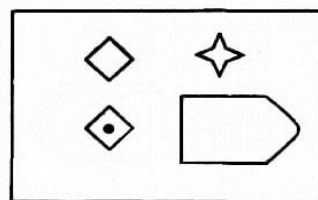
2-7



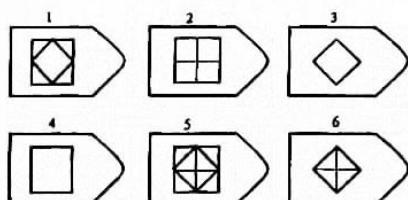
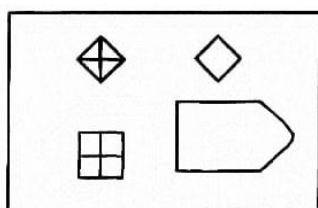
2-8



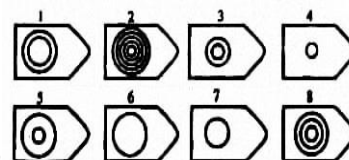
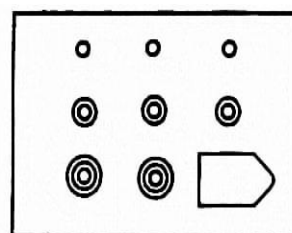
2-9



2-10

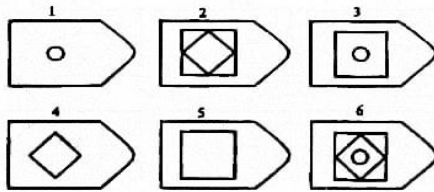
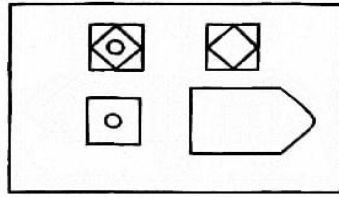


2-11

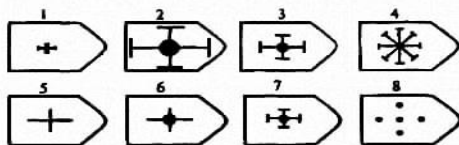
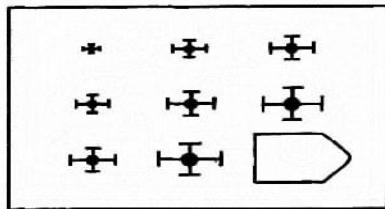


2-12

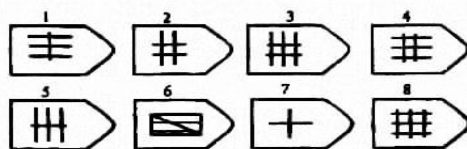
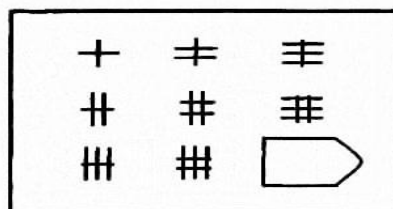
C-seriya



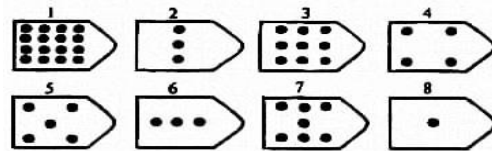
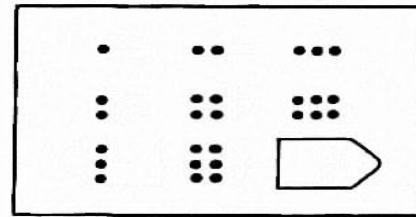
3-1



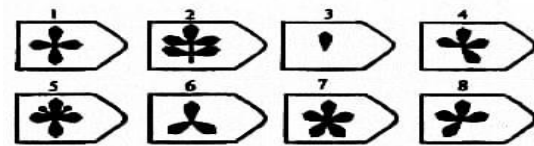
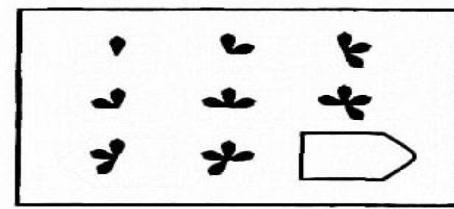
3-3



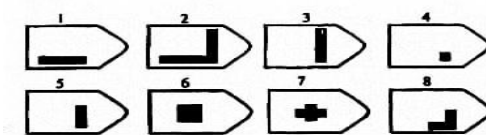
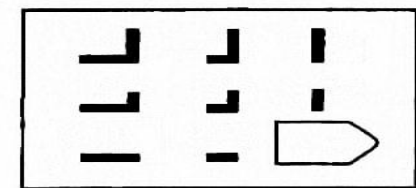
3-5



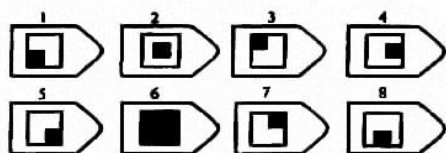
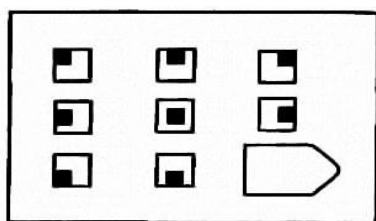
3-2



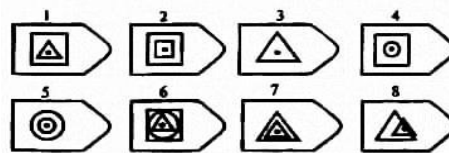
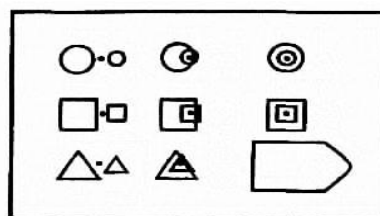
3-4



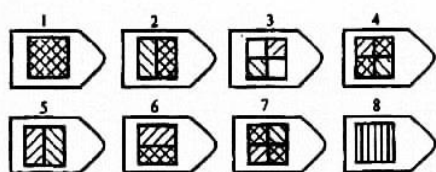
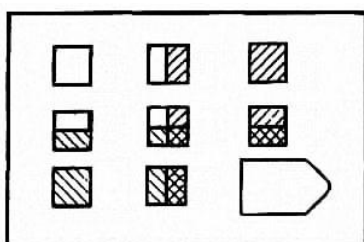
3-6



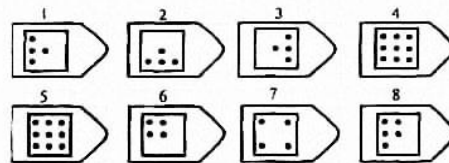
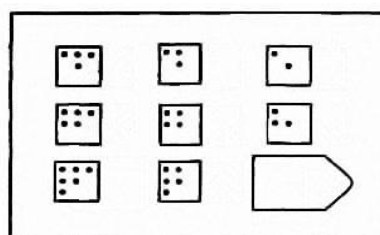
3-7



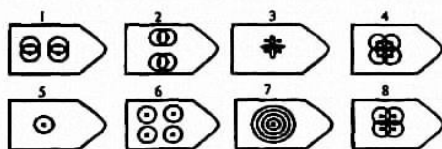
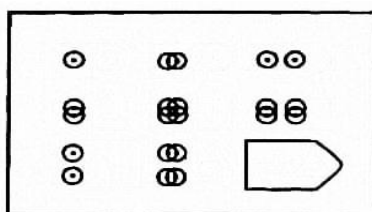
3-8



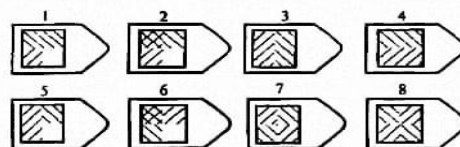
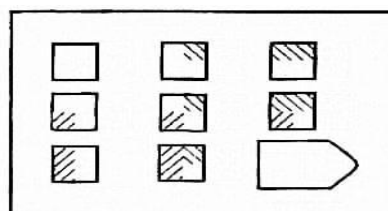
3-9



3-10

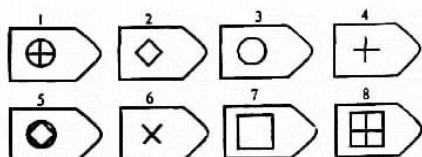
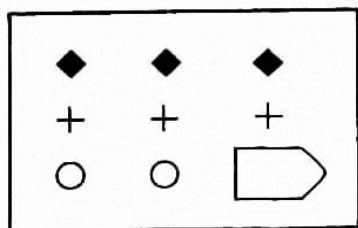


3-11

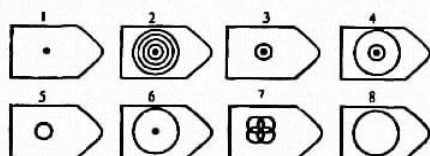
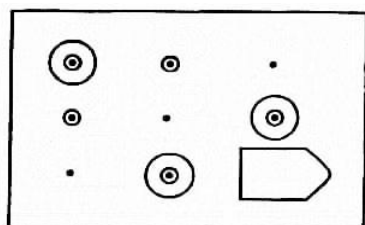


3-12

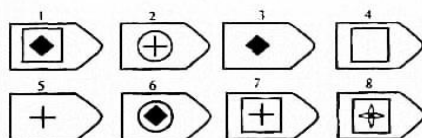
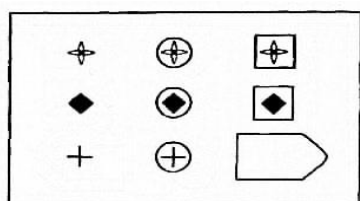
D-seriya



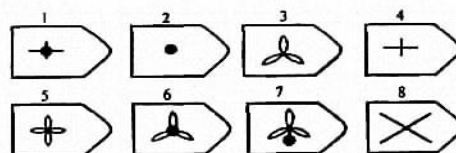
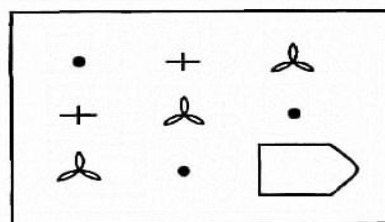
4-1



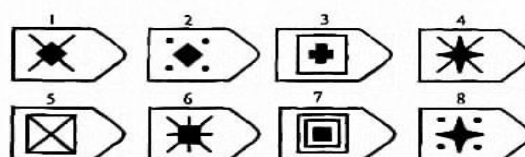
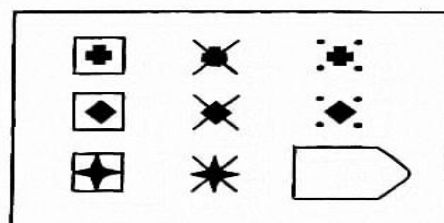
4-3



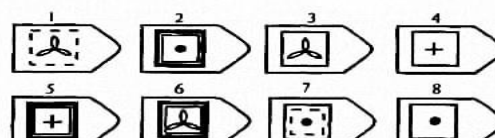
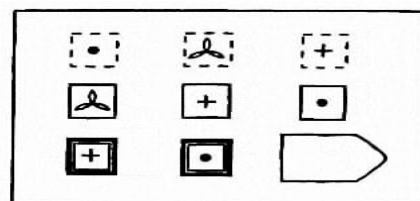
4-5



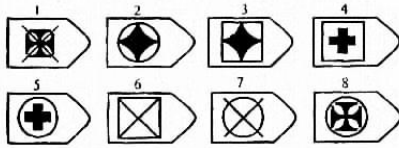
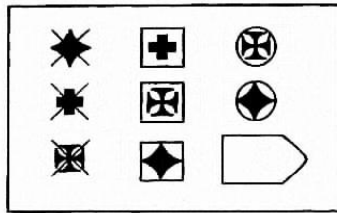
4-2



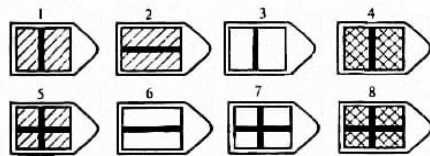
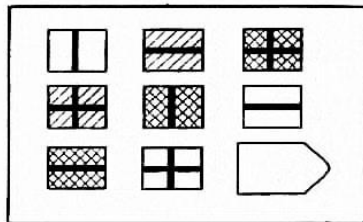
4-4



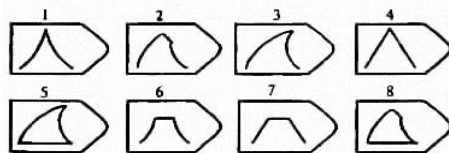
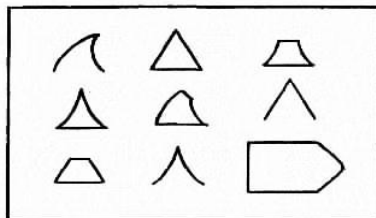
4-6



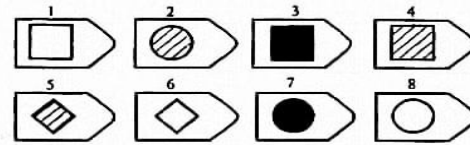
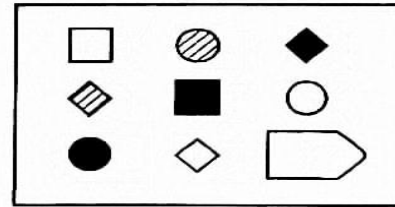
4-7



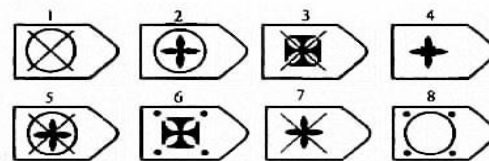
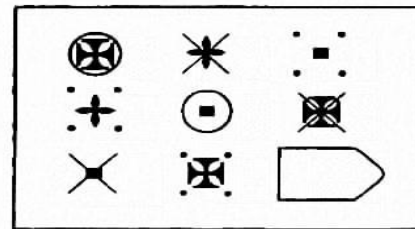
4-9



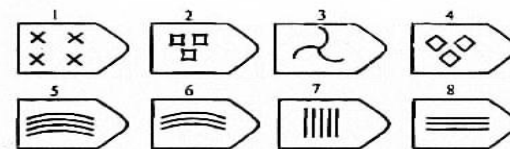
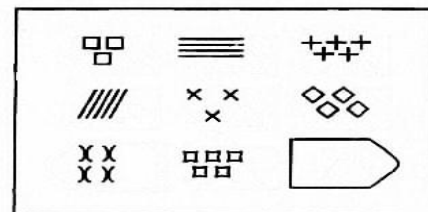
4-11



4-8

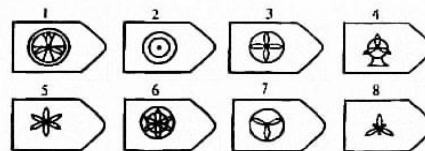
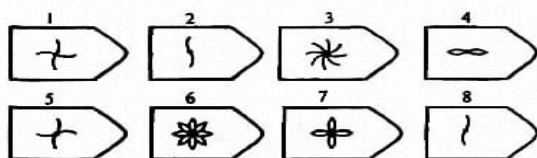
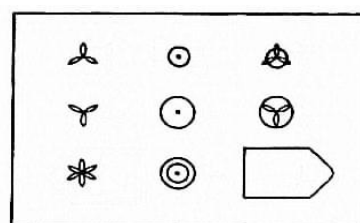
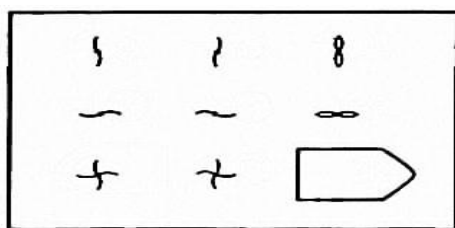


4-10



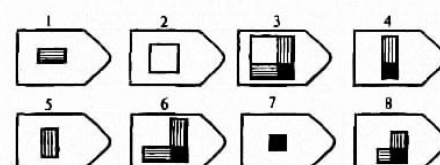
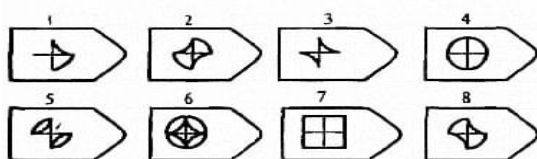
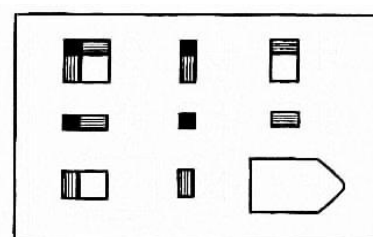
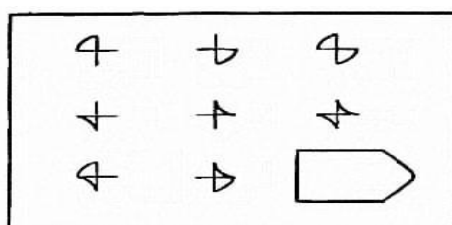
4-12

E-seriya



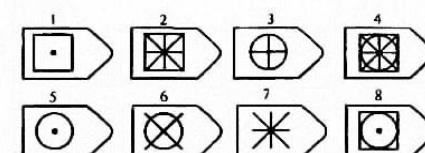
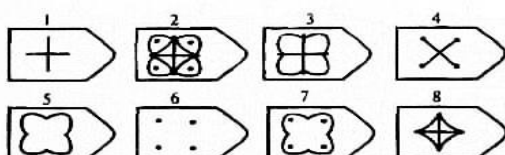
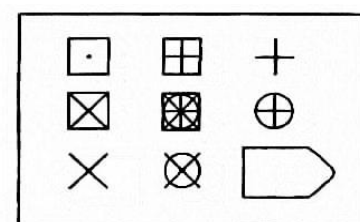
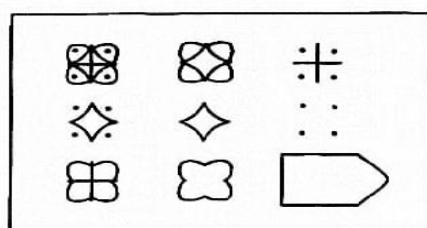
5-2

5-1



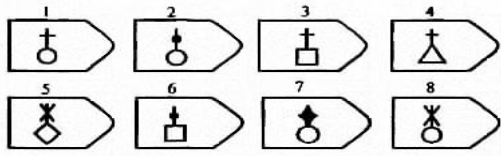
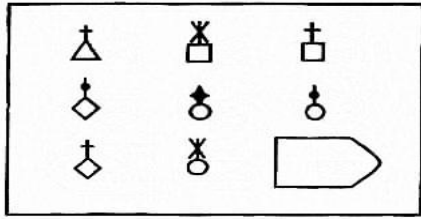
5-3

5-4

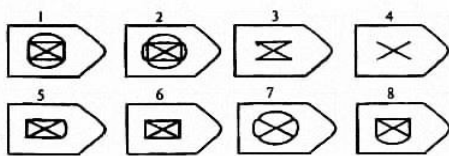
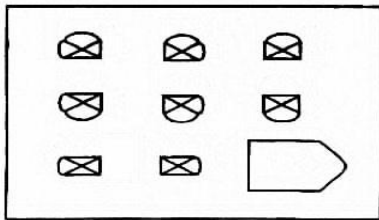


5-5

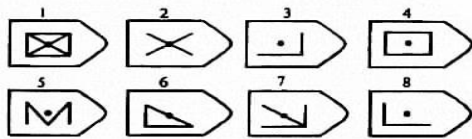
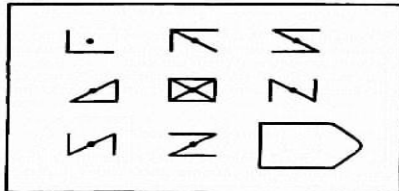
5-6



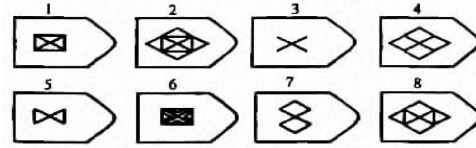
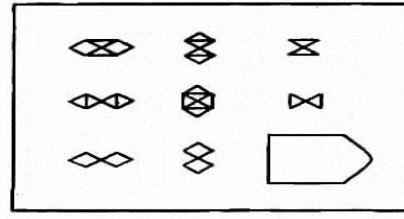
5-7



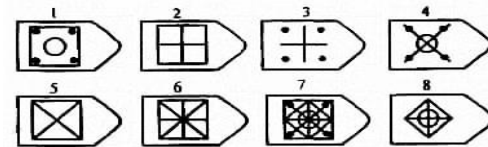
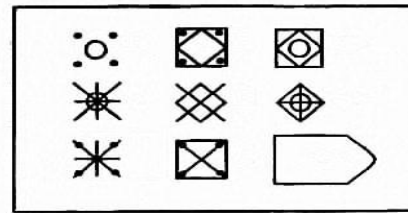
5-9



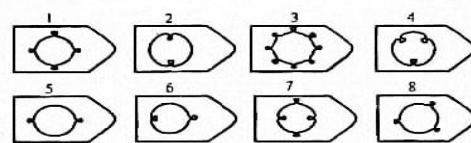
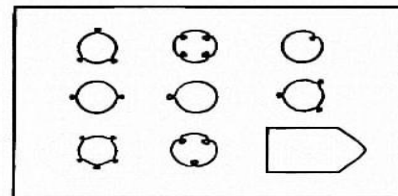
5-11



5-8



5-10



5-12

Test natijalarining foizli ifodalanishi

Foiz	Darajasi	Ifodalanishi
95% va undan yuqori	1-daraja	Tekshiriluvchi sh guruhiga intellekti yuqori rivojlangan
75%-94%	2-daraja	Ushbu guruh uchun intellekt favqulodda xarakterga ega
25%-74%	3-daraja	Ushbu yosh guruhi uchun intellekt o'rtacha
5%-24%	4-daraja	O'rtachadan past intellekt
5% va undan past	5-daraja	Intellektual qobiliyatda deffekt mavjud

$$IQ = \frac{\text{to'g'ri.javoblar.soni}}{60} \times 100\%$$

Test kaliti

No	A	V	S	D	E
1.	4	5	5	3	7
2.	5	6	3	4	6
3.	1	1	2	3	8
4.	2	2	7	8	2
5.	6	1	8	7	1
6.	3	3	4	6	5
7.	6	5	5	5	1
8.	2	6	1	4	3
9.	1	4	7	1	6
10.	3	3	1	2	2
11.	4	4	6	5	4
12.	2	8	2	6	5

25-Laboratoriya ishi. Intellektual qobiliyatlarni “Ortiqchasini o‘chiring!” metodikasi yordamida o‘rganish

Maqsad: subyektning umumlashtirish va mavhumlik qobiliyatini, obyektlar va hodisalarning muhim xususiyatlarini ajratib ko‘rsatish qobiliyatini o‘rganish.

Rag‘batlantiruvchi material va jihozlar: bo‘sh qog‘oz, qalam, topshiriq varag‘i.

Ko‘rsatma: “Sizga bir qator so‘zlar yozilgan varaq keldi. Har bir turkum beshta so‘zdan iborat. Ulardan to‘rttasi ma’lum darajada bir hil tushunchalar bo‘lib, umumiy xususiyatiga ko‘ra birlashtirilishi mumkin. Ular orasida bir so‘z bu talablarga javob bermaydi va chiqarib tashlansin. Siz har bir qatorni ko‘rib chiqishingiz kerak, chiqarib tashlanadigan so‘zni topib , tegishli raqam ostida qog‘oz varag‘ingizga yozishingiz kerak. Masalan, 5 ta so‘z berilgan: "G‘isht, loy, tosh, ohak, uy". Birinchi to‘rtta so‘zni bitta "qurilish materiallari" tushunchasi bilan birlashtirish mumkin, oxirgi so‘z esa ortiqcha. Yozish kerak: "No1 - uy". Shunday qilib, tartibda siz barcha 17 topshiriqni ishlashingiz kerak.

Stimul material

1. eskirgan, to‘zigan, uvada, kichik, xarob.
2. mard, jasur, mard, g‘azablangan, hal qiluvchi.
3. Vasiliy, Fedor, Semyon, Ivanov, Porfiri.
4. sut. qaymoq, pishloq, cho‘chqa yog‘i, smetana.
5. tez orada, Tezda, shoshib, asta-sekin, shoshib.
6. chuqur, baland, yengil, past, sayoz.
7. barg, kurtak, po‘stloq, daraxt, novda.
8. uy, ombor, kulba, kulba, bino.
9. qayin, qarag‘ay, daraxt, eman, archa.
10. nafratlanmoq, nafratlanmoq, xafa qilmoq, ranjitmoq, jazolamoq.
11. to‘q, och, ko‘k, yorqin, xira.
12. uya, chuqurcha, tovuqxona, uy, darvozaxona.
13. muvaffaqiyatsizlik, qulash, muvaffaqiyatsizlik, mag‘lubiyat, hayajon.
14. bolg‘a, mix, qisqich, bolta, chisel.
15. daqiqa, soniya, soat, kechqurun, kun.
16. talonchilik, o‘g‘irlik, zilzila, o‘t qo‘yish, hujum qilish.
17. muvaffaqiyat, g‘alaba, omad, tinchlik, daromad.

Tadqiqot borishi: Sinaluvchiga topshiriq shakli beriladi va quyidagi ko‘rsatma beriladi. Tadqiqotchi subyekt bilan birgalikda

birinchi vazifani hal qiladi va tahlil qiladi. Sinaluvchilarning qolgan qismi, iloji boricha, mustaqil ravishda tahlil qiladi. Agar u qiyinchilikka duch kelsa, tadqiqotchi unga etakchi savol beradi. Bayonnomada sinaluvchi topshiriqning raqamini va chiqarib tashlagan soʻzni yozadi. Mazkur metodika 11-12 yoshdan oshgan bolalar va kattalarni oʻrganish uchun ishlatiladi.

Natijalarni qayta ishlash

1. Soʻzlarni chiqarib tashlashning toʻgʻriligi kalit bilan tekshiriladi.

- | | | |
|---------------|-----------------|-----------------|
| 1. kichik | 2. gʻazablangan | 3. Ivanov |
| 4. semiz | 5. asta-sekin | 6. yorugʻlik |
| 7. daraxt | 8. omborxona | 9. daraxt |
| 10. jazolamoq | 11. koʻk | 12. darvozaxona |
| 13. hayajon | 14. mix | 15. kechqurun |
| 16. zilzila | 17. xotirjamlik | |

2. Tekshiruv asosida toʻgʻri chiqarib tashlangan soʻzlar soni hisoblanadi. Bu miqdoriy koʻrsatkich.

3. Har bir turkumdagi 4 ta soʻzni bir guruhga birlashtirish sabablarini aniqlash maqsadida mavzu bilan suhbat oʻtkaziladi. Muhim yoki muhim boʻlmagan xususiyatlar assotsiatsiyaning asosini tashkil qiladimi, degan xulosaga keladi. Bu sifat koʻrsatkichidir.

4. Miqdoriy va sifat koʻrsatkichlari asosida ushbu fan boʻyicha umumlashtirish va abstraksiya psixik operatsiyalarining rivojlanish darajasi toʻgʻrisida xulosa chiqariladi. Rivojlanish darajasini baholash subyekt natijalarini bir xil yoshdagi odamlar guruhini eksperimental oʻrganish natijasida olingan oʻrtacha guruh natijalari bilan taqqoslash asosida amalga oshiriladi.

26-Laboratoriya ishi. Bevosita assotsiativ test yordamida nutqni oʻrganish

Tadqiqotning maqsadi: assotsiatsiya turlarini oʻrganish, ularni qoʻllash va etakchi assotsiatsiya turlarini aniqlash.

Kirish. XIX asr oxirlaridan boshlab assotsiativ metodlardan keng koʻlamda foydalanila boshlangan. Ular nafaqat alohida stimu-

soʻzlarning semantik xususiyatlarini, balki stimullar guruhi bilan oʻziga xos aloqaning mavjudligini koʻrsatadi. Buning shundayligini til bogʻliqliklari va oʻzaro aloqadorliklarini tushunuvchi sinaluvchilar qayd etadi.

Stimul-reaksiya juftliklari ikki kategoriyaga koʻra tahlil qilinadi: mantiqiy va grammatik reaksiya. Mantiqiy reaksiyalar, oʻz navbatida, markaziy va periferikga, grammatiklari esa – sintagmatik va paradigmatic ostguruhchalarga ajraladi.

Bu metodikani oʻtkazish va natijalar tahlili boʻyicha turli nuqtayi nazarlar mavjud. Sotsial psixologlarning fikricha, K. Yungning tadqiqotlarini chuqurlashtirish natijasida sinaluvchilarda “jipslik” sotsial-psixologik fenomeni etakchilik qilsa, ular deyarli bir xil assotsiativ reaksiyalar namoyon etadilar. Buning sabablarini ongning bir xil yoʻnalganligidan izlash toʻgʻri boʻladi. Biroq ommaviy aloqalar boʻyicha mutaxassislar, ayniqsa tatbiqiy masalalar bilan shugʻullanadigan kishilarning, jumladan, reklama shiorlari, maqola sarlavhasi kabi soha mutaxassislarining fikricha, reaksiyalarning bir xilligi bu quyi originallik, tafakkur shablonliligi kabilarni isbotlaydi. Ular har qanday bashorat qilinuvchi assotsiatsiyalardan uzoqroq boʻlishni tavsiya etadilar.

Erkin assotsiativ eksperiment yordamida har xil sinaluvchilarning javob reaksiyalarini solishtirish natijasida har qanday tildagi umumiy, eng koʻp uchraydigan assotsiativ meʼyorlar yaratish mumkin. SHu tariqa K. Yung klinikasidagi bemorlarning assotsiativ reaksiyalar umumiyliklarini solishtirib oʻzining birinchi eksperimentlarini oʻtkazgan. Yung shuni aniqlaganki, qarindosh urugʻlar yoki bir kasb sohiblari (advokatlarda) koʻpincha bir xil reaksiya namoyon eadilar. SHuningdek, maʼlum stimul uchun semantik koʻpaytirgichlar maydonini yaratish mumkin.

Stimul materiali va zaruriy anjomlar. Testni oʻtkazish uchun ot, feʼl, sifat, ravish kabi gapning turli qismlarini ifoda etuvchi 30-40 dona soʻz-stimullarni tayyorlab qoʻyish zarur. Bunda soʻzlarning uchrash chastotasini inobatga olish maqsadga muvofiq. Eng imkoniyatsiz vaziyatda 10 ta stimul-soʻzlar bilan kifoyalansa boʻladi.

Tadqiqotning borishi. Eksperimentator soʻz-stimullarni shu tariqa oʻqib eshittiradiki, sinaluvchilarda 5-6 sekund javob reaksiyasini yozishga imkoniyat yaralsin. Maxsus asbob-uskuna mavjud boʻlganda sinaluvchining har bir assotsiativ reaksiya vaqti keyingi tahlil uchun qayd etib olish maqsadga muvofiqdir.

Sinaluvchiga ko'rsatma: «Men sizga so'zlarni o'qib eshittiraman. Sizning asosiy vazifangiz xayolingizga birinchi kelgan so'z bilan javob qaytarishingiz talab etiladi».

Natijalar tahlili. Stimul va reaksiyalar o'rtasida assotsiativ bog'liqliklarni aniqlash uchun quyidagi jadval tuziladi.

1-jadval

Assotsiativreaksiyalar jadvali

Stimul	Mantiqiy reaksiya		Grammatik reaksiya	
	Markaziy	Periferik	Sintagmatik	Paradigmatik
1				
2				
3				
4				
5				
...				
30				
Jami, % larda				

Assotsiativ eksperimentdan so'ng ikki juft stimul-reaksiyalar ikki kategoriya bo'yicha mantiqiy va grammatik reaksiyalar bo'yicha solishtiriladi. Mantiqiy reaksiyalar, o'z navbatida ikki ostgruppalariga bo'linadi: markaziy va periferik, grammatik – sintagmatik va paradigmatikka bo'linadi.

1. Mantiqiy bog'liqliklar – bu stimullar o'rtasidagi mazmuniy aloqalardir (masalan, qo'shin – askar yoki kasallik – o'lim), bunda “markaziy mantiqiy reaksiya” grafasiga biror belgi qo'yiladi. Agar bunday aloqa mavjud bo'lmasa, “periferik mantiqiy aloqa” grafasiga belgi qo'yiladi (masalan, qo'shin – raqs yoki kasallik – ovqat). Periferik assotsiativ reaksiyalarning ko'payib ketishi tilni yomon bilishi, dinamik xususiyatlarning buzilishi – tormozlanish, tafakkur jarayonlarining keskin o'zgaruvchanligi va hokazolar bilan izohlanadi. Katta yoshdagi til soxiblari taqdim etilayotgan stimullar umumiy miqdorining kamida 65 %ini markaziy assotsiativ reaksiyalarlar tashkil etadi.

2. Grammatik mezon nuqtayi nazaridan sintagmatik va paradigmatik javob reaksiyalarini ajratib ko'rsatish mumkin.

So'z-stimullar va so'z-reaksiyalar o'rtasidagi sintagmatik aloqa sifatida turli grammatik kategoriyalar o'rtasidagi aloqalar tushuniladi, misol uchun, ot va sifat yoki fe'l va ravish (yaxshi – amal, yomg'ir – yog'ayapti).

Sinaluvchilarning paradigmatic reaksiyasi deganda bitta grammatik kategoriya nuqtayi nazaridagi bog‘liqliklar tushuniladi (yaxshi — yomon, yomg‘ir — balchiq). Sintagmatik reaksiyalarning ko‘payishi tafakkurning kompleksligi, sinaluvchining turdosh obyekt va ularning belgilarini ajrata olmasligi. L. S. Vygotskiy bo‘yicha tafakkur kompleksligi sinkretizm bilan bolalar tafakkurining o‘ziga xos xususiyatini tashkil etadi: predmet yoki uning belgisi qo‘shimcha aksessuar bilan idrok etiladi (bolalardagi assotsiativ reaksiya: ekskavator — qaziydi, bola — urishadi, sut — oppoq). Voyaga etgan til soxiblari uchun paradigmatic assotsiativ reaksiyalar 70 % ga yaqinida kuzatiladi. Sintagmatik reaksiyalarning ko‘payishi analitik operatsiyalarning etishmasligi, tafakkur infantilizmi to‘g‘risida dalolat beradi. Bu sinaluvchilarning o‘ng tomonli miya asimmetriyasi (“rassom, san’atkor tipi”) kabi individual-psixologik xususiyatlarning oqibati bo‘lishi mumkin.

«Assotsiatsiya» metodikasiga so‘zlar majmuasi

1. Qo‘shin
2. Musiqa
3. Kasallik
4. Qo‘l
5. Silliq
6. Xushtak chalish
7. Shirin
8. Deraza
9. Uxlamoq
10. Ob-havo
11. Daraxt
12. Raqs
13. Shifokor
14. Oyoq
15. Yumshoq
16. Kuylamoq
17. Achchiq
18. Eshik
19. Sayr etmoq
20. SHamol
21. Gul
22. Bayram

- 23.Dori
- 24.Etik
- 25.Yaltiroq
- 26.Qichqirmoq
- 27.Sho‘r
- 28.Devor
- 29.Yurmoq
- 30.Oftob

27-Laboratoriya ishi. Nutqning psixolingvistik xususiyatlarini o‘rganish

Tadqiqotning maqsadi: gapirayotgan kishining nutqini artikulyasion to‘siqlar mavjudligida tushunishni tadqiq etish.

Kirish. Ma’lumki, «nutq harakatini istisno etish nutqni tushunishni qiyinlashtiradi» (A.N.Sokolov, 1968). Agar sinaluvchiga qandaydir matnni eshitib tushunish taklif etilsayu, ammo bunda nutq to‘siqlari hosil qilinsa, masalan, matnni eshitish bilan birga raqamlarni sanash yoki tanish she’rni aytib berish iltimos qilinsa. Nutqni anglash murakkablashadi va so‘zlarning tushunchalari darhol unutiladi. Vaqti bilan A.N.Sokolovning fikricha, sinaluvchilar nutqni tinglay oladilar va alohida so‘z va iboralarni esda olib qoladilar. Biroq bu narsa sinaluvchining so‘zlarni takrorlashida – she’r bandida va boshqa nutq to‘siqliklarining tanaffuslarida sodir bo‘ladi.

Stimul materiali va zaruriy anjomlar: matn majmuasi, toza oq qog‘oz, natijalarni qayd etish protokoli, ruchka.

Tadqiqotning borishi. Eksperiment uch bosqichda (uch topshiriq asosida) o‘tkaziladi. Har bir topshiriqda sinaluvchiga bir vaqtning o‘zida matnni esda olib qolish hamda bir qator artikulyasion to‘siqlarni amalga oshirish taklif etiladi:

1. Sinaluvchi matnni eshitadi va ratmik ravishda bo‘g‘inlarni talaffuz qiladi.

2. Sinaluvchi matnni tinglash vaqtida ritmik ravishda birdan boshlab sanashni boshlaydi.

3. Sinaluvchi matnni eshitish vaqtida she’r o‘qiydi (tanlovga ko‘ra).

Sinaluvchi topshiriqni bajarib bo‘lgandan 10–15 sekund o‘tgach qog‘ozga esda qolganlarini tushiradi. Tadqiqotni o‘tkazishda alohida vazifani bajaruvchi ikkita eksperimentator ishtiroki talab etiladi. Birinchi

eksperimentator sinaluvchiga matnni o‘qib eshittiradi, ikkinchi eksperimentator esa sinaluvchining nutq o‘zgarishini qayd etib boradi. Har bir sinov bosqichida maxsus ko‘rsatma beriladi va birinchi eksperimentator taklifiga ko‘ra matnni taqdim etmay turib topshiriqni bajarib ko‘rish, mashqlanib ko‘rish tavsiya etiladi.

Sinaluvchi mashqlanib bo‘lgach asosiy eksperimental bosqich boshlanadi. Sinaluvchi o‘z vazifasini asta ritmik ravishda bajara boshlaydi. 8-10 sekunddan so‘ng birinchi eksperimentator sinaluvchiga eslab qolishi talab etilayotgan matnni o‘qiy boshlaydi.

Matnni o‘qishni tugatgach sinaluvchi bir necha sekund mobaynida o‘z vazifasini bajarishda davom etadi, keyin esa matnni qog‘ozga qayd etadi. Har bir sinovni amalga oshirish vaqtida ikkinchi eksperimentator sinaluvchining nutq xatoliklarini, nutqning tempi, ritmi, balandligi, tushunarligi, xo‘rsinish va to‘xtalishlarni qayd etib boradi.

1-jadval

Artikulyasion to‘siqlar mavjudligida nutqni tushunishni tadqiq etish

Sinov raqami	Sinaluvchi nutqining o‘zgarishi							To‘g‘ri aytilgan so‘zlar miqdori	
	Sekinlashish/tezlashish	Balandligi	Ritm	Tushunarligi	To‘xtalishlar	Ho‘rsinish	Hammasi o‘zgar	Miqdor	%
1									
2									
3									

Sinaluvchiga ko‘rsatma:

Birinchi ko‘rsatma: «Hozir sizga matn taqdim etiladi, siz uni iloji boricha aniq esda olib qolib esga tushirish tavsiya etiladi. Bunda siz matnni tinglash bilan bir vaqtda quyidagi bo‘g‘inlarni talaffuz etishingiz lozim (masalan, ka, te, ru , so‘, bo va h.k.z.). Bo‘g‘inlarni oxista va ritmik ravishda talaffuz qiling. Buni bir urinib ko‘ring. Bo‘g‘inlarni talaffuz etishda davom eting, biror soniyalardan so‘ng men matnni o‘qiy boshlayman. Matn tugagach bir necha soniyalar o‘z vazifangizni ado etishda davom eting. Mening buyrug‘imga ko‘ra qog‘ozga esda olib qolgan matnni qayd etasiz».

Ikkinchi ko'rsatma: «Bu topshiriqning mazmuni avvalgi topshiriqqa o'xshash, biroq bu gal bo'g'inlar o'rniga siz ritmik ravishda birdan boshlab sanashni boshlaysiz va matnni yodda olib qolishingiz zarur».

Uchinchi ko'rsatma: «Endilikda sanoq o'rniga siz ritmik ravishda, to'xtalishlarsiz tanish she'rni aytib berishingiz kerak. She'rni siz albatta yoddan bilishingiz darkor, uni aytayotganda qiyinchiliklar tug'ilishi nomaqbul holatdir. Agar siz she'rning biror qismini yodga tushirolmasangiz uni qaytadan boshlashingiz mumkin. Eng asosiysi ritmni saqlang».

Natijalar tahlili

Eksperimentatorlar original matnni sinaluvchi har bir sinovda esga tushirgan matn bilan solishtiradilar va to'g'ri esga tushirilgan so'zlar miqdori hisolab chiqiladi. Olingan natijalar maxsus jadvalga tushiriladi. Olingan miqdor va sifat natijalarning tahlili asosida turli to'siqlarning (turli sinovlarning) matnni tushunish samaradorligiga ta'sirini aniqlash va topilgan qonuniyatlarni izohlab berish darkor.

“Artikulyasion to'siqlar yordamida nutqni tushunishni tadqiq etish” metodikasining stimuly materiallari

Matn № 1. Bir donishmand aytgan ekan: «Kattalardan faqat uch narsadagina kichiklar o'zib ketishi mumkin. Birinchisi: qorong'uda kichigi kattasidan oldinda harakatlansin, uni xavf-xatardan avaylasin. Ikkinchisi: oqimga duch kelganda, kichiklar kattalarni ogohlantirish uchun ham oldinga o'tsinlar. Uchinchidan: dushman qo'shini vatanga hujum qilganda ularni haydab chiqarish va kattalarni himoya qilish uchun oldingi qatorda bo'lsinlar».

Matn № 2. Bir donishmand aytgan ekan: «Uch kishinigina kamsitish yaramaydi: sultonni, olimni va suhbatdoshingizni. Chunki sultonni kamsitish ixtilofga sabab bo'ladi, olimni kamsitish iymonni zaiflashishiga olib keladi, suhbatdoshingizni kamsitish esa adolatsizlikka yo'l ochib beradi. To'rt narsa bordurki, ularning kamligi kamlik emas: burch, olov, dushman, xastalik».

Matn № 3. Bir zamonlarda Basrada yashovchi bir fuqaro safarga chiqibdi va ko'zlagan manziliga tunda etib olibdi. Qishloq zulmatga cho'mgan. Uning o'rtasida sayyoh qo'lida sham tutib elkasida ko'z to'la suv ko'tarib olib qaergadir shoshayotgan ko'r kimsani uchratdi. Bu narsa sayyohni ajablantirdi. U ko'rning oldiga kelib so'radi: “Menimcha senga tun yoki kunligining ahamiyati yo'q. Nima sababdan qo'lingda chiroq

olib ketayapsan?”Ko‘r bunga javoban: “Sendaka qalbi ko‘rlar meni turtib yuborib ko‘zamni sindirmasligi uchun” deb aytgan ekan.

28- Laboratoriya ishi. Nutq rigidligi va egotizmni o‘rganish

Maqsad: shaxsdagi nutq rigidligi va egotizmni metodika yordamida o‘rganish.

Kerakli jihozlar: tugallanmagan gaplar to‘plami, javoblar varaqasi.

Egotsentrik assotsiatsiyalar testi

Mazkur proektiv test o‘smirlar va katta maktab yoshi o‘quvchilaridagi egotsentrizm darajasini aniqlashga xizmat qiladi. Egotsentrizm darajasini aniqlashga xizmat qiladi. Egotsentrizm – individning tegishli axborot ta’sirida ham biror bilish obyektiga nisbatan bo‘lgan o‘zining boshlang‘ich qarashlarini o‘zgartirishga qodir bo‘lmasligi: voqea – hodisalarga boshqa odamlar ko‘zi bilan qaray olmaslik, boshqalar nuqtayi nazarini tushuna bilmaslik. Ushbu xususiyat odatda 12 – 14 yoshlarga kelib, yuqolib boradi yoki, aksincha, o‘smirlik davrida egotsentrik tipdagi shaxsga xos xususiyatlar shakllanishi va mustahkamlanishi mumkin.

Metodika T.I.Pashukova tomonidan tavsiya etilgan bo‘lib, 40 ta tugallanmagan gapdan iborat. Tekshiriluvchi hayoliga kelgan birinchi fikrni yozib, gapni tugallashi talab qilinadi.

Tugallanmagan gaplar

1. Bunday vaziyatda ...
2. Eng osoni...
3. Shunga qaramy...
4. Borgan sayin...
5. Unga nisbatan...
6. Har qaysi...
7. Attang...
8. Natijada...
9. Agar...
10. Bir necha yil avval...
11. Eng muhimi...
12. Aslini olganda...
13. Faqat...
14. Haqiqiy muammo shundaki...

15. Baribir...
16. Shunday kun keladiki...
17. Eng katta ...
18. Hech qachon...
19. Bunga...
20. Ilojsiz holatda...
21. Muhimi shundaki...
22. Ba'azan...
23. Tahminan...
24. O'tmishda...
25. Gap shundaki...
26. Ayni paytda...
27. Yaxshisi...
28. Hammasini e'tiborga olib...
29. Agar bunday bo'lmaganda...
30. Doim...
31. Imkoniyati bo'lsa...
32. Bu holda...
33. Odatda...
34. Hatto, shunday bo'lsa ham...
35. Hozirgacha...
36. Shart – sharoitlar bo'lsa...
37. Eng qizig'i...
38. Qanday qilib...
39. Yaqin kunlardan buyon...
40. Faqat shundan keyin...

Natijalar tahlili

Egotsentrizm indeksini aniqlashga yo'naltiriladi. Egotsentrizm indeksini aniqlashga yo'naltiriladi. Egotsentrizm indeksini topish uchun tekshiriluvchi nechta gapda birlikdagi birinchi shaxs kishilik olmoshi va uning har xil shakllari – «men», «mening», «meni», «menga» va boshqalar qo'llangani hisoblab chiqiladi. Shuningdek, tegishli olmoshlar ishlatilmagan, ammo aniq nazarda tutilgan gaplar, oxirigacha yetkazilmagan, lekin tegishli olmoshni o'z ichiga olgan gaplar miqdori hisoblanadi. Nechta gapda yuqorida ta'kidlangan holatlar qayd etilsa, ularning miqdori egotsentrizm indeksi sifatida qabul qilinadi.

Natijalarni baholash quyidagi jadval asosida amalga oshiriladi

Sinf	Jins	Past	O'rta	Yuqori
5 – sinf	o'g'il bolalar	0 – 11	12 – 27	28 – 40
	qiz bolalar	0 – 10	11 – 26	27 – 40
6 – sinf	o'g'il bolalar	0 – 13	14 – 28	29 – 40
	qiz bolalar	0 – 14	15 – 26	27 – 40
7 – sinf	o'g'il bolalar	0 – 12	13 – 27	28 – 40
	qiz bolalar	0 – 13	14 – 25	26 – 40
8 – sinf	o'g'il bolalar	0 – 8	9 – 22	23 – 40
	qiz bolalar	0 – 9	10 – 23	24 – 40
9 – sinf	o'g'il bolalar	0 – 7	8 – 20	21 – 40
	qiz bolalar	0 – 8	9 – 23	24 – 40
10 – sinf	o'g'il bolalar	0 – 7	8 – 20	21 – 40
	qiz bolalar	0 – 7	8 – 21	22 – 40

Eslatma: № 1: 10 tadan ortiq gapni yakunlamagan tekshiriluvchining javoblari tahlil etilmaydi.

Eslatma! diagnostika jarayonida tekshiriluvchiga ko'rsatmada tashqari nimanidir tushuntirish, uning gaplariga nisbatan baho berish yoki munosabat bildirish hamda tadqiqotning haqiqiy maqsadlarini ma'lum qilish qat'iy man etiladi.

29 - Laboratoriya ishi. So'zlarning ma'nosi va mohiyati orasidagi bog'liqlikni Ch.Osgudning "ma'nolarni o'lchash" metodi yordamida o'rganish

Maqsad: semantik differentsial usuli yordamida subyektiv semantik bo'shliqlarni qurish Ch.Osgud.

Kerakli materiallar va jihozlar: subyektiv shkalalar ro'yxati, baholash uchun ikkita so'z ro'yxati (rus va chet tillarida), turli rangdagi qalamlar.

Tadqiqotning borishi. Sinaluvchi ikkita so'z ro'yxati bilan ishlaydi. Birinchi ro'yxat xorijiy so'zlarni, keyin rus tilidagi so'zlarni taklif qiladi. Tajriba oldidan sinaluvchi ruscha so'zlarning ekvivalentlari bilan tanish emasligiga ishonch hosil qilish kerak. . Sinaluvchi so'zlarni o'qiydi va ularni ketma-ket 12 ta reyting shkalasi bo'yicha baholaydi, ularning har biri bir juft antonimlar bilan tavsiflanadi va bu antonim qutblar orasida etti bo'linma mavjud. Keyin mavzuga baholash uchun

taklif qilingan barcha soʻzlar uchun keyingi soʻzni va hokazolarni " masshtablash " soʻraladi.

Chet el soʻzlari bilan ishlashda mavzu oʻxshash tovushli ruscha soʻzni tanlamasligini, tarjimani qidirmasligini, balki oʻz taassurotiga, toʻgʻridan-toʻgʻri ushbu soʻzning tovushiga eʼtibor qaratishini taʼminlash kerak. Baholash tezda, birinchi taassurotda boʻlishi kerak.

Baholash shkalalar

1	Yuqori	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	Past
2	Eskirgan	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	Yosh
3	Keng	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	Tor
4	Harakatlanuvchi	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	Harakatsiz
5	Issiqroq	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	Sovuq
6	Qorongʻi	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	Nur
7	Yumshoq	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	Qattiq
8	Yoqimli	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	Yoqimsiz
9	Silliq	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	Qoʻpol
10	Yaqin	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	Uzoq
11	Mehribon	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	Yovuzlik
12	Baland	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	Tinch

Baholash uchun soʻzlar roʻyxati	
Tsivodash	Qasam ichish
Farkas	Boʻri
Homali	Zulmat
Chillagni	Miltillash
Kacha	Oʻrdak
Ehsheg	Ochlik
Batorsag	Jasorat
Hatalom	Quvvat
Nefeleich	Meni unutma

Koʻrsatma: Sizga ikkita soʻz roʻyxati taklif qilinadi - mos ravishda chet va rus tillarida. Har bir soʻzni 12 ta shkala boʻyicha ketma-ket baholashingiz kerak. Hisob sizning taassurotingizni, ushbu soʻzning ovozi haqidagi fikringizni aks ettirishi kerak. Soʻzlar bepul tartibda taklif qilinadi. Chet el soʻzlari sizga notanish boʻladi. Ularga oʻxshash ruscha soʻzlarni solishtirishga urinmang, tarjimani qidiring. Siz faqat oʻzingizning taassurotingizga, toʻgʻridan-toʻgʻri ushbu soʻzning ovoziga

e'tibor qaratishingiz kerak. Siz tezda ishlashingiz kerak. Shakldagi belgilar uchun har xil rangdagi siyoh bilan qalamlardan foydalanish yoki har bir soʻz uchun ma'lum bir belgini tanlash yaxshidir.

Natijalarni qayta ishlash. Har bir shkala boʻyicha har bir soʻzning oʻrtacha (guruhdagi subyektlar soniga qarab) balli hisoblanadi. Olingan ma'lumotlar "juftlashgan" soʻzlarni (rus va chet tillaridagi soʻzlar) hisobga olgan holda jadvalga kiritiladi (1-jadvalga qarang).

Jadval 1.

SD usuli boʻyicha natijalarni miqdoriy va sifat jihatidan baholash

Soʻz	Raqam tarozilar											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Qabul qilingan materialga asoslanib, har bir soʻzning "profili" tuziladi. Buning uchun har bir baho tegishli shkala boʻyicha nuqta sifatida tasvirlanadi, shundan soʻng nuqtalar bogʻlanib, "profil" hosil boʻladi.

Ruscha soʻzlarning profillari va ularga mos keladigan xorijiy soʻzlar taqqoslanadi; turli mavzularda bir xil soʻzning profillari. Soʻzning ma'nosi, semantikasi (ruscha soʻz) va uning tovush qobigʻi (rus tiliga ekvivalent xorijiy soʻz) oʻrtasidagi subyektiv oʻxshashlik boʻyicha dastlabki tahlil qilinadi.

Semantik differensialning qiymati quyidagi formula boʻyicha hisoblanadi:

$$D_{AB} = \sqrt{\sum d_{AB}^2},$$

bu yerda D_{AB} n ta masshtabda A va B obyektlarga nisbatan farq darajasini koʻrsatuvchi differentsialning qiymati; d_{AB} - har bir shkala boʻyicha A va B obyektlarning oʻrtacha baholari orasidagi farq.

Olingan koʻrsatkich asosida xulosa chiqariladi, bunda differentsialning qiymati musbat son sifatida ifodalanadi va u nolga qanchalik yaqin boʻlsa, taqqoslangan obyektlarga nisbatan oʻxshashlik shunchalik yuqori boʻladi.

4-ilova. Darslikda qo'llanilgan pedagogik texnologiyalar haqida qisqacha ma'lumot¹

“Konseptual jadval” metodi

“Konseptual jadval” metodi talabalarni o'rganilayotgan mavzu (masala yoki muammo)ni ikki yoki undan ortiq jihatlari bo'yicha taqqoslashga o'rgatadi. Undan foydalanishda talabalarning mavzu yuzasidan mantiqiy fikrlash, ma'lumotlarni tizimli bayon qilish qobiliyatlari rivojlantiriladi. Mashg'ulotlar chog'ida metoddan foydalanish quyidagi tartibda kechadi: Guruhlar yechimni guruh jamoasi xukmiga xavola etadi. Guruhlarning yechimlari guruh jamoasida muhokama qilinadi Talabalar e'tiboriga quyidagi namunani tavsiya etish mumkin:

Konseptual jadval

№	Olim	Asosiy asarlari	Ilmiy qarashlari	Eksperimental psixologiya sohasidagi yutuqlari
1.	V. Vundt			
2.	T. Ribo			
3.	G.Ebbinghaus			
4.	S. Xoll , Titchener va boshqalar			

“T- jadval” texnologiyasi

Texnologiya tayanch tushunchalarni bir-biri bilan o'zaro solishtirish, qiyoslash asosida o'rganilayotgan mavzu yoki masalaning muayyan jihatini bir necha asosiy belgilarga ko'ra batafsil yoritish maqsadida qo'llaniladi. Ko'p xollarda texnologiya mavzu mazmunida yoritiladigan bir necha holatlarning afzallik yoki kamchiliklarini, samaradorli yoki samarasizligini, bugungi kun va istiqbol uchun ahamiyatini taqqoslash maqsadida qo'llaniladi.

Texnologiyani qo'llash quyidagi tartibda amalga oshiriladi. “T-jadval” mashg'ulotda ikki xilga ajratib tahlil qilish mumkin bo'lgan ma'lumotlar bilan ishlashni qulaylashtirish imkonini beradigan

¹ Omonov H.T., Xo'jayev N.X., Madyarova S.A., Eshchonov E.U. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. Darslik. T.: «Iqtisod-moliya». 2009. 240 b.

shakldagi jadvaldan iborat. Uning oddiy ko‘rinishi qog‘oz varag‘ining o‘rtasidan tik chiziq bilan ikki qismga ajratish va har bir qism yuqorisiga tegishli “ha”-“yo‘q” / “tarafdor”-“qarshi” kabi so‘zlar (belgilar) bilan belgilashdan iborat.

Shunday hosil qilingan jadvalning ko‘rinishi “T” harfiga o‘xshashligidan uni “T-jadval” deb nomlanadi.

“T-jadval”dan foydalanish mashg‘uloti bosqichlari:

- Ishtirokchilarni T-jadval bilan ishlash qoidalarini bilan tanishtiriladi.

- Ishtirokchilar o‘z T-jadvallarini yakka tartibda yoki juftlikda to‘ldirib rasmiylashtiradilar.

T - jadval o‘rganilayotgan mavzuga doir bitta kontsepsiya (ma’lumot)ning jihatlarini o‘zaro solishtirish asosida tankidiy mushoxadani rivojlantiradi.

Ajratilgan vaqt oralig‘ida belgilangan tartibda (juftlikda) T-jadvalni to‘ldiradilar, uning chap tomoniga sabablar yoziladi, o‘ng tomoniga esa chap tomondagiga nisbatan qarama - qarshi g‘oyalar, omillar va shu kabilar yoziladi. Yakka yoki juftlikda tuzilgan jadvallari taqqoslab, muxokama qilib, kichik guruhning umumiy jadvalini to‘ldiriladi. Kichik guruhlar tomonidan tuzilgan jadvallarni taqqoslab, muxokama qilib, o‘quv guruhining yagona T-jadvali tuziladi.

“Video-keys” metodi

So‘nggi yillarda pedagogik faoliyatda turli axborot vositalari (kompyuter, televidenie, radio, nusxa kuchiruvchi qurilma, slayd, video va audio materiallarni namoyish qiladigan planshet telefon va kompyuter) yordamida ta’lim jarayoni tashkil etilishiga alohida e’tibor qaratilmoqda. O‘qituvchilar oldida o‘qitishda turli axborot vositalaridan o‘rinli, maqsadli, samarali foydalanish vazifasi turibdi.

Metoddan foydalanishda quyidagi xarakteristikalar amalga oshiriladi:

- talabalarga o‘rganilayotgan mavzu mohiyatini tasviriyl yoritishga yordam beruvchi izohsiz bir nechta videolavxa namoyish qilinadi;

- talabalar har bir lavxada qanday jarayon aks etirilganligini izohlaydi;

- talaba video lavxalarda aks etgan jarayon, xodisa yoki voqealarning mohiyatini daftarlariga qayd etadi;

- talabalar o‘qituvchi tomonidan berilgan savollarga javob qaytaradi;

– videolavxalar namoyish qilingach, talabalardan lavxada qanday jarayon, xodisa yoki voqelik aks etganligi, qaysi badiiy asar qaxramoni yoki tarixiy shaxs ifodalanganligi yuzasidan mushoxada yuritish talab qilinadi;

– video - keysning javobini topish orqali talabalar o‘rganiladigan yangi mavzu haqida tasavvurga ega bo‘ladi.

Loyiha texnologiyasi

Loyihalash - oldindagi faoliyat modelini tuzish, mavjud sharoitlarda o‘rnatilgan vaqt mobaynida yol va vositalarni tanlash uchun, maqsadga erishish bosqichlarini ajratish, ular uchun alohida vazifalarni shakllantirish, o‘quv axborotini etkazish vositasi va yollarini aniqlash usulidir.

Ta‘lim oluvchilar yuqori darajada, boshqa o‘qitish usullaridan foydalanishga qaraganda, rejalashtirishda, tashkillashtirishda, nazoratda, tahlil qilish va vazifani bajarish natijalarini baholashda ishtirok etadilar. O‘quv loyihalar usuli ta‘lim beruvchining ta‘lim oluvchilarga muammoni, faraz, vazifalarni ifodalashda yordam beradi va tezkor boshqaradi. Loyihalarda o‘qitish nafaqat natijalar, balki jarayonini o‘zi ham qimmatli. Loyiha fanlararo, bir fan yoki fan tashqarisida bolishi mumkin. Loyihalash ikki usulda - shaxsiy va guruhliy asosda amalga oshiriladi. Har ikki yonalishning ijobiy va afzallik xususiyatlari bor. Psixologiya fanini loyihalash ta‘limning sifati va samaradorligini oshiradi, talabalar loyiha ustida ishlashda loyiha rejasi asosida aniq maqsad uchun faoliyatlarini amalga oshiriladi.

Natijada qatnashchilarda loyihani bajarilishi o‘zining faoliyatiga bog‘liq ekani tushunchasini anglash yuqori ma‘suliyat hissini yuzaga keltiradi; loyihaning barcha bosqichlarini bajarish jarayonida fikrning tugilishidan yakuniy refleksiya gacha talabalar tajriba orttiradilar; talabalarda eng muhim o‘quv ko‘nikma va malakalari (tadqiqotchilik, baholash, mustaqil fikrlash, mustaqil qarorlar chiqarish, taqdimot qilish) shakllantirish to‘la boshqariladigan jarayonga aylanadi.

O‘quv loyihasining metodik pasporti bu – o‘quv loyihasining mazmun-mohiyatidan kutiladigan maqsadi, o‘quv dasturidagi o‘rni to‘g‘risida qisqacha tavsif hisoblanadi. O‘quv loyihasining metodik pasporti quyidagilarni ozida aks ettiradi: fan predmetining o‘quv rejasidagi mavzular, predmetning ta‘limiy, tarbiyaviy, rivojlantiruvchi maqsadlarini, o‘quv-pedagogik vazifalarni, talabalarning yoshi xususiyatlaridan kelib chiqib o‘quv loyiha topshirigini, loyihaning

bajarilish muddatini va o'quv loyihasining ish rejimi. Tadqiqot loyihasi pasporti mualliflar va loyiha rahbari tomonidan to'ldirilib, unda o'quv loyihasining nomi, loyihaning maqsadi va vazifalari, loyiha muallifi, loyiha rahbari va konsultantlari, loyiha turi aks ettiriladi. O'quv loyiha faoliyatida talabalarda tadqiqotchilik, ijodiy, o'yin, axborot izlanish faoliyatlarini qamrab olib, ijtimoiy ehtiyoj qiziqishlar hisobga olinadi, natijaga aniq yonaltiriladi.

Loyihalashtirish faoliyatini bajarish bosqichlari tahlil qilinadi:

- Tayyorlov bosqichi:

a) loyiha mavzusini tanlanib, uning dolzarbligi, yechilishi kerak bo'lgan muammo shakllantiriladi;

b) loyiha maqsadi, predmeti, ob'ekti va vazifalari belgilanib olinadi;

v) loyihalashtirish faoliyati turlari va yechilishi lozim bo'lgan topshiriqlar tayyorlanib, ularni yechish usul va vositalari tanlanadi;

g) loyiha mavzusiga doir adabiyotlar va axborot manbalari bilan tanishiladi.

- O'quv faoliyatini rejalashtirish bosqichi.

a) maqsadga erishish ketma-ketligi ishlab chiqiladi;

b) Ish rejasini tuziladi (loyihani ishlab chiqish, rasmiylashtirish, uni taqdimotga tayyorlash, hisobotni tuzish boyicha topshiriqlarni ishtirokchilar ortasida taqsimlash, ularni bajarish va tayyor holatga keltirish muddatini belgilanadi).

- Loyihani bajarish bosqichi.

a) kerakli ma'lumotlarni toplanib, tizimga keltiriladi va tahlil qilinadi;

b) tadqiqot natijalarini rasmiylashtirish jarayoni (tayyor holatga keltiriladi);

v) yoriqnomaga muvofiq loyiha faoliyati togrisida hisobot tayyorlanadi.

Esse metodi

Metod kichik xajmli, erkin bayon usuliga ega bo'lib, o'rganilayotgan muammo yoki tahlil qilinayotgan masala yuzasidan shaxsiy taassurot, tasavvurlarni ifodalashga xizmat qiladi. U talabalar tomonidan o'rganilgan mavzu, muxokama qilinayotgan masala bo'yicha erkin fikr bildirish, mazmun-mohiyatini qayta bayon qilish imkonini beradi. Kichik essen yaratishda talabalar mavzu g'oyalarini

umumlashtirish, tizimlashtirish, turkumlashtirish, xulosalarni bayon etish imkoniga ega bo‘ladi.

Mashg‘ulotlarda texnologiyani qo‘llash quyidagi tartibda yo‘lga qo‘yiladi:

- o‘qituvchi kichik essenini yaratish uchun muammo yoki masalani tanlaydi;
- o‘qituvchi tanlangan muammo (masala) bilan talabalarni tanishtiradi;
- talabalar muammo (masala)ning umumiy mohiyati yuzasidan fikr yuritadi;
- talabalar shaxsiy fikrlarini bayon etish usulini belgilab oladi;
- har bir talaba kichik essenini yaratadi;
- kichik esse guruh jamoasining e’tiboriga havola etiladi;
- guruh jamoasi a’zolari esse yuzasidan o‘z fikrlarini bildiradi.

“Aqliy hujum” metodi

“Aqliy xujum” metodining mohiyati jamoa xamkorligi asosida muammoni yechish jarayonlarini vaqt bo‘yicha bir qancha bosqichlarga (g‘oyalarni jamlash, ularni tanqidiy va konstruktiv holatda ishlab chiqish) ajratishdan iborat.

Dars jarayonida “aqliy hujum”dan maqsadli foydalanish ijodiy, nostandart tafakkurlashni rivojlantirish garovi xisoblanadi. “Akdiy hujum”ni uyushtirish birmuncha sodda bo‘lib, u ta’lim mazmunini o‘zgartirish jarayonida foydalanish bilan birgalikda ishlab chiqarish muammolarining yechimini topishda xam juda qo‘l keladi.

Dastlab guruh yig‘iladi va ular oldiga muammo qo‘yiladi. Bu muammo yechimi to‘g‘risida barcha ishtirokchilar o‘z fikrlarini bildiradilar. Bu bosqichda xech kimning o‘zga kishi g‘oyalariga “xujum” qilish yoki baholashga xaqqi yo‘q.

Demak, “aqliy hujum” yo‘li bilan qisqa daqiqalarda o‘nlab g‘oyalarning yuzaga chiqish imkoniyatlari mavjud bo‘ladi. Aslini olganda g‘oyalar sonini ko‘paytirish asosiy maqsad emas, ular muammo yechimini oqilona ishlab chiqish uchungina asos bo‘ladilar. Bu metod shartlaridan biri - xech qanday tashqi ta’sirsiz qatnashuvchilarning har biri faol ishtirokchi bo‘lishi kerak. Bildirilgan g‘oyalarning besh yoki oltitasigina asosiy xisoblanib, muammo yechimini topishga salohiyatli imkoniyatlar yaratadi.

Shunday qilib, “aqliy hujum” qoidalarini quyidagicha belgilash mumkin:

–olg‘a surilgan g‘oyalar baholanmaydi va tanqid ostiga olinmaydi;

–e’tibor ish sifatiga emas, soniga qaratiladi, g‘oyalar qancha ko‘p bo‘lsa shuncha yaxshi;

–istalgan g‘oyalarni mumkin qadar kengaytirish va rivojlantirishga xarakat qilinadi;

–muammo yechimidan uzoq g‘oyalar xam qo‘llab-quvvatlanadi;

–barcha g‘oyalar yoki ularning asosiy mag‘zi (farazlari) qayd etish yo‘li bilan yozib olinadi;

–“hujum”ni o‘tkazish vaqti aniqlanadi va unga rioya qilinishi shart;

–beriladigan savollarga qisqacha javoblar berish ko‘zda tutilishi kerak.

MUNDARIJA

Kirish.....	3
1-Bo‘lim. Eksperimental psixologiyaga kirish	5
1.1-Mavzu. Eksperimental psixologiya: tushuncha va tarixi.....	5
1.2-Mavzu. Eksperimental psixologiyaning hozirgi holati. Psixologiya sohasidagi ilmiy tadqiqotlarning metodologik asoslari	12
1.3-Mavzu. Psixologik tadqiqot metodlarining tasnifi	24
1.4-Mavzu. Psixologik eksperiment asoslari	29
1.5-Mavzu. Kuzatish va o‘z-o‘zini kuzatish metodi	38
1.6-Mavzu. Verbal-kommunikativ metodlar	45
2-Bo‘lim. Shaxs psixologiyasi. Ichki regulatsiya	52
2.1-Mavzu. Shaxsni o‘rganishning biografiya metodi.....	52
2.2-Mavzu. Shaxs yo‘nalganligini o‘rganish	58
2.3-Mavzu. Kasbiy qiziqish va mayllarni eksperimental o‘rganish	65
2.4-Mavzu. Shaxs temperamentini o‘rganish usullari	69
2.5-Mavzu. Xarakter aksentuatsiyasini o‘rganish.....	77
2.6-Mavzu. Ehtiyojlar faoliyatning ichki undovchisi-motivatori sifatida. Ehtiyojlarni o‘rganish usullari	82
2.7-Mavzu. Motivatsiya va motivlarni o‘rganish metodlari	88
2.8-Mavzu. Shaxsning emotsional sohasi va uni o‘rganish metodlari...	94
2.9-Mavzu. Iroda, irodaviy boshqaruv va iroda xususiyatlarini o‘rganish metodlari	105
2.10-Mavzu. Irodaning buzilishi. Irodasiz xulq-atvor	111
3-Bo‘lim. Bilish jarayonlari.....	116
3.1-Mavzu. Psixologik o‘lchov.....	116
3.2-Mavzu. Sensor deprivatsiya.....	122
3.3-Mavzu. Sezgilar psixofizikasi.....	127
3.4-Mavzu. Perseptiv obrazni tashkil etishni o‘rganish metodlari	135
3.5-Mavzu. Idrokning murakkab shakllari va ularni o‘rganish metodlari	141
3.6-Mavzu. Diqqatning konsentratsiyasini eksperimental o‘rganish...	147
3.7-Mavzu. Diqqatning barqarorligini o‘rganish xususiyatlari.....	149
3.8-Mavzu. Diqqatni ko‘chuvchanligi va taqsimlanishi o‘rganish.....	151
3.9-Mavzu. Qisqa muddatli va operativ xotira hajmini o‘rganish	154
3.10-Mavzu. So‘z-mantiq va obrazli xotirani o‘rganish metodlari.....	157
3.11-Mavzu. Tafakkur jarayoniga psixologik omillarning ta’siri.....	161
3.12-Mavzu. Tafakkurni o‘rganishning eksperimental usullari.....	170
3.13-Mavzu. Tafakkur va intellektual qobiliyatlar	178

3.14-Mavzu. Semantik differensial metodi bo'yicha nutq birliklari semantikasini o'rganish	189
Mustaqil ta'lim uchun tavsiya etiladigan mavzular	195
Testlar	197
Glossariy	206
Adabiyotlar ro'yxati	211
ILOVA	216
1-ilova. Shaxs psixologiyasi	216
2-ilova. Ichki regulyatsiya	339
3-ilova. Bilish jarayonlari.....	385
4-ilova. Darslikda qo'llanilgan pedagogik texnologiyalar haqida qisqacha ma'lumot.....	487

**M.X. Karamyan, B.B. Nurullayeva, E.V. Bondareva,
M.X. Djumaniyazova, F.E. Gaziyeva**

EKSPERIMENTAL PSIXOLOGIYA

“Bookmany print” nashriyoti

Nashriyot tasdiqnoma raqami № 022246. 28.02.2022-y.

Bosishga ruxsat etildi: 29.08.2023.

“Times New Roman” garniturası. Qog‘oz bichimi: 60x84 ¹/₁₆

Nashriyot bosma tabog‘i 28,2. Shartli bosma taboq 28,8.

Adadi 100 nusxa. ofset bosma usulida bosildi.

Toshkent shahri, Uchtepa tumani, 22-mavze, 17-b uy.

“BOOKMANY PRINT” MCHJ bosmaxonasida chop etildi.

Toshkent shahri, Uchtepa tumani, 22-mavze, 17-b uy.

E-mail: bookmany_print@mail.ru
t.me/ Bookmanyprint ☎ +998 99 180 97 10