

**F.I. XAYDAROV
N.I. XALILOVA**

UMUMIY PSIXOLOGIYA



2-KITOB

DARSLIK

Kitc
mud

C
r

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

F.I. XAYDAROV, N.I. XALILOVA

UMUMIY PSIXOLOGIYA

DARSLIK

2-kitob

Bakalavriat yo'nalishi: 5140800-pedagogika va
psixologiya talabalari uchun darslik

Toshkent
"METODIST NASHRIYOTI"
2023

UDK: 15.010
BBK: 88.3
X-18

F.I. Xaydarov, N.I. Xalilova.

Umumiy psixologiya / darslik / 2-kitob / Toshkent: "METODIST NASHRIYOTI"- 2023, 330 bet.

Umumiy psixologiya darsligi inson shaxsidagi psixologik xolatlar, xususiyatlar, jarayonlar haqidagi dastlabki bilimlar majmuasini berishga qaratilgan. Darslik psixologiyaga kirish, muloqot, faoliyat, shaxs, bilish jarayonlari shaxsning hissiy-irodaviy motivatsion sohasi, shaxsning individualpsixologik xususiyatlari nomli bo'limlardan iborat. Psixologiyaga kirish qismida psixologiyaning predmeti, hozirgi zamon psixologiyasining tuzilishi va tadqiqot metodlari, psixiki va ongning taraqqiyoti mavzulari, ikkinchi bo'limda muloqot, faoliyat, shaxs mavzulari, bilish jarayonlari bo'limida diqqat, sezgi, idrok, xotira, tafakkur, xayol mavzulari, shaxsning hissiy-irodaviy motivasion sohasi bo'limida hissiyot, iroda, motivasiya mavzulari, shaxsning individual psixologik xususiyatlari bo'limida xarakter, temperament, qobiliyat mavzulariga doir ma'ruza matnlari, mavzular yuzasidan test topshiriqlari, shuningdek mustaqil ishlash uchun mavzular va adabiyotlar ro'yxati, nazorat savollaridan iborat. Shuningdek nazariy materiallarni yaqqol ifodalash maqsadida chizma grafik, jadvallardan foydalanilgan.

Darslikdan oliy o'quv yurtlari pedagogika va psixologiya yo'nalishi bo'yicha ta'lim olayotgan talabalar, magistrantlar, o'qituvchilar, ilmiy xodimlar, umuman shu sohaga qiziqqan keng kitobxonlar ommasi foydalanishlari mumkin.

Ma'sul muharrir:

M.G.Davletshin

- Psixologiya fanlari doktori, professor

Taqrizchi:

Z.T. Nishonova- Psixologiya fanlari doktori, professor

Sh.A. Do'stmuhammedova- Psixologiya fanlari nomzodi, dosent

O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi
tomonidan nashrga tavsiya etilgan

ISBN 978-9943-9629-6-5

© Xaydarov F.I., Xalilova N.I., 2023.
© "Metodist nashriyoti", 2023.

3-BO'LIM. BILISH JARAYONLARI

DIQQAT

Diqqat haqida tushuncha

Odamga har bir daqiqada atrof-muhitdan juda ko'p narsa va hodisalar ta'sir etib turadi. Lekin odamga ta'sir etayotgan bu narsa va hodisalarning hammasi bir xil aniqlikda aks ettirilmaydi. Ulardan ayrimlari aniq yaqqol aks ettirilsa, boshqa birlari shunchaki juda xira aks ettiriladi, yoki umuman aks ettirilmaydi. Bu esa ana shu odamga ta'sir etayotgan narsalarga diqqatning qay darajada qaratilishiga bog'liqdir. Demak, diqqatimiz qaratilgan narsa va hodisalar aniq va to'la aks ettiriladi.

Diqqat tushunchasiga olimlar tomonidan bir qator ta'riflar keltirilganligini ta'kidlash mumkin. P.I.Ivanov tomonidan **diqqat** deb- ongni bir nuqtaga to'plab muayyan bir obyektga qaratilishga aytiladi. F.N.Dobrinin, N.V.Kuzmina, I.V.Straxov, M.V.Gamezo, N.F.Gonobolin va boshqalarning fikricha, diqqatning vujudga kelishi ongning bir nuqtaga to'planishi ong doirasining torayishini bildiradi, geyoki ong doirasi bir muncha tig'izlanadi.

E.B.Pirogovaning ta'kidlashicha, tomonidan diqqat individning hissiy, aqliy yoki harakatlantiruvchi faolligi darajasining oshirilishini taqazo etadigan tarzda ongning yo'naltirilganligi va biror narsaga qaratilganligidir. Diqqat shunday muhim jarayondirki, u odamning barcha faoliyatlarida albatta ishtirok qiladi. Eng sodda faoliyatdan tortib eng murakkab faoliyatni ham diqqatning ishtirokisiz bajarish mutlaqo mumkin emas. Shuning uchun diqqatning inson hayotidagi roli benihoya kattadir. Jumladan, fransuz olimi Kyuve geniallikni chidamli diqqat deb ta'riflashi, Nyutonning kashfiyot fikrni doimo shu masalaga qaratilish jarayoni, deyishi, **K.D.Ushinskiyning** "diqqat ruhiy hayotimizning



shunday yagona eshigidirki, ongimizga kiradigan narsalarning barchasi shu eshik orqali o'tib kiradi" degan fikrlari uning ahamiyatini bildiradi. haqiqatdan ham diqqat eshigidan tashqarida qolgan narsa ongimizga yetib bormaydi.

Diqqat psixik faoliyatning yo'naltirilishi va shaxs uchun ma'lum ahamiyatga ega bo'lgan obyekt ustida to'planishidan iborat bilish jarayonidir. Yo'naltirish deganda psixik faoliyatning tanlovchanlik tabiati, obyektning ixtiyoriy va beixiyoriy tanlash tushuniladi. O'quvchi maktabda o'qituvchi gapirayotgan gaplarni eshitib o'tirganda mana shu eshitib o'tirish faoliyatini ongli ravishda tanlab olgan, uning diqqati ongli ravishda qo'zg'algan shu maqsadga bo'ysundirilgan bo'ladi. O'quvchining biror boshqa narsaga chalg'imasdan o'quv materialining mazmuniga zehn qo'yib o'tirishida uning psixik faoliyatining yo'nalishi ifodalanadi.

Psixik faoliyatning yo'naltirilishi deganda ana shu tanlashgina tushunilib qolmay, balki ana shu tanlanganni saqlash va qo'llab-quvvatlash tushuniladi. Diqqatning bilish jarayoni uchun ahamiyatini alohida ta'kidlab o'tish lozimdir. Diqqat sezish jarayonida, idrok qilishda, xotira, xayol va tafakkur jarayonlarida har doim ishtirok etadi. Diqqat barcha aks ettirish jarayonlarimizning doimiy yo'ldoshidir. Diqqat barcha psixik jarayonlarimizda qatnashsa ham, lekin diqqatning o'zi hech narsani aks ettirmaydi.

Odam biror narsaga zo'r diqqat bilan kirishgan paytida uning tashqi qiyofasida ayrim o'zgarishlar ko'zga tashlanadi. Demak, diqqat odatda o'zining sirtqi ya'ni tashqi alomatlariga egadir.

Birinchidan, diqqat qaratilgan narsani yaxshi idrok qilish uchun unga muvofiqlashishga urinishdan iborat harakatlar (tikilib qarash, quloq solish) qilinadi.

Ikkinchidan, ortiqcha harakatlar to'xtaydi. Jiddiy diqqatning xususiyatlaridan biri qimirlamasdan jim turishdir. Masalan, auditoriya va teatr zalidagi jimlik diqqat vaqtidagi

harakatsizlik natijasi bo'lib, bu jimlik odamlar ma'ruzachini yoki artistni zo'r e'tibor bilan tinglashayotganini anglatadi.

Uchinchidan, kuchli diqqat paytida kishining nafas olishi sekinlashib va pasayib qoladi.

Demak, diqqat paytida organizm reseptorlarimiz alohida holatda bo'ladi. Ammo bu holat diqqatning faqat tashqi ifodasi bo'libgina qolmay, balki uning ma'lum yo'nalishi va barqarorligini saqlab turuvchi shartlardan biri hamdir. Shuning uchun ko'pincha biror ishni bajarishdan avval organizmimizni shu ishga moslab muayyan bir holatda tutib olamiz.

Diqqatning tashqi ifodalanishiga rassomlarning rasmlari, turli jurnallardan olingan suratlar eng yaxshi illyustrativ material hisoblanadi. Ular yordamida kishi diqqatining tashqi ifodasiga xos bo'lgan mimika va pantomimikani ko'rsatish mumkin.

Diqqatning nerv-fiziologik asoslari

Odamga har bir daqiqada ta'sir qilib turadigan qo'zg'atuvchilar turlicha reflekslarga sabab bo'ladi. Chunki har qanday refleks organizmning tashqi ta'sirotda beradigan qonuniy javob reaksiyasidir.

Diqqatning nerv-fiziologik asosida orientirovka yoki tekshirish deb ataladigan maxsus refleks yotadi. Bunday refleksni akademik **I.P. Pavlov** maxsus ibora bilan "*bu nima gap refleksi*" deb ham ataydi. Ana shu refleks odatda organizmga to'satdan birorta yangi narsaning ta'siri yoki haddan tashqari kuchli ta'sirot orqali hosil bo'ladi. Orientirovka yoki tekshirish refleksi diqqatning fiziologik asosi hisoblanadi, chunki bu refleks bosh miya yarim sharlarining po'stida kuchli qo'zg'alish jarayonidan iborat bo'ladi. Boshqacha qilib aytganda har bir daqiqada organizmga turli narsalarning ta'siridan hosil bo'lgan qo'zg'alishlarga nisbatan orientirovka yoki tekshirish refleksi ayni chog'da nisbatan kuchli (ya'ni optimal) qo'zg'alish manbaini yuzaga keltiradi.

Bosh miya yarim sharlarining po'stida paydo bo'ladigan kuchli qo'zg'alish manbai nisbatan uzoqroq saqlanib turadigan mustahkam qo'zg'alish bo'ladi. Ana shu nuqtai- nazardan akademik I.P.Pavlov "diqqatning fiziologik asosini bosh miya po'sti qismidagi optimal qo'zg'alish manbai tashkil qiladi", deb ta'kidlagan. Buni biz akademik I.P.Pavlovning quyidagi so'zlaridan ochiq oydin ko'rishimiz mumkin.

"Miya yarim sharlarining optimal qo'zg'alishga ega bo'lgan qismida -deydi I.P.Pavlov, - yangi shartli reflekslar yengillik bilan hosil bo'ladi va differensirovkalar muvaffaqiyatli ravishda paydo bo'ladi. Shunday qilib, optimal qo'zg'alishga ega bo'lgan joy ayni chog'da bosh miya yarim sharlarining ijodga layoqatli qismi desa bo'ladi. Miya yarim sharlarining sust qo'zg'algan boshqa qismlari bunday xususiyatga qobil emas. Ularning ayni chog'da funksiyasi juda nari borganda tegishli qo'zg'ovchilar asosida ilgaridan hosil qilingan reflekslarni qayta tiklashdan iboratdir".

I.P.Pavlov tomonidan kashf etilgan nerv jarayonlarining induksiya qonuni diqqatning fiziologik asoslarini tushunib olish uchun ahamiyatga egadir. Mana shu qonunga muvofiq, bosh miya po'stining bir joyida maydonga kelgan qo'zg'alish jarayonlari bosh miya po'stining boshqa joylarida tormozlanish jarayonlarini yuzaga keltiradi. Bosh miya po'stining ayrim bir joyida yuzaga kelgan tormozlanish jarayoni bosh miya po'stining boshqa joylarida kuchli qo'zg'alish jarayonlarini paydo bo'lishiga olib keladi. Ayni shu paytda har bir onida miya po'stida qo'zg'alish jarayoni uchun optimal, ya'ni nihoyatda qulaylik bilan harakatlanuvchi biror bir kuchli qo'zg'alish manbai mavjud bo'ladi. "Agar bosh suyagiga qarash imkoni bo'lganda, degan edi I.P.Pavlov, uning ichidagi miya ko'rinadigan bo'lsa, agar miya yarim sharlarida optimal kuchli qo'zg'alish uchun eng yaxshi sharoit tug'ilgan nuqtasi miltillab ko'rinadigan bo'lsa, yangi sog'lom bir narsani o'ylab turgan odamning miyasiga qaraganimizda uni miyasini katta yarim sharlarida juda halati jimjimador shakli, surati va hajmi har damda bir o'zgarib, turlanib, jimir-jimir qilib turgan yoruq

narsani u yoqdan bu yoqqa yugurib qimirlab turganini va miya yarim sharining bu yorug' narsa atrofidagi boshqa yerlarni bir muncha xira tortib turganini ko'rardik".

A.A.Uxtomskiy tomonidan ilgari surilgan dominantlik tamoyili ham diqqatning fiziologik asoslarini aniqlash uchun katta ahamiyatga ega. *Dominantlik tamoyiliga muvofiq miyada qo'zg'alishning har doim ustun turadigan hukmron o'chog'i mavjud bo'ladi, bu hukmron qo'zg'alish o'chog'i aynan shu damda miyaga ta'sir qilib, unda yuzaga kelayotgan hamma qo'zg'alishlarni qandaydir ravishda o'ziga tortib oladi va buning natijasida boshqa qo'zg'alishlarga nisbatan uning hukmronligi yanada oshib boradi. Nerv tizimi faoliyatining tabiati qo'zg'alishning hukmron bo'lishi yoki dominantning mavjudligi bilan asoslanadi.*

Bu hol psixologik jihatdan biror qo'zg'atuvchilarga diqqatning qaratilishi va ayni chog'da ta'sir qilib turgan boshqa qo'zg'atuvchilardan diqqatning chalqishida ifodalanadi.

Jiddiy diqqat, odatda o'ziga xarakterli bo'lgan tashqi ifodalari bilan bog'liq bo'ladi. Narsani yaxshilab idrok qilishga qaratilgan harakatlar bilan (tikilib qarash bilan eshitish) ortiqcha harakatlarni to'xtatish, nafas olishni sekinlashtirish, diqqat uchun xos bo'lgan yuz harakatlari bilan bog'liq bo'ladi.

Diqqat turlari

Odam ayrim narsalarga o'z diqqatini ongli ravishda o'zi hohlab qaratsa, boshqa bir narsalar diqqatni beixtiyor ya'ni bizning hohishimizdan tashqari jalb qiladi. Odam psixik faoliyatining muayyan obyektga yo'naltirilishi va to'planishida ifodalanadigan diqqat quyidagi turlarga bo'linadi.

- **Diqqatning aktivligiga qarab** - ixtiyorsiz, ixtiyoriy va ixtiyoriydan so'nggi diqqat.
- **Diqqatning obyektiga qarab** - tashqi va ichki diqqat.
- **Diqqatning faoliyat turlariga qarab** - individual, guruhviy va jamoaviy diqqat

Bosh miya yarim sharlarining po'stida paydo bo'ladigan kuchli qo'zg'alish manbai nisbatan uzoqroq saqlanib turadigan mustahkam qo'zg'alish bo'ladi. Ana shu nuqtai- nazardan akademik I.P.Pavlov "diqqatning fiziologik asosini bosh miya po'sti qismidagi optimal qo'zg'alish manbai tashkil qiladi", deb ta'kidlagan. Buni biz akademik I.P.Pavlovning quyidagi so'zlaridan ochiq oydin ko'rishimiz mumkin.

"Miya yarim sharlarining optimal qo'zg'alishga ega bo'lgan qismida -deydi I.P.Pavlov, - yangi shartli reflekslar yengillik bilan hosil bo'ladi va differensirovkalar muvaffaqiyatli ravishda paydo bo'ladi. Shunday qilib, optimal qo'zg'alishga ega bo'lgan joy ayni chog'da bosh miya yarim sharlarining ijodga layoqatli qismi desa bo'ladi. Miya yarim sharlarining sust qo'zg'algan boshqa qismlari bunday xususiyatga qobil emas. Ularning ayni chog'da funksiyasi juda nari borganda tegishli qo'zg'ovchilar asosida ilgaridan hosil qilingan reflekslarni qayta tiklashdan iboratdir".

I.P.Pavlov tomonidan kashf etilgan nerv jarayonlarining induksiya qonuni diqqatning fiziologik asoslarini tushunib olish uchun ahamiyatga egadir. Mana shu qonunga muvofiq, bosh miya po'stining bir joyida maydonga kelgan qo'zg'alish jarayonlari bosh miya po'stining boshqa joylarida tormozlanish jarayonlarini yuzaga keltiradi. Bosh miya po'stining ayrim bir joyida yuzaga kelgan tormozlanish jarayoni bosh miya po'stining boshqa joylarida kuchli qo'zg'alish jarayonlarini paydo bo'lishiga olib keladi. Ayni shu paytda har bir onida miya po'stida qo'zg'alish jarayoni uchun optimal, ya'ni nihoyatda qulaylik bilan harakatlanuvchi biror bir kuchli qo'zg'alish manbai mavjud bo'ladi. "Agar bosh suyagiga qarash imkoni bo'lganda, degan edi I.P.Pavlov, uning ichidagi miya ko'rinadigan bo'lsa, agar miya yarim sharlarida optimal kuchli qo'zg'alish uchun eng yaxshi sharoit tug'ilgan nuqtasi miltillab ko'rinadigan bo'lsa, yangi sog'lom bir narsani o'ylab turgan odamning miyasiga qaraganimizda uni miyasini katta yarim sharlarida juda halati jimjimador shakli, surati va hajmi har damda bir o'zgarib, turlanib, jimir-jimir qilib turgan yoruq

narsani u yoqdan bu yoqqa yugurib qimirlab turganini va miya yarim sharining bu yorug' narsa atrofidagi boshqa yerlarni bir muncha xira tortib turganini ko'rardik".

A.A.Uxtomskiy tomonidan ilgari surilgan dominantlik tamoyili ham diqqatning fiziologik asoslarini aniqlash uchun katta ahamiyatga ega. *Dominantlik tamoyiliga muvofiq miyada qo'zg'alishning har doim ustun turadigan hukmron o'chog'i mavjud bo'ladi, bu hukmron qo'zg'alish o'chog'i aynan shu damda miyaga ta'sir qilib, unda yuzaga kelayotgan hamma qo'zg'alishlarni qandaydir ravishda o'ziga tortib oladi va buning natijasida boshqa qo'zg'alishlarga nisbatan uning hukmronligi yanada oshib boradi. Nerv tizimi faoliyatining tabiati qo'zg'alishning hukmron bo'lishi yoki dominantning mavjudligi bilan asoslanadi.*

Bu hol psixologik jihatdan biror qo'zg'atuvchilarga diqqatning qaratilishi va ayni chog'da ta'sir qilib turgan boshqa qo'zg'atuvchilardan diqqatning chalqishida ifodalanadi.

Jiddiy diqqat, odatda o'ziga xarakterli bo'lgan tashqi ifodalari bilan bog'liq bo'ladi. Narsani yaxshilab idrok qilishga qaratilgan harakatlar bilan (tikilib qarash bilan eshitish) ortiqcha harakatlarni to'xtatish, nafas olishni sekinlashtirish, diqqat uchun xos bo'lgan yuz harakatlari bilan bog'liq bo'ladi.

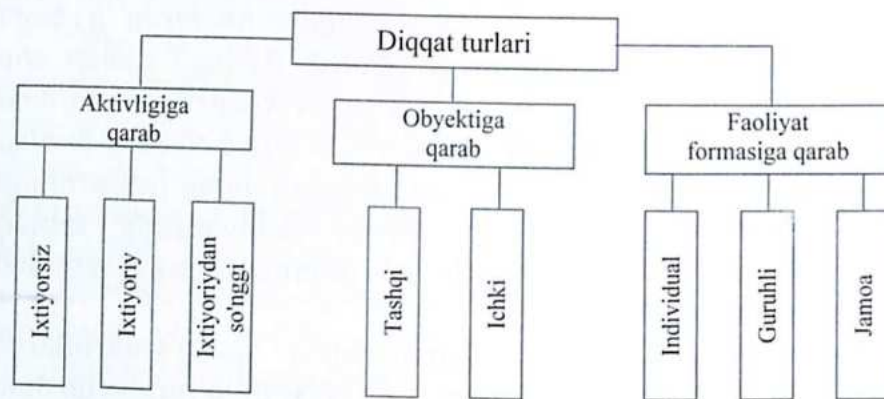
Diqqat turlari

Odam ayrim narsalarga o'z diqqatini ongli ravishda o'zi hohlab qaratsa, boshqa bir narsalar diqqatni beixtiyor ya'ni bizning hohishimizdan tashqari jalb qiladi. Odam psixik faoliyatining muayyan obyektga yo'naltirilishi va to'planishida ifodalanadigan diqqat quyidagi turlarga bo'linadi.

- **Diqqatning aktivligiga qarab** - ixtiyorsiz, ixtiyoriy va ixtiyoriydan so'nggi diqqat.
- **Diqqatning obyektiga qarab** - tashqi va ichki diqqat.
- **Diqqatning faoliyat turlariga qarab** - individual, guruhviy va jamoaviy diqqat

Ayrim adabiyotlarda diqqatning ikkita va ayrimlarida uchta deb ko'rsatiladi. Ular ixtiyorsiz diqqat, ixtiyoriy diqqat va ixtiyoriydan so'nggi diqqat turlaridan iboratdir.

Diqqat turlarida insonda yuzaga keladigan holatlar quyidagi jadvalda aks ettirilgan.



Ixtiyorsiz diqqat deb to'satdan ta'sir qilgan biror sabab tufayli bizning hohishimizdan tashqari hosil bo'ladigan diqqatga aytiladi.

Odamning ko'z o'ngida paydo bo'ladigan juda yorqin rangli narsalar, o'zining tashqi ko'rinishi jihatidan odatdagi narsalardan keskin farq qiluvchi predmetlar, to'satdan paydo bo'lgan qattiq tovush, biror narsaning keskin harakati va shu kabilar ixtiyorsiz diqqatni yuzaga keltiruvchi sabablar bo'lishi mumkin. Masalan, hikoya o'qish mashg'uloti paytida to'satdan uchib o'tgan reaktiv samolyotning qattiq va bahaybat tovushi hammaning diqqatini beixtiyor o'ziga jalb qiladi.

Ixtiyorsiz diqqat odamning har turli ehtiyojlari va qiziqishi bilan bevosita bog'liq bo'lgan diqqatdir. Shuning uchun ham ayni chog'dagi ehtiyojlarimiz, qiziqishlarimiz bilan bog'liq bo'lgan narsalarning ta'siri ixtiyorsiz diqqatga sabab bo'ladi. Masalan, erkin o'yin paytida zaldan eshitib qolgan bolani qiziqtirgan musiqa ovozi uning diqqatini o'yindan darhol o'ziga jalb qilib oladi.

Ixtiyorsiz diqqatning nerv-fiziologik asosini orientirovka yoki bu nima? refleksi tashkil qiladi. Chunki tevarakatrofimizdagi narsalarning salgina o'zgarishi bizda darhol orientirovka refleksi yuzaga keltiradi. Boshqacha qilib aytganda, "nima gap?" degan ma'noda atrofimizga razm sola boshlaymiz.

Ixtiyoriy diqqat deb-oldindan belgilangan qat'iy bir maqsad asosida va ongli ravishda diqqatimizni ma'lum bir narsa va hodisalarga qaratishimizga aytiladi.

Odamning ko'pchilik faoliyatlari asosan ixtiyoriy diqqatning ishtiroki bilan amalga oshiriladi. Shuning uchun barcha faoliyat turlarida, ya'ni o'qish, o'yin va mehnat faoliyatlarida ixtiyoriy diqqatning roli juda kattadir. Ixtiyoriy diqqat ixtiyorsiz diqqatga nisbatan uzoq vaqt mobaynida davom etadigan diqqat turi bo'lib, u zo'r berishlikni, ya'ni irodaviy kuch sarf qilishlikni talab etadi.

Ixtiyoriy diqqatning nerv fiziologik asosida miya yarim sharlarining po'stida vujudga keladigan optimal qo'zg'alish manbai bilan ikkinchi signallar sistemasining faoliyati yotadi. Ixtiyoriy diqqatning yuzaga kelishida nutqning roli g'oyat kattadir. Chunki ko'pchilik hollarda hoh ta'lim jarayonida bo'lsin, hoh mehnat jarayonida bo'lsin nutq orqali turli vazifalar qo'yish bilan ixtiyoriy diqqat ishga solinadi.

Shuni aytish lozimki, ixtiyoriy diqqat har doim ixtiyorsiz diqqat bilan almashinib turadi. Ixtiyoriy diqqat vaqtida odam tez charchaydi, chunki ixtiyoriy diqqat odamdan hamma vaqt iroda kuchini sarflashni talab etadi. Iroda kuchini sarflash orqali, ya'ni odam o'zini majbur qilish orqali diqqatni safarbar qilishi odamni charchatadi. Ixtiyorsiz diqqatda esa hech qanday iroda kuchini ishga solish talab etilmaydi.

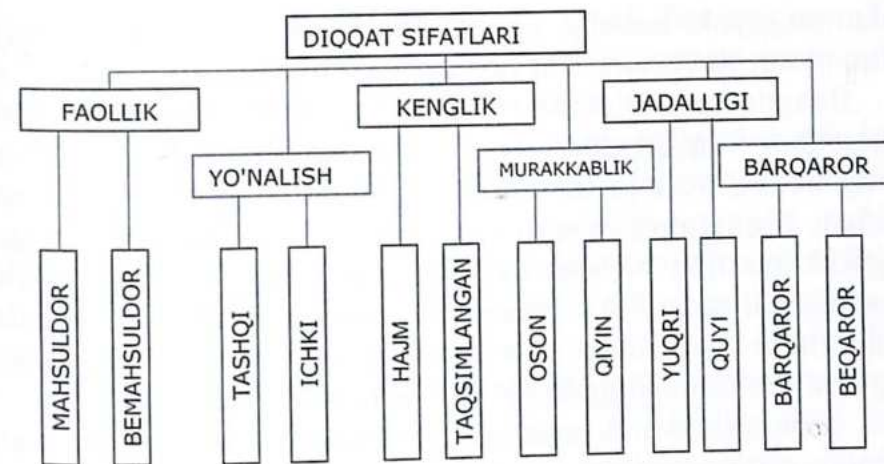
Shuning uchun ixtiyorsiz diqqatda odam charchamaydi. Ana shu jihatdan olganda ta'lim va mehnat jarayonida ixtiyoriy diqqatning vaqti-vaqti bilan ixtiyorsiz diqqatga o'tib turishi yaxshi bo'ladi.

Ixtiyoriy va ixtiyorsiz diqqatdan tashqari uning yana bir alohida turini ixtiyoriydan so'nggi diqqatni ko'rsatib o'tish mumkin. Bu tushuncha psixologiyaga N.F.Dobrinin tomonidan kiritilgan.

Agar maqsadga qaratilgan faoliyatda shaxs uchun diqqatning ixtiyoriy to'planganidagi kabi faqat faoliyat natijasi emas, balki uning mazmuni va jarayonning o'zi qiziqarli va ahamiyatli bo'lsa ixtiyoriydan so'nggi diqqat deb tushunish mumkin. Bu holda faoliyat kishini shu qadar qiziqtirib yuboradiki, u diqqatni obyektga qaratish uchun sezilarli irodaviy kuch-g'ayrat sarflamasa ham bo'laveradi. Shunday qilib, ixtiyoriydan so'nggi diqqat ixtiyoriy diqqatdan keyin namoyon bo'lgan holda shuning o'zidagina iborat deb hisoblash mumkin emas. Masalan, yuqori sinf o'quvchisi imtihonga tayyorlanayotib qiyin kitobni qisqacha mazmunini yozib chiqar ekan, oldiniga o'zini diqqat-e'tiborli bo'lishga, chalg'imaslikka majbur qiladi. Lekin keyinchalik u ishga shunday qiziqib ketadiki, oqibatda uni kitobdan chalg'itish qiyin bo'ladi. Dastavval irodaviy kuch-g'ayratlar madadiga tayangan diqqat ixtiyoriydan so'nggi diqqatga aylanadi. Ixtiyoriydan so'nggi diqqat biror narsaga uzoq vaqt davomida juda ham barqaror qaratilishi bilan belgilanadi, ko'proq yuqori darajadagi jadal va unumli aqliy faoliyatning barcha turdagi mehnatning yuksak unumdorligini asosli ravishda ana shunday diqqat turi bilan bog'liq deb hisoblaydilar.

Diqqat xususiyatlari

Odamning diqqati bir qancha xususiyatlarga ega bo'lib, ulardan asosiylari - diqqatning kuchi va barqarorligi, diqqatning ko'lami, diqqatning bo'linuvchanligi va diqqatning ko'chuvchanligidan iboratdir. Diqqatning mazkur xususiyatlari quyidagi jadvalda to'liq aks ettirilgan va shunga muvofiq har biriga qisqacha ta'rif berib o'tamiz.



Diqqatning kuchi va barqarorligiga ko'ra odamlarning diqqatlari o'zining kuchi va barqarorligi jihatidan bir-biridan farq qiladi. Ayrim odamlarning diqqati kuchli va barqaror bo'lsa, boshqa bir odamlarning diqqati kuchsiz va beqaror bo'ladi.

Diqqatning kuchi va barqarorligi deb, odam o'z diqqatini biror narsa yoki hodisaga uzoq muddat davomida muttasil qaratib tura olishiga aytiladi. Diqqatning kuchi va barqarorligi inson hayotida juda katta ahamiyatga ega. Chunki diqqatni ma'lum muddat biror narsaga muttasil, ya'ni uzluksiz tarzda qaratib odam ishlay ham olmaydi, o'qiy ham olmaydi va hatto o'ynay ham olmaydi.

Diqqatning kuchli va barqaror bo'lishi bir qancha sabablarga bog'liqdir. Birinchidan, diqqatimiz qaratilgan narsaning xususiyatlari, biz uchun bo'lgan ahamiyatiga, ikkinchidan diqqatimiz qaratilgan narsa bilan amalga oshiriladigan faoliyatlarimizga, uchinchidan nerv sistemasining ayrim xususiyatlariga bog'lidir. Bularning hammasi obyektiv, ya'ni bizning irodamiz bilan bog'liq bo'lmagan sabablardir. Diqqatning kuchi va barqarorligi albatta subyektiv, ya'ni odamning ayni chog'dagi holati bilan ham bog'liq. Masalan, ayni chog'da betobroq bo'lib turgan

odamning yoki boshiga bir og'ir tashvish tushgan odamning diqqati kuchli va barqaror bo'la olmaydi.

Odamlar o'z diqqatlarining ko'lami jihatidan ham bir-birlaridan farq qiladilar. Ayrim odamlar diqqatining ko'lami keng bo'lsa, boshqa bir odamlar diqqatining ko'lami torroq bo'ladi. Diqqatning ko'lami ayni bir vaqtda odamning idrokiga sig'ishi mumkin bo'lgan narsalar miqdori bilan belgilanadi. Boshqacharoq qilib aytganda, idrok qilish jarayonida diqqatimiz qaratilgan narsalardan qanchasini ongimizga sig'dira olishimiz diqqatning ko'lamini tashkil etadi.

Diqqat ko'lamini tajriba yo'li bilan aniqlash qiyin emas. Buning uchun diqqatning ko'lamini aniqlayotgan odamga ayni bir vaqtning o'zida bir necha o'zaro bog'lanmagan harflarni, raqamlarni va turli geometrik shakllarni ko'rsatish yo'li bilan aniqlash mumkin. Bunda odam ko'rsatilayotgan narsalardan ayni vaqtda qanchalik ko'pini birdaniga idrok eta olsa, uning diqqati shunchalik keng bo'ladi. Diqqatning ko'lami odatda **taxistoskop** degan maxsus asbob bilan aniqlanadi. Bu asbob yordamida ayni bir vaqtning o'zida idrok ettiriladigan narsalar juda tez ko'rsatiladi. Bunda odam o'z diqqati doirasiga qancha narsa sig'dira olsa, ana shunga qarab diqqatning keng yoki torligi aniqlanadi. O'tkazilgan tajribalarning ko'rsatishicha, katta yoshli odamlarda o'z diqqat doiralari ayni bir vaqtda 3 tadan 6 tagacha bir-biri bilan bog'liq bo'lmagan narsalarni sig'dira oladilar.

Diqqat ko'lamining keng bo'lishi odam idrok qilayotgan narsalarini atroflicha va chuqur aks ettirishi, binobarin bilish jarayonining sifatli bo'lishi uchun juda katta ahamiyatga egadir.

Odamning diqqati bir vaqtda faqat bitta narsagagina emas, balki ikkita yoki uchta narsaga ham birdaniga qaratilishi mumkin. Ana shunday paytlarda diqqatning bo'linishi talab qilinadi. Demak, **diqqatning bo'linishi deganda** biz ayni bir vaqtda diqqatimizni ikki yoki uch narsaga qaratishimizga aytamiz. Agar diqqatimiz bitta narsaga qaratilgan bo'lsa, ya'ni diqqatimiz bitta narsa ustida to'plangan bo'lsa, uni konsentra-

siyalashgan (to'plangan) diqqat deb yuritiladi. Buning aksincha agar diqqatimiz ayni bir vaqtda bir necha narsaga qaratilgan bo'lsa, buni bo'lingan, diqqat deb yuritiladi.

Shuni ta'kidlash lozimki, aslini olganda diqqatning ayni bir chog'da ikki yoki undan ortiq narsaga qaratilishi, ya'ni bir necha narsalarga bo'linishi amaliy jihatdan mumkin emas. Shuning uchun diqqatning bo'linishi, ya'ni ayni bir vaqtda ikki yoki uch narsaga birdaniga qaratilishi o'z mohiyati jihatidan diqqatning bir narsadan boshqa bir narsaga nihoyatda tezlik bilan bo'linishini talab qilgan vaqtda diqqatimiz bir narsadan ikkinchi narsaga shu qadar tezlik bilan ko'chadiki, buni biz payqay olmaymiz. Natijada diqqatimiz ayni bir vaqtning o'zida bir necha narsalarga birdaniga qaratilayotgandek bo'lib ko'rinadi.

Diqqatning ana shunday bo'linuvchanlik xususiyati hayotda juda katta ahamiyatga ega. Chunki bir qancha mehnat turlari diqqatning bo'linuvchanlik xususiyatiga ega bo'lishlikni talab qiladi. Bunday xususiyat pedagoglar uchun juda zarur bo'lgan xususiyatdir. Masalan, tarbiyachi bolalar bilan biror mashg'ulot yoki suhbat o'tkazayotgan paytida diqqatni bir necha narsalarga, ya'ni gapirayotgan gapiga, bolalarni quloq solib o'tirishlariga va bundan so'ng nimalar haqida gapirishga qarata olishi lozim. Ana shundagina tarbiyachi suhbat yoki mashg'ulot paytida guruhni boshqara oladi.

Diqqatning bo'linishi har kimda har xil bo'ladi. Buning sababi shundaki diqqatning yengillik bilan bo'linishi diqqatimiz qaratilgan narsalarning ilgaridan bizga qanchalik tanishligi bilan bog'liqdir. Agar diqqatimiz qaratilgan narsalarning ayrimlari bizga yaxshi tanish bo'lsa ya'ni biz ularni ilgaridan yaxshi bilsak faoliyat jarayonida bir necha ishlarni birdaniga ya'ni birga qo'shib bajara olamiz. Masalan, yozish harakati ilgaridan bizga yaxshi tanish bo'lgani uchun darsda ham eshitib, ham yozib o'tira olamiz. Shunday qilib, diqqatning bo'linuvchanligi juda ko'p faoliyatlarimiz uchun zarur bo'lgan xususiyatdir.

Diqqatning ko'chuvchanligi odamning diqqati har doim bir narsadan ikkinchi bir narsaga, bir faoliyatdan ikkinchi faoliyatga ko'chib turadi. Diqqatning ana shunday xususiyatini diqqatning ko'chuvchanligi deb yuritiladi. Diqqatning ko'chuvchanligi diqqatning bo'lunuvchanligi bilan bog'liq xususiyatdir. Yuqorida aytib o'tganimizdek, diqqatning ayni bir vaqtda birdaniga bir necha narsaga qaratilishi, ya'ni diqqatning bo'linishi o'z mohiyati jihatidan diqqatning bir narsadan ikkinchi narsaga juda tez ko'chishidan iboratdir. Ana shu jihatdan olganda diqqatning ko'chuvchanlik xususiyati juda ko'p faoliyat va uning turlari uchun zarur bo'lgan xususiyatdir. Masalan, hikoya o'qib berish mashg'ulotida bolalar o'z diqqatlarini hikoya eshitishdan surat ko'rishga, undan so'ng yana eshitishga bemalol ko'chira olishlari kerak. Agar maktab o'quvchilariga nisbatan oladigan bo'lsak, o'quvchilar o'z diqqatlarini bir dars predmetidan boshqa bir dars predmetiga bemalol ko'chira olishlari kerak. Aks holda o'quvchilar o'tgan dars ta'sirida o'tirib, yangi darsning mazmunini sifatli o'zlashtira olmaydilar.

Diqqat hamma vaqt ham bir narsadan ikkinchi narsaga, bir faoliyat turidan boshqa bir faoliyat turiga osonlik bilan ko'cha bermaydi. Ba'zan qiyinchiliklarga to'g'ri kelib qoladi. Albatta, buning o'z sabablari bordir. Masalan, bunday sabablardan biri - diqqatimiz ko'chirilishi lozim bo'lgan narsalar yoki harakatlar o'rtasida bog'lanish bor yoki yo'qligiga bog'liq. Agarda diqqatimiz ko'chirilishi lozim bo'lgan narsalar o'rtasida ma'lum jihatdan mazmuniy bog'liqlik bo'lsa, diqqatimiz osonlik bilan ko'chadi. Odamning qiziqishlari va ehtiyojlari bilan bog'liq bo'lgan narsalarga ham diqqat yengillik bilan ko'chadi.

Shunday qilib, diqqatning ana shu yug'orida ko'rib o'tgan asosiy xususiyatlari odamning barcha turdagi faoliyatlari uchun juda kerakli xususiyatlardir. Diqqatning ana shu xususiyatlari tufayli odam atrofidagi muhitga, undagi turli tuman o'zgarishlarga tez moslasha oladi. Diqqatning bu asosiy xususiyatlari odamga tug'ma ravishda, ya'ni irsiy yo'l bilan

berilmaydi. Bu xususiyatlar odamning yoshlik chog'idan boshlab turli faoliyatlar o'yin, o'qish va mehnat faoliyatlari jarayonida tarkib topib boradi.

Diqqat borasidagi psixologik nazariyalar

Psixologiya fanining aksariyat manbalarida diqqat deb psixik faoliyatning yo'naltirilishi va shaxs uchun ma'lum darajada ahamiyatga ega bo'lgan obyektning ustida to'planishi tushuniladi. Diqqat shunday muhim bir psixik jarayonki, u insonning jamiki faoliyatlarida bevosita ishtirok etadi. **I.P.Pavlovning** oliy nerv faoliyati haqidagi ta'limoti va **A.A.Uxtomskiylar** tomonidan ilgari surgan dominantlik tamoyili va ularning zamondoshlari tadqiqotlarida diqqatning fiziologik asoslari va mexanizmlarini ilmiy nuqtai nazardan tushuntirish imkonini yaratdi.

Sobiq sovet psixologiyasida diqqat muammosi xorij psixologiyasiga nisbatan ancha murakkab mustaqil ilmiy manbalarga ega hisoblanadi va u shu bilan o'zaro farq qiladi. Sobiq sovet psixologiyasida diqqatga nisbatan mukammal qat'iy fikr vujudga kelgani yo'q, lekin uning atrofida juda ko'p tortishuvlar, munozaralar bo'lib o'tgan. Diqqatning psixologik tabiati to'g'risidagi 20-30-yillarda boshlangan ilmiy bahslar, to hozirgi kungacha davom etib kelmoqda. Ilmiy munozaralarning zahirida asosiy fikr diqqatning bitta obyektga qaratilishidir. Bu ilmiy model ong obyekt tarzida ifodalanadi. Bu g'oyani yirik psixolog **P.P.Blonskiy** ilgari surgan va asoslagan. Uning fikricha, odamning ongi bitta obyektga qaratilgandan keyin u atrofda narsa va hodisalarni ko'rmaydi. Ko'pchilik psixologlar P.P.Blonskiyning bu fikriga qo'shilmaydilar. Jumladan, atoqli psixolog **S.L.Rubinshteyn** mulohazasiga ko'ra diqqat ongga ham, obyektning xususiyatlariga ham bog'liq emas. Buning ahamiyatli tomoni diqqatning obyektga yo'naltirilishidadir. Mazkur yo'naltirishning asosiy sabablari sifatida shaxs, ehtiyoj, maqsad

ko'rsatiladi. Demak, diqqat odamning munosabati orqali ifodalanadi, ya'ni diqqat - munosabatdir. Bu yerda diqqat psixik jarayon emas, balki shaxs xususiyatini belgilab beryapti.

Diqqat qaralgan tashqi ifodaga ega bo'lgan obyektning sezish, idrok qilishdan iboratdir. Shu o'rinda qarama-qarshilik vujudga keladi, chunki obyektning yo'qolishi bilan diqqat ham o'z funksiyasini tugatadi. A.N.Leontev mulohazasiga ko'ra, bu orientir faoliyati emas, chunki obyektning paydo bo'lishi bilan diqqat ham namoyon bo'ladi, obyekt yo'q bo'lsa, demak diqqat ham bo'lmaydi, deb ta'kidlaydi. P.Ya.Galperin esa obyektning paydo bo'lishi bilan diqqat yuzaga keladi. Obyekt yo'qolgandan keyin esa psixik qism bo'lgan tekshirish, nazorat qilish jarayoni boshlanadi. Demak, diqqat ongning bir obyektga yo'naltirilishi va ongli holatni nazorat qiluvchi jarayondan iboratdir.

Psixologiyada diqqatni "yo'naltirish" deganda, psixik faoliyatning tanlovchanligi va ixtiyoriy hamda ixtiyorsizligi tushuniladi.

20-yillarda bir qancha psixologlar diqqat muammosini ustanovka bilan bog'lab tushuntirishga harakat qiladilar.

Buning yaqqol isboti sifatida K.N.Kornilov tahriri ostida 1926-yilda chop qilingan psixologiya darsligidagi bir mavzu "Ustanovka va diqqat" deb atalganligi bilan izohlash mumkin. Darslikda yozilishicha, qator obyektlardan bir obyektning ajratish diqqatning subyektiv kechinmasidir va buni subyektiv hodisalar bilan taqqoslash, sezgi organlarining ustanovkasidan, ishlash vaziyatidan iboratdir.

Shunga o'xshash g'oya L.S.Vigotskiyning dastlabki tadqiqotlarida ham ko'zga tashlanadi. L.S.Vigotskiy diqqat bilan aloqador bo'lgan ikkita ustanovka turini ajratib ko'rsatadi, ular:

a) **sensor ustanovka** - tayyorgarlikda idrokning ustunligi qobiliyati

b) **motor ustanovka** - tayyorgarlikda harakatning ustunligi qobiliyati

Sensor ustanovkada idrok, motor ustanovkada esa harakat ustunligi sezilib turadi. L.S.Vigotskiy unga misol qilib

jismoniy tarbiya mashg'ulotida komanda (buyruq) berishni misol keltiradi. Safda turganlarga qarab "O'ng" deb aytamiz. Shu zahotiyoq saflanganlar buyruq oxirini aytishga sensor ustanovka qo'zg'aydi "ga!" deyish oyoqlarni aylantirishga moslashish bilan bog'liq motor ustanovka komanda oxirini eshitishni ta'minlaydi.

Bu yillarda psixologlar ustanovkani kishining ijtimoiy tajribasi bilan bog'liq ravishda tadqiqot qilishga harakat qilganlar. P.P.Blonskiyning mulohazasicha, diqqatning asosida kishining ijtimoiy qiziqishlari yotadi. Psixologlar orasida diqqatni tushuntirishda turli qarashlar, nazariyalar vujudga keladi. Vaholanki, P.P.Blonskiy diqqat bilan qo'rquv, vahimani bir narsa deb qaraydi. qo'rquv - bu diqqatning intensivroq namoyon bo'lishi, ya'ni maksimal darajada aks etishi deb tushuntiradi. Bu yerda psixik faoliyatning ma'nosi butunlay yo'qotib ko'rsatilgandek tuyuladi va diqqat biologik nuqtai nazardan qaraganga o'xshab ketadi. Biologik pozisiyada diqqat bosh miya yarim sharlari faoliyati bilan emas, balki vegetativ nerv tizimi bilan bog'liqlikda tushuntiriladi.

Taniqli psixolog **D.N.Uznadzening** diqqatni ustanovka bilan bog'lash nazariyasiga **N.F.Dobrinin** qarshi chiqdi. N.F.Dobrinin fikricha, diqqatni ustanovka bilan bog'lovchi nazariya quyidagi jihatlarni hisobga olmagan. Diqqat haqiqatdan ma'lum moslashuvchi harakatlar bilan birga bo'ladi, lekin bu harakatlarga borib yetmaydi. Agar tomoshabin sahnadan o'girilsa, ko'zini yumadi, quloqini berkitadi, u sahnada nima bo'layotganiga diqqat qilolmaydi. Sahnaga qarash va eshitish uchun boshqa hamma narsalardan chalg'ish kerak va idrokni sahnada bo'layotgan hodisalarga qaratish lozim. qarab turib ko'rmaslik, tinglab turib eshitmaslik mumkin. Diqqat shundan iboratki, u nimaga qaratilgan bo'lsa uni ko'rish demakdir. Yug'oridagi mulohazalardan kelib chiqqan holda N.F.Dobrinin diqqatni kishi psixik faoliyatini biron-bir obyektga yo'naltirish va to'plash bilan bog'laydi. Obyektlardan chalg'ish orqali tushuntiradi.

Diqqat psixik faoliyatning qandaydir obyektga yo'nalishi va to'planishi orqali o'rganishni qator mualliflar tanqid qiladilar. Ana shulardan biri S.L.Rubinshteyndir. S.L.Rubinshteyn diqqatni alohida mazmunga ega emasligiga qo'shiladi, lekin uning guvohlik berishicha, diqqatni biror obyektga tanlab yo'nalishi uning fenomenologik xarakteridir. Bunday fenomenologik tavsifnomada ham diqqatning tabiati va xususiyatlari ochilmay qolaverar ekan.

Psixolog **G.S.Bakradze** diqqatning obyektga to'planishi faoliyatning roli haqida qiziqarli ilmiy tekshirish tajribasini o'tkazgan. Agarda diqqatni zaifligini tekshiruvchi o'z vaqtida payqab, unga nisbatan qandaydir muskul harakatini amalga oshirsa, u yana tiklanadi. Bulardan tashqari diqqat barqarorligini faoliyatning xarakteriga, shaxsning o'ziga bog'liqligi bir qancha psixologlar tomonidan isbotlangan.

Jumladan, **A.P.Gazova** diqqatning bo'linuvchanligini ko'p stanokda ishlovchi to'quvchilarda o'rganib, juda qimmatli materiallarni yig'adi. Uning fikricha, diqqat bu kasbdagi odamlarda ixtiyorsiz va ixtiyoriy muvozanatlashgan bo'lishi mumkin. Bir necha stanokda ishlash malakalari hosil bo'lishi natijasida bularda ixtiyoriy muvozanatlashgan diqqat turi vujudga keladi.

Diqqatning bo'linuvchanligi ustida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ikkita yoki uchta ishni birdaniga bajarish mumkin, bunda I.P.Pavlov ko'rsatganidek, ulardan biri tanish (ishlash oldin bajarilganligini eslatuvchi) va bosh miya yarim sharlar po'stlog'ida "navbatchi punktlar" mavjud bo'lsa amalga oshiriladi. Ikkita faoliyatni bir davrning o'zida bajarish uchun faoliyatning biri diqqatni talab qilmaydigan yoki avtomatlashgan bo'lishi talab qilinadi. Kishida bunday imkoniyat faqat mashq qilish orqaligina yuzaga kelishi mumkin.

Sobiq sovet psixologiyasi namoyondalari, jumladan N.F.Dobrinin o'zi va shogirdlari o'tkazgan tekshirishlariga asoslanib, bunday tipologiya diqqatning mohiyatini ochishga

yetarli emas deb hisoblaydi. Turmushda shunday odamlar uchraydiki, ular obyektga ko'p, ham aniq idrok qila oladilar. Yana shunday toifadagi kishilar mavjudki, ular narsalarni ham kam, ham noaniq idrok qiladilar, o'zlaridan ko'p narsalarni qo'shib yuboradilar. Tadqiqotchi **Ye.B.Pirogova** o'quvchilarda eshitish va ko'rish diqqatini o'rganib, eshitish diqqatining ko'lamini ko'rish diqqatidan bir necha bor kichikligini ta'kidlab o'tadi. Diqqat muammosini o'rganuvchi olimlar uning boshqa psixik jarayonlar bilan bog'liqligi va roli masalalarini o'rganganlar. Jumladan, N.N.Lange, A.R.Luriya va boshqalarning tadqiqotlarida ko'rishimiz mumkin.

N.N.Lange diqqatning iroda, reflektiv, instinktiv, perseptiv holatlar bilan bog'liqligini o'zining "Irodaviy diqqat nazariyasi" asarida ko'rsatib beradi. A.R.Luriyaning fikricha, kichik yoshdagi bolalarda diqqatning bu holatini ko'rish oson. Birinchi bosqichda u beqarorligi va ko'lamining torligi uchun qo'zg'atuvchilar qurshovidagi diqqat bo'lolmaydi.

Uluq rus pedagogi **K.D.Ushinskiy** ishlarida diqqat to'g'risida bir qator fikrlar aytilgan. Diqqat obyektga to'la va aniq idrok qilish qobiliyatiga ega. Ziyraklikning qator sabablariga oldin idrok qilingan obyekt izlarining ahamiyatidan tashqari K.D. Ushinskiy "ta'sirotning kuchi va to'plangan aktlarni boshqara olishni ko'rsatadi". Bolaning rivojlanishi uchun diqqatni to'g'ri yo'naltira olish muhimligini ko'rsatib o'tadilar. Diqqatning to'laligi barqarorligini ta'minlovchi to'planishning psixologik mexanizmlarini muhokama qilish ham K.D.Ushinskiyning asarlarida uchraydi. U diqqatning asosiy omili irodaviy boshqarish deb hisoblaydi. Shuning uchun diqqatni maqsadga yo'naltirib, boshqara olish qiyin va murakkab jarayondir. K.D.Ushinskiyning ko'rsatishicha, kishi o'z hissiyotlarini diqqat orqali boshqaradi, bunda u ixtiyoriy yoki faol turlarga ajratadi. Uningcha, ixtiyoriy diqqat bizning tomonimizdan zo'r berish orqali o'ziga predmet tanlaydi. Ixtiyoriy diqqatni obyektivlashtirish faol xarakteridan

biridir. Chunki u kishining o'zi orqali qo'zg'atiladi va qo'llaniladi.

K.D.Ushinskiyning aytishicha, ixtiyorsiz diqqat tashqi va ichki sabablarga ko'ra hosil bo'ladi. Tashqi sabablar qo'zg'atuvchining kuchiga organizmning ayni vaqtdagi holatiga bog'liq. Passiv diqqatning ichki sabablari sezgilarimiz izlarining bog'lanishidir. Idrok qilingan obyektning yangiliklar bosqichini diqqatning istovchi omili ekanligini muallif farqlaydi. Diqqat qaratilayotgan obyekt ma'lum o'lchovda bo'lishi kerak.

Diqqatning psixologik tahlilini K.D.Ushinskiy tarbiya muammosi bilan bog'lab, diqqatni boshqara bilishni aqliy rivojlanish va amaliy faoliyat uchun asosiy omil deb hisoblaydi. Diqqatning maqsadga muvofiq boshqarish yoki idrok qilish paytida asosiy ishdan tashqaridagilarga chalg'imaslik tushuniladi. Tarbiyachining vazifasi bolalarning faol diqqatini to'g'ri yo'nalishda ko'rish va ularning diqqatini o'zlari boshqarishga o'rgatishdan iboratdir.

K.D.Ushinskiy tomonidan yechilgan muammolar o'tkazilgan tekshirishlar shuni ko'rsatadiki, u ongning to'planish qobiliyatini diqqat deb tushundi, shu bois diqqatni o'rganishda shaxs psixologiyasidan kelib chiqib yondashdi va tabiiy-ilmiy jihatlarini tushuntirishda o'z davrining fiziologik bilimlaridan unumli foydalandi.

40 yillarda psixologiya fani bir qator muvaffaqiyatlarga erishdi. Psixologiya fani nazariya va tajribaga asoslangan holda juda ko'p muammolarni yechishga muvaffaq bo'ldi. Nazariy jihatdan katta o'rin olgan masalalardan biri "oliy psixik funksiyalarning rivojlanishi va strukturasi" to'g'risidagi **L.S.Vigotskiy** ilgari surgan konsepsiyadir. Buning asosida ikkita faraz yotadi:

- A) psixik faoliyatning xarakteri haqidagi;
- B) birlamchi tashqi va ichki faoliyatdan ichki psixik jarayonlarning namoyon bo'lishi haqidagi.

L.S.Vigotskiy psixik funksiyalar rivojlanishini o'rgana borib, ular ichiga ixtiyoriy diqqatni ham kiritadi. Uning fikricha, bola diqqatining tarixi - bu bola xulqining paydo bo'lishi tarixidir. L.S.Vigotskiy ishlarining xarakterli tomoni kishi psixikasini tushunishda tarixiy va genetik yondashishdir. Buni u diqqatni o'rganishga ham tadbiq qilgan va diqqatning rivojlanishini ko'rsata olgan. Muallif diqqat rivojlanishining ikkita yo'nalishini ko'rsatadi:

1.Diqqatning natural (tabiiy) rivojlanishi. Bunda muallif umumorganik rivojlanishini tushuntiradi, ya'ni markaziy nerv tizimining strukturaviy va funksional jihatdan o'sishini ko'rsatadi. Bu rivojlanish butun hayot davomida bo'ladi, ammo bunda "sekinlashgan" va "bir oz pasaytirilgan" ko'rinishlari mavjud.

2.Diqqatning madaniy rivojlanishi. Bunda ixtiyoriy diqqatning namoyon bo'lish xususiyati madaniy konsepsiya bilan bog'liq deb tushuntiriladi. Katta yoshdagi odamlar diqqatining psixologik mexanizmi haqida gapirib, tashqi operatsiya organizm xulqini ichki operatsiyasiga aylanadi, deydi. Madaniy rivojlanish bola tashqi muhit bilan aloqa qila boshlagandan o'sa boshlaydi.

L.S.Vigotskiyning ilmiy yutuqi shundan iboratki, u diqqat muammosini o'rganishda ijtimoiy va genetik nuqtai nazardan yondashdi. Ixtiyoriy diqqatni tashqi stimullar vositasida nutq funksiyasini yo'naltirish deb tushuntira oldi.

L.S.Vigotskiy ishlarini A.N.Leontev o'z tadqiqotlarida davom ettirib, ixtiyoriy diqqatning rivojlanishini o'rgandi. U ixtiyoriy diqqat xatti-harakatni boshqarishning oliy shakli va tarixiy rivojlanish mahsuli deb tushundi. Bolalarda diqqat shakllarini tahlil qilib 3 ta bosqich mavjudligini ko'rsatdi.

1. Natural bevosita, to'g'ridan-to'g'ri aktlardan iborat.

Bunda to'planish ixtiyorsiz namoyon bo'lib, asosan maktabgacha bo'lgan bolalarda vujudga keladi. Ya'ni bu bolalar o'z xulq-atvorlarini o'zlari boshqara boshlaydilar.

2. Tashqi belgining ahamiyatini egallash, tushuna bilishlari turadi. Bu bosqich boshlanqich ta'limda asosiy rol o'ynaydi.

3. Tashqi taassurotlarning ichki ta'sirlarga aylanish jarayoni bilan bog'liq bo'lib, bu asosan katta yoshdagi kishilarda bo'ladi.

Uzoq vaqt **A.N.Leontev** maktabgacha yoshdagi bolalar diqqatini tekshiradi. Chunonchi, idrok bilan diqqat aloqasini o'rgandi. Diqqat hodisasi shunday hodisaki, u idrokning qanday kechishi bilan belgilanadi, deb tushuntirdi. A.N.Leontev keyingi ishlarini o'quvchilar diqqatini rivojlantirish va ularda idrokni boshqarish, ko'rish, eshitish, qo'yilgan topshiriqni tushunish kabilarni egallash muhim rol o'ynashini ko'rsatdi.

N.F.Dobrinin diqqatni kishi psixik faoliyatini biror bir obyektga yo'naltirish va to'plash bilan boshqa obyektlardan chalg'ishi orqali tushuntiradi. Agar yo'nalish va to'planish ixtiyorsiz bo'lsa ixtiyorsiz diqqat vujudga keladi. Agar ong qo'yilgan maqsadga muvofiq bo'lsa, u holda ixtiyoriy diqqat namoyon bo'ladi. Bular qatorida N.F.Dobrinin diqqatning uchta turini ajratadi. Uning fikricha, diqqatning uchinchi turi "ixtiyoriydan keyingi diqqat" deb ataladi. Bu ixtiyoriy diqqat kabi maqsadga qaratilgan bo'lib, irodaviy zo'r berishni talab qilmaydi. Bular to'g'risida N.F.Dobrinin shunday deydi. "Ixtiyoriy diqqatda qiziqishga intilishga o'rin bor, lekin bu qiziqish faoliyatning natijasiga qiziqishdir. Faoliyatning o'zi esa qiziqarsizdir. Kishi psixik faoliyatining ajoyib xususiyati shundan iboratki, natijaga qiziqish jarayonga qiziqishga aylanadi. Bu ixtiyoriy diqqat ixtiyoriydan so'nggi diqqatga aylanganda bo'ladi".

B.G.Ananev "O'quvchilarda diqqatni tarbiyalash" nomli asarida diqqatni hamma vaqt tekshirish, tadqiq qilish kerak deydi. Buning uchun mana bunday vaziyatlarga e'tibor qilishni ko'rsatib o'tadi, darsni to'g'ri tashkil qilish, ta'limning puxtaligi, o'qituvchining pedagogik mahorati, o'quvchilarning darsdagi faoliyatini to'g'ri tashkil qila bilish kabilarni ta'kidlaydi.

B.G.Ananev bu bilan diqqatning uzoq vaqt bir obyekt ustida to'play bilish kerakligini uqtiradi.

Diqqat muammosini tadqiq qilish **I.V.Straxov** asarlarida o'z aksini topgan. Uning qarashlariga ko'ra, kishi diqqati kelib chiqishiga va ishlash uslubiga qarab ijtimoiy tabiatga ega. U kishilarning mehnat faoliyatiga sabab bo'ladi va mehnat jarayonining asosiy psixologik komponentlaridan biri bo'lib sanaladi. Diqqatning muhim belgisi faoliyat jarayonida va atrofdagilar bilan aloqada kishi psixikasining to'planishidir.

Qator munosabatlarda to'planish ikki xil xarakterda bo'ladi, u predmet va hodisalarga tanlab yo'naltiriladi, ya'ni diqqat obyektini ongli ajratish, bu vaqtda boshqa ko'p obyektlardan chalg'ish vositasi bilan aktlar tizimini tashkil qiladi, to'planish mehnat predmetiga yo'naltiriladi, lekin uning jarayoni ham diqqat objekti hisoblanadi. To'planish faoliyat obyektiga va u bilan harakatga yo'naltiradi.

Diqqat psixikaning alohida tomoni va shakli hisoblanmaydi va qandaydir birorta funksiyani bajarishga o'z-hisoblanmaydi va qandaydir birorta funksiyani bajarishga o'z-o'zidan ko'chmaydi. Maqsadga yo'nalgan, intensiv-psixik faoliyatning strukturaligi funksional asosini o'zgarishga, mahsuldorligining oshishiga va miyaning barqaror ishlashiga olib keladi.

Kishi diqqati mehnat faoliyatiga, faoliyat jarayoniga, mehnat qurollariga yo'naltiriladi. Diqqat predmetlari bir xil emas, balki har xil faoliyat turlarida turlicha bajariladigan mehnat operatsiyalari va vositalari kishi mehnat predmetiga ta'sir qiladi. Bularga bog'liq ravishda diqqatni faoliyat turlarida o'rganish psixologik muammolari vujudga keladi. O'tkazilgan tekshirishlar asosida I.V.Straxov diqqat ko'p funksiyali jarayondir, degan xulosaga keladi. Bu funksiyalarni amaliy bajarish - mehnat, o'qish, ilmiy va boshqa faoliyat turlaridan birortasining shart-sharoiti mahsuldorligini belgilaydi. Faoliyatning har bir turi diqqatga alohida ma'suliyat yuklaydi. Shuning uchun uning funksiyasi faoliyatning shu turiga to'g'ri kelishi muhimdir.

Diqqatning nazorat qilish-tuzatish funksiyasi ham kam ahamiyatli emas. Uning shakllari mehnat va o'quv faoliyatining har xil davrlarida bir xil bo'lmaydi.

Diqqat alohida kishilarning munosabatlarida jamoada o'ziga xos funksiyani bajaradi. Kishilarning kuzatuvchanligida, boshqa odamlarning psixik holatini tushunishda, ziyraklikning faol shakllarida aks etadi. Ziyraklik mehnatda va kishi bilan munosabatida axloqiy-psixologik ahamiyatga ega bo'ladi. Shunga muvofiq ziyraklikning motivasiyasi o'rganilib, uning aks etishining shakllari va ularni tarbiyalash masalasi ko'rib chiqiladi. Ziyraklikning bunday o'rganilishi uning taqlilida va shaxs psixologiyasida yangi yo'nalishdir. Ular o'z ishlarida diqqatning o'rganilishi ko'rsatilgan aspektlarini sintez qilishga harakat qiladilar.

Yuqorida bayon etilgan fikrlardan ko'rinib turibdiki, I.V.Straxov diqqatning bilish jarayonidagi ahamiyatiga uning faol psixologik aks ettirish imkoniyatiga alohida e'tibor beradi. Shuningdek, diqqat bilish faoliyatining borliq bilan aloqasida, uni keng va chuqur aks etishida muhim mexanizm bo'lib hisoblanadi.

Diqqat shaxsning yo'nalishida to'plangan jarayon sifatida ishlaydi. Keng ma'noda bu so'z asosida ehtiyoj, qiziqish, qarash, ideal kabi tarkibiy qismlar mavjud. Diqqat psixik jarayonlar tuzilishida ko'rsatilgan omillardan hosil qilingan hodisa sifatidagina qatnashmay, balki u shaxsning boshqa xususiyatlariga munosabatda tayanch xususiyat sifatida qatnashadi. Diqqat va ziyraklikning pedagogik takt(odob)ning shakllanishidagi psixologik shart-sharoit ekanligi bunga misol bo'ladi.

I.V.Straxov "Diqqat va nutq" muammosi bo'yicha tadqiqot ishlarini olib borgan. U nutq shakllari va funksiyalarini hamda tasviriy faoliyatni tahlil qiladi. U o'quvchilarda sport gimnastikasi darslarini psixologik tahlil qiladi va o'rganadi.

Muallifning ta'kidlashicha, diqqatni nutqiy boshqarish quyidagi omillarda, ya'ni predmetni nomlashda, yoki maqsadli

harakatlarga to'plashda, faoliyatni rejalashtirishda diqqatni ilgarilab ketish aktlarida, qidirish faoliyatlarida, diqqatni ko'chish jarayonining verbalizasiyasida, diqqatni nazorat qilish funksiyasini aktivlashtirishda, ziyraklikning aks etishida va uning axloqiy psixologik ahamiyatida namoyon bo'ladi.

Diqqat va butun faoliyat jarayonini boshqarish nutqning ichki va tashqi turlari orqali amalga oshiriladi. Shuningdek, bu boshqarishda muallif fikricha, integral (yuqoridagi ikki nutq oraliqidagi) nutq ishtirok etadi. Bularni tadqiq qilish shuni ko'rsatadiki, grafik harakatlarni amalga oshirish aqliy - nutqiy jarayonlar ularni anglash va yo'naltirish bilan birga boradi.

Shunday qilib, diqqatni boshqarish va uni tarbiyalash, o'quvchilarda rivojlantirish masalasi I.V.Straxov tomonidan atroflicha o'rganilgan.

Psixolog N.V.Kuzminaning fikricha, o'qituvchilarning dars davomida berilayotgan bilimni qanchalik o'zlashtirishi unda asosiy va yetakchi rolni diqqat o'ynaydi. Shuning uchun ham ta'lim - tarbiya jarayonida hammadan avval tarbiyachi o'quvchining diqqatini torta bilish uning asosiy maqsadi bo'lishi kerak. Bu esa o'tilgan materialni o'quvchi puxta bilishni talab qiladi. Bundan kelib chiqadiki, diqqatning tarbiyalanishi va shakllanishi ham vujudga keladi. F.N.Gonobolin, M.R.Rahmonova D.B.Elkonin, V.V.Repkin va boshqa qator tadqiqotchilar tomonidan ta'lim va tarbiya jarayonida o'quvchilarda diqqatning namoyon bo'lishi, kechishi, rivojlanishining o'ziga xos xossalari, individualligi kabi jihatlarini o'rganilgan.

Diqqatning buzilishi

Diqqatning salbiy jihatlaridan biri parishonxotirlikdir. **Parishonxotirlik** diqqatni uzoq vaqt davomida biron ishga layoqatsizlikda diqqatning osongina va tez- tez bo'linib turishida namoyon bo'lishi mumkin. Parishonxotirlikning bu

ko'inishi ko'pincha ish qobiliyati susayib ketishining va xulq-atvordagi uyushmaganlikning sabablaridan biri hisoblanadi.

Parishonxotirlikning sabablari har xildir. Parishonxotirlik shaxsning barqaror xislati sifatida ixtiyoriy diqqatning sustligi ko'rsatkichi hisoblanadi va noto'g'ri tarbiya natijasi (bolaning erkalatib yuborilishi, jazolanmasdan qolishi, taassurotlarning har xilligiga odatlanish va boshqalar) bo'lishi mumkin. Bu xildagi parishonxotirlikka qarshi avvalo shaxsda irodaviy sifatlarni shakllantirish yo'li bilan kurash olib borish kerak. Parishonxotirlikni bola salomatligining yaxshi emasligi, nerv tizimining umuman buzilganligi bilan izohlash mumkin. Parishonxotirlik haddan tashqari hissiy hayajonlanish, yoxud charchash oqibati sifatida qisqa muddatli bo'lishi ham mumkin. So'nggi holatda u ko'pincha o'qish kuni va qaftasining oxirida namoyon bo'ladi. Pedagogik ish tajribasida diqqatni tarbiyalash maqsadida parishonxotirlikning barcha sabablari va xususiyatlari inobatga olinishi shart.

Qachonki, kishi ishga berilib ketib o'z xayollari, kechinmalari bilan bo'lib, mashg'ul bo'lgan ishidan boshqa hech narsani ko'rmayotgan va eshitmayotgan hollarda ham "parishonxotirlik" haqida so'z yuritiladi. U masalan tevarakatrofdagilarga e'tibor bermaydi, o'ziga qaratilgan savollarga parvo qilmaydi. Bunday "parishonxotirlik" diqqatning yorqin ifodalagan holdagi tanlanganligidan, uning behad jamlanganligi va jadalligidan hosil bo'ladi. Diqqatni eng ko'p darajada jamlanganligi yuqorida qayd qilib o'tilganidek, faoliyatda muvaffaqiyat qozonishning muhim sharti bo'lib hisoblanadi. Lekin diqqatning faqat bir obyektga qaratilganligi uning taqsimlanishi va ko'chirilishida qiyinchiliklar tug'dirishi mumkin. Bu xildagi parishonxotirlik kundalik hayotda amaliy faoliyatda kishining tevarakatrofdagi olam bilan munosabatini mushkullashtirib qo'yadi va shuning uchun ham unga diqqatning nuqsoni sifatida qaraladi.

Maktab hayotidagi parishonxotirlik "qoidaga sig'maydigan" deb atalmish xatolarda dars paytida o'quvchida

tegishli maktab anjomlari yo'qligining ma'lum bo'lishida, o'quvchining dars jarayoniga yetarlicha jalb etilmaganligida va shu kabi boshqa hollarda namoyon bo'ladi. Bolalarda, ayniqsa, kichik yoshdagi bolalarda parishonxotirlik juda ko'p uchraydi.

Diqqatning parishonxotirlikdan tashqari boshqa xildagi buzilishlari ham borligi e'tirof etiladi. Diqqatning haddan tashqari harakatchanligi bir obyektidan va faoliyat turidan boshqalariga doimiy ravishda o'tib turishi, yoki aksincha harakatsizligi, diqqatning sust harakat qilishi, uning tor doiradagi tasavvurlar va fikrlarga patologik tarzda qayd etilishi shular jumlasiga kiradi. Diqqatning bu xildagi buzilishlari miyaning ba'zi bir organik kasalliklari eng avvalo uning peshona qismidagi kasalliklari yuz bergan paytlarda kuzatiladi.

Diqqatning fazilatlarini bilan bir qatorda uning buzilishi va nuqsonlari bo'lishi

mumkinligini psixologik jihatdan asoslangan tarzda hisobga olish diqqatni o'zida aks ettiradigan bilish jarayonlarini tadqiq etishning zarur shartidir.

Ayrim ruhiy kasallik holatlarida diqqatning inertligi (sustligi) yoki mutlaqo harakatsizligi, qandaydir biron obyekt ustida to'xtab qolish holatlarini kuzatish mumkin. Bola hayotining bir oylik davrlarida uning uchun faqat ixtiyorsiz diqqat xos bo'ladi. Bu davrda bola dastavval tashqi qo'zg'atuvchilardan, ularning keskin o'zgarishlaridan ta'sirlanadi. Masalan, to'satdan paydo bo'ladigan qattiq ovozlardan harakatning o'zgarishidan va boshqa narsalardan ta'sirlanadi. Ixtiyoriy diqqatning alomatlari odatda bola yoshiga to'lgandan so'ng yoki ikki yoshga qadam qo'ygan davrda paydo bo'la boshlaydi. Ixtiyoriy diqqat tarbiya jarayonida yuzaga keladi, bolaning

atrofidagi odamlar nima qilish lozimligini asta-sekin o'rgatadilar. Bolalar o'z diqqatlarini rivojlantirishda ulardan talab qilinayotgan harakatlarni bajarishga o'zlarining bevosita mayllaridan voz kechishlariga to'g'ri keladi. Bolada, albatta juda sodda go'daklik shakli bo'lsa ham onglilik namoyon

bo'ladi. Bolani ozodalikka, tartiblilikka, ma'lum intizomlilikka, jamoat qoidalariga rioya hilishga o'rgatar ekanmiz, buning bilan biz bolada ixtiyoriy diqqatni rivojlantiramiz. Bog'cha yoshidagi davrda bolaning ixtiyoriy diqqatini rivojlantirish uchun o'yin katta ahamiyatga egadir. Bog'cha yoshidagi bolalar diqqati juda barqaror bo'ladi. Mashq qilish usuli bilan o'z diqqatini to'plash qobiliyati asta-sekin rivojlanadi.

O'quv jarayonida ixtiyoriy diqqatni tarbiyalash alohida ahamiyatga egadir. Maktab mashg'ulotlarini intizomlashtiruvchi ta'siri, dars davomida sinfda o'tirish, o'quvchilarning so'zlarini eshitish zaruriyati, chalg'imaslik bularning hammasi ixtiyoriy diqqatni tarbiyalashda katta rol o'ynaydi. har turli ta'lim ishlari maktabdagi o'quv mashg'uloti ustida ongning yo'nalganligi va to'planganligini saqlab turishni talab qiladi. Bolalarning hissiyotlari ko'pincha kuchli bo'ladi. Shuning uchun ularning diqqatlari qisqa vaqt ichida davom etsa ham kuchli bo'ladi.

Maktab yoshidagi bolalarning hissiyotlari ancha barqaror bo'la boshlaydi. Shuning uchun pedagog o'qish materialini hissiy momentlar bilan boyitar ekan, buning bilan diqqatning barqarorligi va kuchini saqlab turilishiga yordam beradi. Biror narsaga qiziqib kelgan maktab yoshidagi o'quvchi uzoq vaqt diqqatli bo'lishi mumkin. Ammo kattalarning nazorati pasayib qolsa, u zarur vazifani bajarishdan chalg'ib boshqa narsaga kirishib ketishi mumkin. Masalan: adabiyotni o'rganayotgan o'quvchi kino yoki biror o'qigan asari haqida xayol surib ketishi mumkin. Ayrim bolalar jismoniy mehnat darslarida diqqat bilan o'tirsalar boshqalari aqliy mehnatda kuchli diqqat bilan o'tiradilar. O'zi yoqtirgan darslarda kuchli diqqat bilan o'tirgan o'quvchilar boshqa darslarda o'qituvchilarni ancha tashvishga solib qo'yishlari mumkin.

O'quvchilarning o'quv predmetiga munosabati, unga diqqat bilan qarash ko'p jihatdan darsda o'quvchining o'quv materialini jonli, emotsional, qiziqarli, tushunarli, shu bilan birga to'liq va chuqur o'qita bilishga bog'liq. Bu talablarga rioya

qilmaslik darsda o'quvchilarning parishonligiga yoki ikkinchi darajali qiziqishlarning paydo bo'lishiga olib keladi. O'smirlarda chuqur, barqaror qiziqishni tarbiyalash, o'qitishning mazmunini jiddiy o'ylab ko'rilganligi ularda diqqatni tarbiyalashning zaruriy sharti hisoblanadi.

Bu shart-sharoitlarga rioya qilinsa, o'smir diqqatini boshqarishga halal beradigan ba'zi impulsiv (ixtiyorsiz) harakatlarga qaramay, o'z diqqatini ixtiyoriy ravishda boshqarish va to'xtab turish mumkinligini tezda egallab oladi. U o'zi uchun qiziqarsiz va qiyin ishni diqqat bilan bajarish zarur bo'lsa, o'zini bu ishga majbur eta oladi. Masalan, hamma predmetlardan beriladigan vazifalarga nisbatan o'smirlarda kichik maktab yoshidagi bolaga qaraganda diqqatning tashqi ifodasi ham o'zgaradi. Agar kichik yoshdagi maktab o'quvchining yuz ifodasi va gavda holati uning qanchalik diqqatlilikini aniq belgilab bersa, o'smir esa o'zining diqqatsizligini yashira oladi. Faqat o'qituvchining kuzatuvchanligi orqali buni aniqlashi mumkin.

Tayanch iboralar

Diqqat - ongimizning muayyan obyektga yo'naltirilishi va unda to'planishidan iborat psixik holat.

Diqqatning barkarorligi - diqqatning ma'lum obyektga uzoq vaqt davomida mutassil qaratilish imkoniyati.

Diqqatning ko'lami - bir vaqtning o'zida diqqatning bir qancha obyektga qaratilishi imkoniyati.

Diqqatning taqsimlanishi - diqqatning bir vaqtda bir necha obyektga yoki faoliyatga taqsimlanish xususiyati.

Diqqatning ko'chishi - diqqatni ixtiyoriy ravishda bir obyektidan ikkinchi obyektga ko'chirish.

Dominanta (lot. dorainans-hukmron) - markaziy nerv tizimining vaqtincha hukmron qismi bo'lib, boshqa qismlar faoliyatini tormozlaydi.

Orientasiya refleksi (lot. oriens - sharq reflexus - aks etish) - shartsiz refleksning bir turi, u har qanday yangi qo'zg'ovchi ta'siriga birinchi bo'lib javob beradi.

Taxistoskop (yunon. tachy tez, skopeo - ko'raman) - qat'iy belgilangan qisqa vaqt davomida ko'rish qo'zg'atuvchilarini namoyon qilish sababi. Idrok, xotira, diqqat va boshqa jarayonlarni tadqiqot qilishda ishlatiladi.

Tush ko'rish - uxlab yotgan odam bosh miya yarim sharlari qobiqidagi ba'zi nerv markazlari faoliyati natijasida uyqu vaqtida hosil bo'ladigan ma'lum darajadagi aniq obrazlar.

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular

1. Diqqat haqida tushuncha.
2. Diqqat turlari.
3. Diqqatning xususiyatlari.
4. Diqqatning rivojlanishi.
5. Parishonxotirlik tushunchasining mazmuni.
6. Jahon psixologiyasida diqqat nazariyalari.

Test topshiriqlari

1.Qaysi qatorda diqqat tushunchasiga to'g'ri tarif berilgan?

- A) ongimizning muayyan obyektga yo'naltirilishi va unda to'planishidan iborat psixik holat...
- B) insonning amaliy faoliyatiga kiritilgan bo'lib, ularning muvaffaqiyatini taminlaydi
- V) ma'lum obyektga uzoq vaqt davomida mutassil qaratilishi
- G) bir vaqtda bir necha obyektga yoki faoliyatga taqsimlanishi
- D) markaziy nerv tizimining vaqtincha hukmron qismi bo'lib, boshqa qismlar faoliyatini tormozlaydi

2.Dominanta tushunchasini fanga kiritgan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) A.A.Uxtomiskiy
- B) A.R.Luriya
- V) I.P.Pavlov
- G) I.M.Sechenov
- D) P.Ya.Galperin

3.Oliy nerv faoliyatidagi qo'zg'alishi va tormozlanish jarayonlari o'rtasidagi o'zaro munosabat..... deb ataladi.

- A) dominanta
- B) nerv jarayonlarining induksiyasi
- V) parishonxotirlik
- G) diqqatsizlik
- D) retikulyar formatsiya

4.Muayyan nerv uchastkasidagi kuchli qo'zg'aluvchanlik qobiliyatiga ega bo'lgan markaz..... deb ataladi.

- A) dominanta
- B) nerv jarayonlarining induksiyasi
- V)parishonxotirlik
- G) diqqatsizlik
- D) retikulyar formatsiya

5.Markaziy nerv tizimidagi qo'zg'alishi yoki tormozlanish jarayonlarining vaqt o'tishi bilan dastlabki paydo bo'lgan uchastkasiga to'planish qonuni nima deb ataladi?

- A)dominanta
- B)nerv jarayonlarining induksiyasi
- V)nerv jarayonlarining konsentrasiyasi
- G) parishonxotirlik
- D) retikulyar formatsiya

6.Yo'naltirish tushunchasining mazmuni qaysi qatorda to'g'ri ko'rsatilgan?

- A) mazkur faoliyatga butunlay berilishi
- B) ana shu faoliyatning tanlashgina tushunilib qolmay, balki ana shu tanlanganligini saqlab va qo'llab quvvatlash tushuniladi
- V) shaxs uchun ma'lum ahamiyatga ega bo'lgan obyekt ustida to'planishidir
- G) psixik faoliyatning tanlovchanlik tabiati bo'lib, obyektning ixtiyoriy va beixtiyoriy tanlash tushuniladi
- D) diqqat xossasi bo'lib asab tizimi charchaganda shikastlanganda vujudga keladi

7.Psixik faoliyatning yo'naltirish tushunchasiga berilgan tarif qaysi qatorda to'g'ri ko'rsatilgan?

- A) mazkur faoliyatga butunlay berilish
- B) ana shu faoliyatning tanlashgina tushunilib qolmay, balki ana shu tanlanganini saqlab va qo'llab quvvatlash tushuniladi
- V) shaxs uchun muhim ahamiyatga ega bo'lgan obyekt ustida to'planishidir
- G) psixik faoliyatning tanlovchanlik tabiati bo'lib, obyektning ixtiyoriy va beixtiyoriy tanlash tushuniladi
- D) diqqat xossasi bo'lib asab tizimi charchaganda shikastlanganda vujudga keladi

8.Diqqatning nerv fiziologik asosi qaysi olimlar tomonidan o'rganilgan?

- A) I.P.Pavlov, A.A.Uxtomiskiy
- B) A.A.Uxtomiskiy, I.M.Sechenov
- V) I.P.Pavlov, I.M.Sechenov
- G) I.P.Pavlov, A.R.Luriya
- D) A.R.Luriya, N.M.Brenshteyn

9.I.P.Pavlovning takidlashicha diqqatning nerv fiziologik asosini nima tashkil qiladi?

- A) shartli reflekslar
- B) shartsiz reflekslar
- V) bu nima refleksi
- G) nerv jarayonlarining induksiyasi
- D) dominanta

10.Nerv jarayonlarining induksiyasi qonuni qaysi olim tomonidan kashf qilingan?

- A) I.M.Sechenov
- B) I.P.Pavlov
- V) A.R.Luriya
- G) A.A.Uxtomiskiy
- D) D.B. Neblisin

11.To'satdan tasir qilgan biror sabab tufayli bizning hohishimizdan tashqari hosil bo'ladigan diqqatgaaytiladi.

- A) ixtiyoriy
- B) ixtiyorsiz
- V) ixtiyordan so'nggi diqqat
- G) bo'linuvchanlik
- D) konsentrasiyasi

12.Bolalar uyquga yotgan jim-jit xonaga qamalib qolgan arining g'ing'illab uchishi va deraza oynasiga urilishi hali uxlayotgan bolalarning diqqatini..... ravishda o'ziga jalb etadi.

- A) ixtiyoriy
- B) ixtiyoriydan so'nggi diqqat
- V) ixtiyorsiz
- G) bo'linuvchanlik
- D) konsentrasiyasi

13. Ixtiyorsiz diqqaning nerv fiziologik asosini nima tashkil qiladi?

- A) orientirovka refleksi
- B) tekshirish refleksi
- V) bu nima refleksi
- G) dominanta
- D) orientirovka yoki tekshirish refleksi

14. Diqqatning yuzaga kelishida qaysi jarayon muhim rol o'ynaydi?

- A) sezgi
- B) idrok
- V) xotira
- G) nutq
- D) tafakkur

15. deb oldindan belgilangan qat'iy bir maqsad asosida va ongli ravishda diqqatimizni malum narsa hamda hodisalarga qaratilishiga aytiladi.

- A) ixtiyoriy
- B) ixtiyorsiz
- V) ixtiyoriydan keyingi diqqat
- G) bo'linuvchanlik
- D) konsentrasiyasi

16. Ixtiyoriy diqqatning nerv fiziologik asosini nima tashkil qiladi?

- A) miya yarim sharlarining po'stida vujudga keladigan optimal qo'zg'alishi
- B) ikkinchi signallar sistemasi
- V) shartsiz va shartli reflekslar
- G) miya yarim sharlarining po'stida vujudga keladigan optimal qo'zg'alishi va ikkinchi signallar sistemasi
- D) Barcha javoblar to'g'ri

17. Insonda diqqat ko'lamining keng bo'lishi nimalarga bog'liq?

- A) sezgi va idrokka
- B) tajribasiga
- V) turmush tajribasiga
- G) narsa va hodisalarni chuqur aks ettirilishiga
- D) barcha javoblar to'g'ri

18. deb odam o'z diqqatini biror narsa yoki hodisaga uzoq muddat davomida muttasil qaratib tura olishiga aytiladi.

- A) diqqatning ko'lami
- B) diqqatning bo'linuvchanligi
- V) diqqatning konsentrasiyasi
- G) diqqatning kuchi va barqarorligi
- D) diqqatning taqsimlanganligi

19. Diqqatning kuchli va barqaror bo'lishi ko'proq nimalarga bog'liq?

- A) diqqatimiz qaratilgan narsaning xususiyatlari va ahamiyatiga
- B) diqqatimiz qaratilgan narsa bilan amalga oshiriladigan faoliyatimizga
- V) nerv sistemasining ayrim xususiyatlariga va odamning ayni chog'dagi holatiga
- G) diqqatimiz qaratilgan narsaning xususiyatlari, ahamiyatiga va diqqatimiz qaratilgan narsa bilan amalga oshiriladigan faoliyatimizga bog'liq
- D) Barcha javoblar to'g'ri

20. ayni bir vaqtda odamning idrokiga sig'ishi mumkin bo'lgan narsalar miqdori bilan belgilanadi.

- A) diqqatning ko'lami
- B) diqqatning bo'linuvchanligi

- V) diqqatning konsentrasiyasi
- G) diqqatning kuchi va barqarorligi
- D) diqqatning taqsimlanganligi

21. Diqqatning ko'lami qaysi asbob yordamida o'lchanadi?

- A) varometr
- B) manometr
- V) sekundometr
- G) taxistoskop

D) hech qanday asbob bilan o'lchash imkoniyati yo'q

22. biz ayni bir vaqtda diqqatimizning ikki uch narsaga qaratilishiga aytiladi.

- A) diqqatning ko'lami
- B) diqqatning bo'linuvchanligi
- V) diqqatning konsentrasiyasi
- G) diqqatning kuchi va barqarorligi
- D) diqqatning taqsimlanganligi

23. Agar diqqatimiz faqat bitta narsaga qaratilgan bo'lsa buni.....

- A) diqqatning ko'lami
- B) diqqatning bo'linuvchanligi
- V) diqqatning konsentrasiyasi
- G) diqqatning kuchi va barqarorligi
- D) diqqatning taqsimlanganligi

24. Agar diqqatimiz ayni bir vaqtda bir necha narsaga qaratilgan bo'lsa bu.....

- A) diqqatning ko'lami
- B) diqqatning bo'linuvchanligi
- V) diqqatning konsentrasiyasi
- G) diqqatning kuchi va barqarorligi
- D) diqqatning taqsimlanganligi

25. Faoliyat jarayonida diqqatning ongli ravishda bir obyektidan ikkinchi obyektga ko'chirilishiga aytiladi.

- A) diqqatning ko'lami
- B) diqqatning bo'linuvchanligi
- V) diqqatning konsentrasiyasi
- G) diqqatning kuchi va barqarorligi
- D) diqqatning taqsimlanganligi

26. Ixtiyoriydan keyingi diqqat tushunchasi kim tomonidan fanga kiritilgan?

- A) I.M. Sechenov
- B) I.P. Pavlov
- V) A.A. Uxtomiskiy
- G) N.F. Dobrinin
- D) D.B. Elkonin

27. Diqqat tushunchasini ustanovka bilan bog'lagan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) D.B. Elkonin
- B) S.L. Rubinshteyn
- V) P.P. Blonskiy
- G) L.S. Vigotskiy
- D) D.N. Uznadze

28. Qaysi olim diqqatning asosida ijtimoiy qiziqishlar yotishini isbotlagan?

- A) D.B. Elkonin
- B) S.L. Rubinshteyn
- V) P.P. Blonskiy
- G) L.S. Vigotskiy
- D) D.N. Uznadze

29. O'quvchilarda eshitish va ko'rish diqqatini o'rganib, eshitish diqqatining ko'lami ko'rish diqqatidan bir necha

bor kichikligini takidlagan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) P.Ya.Galperin
- B) N.N.Lange
- V) Ye.B. Pirogova
- G) A.R.Luriya
- D) R.Ribo

30. Diqqat muammosini o'rganib uni sakkizta turkumga ajratgan holda tahlil qilgan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) P.Ya.Galperin
- B) N.N.Lange
- V) Ye.B. Pirogova
- G) A.R.Luriya
- D) R.Ribo

Nazorat savollari

1. Diqqat tushunchasining mohiyatini izohlang.
2. Diqqatning fiziologik asosini nima tashkil qiladi?
3. Diqqat turlarini ko'rsating.
4. Diqqatning xususiyatlarini ajratib ko'rsating.
5. Parishonxotirlik tushunchalarining mazmuni nimalarda ko'rinadi?
6. Jahon psixologiyasida diqqat nazariyalari xususida nimalarni ayta olamiz?

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan adabiyotlar

1. Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии. — М.: «Просвещение», 1986.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учебное пособие для вузов — М.: ЧеРо, 1997.
3. Davletshin M. G. Umumiy psixologiya. — T.: 2002.

4. Джемс В. Психология. — М., 1991.

5. Karimova V. M. Psixologiya. — T.: 2002.

6. Маклаков А. Г. Общая психология. — М.: "Питер", 2003.

7. Немов Р.С Психология 1-китоб. — М.: 1999.

8. Общая психология: Курс лекций/ Сост. Е. И. Рогов. — М.: Владос, 1995.

9. Psixologiya qisqacha izohli lug'at. — T.: 1998.

10. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: «Питер», 1999.

11. Turg'unov Q. Psixologiya terminlarining ruscha-o'zbekcha izohli lug'ati. — T.: "O'qituvchi" nashriyoti, 1975.

12. Umumiy psixologiya (A.V.Petrovskiy tahriri ostida). — T.: «O'qituvchi», 1992.

13. G'oziyev E. G'. Umumiy psixologiya 1-2 kitob. — T.: 2002.

SEZGI

Sezgi haqida tushuncha

Ma'lumki bizni o'rab turgan tashqi olamdagi narsa va hodisalarning juda ko'p belgi va xususiyatlari mavjud. Masalan, narsalarning rangi, ta'mi, hidi, qattiq yoki yumshoqligi, g'adibudur yoki tekisligi, harorat va boshqalar. Ana shu narsa va hodisalarning turli xil belgi, xususiyatlarini biz ham turlicha sezgi a'zolarimiz orqali ongimizda aks ettiramiz.

Tevarak-atrofimizdagi narsa va hodisalarning turli xil belgi hamda xususiyatlari har doim ham bizning sezgi a'zolarimizga ta'sir etib turadi. Natijada bizda turli sezgilar hosil bo'ladi. Chunonchi, nurlarning ko'zimizga ta'sir qilishi natijasida ko'rish sezgisi, har xil tezlik va kuchlanishdagi havo to'lqinlarining quloqimizga ta'sir etishi natijasida eshitish sezgisi, nafas olish paytida havo bilan birga burun bo'shlig'iga kirgan har turli modda zarrachalarining ta'siri natijasida hid sezgisi, biror narsani qo'limiz yoki badanimizga tegib ta'sir etish natijasida teri (taktil - biror narsaning terimizga tegishi) yoki bosim sezgisi va shu kabi sezgilar har doim hosil bo'ladi.

Demak, **sezgi deb**- atrofimizdagi narsa va hodisalarning sezgi a'zolarimizga bevosita ta'sir etishi natijasida ularning ayrim belgi va xususiyatlarini miyamizda aks ettirilishini aytamiz.

Sezgi bilish jarayonlari ichida oddiy psixologik jarayon bo'lib, tashqi olamdagi narsa va hodisalarni aks ettiradi. Tashqi olamdan kelayotgan qo'zg'atuvchilarning muayyan reseptorlarga bevosita ta'sir etish orqali ayrim belgi va xususiyatlarni va organizm ichki holatini aks ettiradi. Ma'lumki, insondan sezishning dastlabki bosqichi hissiy bilishdan boshlanib, keyinchalik u mantiqiy bilishga o'tadi. Sezgi ham oddiy psixologik jarayon bo'lgani bilan uning yuzaga kelishi o'z-o'zidan hosil bo'lmaydi. Ular jumlasiga quyidagilar kiradi:

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

➤ Sezuvchi apparat, ya'ni analizatorning mavjud bo'lishi. Masalan, havoning sovuqligini, temirning qattiqligini, qorning yumshoqligi va boshqalarni sezamiz.

Sezgi idrok bilan bog'liq bo'ladi, lekin narsa va hodisani idrok qilishdan oldin uni sezish lozim, shu bois sezgilar materiyaning sezgi a'zolarimizga ta'siri natijasidir. Sezgi axborotlarini qabul qilib, tanlab, to'plab, har bir sekundda axborotlar oqimini qabul qilib va qayta ishlab miyaga yetkazib beradi. Natijada tevarak - atrofdagi tashqi olamni va organizm o'z ichki holatini adekvat "mos" aks ettirishi hosil bo'ladi. Sezgi a'zolari tashqi olamning inson ongiga olib kiradigan yo'llaridan biridir.

Sezgilarining nerv - fiziologik asoslari

Ma'lumki, sezgilar faqatgina tashqi ta'sirlar natijasida hosil bo'lmay, balki organizmning ichki holatida ham amalga oshiriladi. Sezgi nerv tizimining u yoki bu qo'zg'atuvchidan ta'sirlanuvchi reaksiyalari tarzida hosil bo'ladi va har qanday psixik hodisa kabi reflektorlik xususiyatiga egadir. Sezgilarning nerv - fiziologik asosini qo'zg'atuvchining o'ziga aynan nerv o'xshaydigan analizatorga ta'siri natijasida hosil bo'ladigan nerv jarayoni tashkil qiladi. Shuningdek, sezgilarning nerv fiziologik asosini o'rganishda **I.P.Pavlov** ta'biri bilan aytganda analizator apparati tashkil etadi.

Analizator - tashqi va ichki muhitdan keladigan ta'sirotlarni qabul qilib olib,

fiziologik jarayon bo'lgan qo'zg'alishni psixik jarayonga, ya'ni sezgilarga aylantiruvchi nerv mexanizmlari tizimi. Analizator apparati 3 qismdan tashkil topgan bo'lib, ular quyidagilardan iborat:

Ψ periferik (reseptor) - tashqi quvvatni nerv jarayoniga o'tkazadigan maxsus transformator qismi;

Ψ analizatorning periferik bo'limining markaziy analizator bilan bog'laydigan yo'llarni ochadigan afferent (markazga intiluvchi) va efferent (markazdan qochuvchi) nervlar;

Ψ analizatorning periferik bo'limlaridan keladigan nerv signallarining qayta ishlanishi sodir bo'ladigan qobiq osti va qobiq bo'limlari.

Analizatorning qobiq bo'limida reseptor hujayralarining asosiy qismi jamlangan o'zak, ya'ni markaziy qism va qobiqning turli joylarida ma'lum miqdorda mavjud tarqoq hujayra qismlaridan tarkib topgan tashqi qism bo'ladi. Analizatorning o'zak qismida reseptordan markazga intiluvchi nervlar joylashgan bo'lib, ko'plab hujayralardan iborat. Mazkur analizatorning periferik, ya'ni tarqalib ketgan qismlari boshqa analizatorlarning o'zaklari bilan yondosh sohalariga kiradi va alohida narsalarni izlash jarayonida butun bosh miya qobiqining katta qismi ishtirok etishiga erishiladi. Analizatorning o'zagi analiz va sintez qilish funksiyasini bajaradi, *masalan*, tovushlarning balandligi.

Tarqoq qismlar dag'al analiz funksiyalarni, *masalan* musiqiy ohang va tovushlarni farqlash bilan bog'liq bo'ladi.

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

Sezgilar tasnifi va turlari

Sezgilar qaysi a'zolar yordamida hosil qilinishiga qarab, quyidagi turlarga, ya'ni ko'rish, eshitish, hid bilish, ta'm bilish,

teri, muskul-harakat, organik sezgilarga ajratiladi. Ular sezgi a'zolari qacda joylashganligiga qarab tavsiflanadi.

Jahon psixologiyasi fanining so'nggi yutuqlari hamda atamalariga binoan sezgilar quyidagicha klassifikatsiya qilinadi. Ushbu tasniflanishning dastlabki ko'rinishi ingliz olimi **Ch.Sherringtona** taalluqlidir. U reseptorning qacda joylashganligiga qarab, sezgilarni uch turga bo'ladi.

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

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

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

Sezgilarining tasnifi va bu boradagi tadqiqotlarni tahlil qilamiz. Dastlabki mulohazalar interoeseptiv sezgilar u borasida rus psixologi **A.R.Luriya** tadqiqot ishini olib borgan. Uning fikricha, interoeseptiv sezgilar asl, tub, ma'nodagi sezgilar emas, balki emotsiyalar bilan sezgilar o'rtasidagi oraliq sezgilar sifatida namoyon bo'ladi. Psixologiya fanida mazkur sezgilar to'la o'rganilmaganligi sababli uni "*noma'lum hislar*" deb atalgan. Bu asosan ichki organlarning xastaliklarida vujudga keluvchi holatlarni diagnostika qilishda alohida ahamiyat kasb etadi.

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

Interoreseptiv sezgilar organizmdagi ichki jarayonlarni o'zaro o'rin almashtirish muvozanatini ta'minlab turishning asosi hisoblanadi.

Bu jarayonni bir so'z bilan aytganda, organizmdagi jarayonlarni o'zaro o'rin almashib turishning gemostazi (barqarorligi) deb ataladi. Shuningdek, mazkur sezgilar insonda yuzaga keladigan puls, zo'riqish, affekt holatlarini yo'qotish, tug'ilib kelayotgan mayllarni qondirish bilan bog'liq vazifani bajaradi. Natijada ichki tana a'zolarining faoliyatini izdan chiqarish holati yuz berishi mumkin.

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

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

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

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

Proprioseptorlar harakatning afferent asosi ekanligini **A.Orbeli** tomonidan,

hayvonlarda **P.K.Anoxin,** odamlarda esa **N.A.Bernshteynlar** tomonidan o'rganilgan.

Psixologik ma'lumotlarga ko'ra, gavdaning fazodagi holati, sezgirligi statik sezgilarda o'z ifodasini topadi. Uning markazi ichki quloq kanallarida joylashgan bo'lib, ular o'zaro bir-biriga perpendikulyar bo'shliqda tutash holatda yotadi. Masalan, bosh holatining o'zgarishi quyidagi sxemada ko'rish mumkin:

- a) endolimfa suyuqligiga bog'liq qo'zg'alish;
- b) eshitish nervi;
- v) vestibulyar nervi;
- g) bosh miya po'stining chakka bo'lmasi;
- d) miya apparatiga o'tadi;

Vestibulyator sezgi apparati ko'rish bilan bevosita aloqada bo'lib, fazoni mo'ljalga olish (orientirlash) jarayonida ishtirok etadi. Masalan, avtomobil yo'lidan o'tish va hokazo. Bu jarayon patologik holatda ham uchrashi mumkin.

Ekstroreseptiv sezgilar intermodal, nospesifik sezgi turkumlariga ham ajratiladi. Masalan, eshitish organi orqali 10-15 sekundga tebranishni sezish mumkin, lekin quloq bilan emas, balki suyaklar yordamida (miya qopg'og'i, tirsak, tizza uchlari) payqash - **vibrasiya sezgilari** deyiladi. Masalan, karlarni tovushlarni idrok qilishi. Odatda vibrasion sezgirlilik intermodal sezgi deb ham nomlanadi. Uning quyidagi ko'rinishlari qam mavjud:

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

Sezgining nospesifik shakliga terining foto sezgirligi kirib, u ranglarni, nozik

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

Interoreseptiv sezgilar organizmdagi ichki jarayonlarni o'zaro o'rin almashtirish muvozanatini ta'minlab turishning asosi hisoblanadi.

Bu jarayonni bir so'z bilan aytganda, organizmdagi jarayonlarni o'zaro o'rin almashib turishning gemostazi (barqarorligi) deb ataladi. Shuningdek, mazkur sezgilar insonda yuzaga keladigan puls, zo'riqish, affekt holatlarini yo'qotish, tug'ilib kelayotgan mayllarni qondirish bilan bog'liq vazifani bajaradi. Natijada ichki tana a'zolarining faoliyatini izdan chiqarish holati yuz berishi mumkin.

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

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

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

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

Proprioreseptorlar harakatning afferent asosi ekanligini **A.Orbeli** tomonidan,

hayvonlarda **P.K.Anoxin,** odamlarda esa **N.A.Bernshteynlar** tomonidan o'rganilgan.

Psixologik ma'lumotlarga ko'ra, gavdaning fazodagi holati, sezgirligi statik sezgilarda o'z ifodasini topadi. Uning markazi ichki quloq kanallarida joylashgan bo'lib, ular o'zaro bir-biriga perpendikulyar bo'shliqda tutash holatda yotadi. Masalan, bosh holatining o'zgarishi quyidagi sxemada ko'rish mumkin:

a) endolimfa suyuqligiga bog'liq qo'zg'alish;

b) eshitish nervi;

v) vestibulyar nervi;

g) bosh miya po'stining chakka bo'lmasi;

d) miya apparatiga o'tadi;

Vestibulyator sezgi apparati ko'rish bilan bevosita aloqada bo'lib, fazoni mo'ljalga olish (orientirlash) jarayonida ishtirok etadi. Masalan, avtomobil yo'lidan o'tish va hokazo. Bu jarayon patologik holatda ham uchrashi mumkin.

Ekstroreseptiv sezgilar intermodal, nospesifik sezgi turkumlariga ham ajratiladi. Masalan, eshitish organi orqali 10-15 sekundga tebranishni sezish mumkin, lekin quloq bilan emas, balki suyaklar yordamida (miya qopg'og'i, tirsak, tizza uchlari) payqash - **vibrasiya sezgilari** deyiladi. Masalan, karlarni tovushlarni idrok qilishi. Odatda vibrasion sezgirlilik intermodal sezgi deb ham nomlanadi. Uning quyidagi ko'rinishlari qam mavjud:

a) hid, ta'm va maza sezgilarida;

b) o'ta kuchli tovushda, o'ta yorqin yorug'likda;

v) uch xil ta'sirning uyg'unlashgan integrativ holatida;

Sezgining nospesifik shakliga terining foto sezgirligi kirib, u ranglarni, nozik

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

Interoreseptiv sezgilar organizmdagi ichki jarayonlarni o'zaro o'rin almashtirish muvozanatini ta'minlab turishning asosi hisoblanadi.

Bu jarayonni bir so'z bilan aytganda, organizmdagi jarayonlarni o'zaro o'rin almashib turishning gemostazi (barqarorligi) deb ataladi. Shuningdek, mazkur sezgilar insonda yuzaga keladigan puls, zo'riqish, affekt holatlarini yo'qotish, tug'ilib kelayotgan mayllarni qondirish bilan bog'liq vazifani bajaradi. Natijada ichki tana a'zolarining faoliyatini izdan chiqarish holati yuz berishi mumkin.

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

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

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

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

Proprioseptorlar harakatning afferent asosi ekanligini **A.Orbeli** tomonidan,

hayvonlarda **P.K.Anoxin,** odamlarda esa **N.A.Bernshteynlar** tomonidan o'rganilgan.

Psixologik ma'lumotlarga ko'ra, gavdaning fazodagi holati, sezgirligi statik sezgilarda o'z ifodasini topadi. Uning markazi ichki quloq kanallarida joylashgan bo'lib, ular o'zaro bir-biriga perpendikulyar bo'shliqda tutash holatda yotadi. Masalan, bosh holatining o'zgarishi quyidagi sxemada ko'rish mumkin:

- a) endolimfa suyuqligiga bog'liq qo'zg'alish;
- b) eshitish nervi;
- v) vestibulyar nervi;
- g) bosh miya po'stining chakka bo'lmasi;
- d) miya apparatiga o'tadi;

Vestibulyator sezgi apparati ko'rish bilan bevosita aloqada bo'lib, fazoni mo'ljalga olish (orientirlash) jarayonida ishtirok etadi. Masalan, avtomobil yo'lidan o'tish va hokazo. Bu jarayon patologik holatda ham uchrashi mumkin.

Ekstroreseptiv sezgilar intermodal, nospesifik sezgi turkumlariga ham ajratiladi. Masalan, eshitish organi orqali 10-15 sekundga tebranishni sezish mumkin, lekin quloq bilan emas, balki suyaklar yordamida (miya qopg'og'i, tirsak, tizza uchlari) payqash - **vibrasiya sezgilari** deyiladi. Masalan, karlarni tovushlarni idrok qilishi. Odatda vibrasion sezgirlilik intermodal sezgi deb ham nomlanadi. Uning quyidagi ko'rinishlari qam mavjud:

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

Sezgining nospesifik shakliga terining foto sezgirligi kirib, u ranglarni, nozik

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

Sezgi turlari

Psixologiya fanida uchta katta guruhga ajratilgan sezgilar (ekstroreseptiv, proprioreseptiv, introreseptiv) o'z navbatida quyidagi turlarga ajratiladi:

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

Ko'rish sezgilari

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

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

qismida yumaloq tiniq modda bo'lib, uni qorachiq deb ataymiz va u orqali ko'z ichiga yoruqlik nurlari kiradi.

Ko'zlarning uchinchi pardasi to'r parda deb nomlanib, u ko'z soqqasining deyarli butun ichki yuzasini qoplaydi. qorachiq bilan rangdor pardaning orqasida ikki tomoni qavariq, tiniq jism ko'z gavqari joylashgan bo'ladi. Yoruqlik nurlari unda to'planib, so'ng sinadi va to'r pardaga narsa yoki jismning aksi, surati tushadi.

Ko'z soqqasining gavqari bilan to'r parda o'rtasidagi butun ichki yuzasi shishasimon jism deb nomlanuvchi maxsus tiniq suyuqlik bilan qoplangan bo'ladi. To'r parda rang va yoruqlikni sezish uchun muhim ahamiyatga ega bo'lib, unda ko'ruv nervining tarmoqlari joylashgandir. Ushbu tarmoqlarning chekkadagi uchlarida tayoqcha va kolbachalar deb ataladigan maxsus nerv xujayralari mavjuddir. Inson ko'zini to'r pardasida 130 millionga yaqin tayoqchalar va kolbachalar deb ataladigan maxsus nerv hujayralari mavjuddir. Inson ko'zining to'r pardasida 130 millionga yaqin tayoqcha va 7 millionga yaqin kolbacha bor deb taxmin qilinadi. Kolbachalar yordami bilan xromatik, ya'ni kunduzgi ranglar ko'riladi.

Tayoqchalar yoruqlikni yaxshi sezuvchan bo'lib, xira va qorong'u paytlarda o'z funksiyasini bajaradi, axromatik ranglarni aks ettiradi.

To'r pardaning eng sezgir joyi - sariq dog'ning asosan, kolbachalar bilan markaziy chuqurchasi hisoblanib, unga qaysi narsaning aksi tushsa, xuddi shuni hammadan ravshanroq ko'ramiz. Obyektga tik qarash natijasida ko'z muskullari unga qaratiladi va aks ettiruvchining sur'ati sariq dog'ga tushadi. Bunday tarzda ko'rish to'g'ri ko'rish deyiladi.

Odam ko'zi ranglarning taxminan, 380 millimikrondan 780 millimikrongacha uzunlikdagi to'lqinlarning ta'sirini sezadi.

Uch rangli sezgi nazariyasining asosiy qoidalari 1756-yilda **M.V.Lomonosov** tomonidan bayon qilingan bo'lsa, 1856-yildan keyin nemis fizigi G.Gelmhols tomonidan uni to'la isbotlab berilgan.

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

Hozirgi zamon psixologiyasida ranglarni sezish yolg'iz to'r pardasidagi jarayonlar bilangina emas, balki miya po'stida yuzaga keladigan boshqa jarayonlar bilan ham bog'liq ekanligi to'g'risida ma'lumotlar mavjuddir. Zamonaviy ma'lumotlarga binoan tayoqchalarda ko'rish purpuri degan maxsus modda borligi isbotlangan. Ko'zga yorug'lik ta'siri etganda ko'rish purpuri kimyoviy yo'l bilan parchalanib, tarkibiy qismlarga bo'linadi va mazkur jarayon ko'rish nervini qo'zg'atib, yorug'lik sezgisini hosil qiladi va qorong'ulikda esa purpur funksional holatini qayta tiklaydi.

Eshitish sezgilari

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

Eshitish sezgilari organi quloq bo'lib, tashqi quloqlar suprasi bilan eshituv yo'lidan iborat. O'sha quloqlar nog'ora

parda va unga yopishgan uchta suyakcha: bolg'acha, sopdan va uzangidan tashkil topgan. Ichki quloq (quloq labirinti) o'zaro birlashmagan uchta bo'lakdan tuzilgan.

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

Ichki quloqlarning uchchala bo'limi endolimfa nomli suyuqlikdan iboratdir. Ichki quloqlarning asosiy qismi chiqanoqdan iborat bo'lib, uning ichida kortiy organ mavjud, u gumbaz shakliga ega bo'lib, asosida membrana joylashgan. Membrana uzunligi qisqarib boruvchi elastik tolalardan iborat bo'lib, ular tarang tortilgan to'rlarga o'xshaydi. Uning yuqori qismida maxsus, tayoqchasimon hujayralar mavjud va ular kortiy dugalari deb yuritiladi. Membrananing tolalari endolimfaga ingichka qo'llari bor maxsus hujayralar yordamida korniy dugalari orqali katta yarim sharlar po'stining bo'lagida joylashgan.

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

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

Hidli moddalar sezuvchi nervni qo'zg'aydi. hid bilish markazi bosh miya yarim sharlari orqa yuzasining pastki qismida mavjud deb taxmin qilinadi. Hidli moddalar hid bilish hujayralariga gaz holatida ta'sir etib, kimyoviy reaksiyalar yo'li

bilan ularni qo'zg'atadi. Oddiy gaz holatidagi hidli moddalar havo bilan nafas olish jarayonida burun havosiga kirib keladi, natijada aks ettirish holati hosil bo'ladi.

Ta'm bilish sezgilari

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

Teri sezgilari

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

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

Tuyish sezgilari organi teridagi va tashqi shilliq pardalardagi tuyish tanachalari deb nomlanuvchi

tanachalardan iborat. Tanachalarning ichida va qisman tashqarisida tuyish nervining chekka tarmoqlari mavjud, ular terida va shilliq pardalarda bir tekis taqsimlangan, barmoqlarning uchlari til uchida labda zich joylashgan, xuddi shu boisdan sezgirlik darajasi boshqalardan yuksakroqdir.

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

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

Muskul - harakat sezgilari, statik sezgilar

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

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

Statik sezgilar gavdaning fazodagi holatini sezish va muvozanat saqlash sezgilari deb ataladi. Gavdaning fazodagi holatini bilish va muvozanat saqlash sezgisi uchun ichki quloqdagi vestibulyar apparat reseptor vazifasini bajaradi. Vestibulyar apparat quloq dahlizi yarim doira kanallaridan tashkil topgan bo'ladi, sezuvchi nerv tarmoqlari esa gavdaning fazodagi harakatini va holatini boshqaradi. Gavda muvozanatini saqlashda alohida ahamiyat kasb etib, ular

endolimfada suzib yuradigan mayda ohaktosh kristallardan tashkil topgan.

Organik sezgilar

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

Ularga quyidagilar kiradi:

- a) Og'riq sezgilar;
- b) chanqoq sezgilari;
- v) noxush tuyg'ular;
- g) ochlikni sezish.

Sezgilarining umumiy qonuniyatlari

Sezgilarining yuzaga kelishi ma'lum qonuniyatlarning asosida yuz beradi. Sezgilar biror bir sezgi a'zosining qo'zg'alishidan hosil bo'ladi. Qo'zg'atuvchi reseptorga ta'sir etishi bilanoq sezgi hosil bo'lmaydi. Qo'zg'atuvchi ta'sir eta boshlagandan bir necha vaqtdan keyin sezgi hosil bo'ladi. Lekin sezgilarning har xil turlari faqat o'ziga xosligi bilan emas, balki ular uchun umumiy bo'lgan xususiyatlar bilan ham ifodalanadi. Sezgilarning sifati, jadalligi uzoq davom etishi va ko'p joylarda yuz berishi ana shunday xususiyatlar jumlasiga kiradi. quyida sezgilarning xususiyatlari yaqqol ifodalangan.

Sifat - mazkur sezgining asosiy xususiyati bo'lib, uni boshqa sezgi turlaridan farqlaydi va ayni shu sezgi turi doirasida o'zgarib turadi. Masalan, eshitish sezgisi past-balandligi, mayinligi, zo'rliigi bilan farq qiladi va hokazo.

Sezgining jadalligi uning miqdorini ifoda etadigan xususiyat bo'lib, ta'sir kelayotgan qo'zg'atuvchining kuchi va reseptorning funksional holati bilan belgilanadi. Sezgining davomiyligi uning vaqtinchalik xususiyati hisoblanadi. U ham sezgi a'zosining funksional holati bilan lekin asosan

qo'zg'atuvchining ta'sir qilish vaqti va ta'sirning jadalligi bilan belgilanadi. Qo'zg'atuvchi sezgi a'zosiga ta'sir qilishi bilanoq sezgi hosil bo'lmaydi, balki bir oz vaqt o'tgach hosil bo'ladi. Bu sezgining latent (yashirin) davri deb ataladi. Latent davri har xil sezgi turi uchun turlicha, masalan, taktil sezgilari uchun 130 millisekund bo'lsa, og'riq sezgisi uchun 370 millisekundan iborat.

Bilinar - bilinmas sezgi hosil qiluvchi qo'zg'atuvchining minimal kuchi sezgirlikning **quyi chegarasi** deyiladi. Sezgilarning quyi chegarasi analizatorning absolyut sezgirliigi darajasini aniqlaydi. Masalan, 1gramm qandni 1 piyola choydagi mazasi uncha sezilmaydi. 0.1 sm qog'ozni qo'l kaftiga qo'yilsa, uning og'irligi sezilmaydi. Sezgi chegarasining me'yori qanchalik kichik bo'lsa, mazkur analizatorning sezgirliigi shunchalik yuksak bo'ladi.

Formulasi $E = 1$

P1

E - sezgirlik P-qo'zg'atuvchining ta'sir me'yori.

Ko'rish va eshitish analizatorining sezuvchanligi juda yuksakdir. **S.I.Vavilov** (1851-1951)ning tajribalarida ko'rsatilganidek, kishining ko'zlari to'r pardagi bor yo'g'i 28 kvant atrofida nur tushgan taqdirda ham yoruqlikni ko'ra oladi. Tim qorong'ulikda 27 kilometr masofada yonib turgan shamni ko'rish qobiliyatiga egamiz. Ayni paytda badanimizga biror narsa tekkanini sezishimiz uchun ko'rish va eshitish sezgilari hosil bo'lishiga sarflanganiga nisbatan, 100-10000000 barovar zid quvvat talab qilinadi.

Analizatorning mutlaq sezuvchanligi sezgining faqat quyi emas, balki yuqori chegarasi bilan kifoyalanadi. Sezgining mutlaqo **yuqori sezuvchanligi** deb qo'zg'atuvchining kuch bilan ta'sir qilishiga aytiladi. Bunda ta'sir ko'rsatayotgan qo'zg'atuvchiga aynan o'xshaydigan sezgi hosil bo'ladi. Bizning reseptorlarimizga ta'sir qilayotgan qo'zg'atuvchilar kuchining yana ham oshishi og'riq sezgisini hosil qiladi.

endolimfada suzib yuradigan mayda ohaktosh kristallardan tashkil topgan.

Organik sezgilar

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

Ularga quyidagilar kiradi:

- a) Og'riq sezgilar;
- b) chanqoq sezgilari;
- v) noxush tuyg'ular;
- g) ochlikni sezish.

Sezgilarning umumiy qonuniyatlari

Sezgilarning yuzaga kelishi ma'lum qonuniyatlarning asosida yuz beradi. Sezgilar biror bir sezgi a'zosining qo'zg'alishidan hosil bo'ladi. Qo'zg'atuvchi reseptorga ta'sir etishi bilanoq sezgi hosil bo'lmaydi. Qo'zg'atuvchi ta'sir eta boshlagandan bir necha vaqtdan keyin sezgi hosil bo'ladi. Lekin sezgilarning har xil turlari faqat o'ziga xosligi bilan emas, balki ular uchun umumiy bo'lgan xususiyatlar bilan ham ifodalanadi. Sezgilarning sifati, jadalligi uzoq davom etishi va ko'p joylarda yuz berishi ana shunday xususiyatlar jumlasiga kiradi. quyida sezgilarning xususiyatlari yaqqol ifodalangan.

Sifat - mazkur sezgining asosiy xususiyati bo'lib, uni boshqa sezgi turlaridan farqlaydi va ayni shu sezgi turi doirasida o'zgarib turadi. Masalan, eshitish sezgisi past-balandligi, mayinligi, zo'rliги bilan farq qiladi va hokazo.

Sezgining jadalligi uning miqdorini ifoda etadigan xususiyat bo'lib, ta'sir kelayotgan qo'zg'atuvchining kuchi va reseptorning funksional holati bilan belgilanadi. Sezgining davomiyligi uning vaqtinchalik xususiyati hisoblanadi. U ham sezgi a'zosining funksional holati bilan lekin asosan

qo'zg'atuvchining ta'sir qilish vaqti va ta'sirning jadalligi bilan belgilanadi. Qo'zg'atuvchi sezgi a'zosiga ta'sir qilishi bilanoq sezgi hosil bo'lmaydi, balki bir oz vaqt o'tgach hosil bo'ladi. Bu sezgining latent (yashirin) davri deb ataladi. Latent davri har xil sezgi turi uchun turlicha, masalan, taktil sezgilari uchun 130 millisekund bo'lsa, og'riq sezgisi uchun 370 millisekundan iborat.

Bilinar - bilinmas sezgi hosil qiluvchi qo'zg'atuvchining minimal kuchi sezgirlikning **quyi chegarasi** deyiladi. Sezgilarning quyi chegarasi analizatorning absolyut sezgirliги darajasini aniqlaydi. Masalan, 1gramm qandni 1 piyola choydagi mazasi uncha sezilmaydi. 0.1 sm qog'ozni qo'l kaftiga qo'yilsa, uning og'irligi sezilmaydi. Sezgi chegarasining me'yori qanchalik kichik bo'lsa, mazkur analizatorning sezgirliги shunchalik yuksak bo'ladi.

Formulasi $E = 1$

P1

E - sezgirlik P-qo'zg'atuvchining ta'sir me'yori.

Ko'rish va eshitish analizatorining sezuvchanliги juda yuksakdir. **S.I.Vavilov** (1851-1951)ning tajribalarida ko'rsatilganidek, kishining ko'zlari to'r pardagi bor yo'g'i 28 kvant atrofida nur tushgan taqdirda ham yoruqlikni ko'ra oladi. Tim qorong'ulikda 27 kilometr masofada yonib turgan shamni ko'rish qobiliyatiga egamiz. Ayni paytda badanimizga biror narsa tekkanini sezishimiz uchun ko'rish va eshitish sezgilari hosil bo'lishiga sarflanganiga nisbatan, 100-10000000 barovar zid quvvat talab qilinadi.

Analizatorning mutlaq sezuvchanliги sezgining faqat quyi emas, balki yuqori chegarasi bilan kifoyalanadi. Sezgining mutlaqo **yuqori sezuvchanliги** deb qo'zg'atuvchining kuch bilan ta'sir qilishiga aytiladi. Bunda ta'sir ko'rsatayotgan qo'zg'atuvchiga aynan o'xshaydigan sezgi hosil bo'ladi. Bizning reseptorlarimizga ta'sir qilayotgan qo'zg'atuvchilar kuchining yana ham oshishi og'riq sezgisini hosil qiladi.

Sezgi a'zolari yordamida u yoki bu qo'zg'atuvchining faqat bor yo'qligini qayd etmasdan, balki qo'zg'atuvchilarning kuchiga va sifatiga qarab farqlay olishimiz mumkin. Sezgilar o'rtasidagi bilanar-bilinmas farqni hosil qiluvchi ikkita qo'zg'atuvchi o'rtasida mavjud bo'lgan minimal farq ajratish chegarasi yoki ayirma chegarasi deb ataladi.

Nemis fiziologi **E. Veber** (1795-1878) kishining o'ng va chap qo'llarida ko'tarib turgan ikkita narsaning qaysi biri og'irroq ekanligini aniqlay bilish qobiliyatini tekshirar ekan, farq ajratish sezgirligi mutloq emas, balki nisbiyligini qayd etgan edi. Bundan qo'shimcha qo'zg'atuvchining asosiy qo'zg'atuvchiga nisbatan doimiy o'lcham bo'lishi kerak, degan ma'no kelib chiqadi. Jumladan, qo'lda 100 gramm og'irlikdagi yuk turgan bo'lsa yukning bilanar-bilinmas og'irligini payqash uchun og'irlik 3.4 gramm atrofida oshirilishi kerak. Yukning og'irligi 1000 gramm bo'lgan taqdirda esa sezgi hosil qilishida salgina farq sezishi uchun og'irlik 33.3 gramm chamasi oshirilishi kerak. Shunday qilib, ilk qo'zg'atuvchining o'lchami qanchalik katta bo'lsa, unga qo'shimcha ham shunchalik katta bo'lishi lozim.

Farqlanishning boshlanishi mazkur analizator uchun doimiy bo'lgan nisbiy o'lchash bilan belgilanadi. Ko'rish analizatori uchun bu nisbat taxminan $\frac{1}{100}$ ni, eshitish analizatori uchun $\frac{1}{10}$ ni, taktil analizatori uchun, $\frac{1}{30}$ ni tashkil etadi. Bu holatni tajriba yo'li bilan tekshirish uning faqat o'rtacha kuchga ega bo'lgan qo'zg'atuvchilar uchun urinish ekanligini ko'rsatadi.

Nemis fizigi **G. Fexner** (1801-1887) Veber o'tkazgan tajribalarda olingan ma'lumotlarga asosanib, sezgilarning jadalligi qo'zg'atuvchining kuchiga bog'liqligini quyidagicha shaklida ifodalangan edi.

$$S = K \lg j + C$$

Bunda S - sezgining jadalligini, j - qo'zg'atuvchining kuchini, K va C konstantlar o'zgarmas, doimiyliigi va miqdorlarni bildiradi. Asosiy **psixofizik qonun** nomi bilan yuritiladigan qonun quyidagicha izohlanadi. *Sezgining jadalligi qo'zg'atuvchi kuchining logarifmiga proporsionaldir. Boshqacha qilib aytganda, qo'zg'atuvchining kuchi geometrik progressiya yo'li bilan osha borgan taqdirda sezgilarning jadalligi arifmetik progressiya yo'li bilan oshadi.* Bu qonun **Veber - Fexner** qonuni ham deb ataladi.

Ayirma sezuvchanlik yoxud farq ajratish sezuvchanligi ham farqlanish chegarasining o'lchamiga nisbatan teskari bog'lanishda bo'ladi; farqlanish chegarasi qanchalik katta bo'lsa, ayirma sezuvchanlik ham shunchalik kam bo'ladi.

Sezgilar chegarasining absolyut me'yori bilan belgilanadigan analizatorning sezgirligi barqaror bo'lmasdan qator fiziologik va psixologik shart-sharoitlar ta'siri ostida o'zgarib turadi. Ushbu shart-sharoitlar orasida adaptasiya (moslashish) hodisasi alohida o'rin egallaydi.

Adaptasiya - yoxud moslashuv - sezgi organlari sezgirligining qo'zg'atuvchi ta'siri ostida o'zgarishi demakdir.

Adaptasiya (yoki moslashish) ikki turga bo'linadi:

a) *negativ adaptasiya;*

b) *pozitiv adaptasiya.*

Pozitiv adaptasiyada kuchsiz qo'zg'atuvchi ta'siri ostida sezgirlik oshadi. Ko'rish analizatorida pozitiv adaptasiya, qorong'ulik adaptasiyasi deyiladi.

Negativ adaptasiya ikki xil bo'ladi:

a) *qo'zg'atuvchining davomiy ta'siridan sezgirlik yo'qoladi.* Masalan, qo'limizga yuk qo'yilsa sezamiz, ammo vaqt o'tishi bilan sezmay qolamiz.

b) *kuchli qo'zg'atuvchi ta'siridan sezgirlikning susayishi.* Masalan, qorong'u xonadan birdaniga chiqib qolsak, avvaliga hech narsa ko'rmaymiz, vaqt o'tishi bilan sezgirlik pasayib biz normal ko'ramiz.

Adaptasiya teri reseptorlarida tez yuzaga keladi. **I.P.Pavlov** fikricha, "Adaptasiya bosh miya po'stloq qismidagi muhofazalovchi tormozlanishi tufayli hosil bo'ladi". Haroratga, hidlarga nisbatan ham adaptasiya bo'ladi.

Sensibilizasiya - analizatorlarning o'zaro munosabati va mashq qilishi natijasida sezgirlikning kuchayishidir.

Sensibilizasiyaning adaptasiyadan farqi:

1. Adaptasiyada sezgirlik oshadi yoki kamayadi, sensibilizasiyada esa faqat oshadi;

2. adaptasiyada sezgirlikning o'zgarishi tashqi chegaralarga bog'liq bo'lsa, sensibilizasiyada psixologik, fiziologik holatlarga bog'liq bo'ladi.

Sinesteziya qo'zg'atuvchining bir analizatorga ta'siri bilan boshqa analizatorga xos sezgining paydo bo'lishidir. Ko'rish, eshitish sinesteziyasi ko'proq uchraydi. Sinesteziyalar har bir shaxs uchun doimiy bo'ladi. Masalan, kompozitorlardan Skrebin, A.F.Lest, N.Rimskiy Korsakovlarda "rangdor eshitish" qobiliyati bo'lgan. Demak, sinesteziya ikki sezgining bir sezgi bo'lib qo'shilishidir. "Masalan, "shirin so'z", "bag'ri tosh".

Sezgilar kontrasti qarama-qarshi sifatga ega bo'lgan bir vaqtdagi qo'zg'alish tufayli sezgirlikning o'zgarishidir. Masalan, tinch joyda tovush kuchliroq seziladi. Oqimtir fonda qora rang qoraroq, qoramtir fonda oq rang yana ham och bo'lib seziladi. Odam charchaganda sezgirlik pasayadi. harakat oshganda sovuqqa sezgirlik o'tkirlashadi. Sezgirlik kasbga ham bog'liq. Masalan, rassomlarda rang sezish, musiqachilarda tovush sezish va shu kabilar.

Sezgi borasidagi nazariyalar

Psixologiya fanida shunday ilmiy dalillar mavjudki, mobodo inson axborotlarning shaxobchasidan mahrum bo'lsa, u holda u uyqu faoliyatiga sho'ng'iydi. Masalan, teri tuyish sezgilari patologiyaga uchrasa, unda odam (ko'pincha vaqtincha muvaqqat) ko'rish, eshitish, hid sezgisidan mahrum

bo'lishi mumkin. Mobodo axborotlarni kuzatish shaxobchasi ilk bolalik yoshi davrida buzilsa, kar yoki ko'r bo'lib qolsa, u taqdirda uning aqliy rivojlanishida keskin to'xtalish, vaqtincha orqada qolish yuzaga keladi. Agar bola maxsus usul yoki uslubga o'rgatilmasa, tabiiy ravishda mavjud kamchiliklarning o'rnini to'ldirib bo'lmaydi.

Nemis faylasufi **Xristian Volf** "Rasional psixologiya" (1732-yil) va "Empirik psixologiya" (1734-yil) kitoblarida ongning ichki holati, aqliy fikr yuritishga qobiliyatning tabiiy moddiy asosi zamiridan kelib chiqib, tashqi olamdan kelib tushadigan axborotlar shaxobchasiga, ya'ni sezgi kanaliga hech qanday bog'liq emas, deb tushuntirishga harakat qildi. Sezgilarga mana bunday yondashish nazariyotchisi "fanga rasionalizm" tushunchasi bilan birga kirib keldi. X.Volf va uning tarafdorlari psixologik jarayonlar (sezgi, idrok, xotira va boshqalar) murakkab ijtimoiy tarixiy taraqqiyot mahsuli emas, degan g'oyani ilgari surdilar.

Shuning bilan birga "Ong", "Aql" tarixiy evalyusiya natijasi emas, deb inson psixikasiga o'zgacha yondashib, uni izohlab berish mushkul bo'lgan "birlamchi" xususiyat ekanligini tushuntirishga intiladilar. Mazkur nazariyaga asoslangan psixologlar insonning sezgilari uni tashqi olam bilan bog'lab turuvchi birdan bir shaxobcha ekanligini inkor qilishgacha borib yetdilar va voqelikni mana bunday tarzda izohlashga harakat qildilar; sezgilar insonni tashqi olamdan ajratib turadilar, ular atrof-muhit o'rtasidagi bartaraf qilib bo'lmaydigan devor hisoblanadilar. **Berkli, Yung, Myuller, Gelmols** singari olimlar sezgi organlarining "Spesifik energiyasi" nazariyasini ishlab chiqdilar. Bu g'oyaning asoschisi sifatida Iogann Myuller qat'iy pozisiyada turib, uni butun vujudi bilan himoya qilishga intildi. Ushbu nazariyaga binoan har qaysi sezgi a'zosi hoh quloq, hoh til, hoh teri bo'lishidan qat'iy nazar tashqi dunyoning ta'sirini aks ettirmaydi, atrof-muhitda bo'lib turgan real, jarayonlar yuzasidan axborotlar berishga qobil emas, faqat u tashqi

ta'sirdan shaxsiy jarayonlarning qo'zg'atuvchisidan turtki oladi, xolos. Mazkur nazariyaga ko'ra har bir sezgi a'zolari o'zining spesifik energiyasiga ega bo'lib, u har qanday ta'sirdan qo'zg'aladi. Masalan, ko'zni bosib, unga elektr toki bilan ta'sir qilib ko'rilsa, yorug'lik sezgisi hosil qilinadi. quloqqa elektr qo'zg'atuvchisi bilan ta'sir o'tkazilsa, u holda tovush sezgisi vujudga keladi. Binobarin, sezgi a'zolari tashqi ta'sirni aks ettirmaydi, balki ularning ta'siridan qo'zg'aladi. Inson hech qachon tashqi voqelikni, dunyoni obyektiv ta'sirlarini idrok qilmaydi, balki sezgi a'zolari faoliyatida o'zlarining shaxsiy subyektiv holatlarini aks ettiradi.

Sezgilarining reseptor nazariyasiga ko'ra reseptor sezgi a'zolari ularga ta'sir qiluvchi qo'zg'atuvchilarga nisbatan sust javob qaytaradi, sezgilar harakatga qarama-qarshi turuvchi sust jarayondir. harakatning o'zi esa aksincha faol (aktiv)dir.

Hozirgi davrda sezgilarining reseptor nazariyasi mutlaqo sezgi jarayonlarining fiziologik mexanizmini ochib berishga yaroqsiz ekanligi qator tadqiqotchilar tomonidan ishonchli omillarga suyangan holda ta'kidlab o'tilgandir.

Sezgi jarayonining faolligini tan oluvchi nazariya sezgilarining reflektor nazariyasi deb ataladi. hayvonlar va jonivorlarning sezgilari sust xususiyatga emas, balki tashqi olam ta'sirining biologik ahamiyatga molik jihatlarini faol ravishda ajratgan holda xatti-harakatni amalga oshiradilar. Masalan, asalari bir xil turkumdagi gullarga nisbatan aralash qollardagi gullarga faolroq javob reaksiyasini bildiradi. Mushuk sichqonning qimirlashiga e'tiborini kuchaytiradi, lekin xuddi shunga o'xshash kamerton tovushiga aslo parvo ham qilib qo'ymaydi.

Bu omillar shuni ko'rsatib turibdiki, birinchidan, sezgilar faollik xususiyatiga ega, ikkinchidan ularning vujudga kelishida harakat tarkiblari ishtirok etadi.

AQSHlik psixolog **Neffning** ta'kidlashicha, mikroskop ostiga olib teriga igna sanchilsa, xuddi shu uchastkada reflektor harakat reaksiyalari kuzatilgan: tomirning hisishi, teri galvanik

refleks, goho ko'z harakati, bo'yin muskullarining, taranglashuvchi qo'lning harakat reaksiyasi sodir bo'lishi mumkin.

Jahon psixologlari tomonidan narsalarning murakkab tomonlarini tanish, farqlash harakatning ishtirokisiz amalga oshmasligi ta'kidlab o'tilgan. Masalan, ko'zni yumib, jismni farqlash uchun qo'l bilan uni paypaslash kerak, aks holda uning holati, shakli, qattiq yoki yumshoqligi g'adir-budurligini bilib, sezib bo'lmaydi.

I.M.Sechenovning fikriga ko'ra jismni ko'z bilan idrok qilish uchun ko'z o'sha narsani "qidirsin", faqat shundagina maqsadga muvofiq harakat yuzaga chiqqan bo'ladi. Hozirgi davrda psixologiya fanida ko'z harakatlari nazariyasi ishlab chiqilgan bo'lib, ular makro va mikro ixtiyoriy va ixtiyorsiz ko'rinishlarga ajratiladi. Ular quyidagi nomlar bilan ifodalanadi:

Konvergent, divergent, gorizontal, vertikal, parsimon va boshqalar. Ko'z harakati yordami bilan fazoda o'rin almashib turgan jismlarni topish, bilib olish va idenfikasiyalash amalga oshiriladi. Ko'z harakatlari uch jufti tashqi muskullari, ya'ni miya bosh suyagining III, IV va VI juft nervlari orqali ro'yobga chiqadi, ko'zning makro va mikro harakatlari sezgining mexanizmi rolini bajarish imkoniyatiga ega.

Jahon psixologiya fani ma'lumotlariga qaraganda sezgilar atrof- muhit to'g'risida va o'zimiz haqimizda yagona bilish manbai sifatida xizmat qiladi. Sezgilar shunday bir axborot kanaliki, ular tashqi olamdan va ichki tana a'zolaridan keladigan barcha holatlar, taassurotlar xuddi shu yo'llar orqali miya po'stiga yetib boradi, insonga ta'sirlarga nisbatan to'g'ri javob reaksiyalari qaytarishga yordam beradi.

His etish yoki sezgining filogenetik taraqqiyoti shuni ko'rsatadiki, hayvonlarda ma'lum narsani sezish, his etish ularning biologik jihatdan zaruriyat ehtiyoj ekanligiga qarab rivojlangan.

Bu holatlar ko'pincha xorij olimlari tomonidan izchil ravishda o'rganilgan, ularning o'ziga xos omillar mexanizmlari mavjudligi ta'kidlab o'tilgan. Masalan, turli asalari xatti-harakatlari kuzatilganda, gulga o'xshash murakkab geometrik shaklga nisbatan asalarining differensirovkasi oson kechgan. Agarda shu murakkab geometrik shakl gullarga oid bo'lmasa, u holda arida differensirovka juda qiyinchilik bilan vujudga kelgan. Tadqiqotchi Bosning kuzatishicha, jonivorlar qurt-qumursqalarga xos bo'lgan tovushlarga nisbatan xuddi shu turdagi harakatlarga befarqlik bildirmagan, moboda tovushlar qattiq va tez sur'atda kechsa, ularga hech qanday e'tibor bermagan. Ushbu vazifani olim biologik shartlanganlikdan kelib chiqqan tabiiy ehtiyoj, instinkt bilan uzviy bog'lagan.

S.V.Kravkov (1893-1951) ma'lumotlariga ko'ra bir sezgi a'zolarining faoliyati ikkinchisining ta'siri tufayli o'zgaradi, tovush asosan ko'rish sezgisi, yorug'lik sezuvchanligini orttiradi, shunga o'xshash turli hidlar hamda yorug'lik va hid bilishga nisbatan sezgirlikni oshirishi yoki kamaytirishi mumkin. Bunday o'zaro ta'sir sababli miya ustuni yuqori qismi va ko'rish bo'rtiqlariga tegishli o'simtalarning yaqin joylashganligi tufayli boshqasiga o'tishi osonroq amalga oshadi.

Bundan tashqari sezgilarning o'zaro qo'zg'alishi va tormozlanishini o'rganish ham alohida ahamiyatga ega, chunki ayrim hollarda avtomatik boshqarish tufayli unga uchishda sun'iy sezgirlikning pasayishi yoki ortishi zarurati tug'iladi. **I.P.Pavlov** tomonidan analizatorlarning murakkab o'zaro ta'sir shakllari mavjud ekanligi qayd etilgandir. Ular bevosita bosh miya po'stida namoyon bo'lib, bir vaqtning o'zida ko'rayotgan jismni, eshitilayotgan tovushni, kelayotgan hidni sezishimizda o'z ifodasini topadi. Bu bosh miya po'stida kechadigan fiziologik jarayonlarni bosib o'tishi zarur bo'lgan zonalar perekretik zonalar deb nomlanadi. Sezgilarning klassifikatsiyasi ularning turli spesifik tavsiflariga, ya'ni

moddalligiga qarab emas, balki tashkil etilishining har xil darajalariga qarab ham ajratiladi.

Sezgilarni obyektiv yo'nalishi bo'yicha **Ye.N.Sokolov, Vinogradovlar** tekshirganlar va ular passiv jarayon emasligi, vegetativ elementlar fiziologik nafas olish tizimida o'zgarishga sabab bo'lishini tushuntirib berilgan. Ushbu vaqt reflektor o'zgarishlarni sezgining obyektiv ko'rsatkichi sifatida ishlashga imkoniyat yaratadi. Ma'lumki, sezgini paydo qiluvchi har bir qo'zg'atuvchi, reflektor jihatdan yuzaga keluvchi jarayonlarni chaqiradi, chunonchi tomirlarning torayishini, teri galvanik reflektorlarning paydo bo'lishi, teri qalinligining o'zgarishi miyaning elektr faoliyatining o'zgarishi, ko'zlarning qo'zg'atuvchi tomon burilishi kabilar. Bularning hamma sezgi jarayonlarning paydo bo'lishini o'z ichiga oladi. Xuddi shu sababdan ular sezgilarning obyektiv ko'rsatkichlari tariqasida xizmat qila oladi.

Tajribalarda shu narsa qayd etilganki, qo'zg'atuvchilar intensivligi oshgan sari javob reaksiyasi ham intensivroq bo'lib borar ekan. Bu esa sezgilarning intensivligini asos sifatida ishlatishga muhim negiz hozirlaydi. Tomir va elektrofiziologik reaksiyalar chegaralarga odatdagi qo'zg'atuvchilarga qaraganda yaqin qo'zg'atuvchilarga nisbatan keskinroq bo'ladi.

Tayanch tushunchalar

Adaptasiya (lot. *Adaptare* moslashtirmoq) - sezgi a'zolarining qo'zg'ovchi kuchiga moslashuvi natijasida muayyan sezgirlikning o'zgarishi.

Akkomodasiya (yunon. *Akkomodatio* - moslashish) - ko'zning turli masofadagi narsalarni ko'rishga moslashuvi.

Analizator (yunon. *Analisis* bo'laklarga ajratish) - murakkab neyrofiziologik tizim, odamga ta'sir etuvchi qo'zg'alishlarni idrok etish va uni tahlil qilish.

Afferentasiya (lot, afferens (afferentis) - keltiruvchi) - tashqi va ichki qo'zg'atuvchilar orqali sezgi a'zolariga ta'sir etish asosida paydo bo'lgan nerv tizimiga kelib turish jarayoni.

Binokulyar ko'rish - (lot bini - juft, okuliys - ko'z) - bitta obyektning o'zini har ikkala ko'z bilan barobar ko'rish.

Veber-Fexner qonuni - qo'zg'ovchi kuchning o'zgarishi bilan hosil bo'lgan muayyan sezgi kuchining o'zgarishi o'rtasidagi o'zaro munosabatni ifodalashdan iborat psixofiziologik qonun.

Vestibulyar apparat (lot. vestibultuu - boshlang'ich, apparatus - asbob) - fazodagi harakatlarning yo'nalishining holati va bunday harakatlar yo'nalishining o'zgarishini kuzatib baholab turishga yordam beradigan analizator (ichki quloqda joylashgan).

Interoreseptiv sezgilar - (lot. interior - ichki, redpiere - olmoq) - ichki a'zolariga joylashgan reseptorlar.

Kinestetik sezgi (yunon. kineo - hapakatga keltiraman) - o'z tana a'zolarining holati va xarakatini propreoreseptorlar ta'siri ostida sezish.

Sezgi - psixik aks ettirishning oddiy usuli tariqasida hayvonlarga ham, odamlarga ham xos xususiyat. Voqelikdagi narsa va hodisalarning ayrim belgi va xususiyatlarini bilib olishni ta'minlaydi.

Sezgi a'zolarining o'ziga xos quvvati - sezgi a'zolarining maxsus quvvati haqidagi qonun bo'lib, bu qonunga binoan sezgi a'zolari tashqi olamdagi narsa va hodisalarning ta'sirini aks ettirmay, balki sezgi a'zolarining o'ziga xos quvvatini qo'zg'ovchi tashqi turtki deb hisoblanadi (M.Myuller).

Sezgi chegarasi - sezgining mutloq chegarasi. Minimal kuchga ega bo'lgan qo'zg'ovchining bilinar - bilinmas ta'sirini sezishga sezgining kuchi chegarasi, qo'zg'ovchining eng yuqori kuchga ega bo'lgan ta'sirini sezishga - sezgining yuqori (maksimal) chegarasi deyiladi.

Sezgirlik - o'ta sezuvchanlik, sezgi a'zolarining o'ziga ta'sir etib turgan qo'zg'ovchilarning salgina yoki unchalik farq qilmaydigan ta'sirini ajrata olish qobiliyati.

Proprioreseptiv sezgilar (lot. proprius - xususiy, maxsus, recipere - qabul qilmoq) - tananing turli qismlaridagi holatlardan va ularning harakatlaridan darak beruvchi sezgilar.

Sensibilizasiya (lotin. sensibilis - sezuvchan) - ichki omillar ta'siri natijasida

analizatorlar sezgirligining ortib ketishi.

Sensor sezgilar (lot, sensus - sezgi, his) - sezgi a'zolariga taalluqli sezgilar. Sensorika sezgi va idrokni umumlashtiruvchi tushunchadir.

Sinesteziya (yunon. sineistcsus - birgalikda sezish) - turli xildagi sezgilarning o'zaro ta'siri natijasida qo'shib ketishi, (jumladan, eshitish va ko'ruv sezgilari va h.k.)

Ta'm bilish - sezgi turi (shirin, achchiq - chuchuk, tuzli). Analizator til o'zagidagi nerv tugunlari hamda bosh miya po'stloq qismidagi ta'm bilish markazidadir.

Farq qilish chegarasi - qo'zg'ovchilar o'rtasidagi bilinar - bilinmas farqni sezish. Bu avvalgi qo'zg'ovchilar bilan keyingi qo'zg'ovchilar o'rtasidagi qandaydir farq borligini seza olishda ifodalanadi.

Eksteroreseptiv sezgilar - tashqi olamdagi narsa va hodisalarning turli xususiyatlari haqida darak beruvchi sezgilar mas., ko'rish, eshitish, hid va ta'm bilishdan iborat tashqi sezgilar.

Hid bilish sezgisi - sezgi turi, xillarini aks ettirish jarayoni. Uning analizatori burun to'siqining shilliq pardasida joylashgan va uning markazi bosh miya po'stloq qismidadir.

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular

1. Sezgilar haqida umumiy tushuncha.
2. Sezgilarning tasnifi.
3. Sezgilarning turlari.

4. Sezgi sohasidagi qonuniyatlar.
5. Psixologiya fanida sezgi nazariyalari.
6. Veber-Fexner qonuni.

Test topshiriqlar

1. Sezgi bu ...

- A) eng oddiy psixik jarayon bo'lib, narsa va hodisalar o'ziga xos xususiyatlarini ongimizda aks etishidir
- B) o'tmishdagi voqea-hodisalarga munosabat
- V) sezgi organlarimizga ta'sir etib, ongimizda to'liq aks etishi
- G) esga tushirish, esda saqlash
- D) shaxs xulq-atvori, xususiyati

2. Insonning barcha sezgilari qaysi sifatlarga qarab klassifikatsiya qilinadi?

- A) ekstroseptiv, introseptiv, proprioseptiv
- B) interaktiv, kommunikativ
- V) ekstroseptiv, perseptiv
- G) interoseptiv, perseptiv
- D) ekstroseptiv, kommunikativ

3. Ekstroseptiv sezgilarga qanday sezgilar kiradi?

- A) ta'm bilish
- B) hid bilish
- V) teri
- G) ko'rish, eshitish
- D) barcha javoblar to'g'ri

4. Eshitish sezgilarining sifati qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) ovoz balandligi
- B) ovozning kuchi
- V) ovoz teberi

- G) kortiyev markazlari
- D) ovoz balandligi va ovozning kuchi

5. Sezgi qonuniyatlari qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) birlik
- B) doimiylik
- V) davomiylik
- G) sezgi ostonasi
- D) barcha javoblar to'g'ri

6. Sezgining kuchi nimaga bog'liq?

- A) ta'sir kuchiga
- B) himoya kuchiga
- V) eshitish sezgisi
- G) ko'rish sezgisiga
- D) his qilish sezgisiga

7. Interoseptiv sezilar bu ...

- A) idrok va sezgining birligi
- B) organik sezgilar
- V) kinetik sezgilar
- G) vestibulyar apparat
- D) to'g'ri javob yo'q

8. Sezgi kuchi ta'sir etuvchi kuchiga logorifmik proporsionaldir mazkur qonun mualliflari qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) Sechenov, Davidov
- B) Dubrovin, Pavlov
- V) Veber-Fexner
- G) Kuzmina-Lichko
- D) Mexler-Kabanova

9. Sezgilar xususiyati qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) adaptasiya, sensibilizasiya, senesteziya

- B) strukturaviyligi
- V) predmetligi
- G) konstantligi
- D) mantiqiyligi, konstantligi

10. Sezgi organlarini ularga ta'sir etuvchi stimullarga moslashish bu...

- A) sensibilizasiya
- B) senesteziya
- V) adaptasiya
- G) konstantligi
- D) interoseptiv

11. Sensibilizasiya bu...

- A) bir sezgiga ta'sir etuvchi qo'zg'atuvchilar yig'indisi
- B) mashq qilishi natijasida sezgi organlarini sezuvchanligi ortishi
- V) ko'z gavqarini moslashishi
- G) predmetlarni u haqidagi ma'lumotlarni jamlangan holati
- D) to'g'ri javob yo'q

12. Bir sezgiga ta'sir etuvchi qo'zg'atuvchi ikkinchi sezgini yuzaga kelishiga sabab bo'ladi. Mazkur qonuniyat nima deb ataladi?

- A) adaptasiya
- B) konstantligi
- V) senesteziya
- G) sensibilizasiya
- D) kommunikativlik

13. Adaptasiya turlari:

- A) negativizm, kommunikativ
- B) pozitiv, negativ
- V) subyekt, obyektiv
- G) taktik negativ

- D) ta'm bilish, eshitish

14. Qorni ochlikni, chanqashni sezish qaysi sezgi turiga oid?

- A) to'yish
- B) organik
- V) eshitish
- G) ta'm bilish
- D) teri sezgisi

15. Ekstroresetiv sezgilar modallikdan tashqari yana qanday turkumlarga ajratiladi?

- A) Proporozeptiv
- B) Interoseptiv
- V) Vestibulyator
- G) Intermodal nospesifik
- D) barcha javoblar to'g'ri

16. Psixologik ma'lumotlarga ko'ra gavdaning fazodagi holati, qaysi sezgilar orqali seziladi?

- A) Statik sezgilar
- B) Ekstroreseptiv sezgilar
- V) Interoseptiv.
- G) Nospesifik
- D) Barcha javoblar to'g'ri

17. Terining foto sezgirliigi kim tomonidan kashf qilingan?

- A) I. Myuller
- B) A.N. Leontev
- V) I. Pavlov
- G) A. Orbeli, A.R. Luriya
- D) P.X. Anoxin

18. Vibrasiya sezgilar qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) Ko'rish, eshitish
- B) hidlash, teri sezgilari
- V) Payqash
- G) Payqash, maza- ta'm
- D) Ko'rish, eshitish hidlash, teri sezgilari

19. "Ong" va "Aql" tarixiy evolyutsiya natijasi emas, deb inson psixikasiga o'zgacha yondashuv uni izohlab berish mumkin bo'lgan birlamchi xususiyat ekanligini ilgari surgan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) I.Pavlov
- B) A.Orbeli
- V) Volf
- G) A.R.Luriya
- D) X.Volf, I.Pavlov

20. Psixologiya tarixida "subyektiv idealizm" degan yo'nalish ham yuzaga kelgan bo'lib, ungacha, inson fakat o'ziligini biladi xolos. Bu nazariya o'ziga xos g'oyaga ega bo'lib fan tarixida kanday nom olgan?

- A) Spesifik
- B) Vestibulyator
- V) Nospesifik
- G) Solipsizm
- D) to'g'ri javob berilmagan

21. Psixologiyada ko'zning tur pardasida rangni sezadigan necha xil xususiyatli element bor deb aytiladi?

- A) 5 xil
- B) 6 xil va undan ortiq
- V) 14 xil
- G) 2 xil
- D) 3 xil

22. Tuyish sezgilar fizologik asosi bosh miyaning qaysi qismida joylashgan?

- A) Chap po'stloq qismida
- B) Bosh miya katta yarim sharlarida
- V) Ong ostida.
- G) Bosh miya po'stining orqadagi markaziy pushtasida
- D) Chap po'stloq qismida bosh miya po'stining orqadagi markaziy pushtasida

23. A.R.Luriya fikrich Sezgilar asl, tub ma'nodagi sezgilar emas, balki emotsiyalar bilan sezgilar o'rtasidagi oraliq sezgilar sifatida namoyon bo'ladi, mazkur ta'rifda kaysi sezgi turi ko'zda tutilgan?

- A) Ekstroreseptiv
- B) Interoseptiv
- V) Proprorseptiv
- G) Ekstroreseptiv interoseptiv
- D) To'g'ri javob yo'q

24. Birinchi turkum sezgilariga nimalar kiradi?

- A) Ko'rish, eshitish, hid bilish, ta'm bilish, teri tuyush
- B) Nerv sistemasi, ko'rish
- V) Ta'm bilish, harakat sezgilari
- G) Teri orqali sezish
- D) Orqa miyadan chiquvchi segmentar qism

25. Sezgilar klassifikatsiyasi dastlabki kim tomonidan ishlab chiqilgan?

- A) A.R.Luriya
- B) I.Pavlov
- V) A.Orbeli
- G) Ch.Sherrington
- D) N.A.Bernshteyn

26. Introseptiv sezgilarning fiziologik mexanizmlari kim tomonidan o'rganilgan?

- A) P.K. Anoxin, A. Orbeli
- B) N.A. Bernshteyn
- V) K.M. Bikov, V.N. Chernigovskiy
- G) A. Orbeli, K.M. Bixov
- D) A.R. Luriya, P.K. Anoxin

27. Qaysi analizatorda pozitiv adaptasiya qorong'ulik adabtasiyasi deb ataladi?

- A) Ko'rish
- B) Eshitish
- V) Ta'm bilish
- G) Hid bilish
- D) Organik

28. Periferik reseptorlarda tanachalar nima deb nomlanadi? joylashgan maxsus

- A) Puchchini
- B) Afferent
- V) Eshitish nervi
- G) Uch tarmoqli nerv
- D) Teri yuzasida eshitish nervi

29. Inson qaysi sezgi turidan mahrum bo'lsa, u uyqu holatiga shung'iydi?

- A) Teri tuyush sezgilaridan
- B) Axborotlar shoxobchasidan
- V) Ko'rish, eshitishdan
- G) Hid bilishdan
- D) Hid bilish va teri tuyushdan

30. Sezgilarning nospesifik shakliga ko'ra terining foto sezgilarini, ranglarni nozik jilolarini ajratish qanday ruyobga chiqadi?

- A) Bosh miyadan chiquvchi
- B) Teri tuyush orqali segmentar qism orqali.
- V) Ko'rish orqali
- G) Qo'l uchlari bilan sezish orqali
- D) Teri tuyush orqali segmentar qism orqali, qo'l uchlari bilan sezish orqali

Nazorat savollari

1. Sezgi tushunchasining mazmunini izohlang.
2. Sezgilarning nerv fiziologik asoslari nimalar bilan belgilanadi?
3. Sezgi qanday asosga ko'ra klasifikatsiya qilingan?
4. Sezgilarning turlarini sanang?
5. Sezgi sohasidagi qonuniyatlarni izohlang.
6. Psixologiya fanida sezgi nazariyalarining mohiyatini izohlang.

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan adabiyotlar

1. Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии. — М.: «Просвещение», 1986.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учебное пособие для вузов. — М.; ЧеРо, 1997.
3. Davletshin M. G. Umumiy psixologiya. — T.: 2002.
4. Джемс В. Психология. — М.: 1991.
5. Запорожец А. В. Избранные психологические труды: В 2-х т. Т. Психическое развитие ребенка / Под ред. В. В. Давыдова, В. П. Зинченко. — М.: Педагогика, 1986.
6. Karimova V. M. Psixologiya. — T.: 2002.
7. Крылова А. Л. Функциональная организация слуховой системы: Учебное пособие. — М.: Изд-во МГУ., 1985.
8. Лурия. А. Р. Ощущения и восприятие. — М.: Изд-во МГУ., 1975.

9. Маклаков А. Г. Общая психология. — М.: "Питер", 2003.
10. Немов Р. С. Психология: Учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3-х кн. Кн. 1: Общие основы психологии. — 2-е изд. — М.: Владос, 1998.
11. Общая психология: Курс лекций / Сост. Е. И. Рогов. — М.: Владос, 1995.
12. Psixologiya qisqacha izohli lug'at. — T.: 1998.
13. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: «Питер», 1999.
14. Turg'unov Q. Psixologiya terminlarining ruscha-o'zbekcha izohli lug'ati. - T.: «O'qituvchi» nashriyoti, 1975.
15. Umumiy psixologiya (A.V.Petrovskiy tahriri ostida). — T.: «O'qituvchi», 1992.
16. G'oziyev E. G'. Umumiy psixologiya 1-2 kitob. — T.: 2002.

IDROK

Idrok haqida tushuncha

Idrok sezgilarga nisbatan murakkab va mazmundor psixik jarayon bo'lib, barcha ruhiy holatlar, xususiyatlar, xossalar va inson ongining yaxlit mazmuni egallangan bilimlar, tajribalar, ko'nikmalar bir davrning o'zida namoyon bo'ladi, aks ettirishda ishtirok etadi.

Idrok sezgiga nisbatan bir muncha murakkabroq, to'laroq aks ettirish jarayoni bo'lib, sezgi a'zolarimizga ta'sir etib turgan narsa va hodisalarni butun belgi hamda xususiyatlari bilan butunligicha, ya'ni yaxlit aks ettirishdan iboratdir. Masalan, olmani ko'rgan paytimizda uning shakli, rangi, ta'mi, hidi va navi bilan birgalikda bir butun narsa tarzida idrok etamiz. Demak, idrok qilish jarayonida deyarli barcha sezgilarimiz qatnashadi.

Shuning uchun ham idrok sezgiga nisbatan ancha murakkab aks ettirish jarayonidir.

Shaxs tevarak-atrofdagi narsa va hodisalarning faqat ayrim xossalarini ongda aks ettirib qolmaydi, balki ularning barcha xossalarini birgalikda bir butun holda ham aks ettiradi.

Psixologik adbiyotlarda idrok tushunchasiga turlicha ta'riflar uchraydi. Jumladan M.Vohidovning "Psixologiya" darsligida **idrok** deb sezgi a'zolarimizga ta'sir etayotgan narsa va hodisalarni yaxlit holicha aks ettirishga aytiladi, deb keltiriladi.

V.Karimovanning "Psixologiya" o'quv qo'llanmasida **idrok** bu bilishimizning shunday shakli, u borliqdagi ko'plab xilma-xil predmet va hodisalar orasida bizga ayni paytda kerak bo'lgan obyektning xossa va xususiyatlari bilan yaxlit tarzda aks ettirishimizni ta'minlaydi.

Keltirilgan ta'riflardan kelib chiqqan holda idrokka quyidigicha ta'rif berish mumkin: **Idrok**-deb sezgi a'zolariga

bevosita ta'sir etib turgan narsa-hodisalar obrazlarini kishi ongida bir butun holda aks ettirilishiga aytiladi.

Kishi narsa-hodisalarning ayrim xossalarini sezadi. Uni bir butun holda idrok qiladi. Chunki narsa va xossa bir-biridan ajralgan holda mavjud bo'lmaydi. Odam narsalarni idrok qilayotganda uning ayrim xossalarini sezadi. Masalan: chaqmoq qandni idrok qilinadi, uning shirinligi seziladi. quyoshni idrok qilinadi, uning issiqligi seziladi va boshqalar.

Idrok qo'zg'atuvchilarning ayrim xususiyatlarini aks ettiruvchi sezgilardan farq qilib, narsani butunligicha, yaxlitligicha, uning hamma xususiyatlari bilan birgalikda aks ettiriladi. Shuning uchun idrok ayrim sezgilarning oddiy yig'indisidan iboratdir, degan xulosa chiqarib bo'lmaydi. Idrok o'ziga xos tuzilishga ega bo'lgan hissiy bilishning sifat jihatidan yangi yuksakroq bosqichidir.

Idrokning muhim tomonlaridan biri - uning xususiyatlarini turli jabhalar, vaziyatlar, sharoitlarda namoyon bo'lishidir. Idrokning muhim xususiyatlaridan biri - bu faol ravishda bevosita aks ettirish imkoniyatining mavjudligidir. Odatda insonning idrok qilish (perseptiv) faoliyatini uning o'zlashtirilgan bilimlari, to'plagan tajribalari shuningdek, murakkab analitik-sintetik harakatlar tizimi zahirida yuzaga keladi.

Idrokning yana bir muhim xususiyati, uning narsa va hodisalarni umumlashgan holda aks ettirilishidir. Ma'lumki, inson psixikasiga kirib borayotgan ko'p qirrali, ko'p yoqlama amallari idrok qilish bilan cheklanib, chegaralanib qolmasdan, balki o'sha majmua aniq qism yoki hodisa sifatida baholanadi.

Idrokning navbatdagi xususiyati uning harakatchanligi va boshqaruvchanligidir. Masalan: toshko'mir yoruqlikda yoqdu sochadi, oq qog'ozdan ko'proq nur balqiydi. Lekin inson bu narsalarni "qora" va "oq" deb idrok qiladi, vujudga kelgan bevosita subyektiv taassurotlarga nisbatan o'zgartirishlar, tuzatishlar kiritadi.

Idrok jarayonida deyarli barcha sezgilarimiz ishtirok etsa ham idrok sezgilarimizning oddiy yig'indisidan iborat deb bo'lmaydi. Idrok jarayonida turli sezgilarimizdan tashqari odamning shu paytgacha orttirilgan turmush tajribasi ham ishtirok etadi. Odam o'z turmush tajribasida juda ko'p narsa va hodisalarni takror-takror idrok qilgani tufayli odamning idroki anglanilgan xarakatlarga egadir. Shuning uchun yetarli turmush tajribasiga ega bo'lgan odam (ya'ni katta yoshli odamlar) idrok qilayotgan narsasi nima ekanligini anglashga yordam beradi. hech qanday turmush tajribasiga ega bo'lmagan odam, (ya'ni chaqaloq, bolalar) idrok qilayotgan narsasi nima ekanini hali mutlaqo bilmaydi.

Idrok jarayoni shunchaki oddiy aks ettirishdan iborat emas. Idrok jarayonida odamning diqqati, xotirasi, tafakkuri, xayoli, hissiyoti va irodasi ishtirok etadi. Chunonchi, odam diqqatini qaratmasdan (yo'naltirmasdan) birorta narsani ham mutlaqo idrok eta olmaydi.

Diqqat qaratilgandagina ta'sir etayotgan narsa va hodisalarni ravshan idrok etamiz. Idrok jarayonida odamning ilgari orttirgan turmush tajribasi ishtirok qilar ekan, binobarin idrok jarayoni odamning xotirasi bilan bog'liqdir.

Idrokda har doim xususan tanish jarayoni ishtirok etadi. Tanish jarayoni qatnashayotganini tufayli odam idrok qilayotgan narsalarini darrov anglab ola biladi. Mashhur rus fizologlaridan **I.I.Sechenovning** ta'kidlashicha, odam hozirgi idrokidan hosil bo'lgan obrazlar ilgari idrokklarida vujudga kelgan va xotirasida saqlanib qolgan obrazlar bilan taqqoslab ko'radi. Agar hozirgi idrokdan hosil bo'lgan obraz ilgari xuddi shu narsani idrok qilishdan vujudga keltirilgan obrazga

to'la mos kelsa, ayni choqda idrok qilayotgan narsasini taniydi. Aksincha, agar hozirgi idrokdan hosil bo'lgan obraz ilgari obrazga mos kelmasa, ya'ni ayni chog'da idrok qilayotgan narsani odam tanimasa idrok davom ettirila beradi. Idrok jarayonida nutq va tafakkurning qatnashishi shunda namoyon bo'ladiki, har bir idrok nihoyasiga borib, hukm

shaklida, ya'ni chigal gap shaklida ifodalanadi. Chunonchi odamni yoki biror idishni idrok qilayotganimizda idrokimizni, "bu piyola" deb tugallaymiz. Narsalarning nomini atash bilan idrokimizning mazmunini ravshanlashtiramiz. Agar idrok jarayonida narsalarning nomini atay olmasak, ya'ni idrok qilayotgan narsalar bizga notanish qandaydir yangi narsalar bo'lsa, unday paytda idrok jarayonidagi tafakkur faollashib ketadi. Odam idrok qilayotgan narsasi nima ekanligi haqida o'ylay boshlaydi.

Idrok jarayonida xayolning qatnashishi shunda ko'rinadiki, odam o'zidan allanimalarni qo'shib, idrok qilayotgan narsasidan hosil bo'lgan obrazning mazmunini kengaytirib yuboradi. Masalan, osmondagi to'da-to'da bulutlarga qarab, ularning shaklini nimalargadir o'xshatish mumkin. Idrok jarayonida xayolning ishtirok qilishi, xususan, bolalarda yaqqol ko'rinadi.

Idrok jarayonida his-tuyg'ularning ishtirok qilishi shu idrok qilayotgan narsalarimizga nisbatan hosil bo'ladigan munosabatlarimizda ko'rinadi.

Odam idrok qilayotgan hamma narsalarga nisbatan bir xilda munosabatda bo'lmaydi. Agar odam ilgari biror narsani idrok qilayotgan paytda qattiq xafa bo'lgan, kayfiyati buzilgan bo'lsa, shu narsani yana ikkinchi marta idrok qilganda yana hissiyotlarga nisbatan bo'lsa ham sodir bo'ladi.

Bundan tashqari idrok hissiy holatning ishtiroki yana shunda ochiq ravshan ko'rinadiki, odam qattiq qo'rqinch hissini boshidan kechirayotgan paytda idroki yanglish bo'ladi, ya'ni kuchli hissiy holat ta'sirida ayrim narsalar boshqacha bo'lib ko'rinadi.

Chunonchi, kechasi qorong'i ko'chada qo'rqib kelayotgan odamga ro'parasidagi to'nka pisib, poylab, o'tirgan odamga o'xshab ko'rinadi. Shuning uchun ham "qo'rqqanga qo'sha ko'rinar" degan xalq maqoli bejiz aytilgan emas. Aksincha, odamning kayfiyati choq, xursand paytida hamma idrok qilayotgan narsalari chiroyli va yoqimli bo'lib tuyuladi.

Ma'lumki, idrok sezgi a'zolari asosida vujudga keladi. Har bir idrok jarayonida bir necha sezgi a'zosi ishtirok etadi. Lekin ulardan biri eng muhim o'rinda turadi. Masalan, suratni idrok qilishda ko'rish organi, musiqa va nutqni idrok qilishda eshitish organi yetakchilik qiladi. Idrok jarayonida qaysi sezgi a'zosining yetakchilik rolini o'ynashiga qarab, idrokni bir necha turlarga ajratish mumkin. Masalan, ko'rish idroki, eshitish idroki, hid bilish idroki, ta'm bilish idroki va boshqalar. Bundan tashqari idrokning aralash turi ham mavjud bo'lib, bunda bir necha analizator birgalikda ishtirok etadi. Masalan, kinofilmni idrok qilishda ko'rish va eshitish sezgisi ishtirok etadi. Tevarak atrofdagi narsa va hodisalar bir-biriga bog'liq. Ular muayyan makonda ma'lum vaqtda sodir bo'ladi. Shuningdek, ular bir-birlariga va idrok qiluvchiga nisbatan ma'lum munosabatda shakl, hajm va boshqa xossalarga egadir.

Sezgilar eng oddiy elementar psixik jarayondir. Idrok esa sezgilarga qaraganda murakkab psixik jarayon qisoblanadi. Idrokning murakkabligi quyidagilarda ifodalanadi:

✓ Har bir idrok tarkibiga ayni vaqtda bir necha sezgi kiradi. Masalan, qovunni idrok qilish, bunda quyidagi sezgilar ishtirok etadi, qovunning shakli va rangini aks ettiruvchi ko'rish sezgisi, hidini aks ettiruvchi hid sezgisi, mazasini aks ettiruvchi ta'm bilish sezgisi, harakatini aks ettiruvchi teri sezgisi va boshqalar. Bu sezgilar tahlil yordamida ajratib olinadi va idrokning perseptiv tomonini tashkil qiladi. Ular ishtirokida narsaning barcha xossalari bir butun holda aks ettiriladi. Bu esa idrokning perseptiv tomonini tashkil qiladi.

✓ Har bir idrok tarkibiga kishining o'tmishda hosil qilingan bilim va tajribalari kiradi.

Idrokning nerv fiziologik asosi

Idrok ham sezgi kabi reflektor jarayon hisoblanadi. I.P.Pavlov bo'yicha idrokning negizini tevarak-atrofimizdagi narsa va hodisalar reseptorlarga ta'sir etishi natijasida bosh

shaklida, ya'ni chigal gap shaklida ifodalanadi. Chunonchi odamni yoki biror idishni idrok qilayotganimizda idrokimizni, "bu piyola" deb tugallaymiz. Narsalarning nomini atash bilan idrokimizning mazmunini ravshanlashtiramiz. Agar idrok jarayonida narsalarning nomini atay olmasak, ya'ni idrok qilayotgan narsalar bizga notanish qandaydir yangi narsalar bo'lsa, unday paytda idrok jarayonidagi tafakkur faollashib ketadi. Odam idrok qilayotgan narsasi nima ekanligi haqida o'ylay boshlaydi.

Idrok jarayonida xayolning qatnashishi shunda ko'rinadiki, odam o'zidan allanimalarni qo'shib, idrok qilayotgan narsasidan hosil bo'lgan obrazning mazmunini kengaytirib yuboradi. Masalan, osmondagi to'da-to'da bulutlarga qarab, ularning shaklini nimalargadir o'xshatish mumkin. Idrok jarayonida xayolning ishtirok qilishi, xususan, bolalarda yaqqol ko'rinadi.

Idrok jarayonida his-tuyg'ularning ishtirok qilishi shu idrok qilayotgan narsalarimizga nisbatan hosil bo'ladigan munosabatlarimizda ko'rinadi.

Odam idrok qilayotgan hamma narsalarga nisbatan bir xilda munosabatda bo'lmaydi. Agar odam ilgari biror narsani idrok qilayotgan paytda qattiq xafa bo'lgan, kayfiyati buzilgan bo'lsa, shu narsani yana ikkinchi marta idrok qilganda yana hissiyotlarga nisbatan bo'lsa ham sodir bo'ladi.

Bundan tashqari idrok hissiy holatning ishtiroki yana shunda ochiq ravshan ko'rinadiki, odam qattiq qo'rqinch hissini boshidan kechirayotgan paytda idroki yanglish bo'ladi, ya'ni kuchli hissiy holat ta'sirida ayrim narsalar boshqacha bo'lib ko'rinadi.

Chunonchi, kechasi qorong'i ko'chada qo'rqib kelayotgan odamga ro'parasidagi to'nka pisib, poylab, o'tirgan odamga o'xshab ko'rinadi. Shuning uchun ham "qo'rqqanga qo'sha ko'rinar" degan xalq maqoli bejiz aytilgan emas. Aksincha, odamning kayfiyati choq, xursand paytida hamma idrok qilayotgan narsalari chiroyli va yoqimli bo'lib tuyuladi.

Ma'lumki, idrok sezgi a'zolari asosida vujudga keladi. Har bir idrok jarayonida bir necha sezgi a'zosi ishtirok etadi. Lekin ulardan biri eng muhim o'rinda turadi. Masalan, suratni idrok qilishda ko'rish organi, musiqa va nutqni idrok qilishda eshitish organi yetakchilik qiladi. Idrok jarayonida qaysi sezgi a'zosining yetakchilik rolini o'ynashiga qarab, idrokni bir necha turlarga ajratish mumkin. Masalan, ko'rish idroki, eshitish idroki, hid bilish idroki, ta'm bilish idroki va boshqalar. Bundan tashqari idrokning aralash turi ham mavjud bo'lib, bunda bir necha analizator birgalikda ishtirok etadi. Masalan, kinofilmni idrok qilishda ko'rish va eshitish sezgisi ishtirok etadi. Tevarak atrofdagi narsa va hodisalar bir-biriga bog'liq. Ular muayyan makonda ma'lum vaqtda sodir bo'ladi. Shuningdek, ular bir-birlariga va idrok qiluvchiga nisbatan ma'lum munosabatda shakl, hajm va boshqa xossalarga egadir.

Sezgilar eng oddiy elementar psixik jarayondir. Idrok esa sezgilarga qaraganda murakkab psixik jarayon qisoblanadi. Idrokning murakkabligi quyidagilarda ifodalanadi:

✓ Har bir idrok tarkibiga ayni vaqtda bir necha sezgi kiradi. Masalan, qovunni idrok qilish, bunda quyidagi sezgilar ishtirok etadi, qovunning shakli va rangini aks ettiruvchi ko'rish sezgisi, hidini aks ettiruvchi hid sezgisi, mazasini aks ettiruvchi ta'm bilish sezgisi, harakatini aks ettiruvchi teri sezgisi va boshqalar. Bu sezgilar tahlil yordamida ajratib olinadi va idrokning perseptiv tomonini tashkil qiladi. Ular ishtirokida narsaning barcha xossalari bir butun holda aks ettiriladi. Bu esa idrokning perseptiv tomonini tashkil qiladi.

✓ Har bir idrok tarkibiga kishining o'tmishda hosil qilingan bilim va tajribalari kiradi.

Idrokning nerv fiziologik asosi

Idrok ham sezgi kabi reflektor jarayon hisoblanadi. I.P.Pavlov bo'yicha idrokning negizini tevarak-atrofimizdagi narsa va hodisalar reseptorlarga ta'sir etishi natijasida bosh

miyaning katta yarim sharlari qobiqida hosil bo'ladigan shartli reflekslarning muvaqqat nerv bog'lanishlari tashkil etadi. Tashqi olamdagi narsalar va hodisalar kompleks qo'zg'atuvchi sifatida xizmat qiladi. Analizatorlarning qobiq bo'linmalar o'zagida ana shu kompleks qo'zg'atuvchilarning murakkab tahlili va sintezi amalga oshiriladi. Idrok sezgilarga qaraganda miyaning ancha yuksak darajadagi tahlil qilish, umumlashtirish faoliyati hisoblanadi.

Tahlil qilmasdan turib, idrokning anglangan bo'lishi mumkin emas. Jumladan, notanish xorijiy tilda aytilgan nutq boshdan-oyoq tovushlar oqimi tarzida idrok etiladi. Nutqning anglangan holda idrok etilishi, ya'ni u tushinishi uchun nutqning alohida iboralarga mohiyat e'tibori bilan so'zlarga ajratish shartidir.

Ayni paytda nutqni idrok etish jarayonida tahlil bilan bab-baravar tarzda sintez qilinadi, shu tufayli biz aloqida tarqoq tovushlarni emas, balki so'zlarni va iboralarni idrok etamiz. Muvaqqat nerv bog'lanishlarining o'rnatilishi sintezning negizini tashkil qiladi. Idrokning negizi nerv bog'lanishlarining ikki turidan, bitta analizator doirasida hosil bo'ladigan bog'lanishlardan va analizatorlararo bog'lanishlardan tarkib topadi. Birinchi holat organizmga bitta modallikdagi kompleks qo'zg'atuvchi ta'sir etganda kuzatiladi.

Eshitish analizatorlariga ta'sir qiladigan alohida tovushlarning o'ziga xos birikmasidan iborat kuy ana shunday qo'zg'atuvchi bo'lishi mumkin. Ushbu kompleksning hammasi bitta murakkab qo'zg'atuvchi sifatida ta'sir qiladi.

Kompleks qo'zg'atuvchining ta'siri ostida hosil bo'ladigan nerv bog'lanishlarining boshqa bir turi ham borki, ular turli xildagi analizatorlar doirasidagi bog'lanishlardan iboratdir. **I.M.Sechenov** narsani yoki fazoni ko'rish kinestezik, paypaslash assosiasiyalari orqali va boshqa sezgilarning assosiasiyasi orqali idrok etilishini izohlab bergan edi.

Kishidagi bog'lanishlarga albatta so'zning eshitilishi bilan obrazi ham qo'shiladiki, unda muayyan narsa yoki fazoga

munosabat gavdalangan bo'ladi. Idrok negizida hosil bo'ladigan muvaqqat nerv bog'lanishlari tashqi olamdagi narsalar va hodisalar xususiyatlarining obyektiv bog'lanishlar asosida tarkib topadi. Analizatorlar o'rtasida hosil bo'ladigan bog'lanishlar tufayli biz idrokimizda narsa va hodisalarning buning uchun moslashgan analizator bo'lmagan xususiyatlarini (masalan, narsaning hajmi, solishtirma og'irligi) ham aks ettiramiz.

Shuning uchun ham biz idrok qilganimizda olamni sezgilarimizga nisbatan chuqurroq qilib olamiz. Bu muvaqqat nerv bog'lanishlar narsa-hodisaning birgina xossasi bilan emas, balki barcha xossalari kompleks qo'zg'atuvchilar ta'siri bilan vujudga keladi.

Masalan, talaba butun bir dars jarayonida idrok qilayotganda o'qituvchini ko'radi, uning nutqini tinglaydi, yozadi. Bu kompleks qo'zg'atuvchilar ko'rish, eshitish, muskul-harakat reseptorlarini qo'zg'aydi.

Kompleks qo'zg'atuvchilarning analizatorlarning miya po'sti qismidagi yadrolarida murakkab tahlil va sintez qilishi amalga oshadi. Idrok jarayonida tahlil bilan bir vaqtda sintez ham ro'y beradi.

Shuning uchun biz ayrim tovushlarni emas, butun so'z va iboralarni idrok qilamiz. Demak, idrokning nerv fiziologik asosida ikkinchi signal tizimining muvaqqat nerv bog'lanishlari yotadi.

Muvaqqat nerv bog'lanishlarining hosil bo'lish jarayonini sintez asosini ikki xil nerv bog'lanishlari tashkil qildi.

Bir analizator doirasida hosil bo'ladigan bog'lanishlar bir narsadagi kompleks qo'zg'atuvchilarning organizmga ta'sir etishdan vujudga keladi. Masalan, eshitish analizatoriga ta'sir qiladigan ayrim tovushlarning o'ziga birikishi shunday qo'zg'ovchi bo'la oladi. Musiqa tinglash, rasm ko'rish, ular analizatorlararo bog'lanishlar, bir narsa yoki bir necha analizatorlarga ta'sir etadi. Masalan, ko'rish, muskul analizatorlari, ma'ruza, monolog.

Kuzatish va kuzatuvchanlik.

Idrokning o'ziga xos juda muhim xususiyatlaridan yana biri kuzatuvchanlikdir. Umuman olganda idrok jarayonining hammasi kuzatish bilan har doim uzviy bog'liq. Chunki odam idrok qilayotganida nimanidir kuzatadi. Lekin ixtiyorsiz idrok jarayonidagi kuzatiladigan narsa va hodisalar odamning esida saqlanib qola bormaydi.

Kuzatishning muvaffaqiyati oldindan qo'yiladigan tayyorgarlikka, kishining bilim va tajribalariga, diqqatining kuchiga va fikrlash faolligiga bog'liq. Kishining rejali, tizimli va davomli ixtiyoriy idrok qilish qobiliyatini **kuzatuvchanlik** deyiladi. Kuzatuvchanlik shaxsning shunday xislatidirki, bunda u narsa va hodisalarning unga bilinmaydigan muhim xarakterli xususiyatlarini payqay oladi.

Akademik I.P.Pavlov kuzatuvchanlikning ilmiy bilimdagi ahamiyatiga yuksak baho bergan. U Sankt-Peterburg yaqinidagi Pavlova shaqridagi fiziologiya institutining oldi tomoniga "*Kuzatuvchanlik, kuzatuvchanlik va yana kuzatuvchanlik*" deb yozdirib qo'ygan.

Idrokda obyekt va fon

Odamga juda ko'p narsa va hodisalar ta'sir qilib turadi. Bular shunday ko'p xossalarga egaki, hatto odam bir vaqtning o'zida ularga javob reaksiyasi qaytara olmaydi. Odam ko'p sonli qo'zg'ovchilardan faqat ayrimlarini aniq holda ajratib oladi. Shu ajratib olingan narsa hodisalar esa fon sanaladi. Idrok qilinadigan narsani o'rab turgan boshqa narsa, jism yoki hodisalarga nisbatan obyekt hisoblanib, obyektning atrofdagilari esa **fon** deyiladi. Masalan, o'qituvchi bir darsda bir necha o'quvchilardan so'raydi. Har safar so'rayotganlarni ko'radi. Chaqirilgan o'quvchi uning javobi xatti-harakati idrok obyektini hisoblanadi.

Muayyan sharoitda shaxs tomonidan idrok qilinadigan narsa yoki jism idrokning **obyekti** deb ataladi. Boshqa o'quvchilar faoliyati idrok foni bo'lib qoladi. Idrok foniga kirgan o'quvchi javob berish uchun chaqirilib qolsa, idrok obyektiga aylanadi va aksincha.

Demak, idrok obyektini va foni dinamik tabiatga ega bo'lib, doimo o'zgarib turadi. Obyekt va fonning dinamikligi bosh miya katta yarim sharlari po'stida vujudga keladigan optimal qo'zg'alish o'choqining almashinishi bilan taqozo etiladigan diqqatning bir obyektidan boshqa obyektga o'tishi bilan izohlanadi.

Idrok fonidan obyektini ajratishning psixologik qonuniyatlarini ikkilangan tasvirlar, shrederlar zinapoyasi, predmet konturlarini ajralishi kabilarda aniq ko'rish mumkin.

Juda ko'p hollarda obyektini fondan tez va aniq ajratib olish uchun uni alohida rang, shakl va belgilar bilan ta'kidlab qo'yiladi. Masalan, transport belgilari, temir yo'l ishchilari maxsus to'q sariq rangli kiyim kiyadilar va boshqalar.

Appersepsiya

Idrokning o'ziga xos xususiyatlaridan biri idrok jarayoniga butun psixik hayot mazmunining (ya'ni butun ma'naviy boyligining) ta'sir etishidir. Yuqorida aytilganidek, idrok jarayoni odamning turmush tajribasi bilan bog'liq ekan, binobarin, idrok jarayoniga bilim boyligi odamning ishonch, e'tiqodlari, dunyoqarashi, qiziqish va ehtiyojlari hamda kasbi ta'sir qiladi. Psixologiyada idrok

jarayoniga odamning butun ma'naviy hayot boyligini ta'sir etishini appersepsiya deb yuritiladi.

Appersepsiya - idrok jarayonini shaxsning oldingi bilimlari, shaxsiy va ijtimoiy tajribalari, qiziqishlari, motivatsiyasi, ehtiyojlari va odatlari, umuman ruhiy hayotining barcha mazmuni bilan belgilanishidir. Appersepsiya hodisasi tufayli odamlar o'zaro idrokining mazmuni bilan bir-birlaridan

muayyan darajada tafovutlanadilar, ya'ni ular aynan bir xil narsani uzining bilimi, saviyasi, nuqtai nazari, dunyoqarashi va ijtimoiy kelib chiqishiga asoslangan holda turlicha idrok qiladilar hamda aks ettiradilar.

Masalan, daladagi gullab turgan paxtani oddiy bir talaba bilan tajribali agronom idrok qiladigan bo'lsa, albatta, ularning idroklari, ya'ni paxtani aks ettirishlari juda katta farq bo'ladi.

Talaba shunchaki, odatdagi oddiy bir paxta sifatida aks ettirsa, agronom paxtaning qanday navi, taraqqiyotning qaysi bosqichda ekanligi, taxminan qancha hosil berishi va shu kabilar bilan birga chuqur hamda juda to'la idrok etadi. Pedagogik va psixologik bilimlarga ega bo'lgan tarbiyachi bilan bunday bilimlardan mutlaqo xabarsiz bo'lgan oddiy bir onaning bolalaridagi turli extiyojlar va harakatlarni idrok qilishlari o'rtasida keskin farq mavjud.

Masalan, ildiz tushunchasini bolalar o'simliklarning moddiy asosi sifatida, matematiklar sonlarning ildizi ko'rinishida, ijtimoiy nuqtai-nazardan qarindosh-urug'chilik shaklida ko'z oldiga keltiradilar.

Appersepsiya tushunchasi ba'zi hollarda idrokning aniqligi, to'liqligi, ravshanligi, predmetliligi, tanlovchanlik kabi sifatlarning ma'nosi o'rnida qo'llanilgan. Psixologik nazariyalariga ko'ra, appersepsiya hodisasi barqaror va vaqtincha (muvaqqat) deb yuritiluvchi ikki turga ajratiladi. Barqaror appersepsiya hodisasi shaxsning dunyoqarashi, qat'iy maslagi,

motivasiyasi, qiziqishi, bilim saviyasi, madaniy darajasi, xulq-atvori, ma'naviyati va kasbiy tayyorgarligiga bog'liq bo'lib, u o'ta murakkab tuzilishga egadir.

Muvaqqat (vaqtincha) appersepsiya turi esa shaxsning faqat idrok qilishi jarayonidagi emotsional holatiga, ya'ni uning kayfiyati, ruhlanishi, shijoati, stress, affekt ko'rinishidagi his-tuyg'ularida, ularning sur'ati, davomiyligi tizimida o'z ifodasini topadi.

Idrok xususiyatining yana bir o'ziga xos xususiyati uning konstantligidir. **Idrokning konstantligi** deganda biz idrok qilishdan ongimizda hosil bo'lgan obrazning real voqelikdagi bizga ta'sir etib turgan narsaning tabiiy holatiga har jihatdan mos bo'lishini tushunamiz.

Ma'lumki, narsalarning hajmi (katta yoki kichikligi) shu narsalarni qanday masofadan (uzokdan yoki yaqindan) idrok qilayotganimizga qarab o'zgarib turadi.

Lekin shunday bo'lsa ham idrok qilishdan hosil bo'lgan narsalarning ongimizdagi obrazlari hamma vaqt shu narsaning tabiiy holatiga mos bo'ladi, masalan, katta yo'lda ketayotib, uzoqdan gugurt qutichasidek kichkina bo'lib kelayotgan avtobusni ko'rib, "kichkinagina avtobus" kelyapti demaymiz.

Uzoqdagi avtobusni idrok qilishda ongimizda hosil bo'lgan obraz avtobusning real hajmiga teng bo'ladi. Yoki tepamizdan katta balandlikda uchib ketayotgan hozirgi zamon yirik passajir samolyotlarini ko'rib, kichkina samolyotchalar uchib ketishayapti, deb aytmaymiz.

Biroq shu narsani aytish kerakki, idrokning konstantligi hususiyati ham odamning turmush tajribasi bilan bog'liqdir. Chunonchi, umrida hech qachon hozirgi zamon katta passajir samolyotlarini ko'rmagan odam baland uchib ketayotgan samolyotni idrok qilib, uning real hajmini (qanchalik kattaligini) tasavvur eta olmaydi.

Ko'rishda masofa, rang, shakl, hajm konstantliklari ro'y beradi. qalamni 20 va 1sm masofadan idrok qilish, doskani 1 va 10 m masofadan idrok qilish, oq qog'oz yoki quyoshda, xona ichida, koridorda ham oq idrok qilinadi.

Konstantlik hodisasida odam narsalarni ko'z shuur pardasiga tushgan suratiga aynan muvofiq ko'rmaydi, balki ular haqiqatdan qanday mavjud bo'lsa, shunday ko'radi.

Bu kishining tajribasi, ommaviy faoliyati jarayonida vujudga keladi.

Illyuziya

Idrok jarayonining navbatdagi yana bir o'ziga xos xususiyati idrok qilishda ba'zan yuz beradigan illyuziya hodisasidir. **Illyuziya** - bizga ta'sir qilayotgan narsalarni yanglish idrok qilish demakdir. Odatda ikki xil illyuziya farqlanadi:

a) obyektiv illyuziya;

b) subyektiv illyuziya.

Obyektiv illyuziya - hamma odamlar uchun umumiy xarakterga ega bo'lib, uni geometrik illyuziya deb ham yuritiladi. Obyektiv illyuziya biz idrok qilayotgan narsalarning o'zaro bir-biriga ta'siri tufayli yuz beradi. Illyuziyaning bu turi har xil geometrik shakllarni idrok qilishda juda yaqqol ko'rinadi. Masalan, uzunligi baravar bo'lgan ikkita gorizontal to'g'ri chiziq chizilsa, bu chiziqlarning uchlariga tashqariga qaratilgan va ichkariga qaratilgan chiziq kattaroq bo'lib ko'rinadi. Idrok jarayonida yuz beradigan illyuziyaning bu turiga juda ko'plab misol keltirish mumkin. Masalan, baravar kattalikka ega bo'lgan uchta ketma-ket turgan to'g'ri burchakli ustunchalarni chizib, ularning atrofiga uzoqlashtiruvchi chiziqlarni chizsak, bu uchta ketma-ket turgan ustunchalar har xil kattalikda bo'lib ko'rinish boshlaydi. Bu erda uzoqlashtiruvchi chiziqlarning ta'sirida illyuziya hosil bo'ladi.

Subyektiv illyuziyalar odamning ayni chog'dagi hissiy holati bilan bog'liq bo'ladi. Boshqacha qilib aytganda, odamning hissiy holatida ro'y beradigan o'zgarishlar idrok jarayoniga ta'sir qiladi. Masalan, yuqorida aytib o'tilganidek, odam kechasi yolg'iz ko'chada qo'rqib ketayotgan bo'lsa, har bir sharpa uning qo'rqinch hissini kuchaytirib yuboradi. Natijada uning ro'parasidan chiqib qolgan butalgan daraxt qandaydir dahshatli mavjudotga o'xshab ko'rinadi.

Hayotda keng tarqalgan har xil ins-u jins, devlar, ajinalar va shu kabi nojins narsalar haqidagi ko'plab gaplar kuchli qo'rqinch hissi ta'sirida noto'g'ri idrok qilish, ya'ni subyektiv

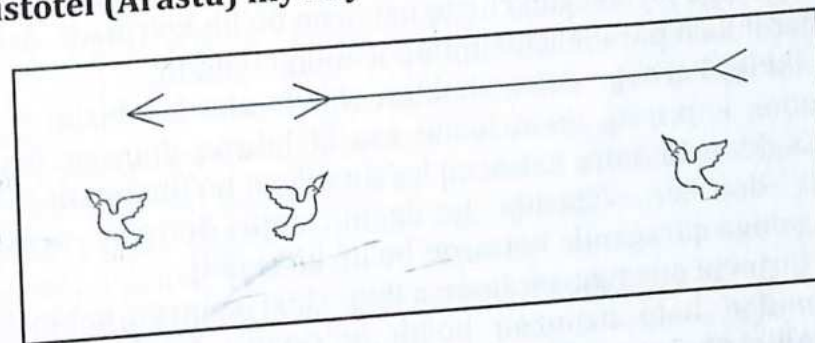
illyuziya tufayli vujudga kelgandir. Ba'zan odam qattiq qo'rqan paytida bosh miya katta yarim sharlarining po'stidagi muhim markazlardan birortasi uzoq muddatli tormozlanish holatiga tushib qolishi mumkin.

Buni akademik I.I.Pavlov hayotni muhofaza qiluvchi tormozlanish deb atagan edi. Ana shunday paytda tormozlanib qolgan markaz bilan bog'liq bo'lgan organizmning biror qismida keskin o'zgarish paydo bo'ladi. Chunonchi odamning og'zi yoki ko'zi qiyshayib qolishi mumkin yoki ho'li, oyoqi falaj bo'lib qolishi mumkin.

Subyektiv illyuziya hodisasi, ya'ni qattiq qo'rqinch hissi ta'sirida noto'g'ri idrok qilish hodisasi bolalarda ham uchrashi mumkin. Shuning uchun ana shu yug'oridagi mulohazalarni, ya'ni yanglish idrok natijasida paydo bo'ladigan qo'rqinchli obrazlarni nazarda tutib, hech vaqt bolalarni qo'rqitish kerak emas.

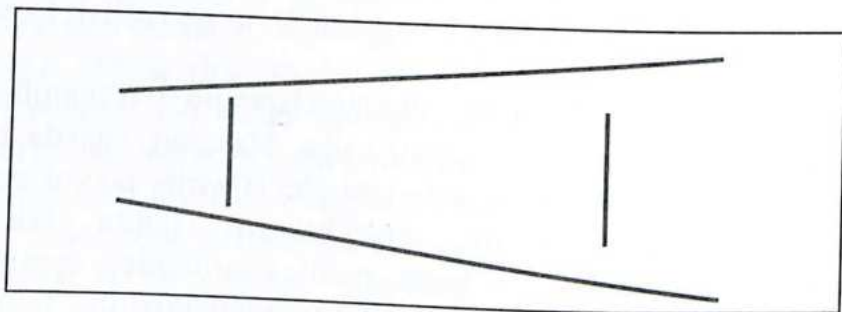
Psixologiyada ko'rish illyuziyalarining o'rganilishi muayyan o'zining tadqiqot tarixiga ega. Masalan, agarda biz ko'rsatkich va o'rta barmoqlarimizni chalishtirib, no'xot yoki bironta dumaloq narsani chalishtirgan holda ikkala barmoqimizning uchi bilan bosib turib, shuningdek ayni bir davrda aylantiraversak, bu holda barmoqlarimizning tagida bitta emas, balki ikkita no'xot bordek his qilamiz.

Ana shu holdagi bir narsaning ikkita bo'lib sezilishi **Aristotel (Arastu) illyuziyasi** deb ataladi.



Idrok qiluvchi shaxsning psixikasida ro'y beradigan o'zgarishlar bilan yuzaga keladigan tasodifiy illyuziyalar ham mavjuddir. Sahroda chanqagan inson uzoqda yarqirab turgan sho'rhok yerni ko'l deb idrok qilishi (lekin bu illyuziyani sahrodan farq qila olishi joiz) yoki o'rmondagi to'nka qo'rqq insonning ko'ziga bironta yirtqich hayvonga o'xshab ko'rinishi xuddi shu illyuziyalar jumlasidandir.

O'q chiziqlari illyuziyasi uzunligi baravar bo'lgan ikki o'q chiziqning chetlariga ikki xil (kesishmaydigan va kesishadigan) chiziqlar chizilsa, illyuziya paydo bo'ladi. Ya'ni, kesishadigan chiziqlar o'q chiziqqa nisbatan kesishmaydigan chiziqlar chizilgan, o'q chiziqidan uzunroq bo'lib ko'rinadi. Bu illyuziya kesishadigan va kesishmaydigan chiziqlar tamoyillariga asoslangan.

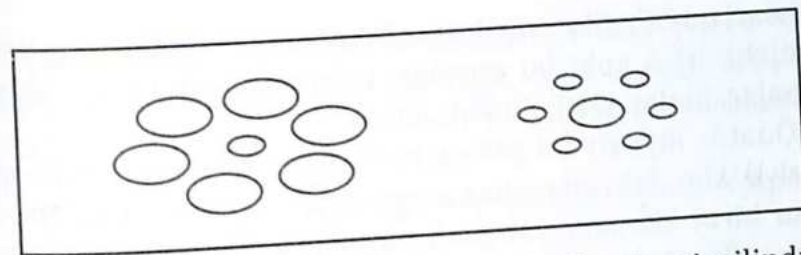


Parallel qilib chizilgan bir necha chiziqlar parallel emas, balki har xil tomonga kesilgan chiziqlardek tuyuladi.

"Temir yo'l" illyuziyasi kesishadigan to'g'ri chiziqlarning torroq joyiga joylashgan chiziq uzunroq bo'lib ko'rinadi. Aslida esa har ikkala parallel chiziqning uzunligi tengdir.

Ikkita barovar doira shaklini chizib, ulardan birini o'sha doiradan kattaroq, ikkinchisini esa kichikroq doiralar ichiga olinsa, ikkinchi doira kattaroq ko'rinadigan bo'lib qoladi. Ya'ni kichik doiralar o'rtasida berilgani katta doiralar orasida berilganiga qaraganda kattaroq bo'lib ko'rinadi.

Birinchi odamga qaraganda ikkinchisi uzunroq, uchinchi esa undan ham uzunroq bo'lib ko'rinadi. Aslida esa ular balandligi jihatidan bir - biriga teng.



Tik chiziqlarni ortiqcha baholash illyuziyasi silindrning balandligi, hoshiyasining kengligidan kattaroq bo'lib ko'rinadi. Aslida silindirning balandligi va hoshiyasining kengligiga bab-barovar. "Elpig'ich" illyuziyasi-parallel chiziqlar orasidagi chiziqlarning ta'siri bilan ba'zida egilgandek, ba'zida esa burilib ketgandek bo'lib ko'rinadi.

Daryoda suzib ketayotgan katta va kichik ikki kema palubasi uzunligi jihatidan bir-biriga barovar to'g'ri chiziq kesmalari bilan tasvirlangan bo'lsada, katta kema palubasi uzunroq bo'lib ko'rinadi.

"Jonli doiralar" illyuziyasi. Katta va kichik doiralar chizilgan rasmlar aylanmaydi, albatta. Lekin kitobni qo'lga olib, uni o'ngdan chapga yoki chapdan o'ngga bir necha sekund aylantirsak, doiralar go'yo aylanayotgandek tuyuladi.

Gallyusinasiya

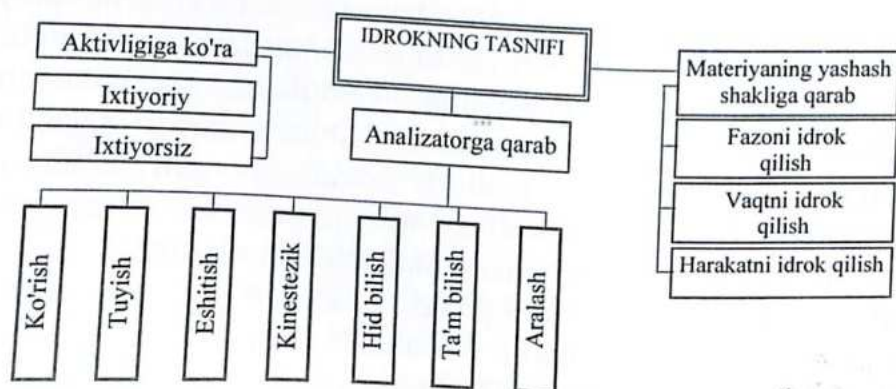
Voqelikdagi narsa va hodisalarning tana a'zolarini qabul qilish analizatorlarga bevosita ta'sir etmasdan inson ongida turli obrazlarning (ovozlarning eshitilishi, sharpalarning sezilishi) xayolan, fikran paydo bo'lishidan iborat idrokning psixopatologik (ruhiy xastalik) hodisasiga **gallyusinasiya** deyiladi. Gallyusinasiya hodisasi muvaqqat ruhiy xastalikning alomati, ba'zan qo'rqinch hissi mahsuli hisoblanib, bosh miya katta yarim sharlari qobiqidagi qo'zg'alish jarayonlarining nuqsonli sust (patologik) harakati natijasida goho asab tizimining zaharlanishi, zaiflashuvi, haddan tashqari toliqishi tufayli yuzaga kelishi mumkin. Gallyusinasiya hodisasi bir necha xil ko'rinishga ega bo'lishi mumkin, ularning eng

asosiylari quyidagilardan iboratdir: a) yo'q narsalarning ko'zga ko'rinishi; b) u yoki bu ovozlari, tovushlar eshitilishi; v) yo'q sharpalar, hidlar sezilishi kabilardir.

Odatda illyuziyani gallyusinasiyadan farq qila olish lozim. Illyuziya shu lahzada shaxsning sezgi a'zolariga ta'sir etib turgan biror narsani yanglish, noto'g'ri idrok qilish jarayoni bo'lsa, gallyusinasiya yo'q mavjud bo'lmagan narsalarni tashqi ta'surotsiz idrok qilishdir. Masalan, yo'q narsalarning ko'zga bordek ko'rinishi, yo'q ovozlarning quloqqa eshitilishi, yo'q hidlarning dimoqqa urilishi kabilar gallyusinasianing mahsuli bo'lib hisoblanadi. Gallyusinasiya shaxsning biror narsa va holatni ko'rgandek, eshitilgandek, his qilgandek kabi tasavvurning aks etishidir xolos. Gallyusinasiya hodisasi ko'pincha kasallikdan (isitma, alahsirashdan) darak beruvchi alomatdir, u nerv tizimini buzadigan kasalliklarning oqibatida ro'y berishi mumkin.

Idrokning tasnifi

Idrokni klassifikatsiya qilishda quyidagi 3 ta muhim tomoni hisobga olinishi kerak va ular quyidagi jadvalda keltirilgan.



➤ **Idrok jarayonida qaysi analizatorning yetakchi rol o'ynashiga qarab:** ko'rish, eshitish, teri tuyish knestezik harakat, hid bilish va ta'm bilish idroklari bir-biridan farq qiladi.

➤ **Yashash shakllariga qarab idrok:** fazoni vaqtini va harakatni idrok qilishga bo'linadi.

➤ **Idrok faollik darajasiga qarab:** ixtiyorsiz va ixtiyoriy shakllarga bo'linadi. Bunga sabab idrokning diqqat bilan uzviy bog'liqligidir. Diqqat idrokning faolligini oshiradi hamda idrokning mukammal, ravshan, aniq bo'lishiga xizmat qiladi.

Ma'lumki idrok odatda ixtiyoriy va ixtiyorsiz bo'ladi. Ixtiyorsiz idrok hamisha ixtiyorsiz diqqat bilan bog'liq bo'lib, muayyan bir maqsadsiz, hech qanday iroda kuchi sarf qilinmasdan amalga oshiriladi. Ixtiyorsiz idrok biror narsani to'satdan, ta'sir etayotgan narsalarning boshqa narsalardan keskin farq qilishi, haddan tashqari originalligi, yorqinligi natijasida yuzaga keladi. Ixtiyorsiz idrok odamning butun faoliyati davomida uzluksiz davom etib, ayrim paytlarda ixtiyoriy idrok bilan almashinib turadi. Lekin shunday bo'lsa ham inson hayotida ixtiyoriy idrokning roli benihoya kattadir.

Ixtiyoriy idrok oldindan belgilangan muayyan bir maqsad asosida amalga oshiriladi. Idrokning ishtiroki asosan ixtiyoriy idrokda namoyon bo'ladi.

Chunki ixtiyoriy idrok ko'pincha odamda irodaviy zo'r berishni talab qiladi. Masalan, darsni ixtiyoriy idrok bilan eshitib o'tirish odamdan anchagina iroda kuchini talab qiladi. Umuman olganda, har qanday ixtiyoriy idrokda albatta diqqat qatnashadi.

Tevarak-atrofimizdagi narsa va hodisalarni yaxlit aks ettirishdan iborat bo'lgan iroda jarayonining bir qancha o'ziga xos xususiyatlari bordir. Odatda ikki idrok turi farq qilinadi. Ulardan biri sodda idrok bo'lsa, ikkinchisi murakkab idrokdir. Sodda idrok deganda atrofimizdagi turli-tuman narsalari masalan, xonadagi stol-stullar, shkaflar hamda shkaflardagi o'yinchoqlarni idrok qilish sodda idrok qilishdan iboratdir.

Idrokni tasnif qilishda materiyaning yashash shakllari - fazo, vaqt, harakat asos qilib olinadi, unga ko'ra idrok quyidagi turlarga ajratiladi:

1. **Fazoni idrok qilish**
2. **Vaqtni idrok qilish**
3. **Harakatni idrok qilish**

Fazoni idrok qilish

Fazoni idrok qilish voqelikdagi narsa va hodisalarning fazoda egallagan o'rnini, shaklini, miqdorini, bir-biriga nisbatan munosabatlar bilish jarayonining shaklidir. Voqelikni idrok qilish orqali inson borliq to'g'risida, uning xususiyatlari, xajmi, masofasi (ich tomonni, chuqurligi) yuzasida muayyan ma'lumotlar, xossalar, axborotlar to'plash, ularni farqlash imkoniyatiga ega bo'ladi.

Fazoni idrok qilish undagi narsalarning shaklini, hajmini va o'zaro munosabatlarini aks ettirishdir. Demak, fazodagi narsalar uch o'lchovda idrok qilinadi; narsalarning shakli: uch burchakli, to'rt burchakli, kub, kvadrat, doira, konus va boshqalar. Narsalarning hajmi katta, kichik, o'rtacha, yirik, mayda va boshqalar. Narsalarning bir-biriga va idrok qiluvchiga munosabati: o'ngda, chapda, yuqorida, pastda, uzoqda va hokazo. Fazoni ko'rish, teri, muskul-harakat organlari bilan idrok qilinadi. Fazoni bir ko'z bilan yoki ikki ko'z bilan idrok qilamiz. Monokulyar idrokda narsalarning chetlaridan kelayotgan nurlar bitta ko'zning to'r pardasida aks etadi. Bu nurlar ko'z gavharlarida bir-birini kesib o'tadi va ularning kesishgan joyida ko'rish burchagi hosil bo'ladi. Bu burchakning katta-kichikligiga hamda uning ko'zdan qanchalik uzoq-yaqinligiga bog'liq. Ko'z gavharlarining va

umuman ko'zning narsalarni eng yaxshi ko'rish uchun moslashuvini **akkomadasiya** deyiladi.

Odatda fazodagi narsalarning shakli, hajmi va o'zaro munosabatlarini ikki ko'z bilan binokulyar idrok qilinadi.

Biz bir narsaga ikki ko'z bilan qaraymiz. Lekin narsa bitta aks etadi. Buning sababi o'sha narsadan keladigan nurlarning ko'z pardasiga mos yoki mos bo'lmagan nuqtalariga to'g'ri kelishidir.

Narsalarning fazo munosabatini binokulyar idrok qilishda konvergensiya muhim ahamiyatga ega.

Konvergensiya - biror narsaga qaraganda ikkala ko'z soqqasining qanshar tomon bab-barobar burilishidir. Konvergensiya masofani, chuqurligini aniq, to'liq idrok qilishga imkon beradi.

Vaqtni idrok qilish

Odamda inson tomonidan vaqtni idrok qilish asosan ruhiy hodisalar, holatlar, vaziyatlar, xususiyatlarning o'zaro o'rin almashinuvi tufayli namoyon bo'ladi va o'ziga xos tuzilishi bilan mazkur jarayonning boshqa shakllaridan farq qilib turadi. Vaqtni idrok qilish inson tomonidan aks ettirilayotgan vaqt birligining obyektiv (haqqoniy, xolis) mazmuniga, shaxsning o'ziga nisbatan munosabatiga bog'liq bo'lib, shu mezon orqali uning mahsuldorligi o'lchanadi. Masalan, shaxsning ehtiyoji, motivasiyasi, qiziqishi va intilishlariga mutanosib vaqt birligini, idrok birligini idrok qilgan taqdirdagina vaqt obyektiv jihatdan kechinmalar, his-tuyg'ularga nisbatan shaxsning ijobiy, haqqoniy munosabatlarida tez o'tganday idrok qilinadi, odatda yoqtirmaslik idrok maydoniga (qamroviga) nomutanosiblik esa shaxsda zerikish, vaqt "sekin" o'tish tuyg'usini uyg'otadi.

Biz idrok qilib turgan narsa-hodisalar muayyan vaht davomida paydo bo'ladi, o'zgaradi va o'tib ketadi. Vaqt materiya mavjudligining asosiy shakllaridan biridir. Vaqtni idrok qilish voqelikdagi hodisalar va ularning muntazamligini aks ettirishdir. Vaqtni idrok qilish obyektiv reallikni aks ettirib, kishini o'rab olgan muhitda mo'ljal olishiga imkon beradi. Vaqtni mo'ljal olish orientirovkasi miyaning po'st bo'limlari

yordamida amalga oshadi. Lekin vaqtni idrok qiluvchi maxsus a'zo mavjud emas.

Vaqtni idrok qilishda turli analizatorlar qatnashadi, biroq vaqtlar oraliqining bir muncha aniq farqini kinestezik va eshitish sezgilari beradi.

Markaziy asab tizimida bosh miya katta yarim sharlarida qo'zg'alish va tormozlanishning ritmik almashinuvi vaqtni idrok qilish asosida yotadi.

Agar bosh miya po'stida qo'zg'alish jarayoni ustunlik qilsa, vaqt "tez" o'tgandek, agar tormozlanish ustunlik qilsa, vaqt "sekin" o'tgandek idrok qilinadi. Vaqtning "tez" yoki "sekin" o'tishi kishining vaqtga va diqqati yo'naltirilgan obyektga munosabatiga ham bog'liq. Masalan, biror darsning o'tishi, kinofilmni ko'rish, avtobus yoki biror kishining kelishini kutish va hokazo. Odamlar vaqtni obyektiv belgilash, uning oraliqini to'g'ri farqlashga imkon beradigan narsalar oy, quyosh, yulduzlar harakatidan foydalanib kelganlar.

Harakatni idrok qilish

Biosfera va nosferadagi harakatlarni idrok qilish jismlarning (ba'zan nisbiy jihatdan boshqa ijtimoiy-siyosiy, tabiiy holatlarning) fazodagi (ijtimoiy hayotdagi) o'rin almashinuvi bevosita (bavosita) aks ettirishdan iboratdir. Shu sababdan, harakat taqqoslanmasdan idrok qilinishi ilmiy psixologik manbalarda qayd qilib o'tiladi.

Mabodo harakatdagi jism uni qurshab turgan harakatsiz boshqa jismlarga taqqoslangan holda idrok qilinsa, bunday toifadagi harakat nisbatan idrok qilish deb ataladi. Agarda harakatlanayotgan jism hech qanday narsa bilan taqqoslanmasdan idrok qilinsa, bu ko'rinishdagi harakat esa nisbat berilmasdan nisbatsiz idrok qilish deyiladi.

Tevarak-atrofdagi narsa-hodisalar muayyan vaqt davomida o'z o'rinlarini almashtirib turadilar. Kishilar narsa-hodisalarning fazoda o'rin almashtirib turishini, ya'ni

harakatini ham idrok qiladilar. harakatni idrok qilishda ko'rish va kinestezik analizator asosiy rol o'ynaydi. Tezlik, tezlanish va harakatning yo'nalishi harakat qilayotgan obyekt parametridir. Odam narsalarni harakati haqida ikki yo'l bilan ma'lumot olishi mumkin.

- Harakatni bevosita idrok qilish
 - Harakat haqida xulosa chiqarish.
- Harakatni bevosita ko'rish orqali idrok qilish ikki xildir.
- a) ko'zni harakatdagi narsa bilan birga yuritish
 - b) ko'zni bir nuqtaga qaratib turish.

Harakat tez yoki sekin bo'layotgandek idrok qilinadi. Harakatni bunday idrok qilinishi narsalarning obyektiv tezligiga va uning idrok qilinuvchidan qanchalik uzoq yaqinligiga bog'liq Harakatni eshitish analizatori yordami bilan ham idrok qilinadi.

Tayanch tushunchalar

Agroziya - idrokning buzilishi. Aagrafiya miyaning ma'lum bir jarohatlanishida natijasida sodir bo'ladi.

Appersepsiya (lot. ar - ga, qarashli, perceptio - idrok) - shaxs idrokining avvalgi bilim va tajribalariga hamda uning umumiy qiziqish, xavaslariga bog'liqligi.

Attraksiya (fr. attraktion - qiziqib intilmoq, talpinmoq) - bir kishini boshqa kishi ko'rib qolganda, idrok etganda yuz beradigan tafakkur turi.

Audivizual idrok (ing. audio - eshitmoq vision - ko'rmoq) - bir vaqtning o'zida ham eshitib, xam ko'rib idrok qilish.

Gallyusinasiya (lot. - cinatio - alahlash) - real voqelikdagi narsa va hodisalarning analizatorlarga bevosita ta'sirisiz ongimizda turli obrazlarning hayoliy ravishda paydo bo'lishidan iborat psixopatologik hodisa.

Idrok - sezgi a'zolariga ta'sir etib turgan narsa va hodisalarni bevosita yaxlitligicha aks ettirish jarayoni.

Idrokning konstantligi - (lot. constantis - o'zgarmas, doimiy) - idrok sharoiti o'zgarsada, idrok qilishdan hosil bo'lgan narsa obrazlarning (ularning shakli, rangi, hajmi) nisbatan o'zgarmasligi, turg'unlik holati.

Idrokning predmetliligi - jamiki olamdan olingan ma'lumotlarni - axborotlarni ichki olam obyektiga kiritish xususiyati.

Idrokning butunliligi - idrok xususiyatlaridan bo'lib, bu sezgi a'zolariga bevosita ta'sir etib turgan obyektlarni, ularning belgi va xususiyatlari bilan birgalikda qo'shib idrok qilishdan iborat.

Illyuziya - (lot. illusio - aldash) - borliqning noto'g'ri idrok etilishi.

Kuzatuvchanlik - shaxs xususiyatlaridan biri, u kishining idrok qilish jarayonida narsalarni kamdan-kam uchraydigan ammo muhim tomonlarini payqay olishida namoyon bo'ladi.

Perseptiv harakatlar (lot. regsertio - idrok etmoq) - idrok jarayonining asosiy tuzilishi birligi, bu idrok obyektlarini bilib olish va uni xotira obrazlari bilan solishtirishdan iborat.

Perseptiv tizim - idrokning muayyan jarayonini ta'minlovchi analizatorlar yig'indisi.

Predmetlilik (idrokda) - obyektivlashtirish holati, unda tashqi olamdan olinadigan ma'lumotlar qayta va shu borliq bilan solishtiriladi va natijada idrokning haqiqiy buyum va narsalarni qabul qilishini ta'minlaydi.

Tanlovchanlik - idrokning xususiyati, buni shaxsning yo'nalishi yoki uning tajribasini belgilab beradi.

Tuyush - idrok turlaridan biri, bu taktil va muskul - harakat sezgilaridan iborat.

Fazoni idrok qilish - voqelikdagi narsa va hodisalarning fazoda tutgan o'rnini, shaklini, miqdorini uch o'lchov asosida (balandlik, kenglik, uzunlikda) bevosita aks ettirish.

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular

1. Idrok haqida tushuncha.
2. Idrokning murakkabligi.
3. Idrokda kuzatish va kuzatuvchanlik.
4. Idrokning xossalari.
5. Idrokda obek va fon, appersepsiya, konstantligi.
6. Idrokda illyuziya va gallyusinasiya.
7. Idrokning tasnifi.
8. Xarakatni idrok qilish.
9. Vaqtni idrok qilish.
10. Fazoni idrok qilish.
11. Idrokning anglanganligi va predmetligi.

Test topshiriqlari

1. Idrok bu ...

A) sezgi a'zolariga bevosita ta'sir etib turgan narsa va hodisalarning obrazlarining kishi ongida bir butun holda aks ettirilishidir

B) shaxs tevarak-atrofidagi voqealarni aks etishi

V) bor narsani noto'g'ri anglash

G) yo'q narsani his qilish

D) sezgi a'zolariga ta'sir etib turgan narsa va hodisalar ayrimlarini aks etishi

2. Sezgi a'zolarimizga bevosita ta'sir etib turib, ongimizda bir butun holda aks etishiga ... deyiladi.

A) sezgi

B) idrok

V) xotira

G) xayol

D) tafakkur

3. Gallyusinasiya - bu ...

- A) bor narsani noto'g'ri idrok qilish
- B) shaxsning idrok qilish qobiliyati
- V) yo'q narsalarni idrok qilish
- G) idrokning shaxs va uning tajribasiga bog'liqligi
- D) yo'q narsani noto'g'ri anglash

4.Yo'q narsalarni idrok qilish bu ...

- A) idrok
- B) xayol
- V) gallyusinasiya
- G) illyuziya
- D) xotira

5.Narsalarning sharoiti o'zgarsada obrazining o'zgarmasligi bu...

- A) idrok
- B) sezgi
- V) xotira
- G) gallyusinasiya
- D) idrok konstantaligi

6.Idrok konstantaligi bu...

- A) narsalar sharoiti o'zgarsada obrazi o'zgarmasligi
- B) shaxsning idrok qilish qobiliyati
- V) idrokning shaxs va uning tajribasiga bog'liqligi
- G) vaqtni idrok qilish
- D) harakatni idrok qilish

7.Illyuziya bu...

- A) bir nimani his qilib anglash
- B) shaxsning idrok qilish qobiliyati
- V) idrokning shaxsga bog'liqligi
- G) bor narsani noto'g'ri, yanglish idrok qilish
- D) yo'q narsani idrok qilish

8.Appersepsiya - bu ...

- A) shaxsning adaptasion davri
- B) o'smirlikning o'tish davri krizisi
- V) vaqtni, qarakatni idrok qilish
- G) yo'q narsani idrok qilish
- D) idrokning shaxs va uning tajribasiga bog'liqligi

9.Obyekt va fon bu...

- A) shaxs uchun ayni paytda ahamiyatli narsa (obyekt), muhim bo'lmagan narsa (fon)
- B) Sezgi va idrokning bir-biriga bog'liqligi
- V) uyni, gulni batafsil idrok qilish
- G) narsalarning hajmini idrok qilish
- D) to'g'ri javob yo'q

10.Shaxs uchun ayni paytda ahamiyatli narsa bu ...

- A) xotira, xayol
- B) obyekt, fon
- V) sezgi, idrok
- G) obyekt
- D) xotira, xayol , obyekt, fon

11.Idrokning murakkabligini nimada ko'ramiz?

- A) sezgi va idrok bir-biriga uzviy bog'liqligi
- B) har bir idrok tarkibiga ayni paytda bir necha sezgi kiradi
- V) har bir idrok tarkibiga kishining o'tmishda hosil qilingan bilim va tajribalari kiradi
- G) idrok jarayonida his-tuyg'ular ham ishtirok etadi
- D) har bir idrok tarkibiga ayni paytda bir necha sezgi kiradi va har bir idrok tarkibiga kishining o'tmishda hosil qilingan bilim va tajribalari kiradi

12.Kuzatish tushunchasining mazmuni qaysi qatorda to'g'ri ko'rsatilgan?

- A) kuzatish idrokning mustaqil faoliyati
- B) idrokning his-tuyg'ulariga tayanadi

- V) diqqat idrok faolligini oshirish
- G) narsa va hodisalar o'rtasidagi bog'liqligi
- D) diqqatni uyushtira olish

13. Kuzatuvchanlik bo'yicha qaysi olim ko'p ilmiy tadqiqot olib borgan?

- A) Jukov
- B) I.P. Pavlov
- V) I.M. Sechenov
- G) Ch. Darwin
- D) Ye. Lichko

14. Konvergeniya bu -

- A) biror narsaga qaraganda ikkala ko'z soqqasining qarash tomon bab-barovar burilishi
- B) narsalarning fazo munosabatini binokulyar idrok qilish
- V) odatdagi narsalarni idrok qilish
- G) ko'z pardasi
- D) vaqtni idrok qilish

15. Odam narsalarning harakati haqida ikki xil yo'l bilan ma'lumot oladi. Ular

- A) harakatni bevosita idrok qilish
- B) harakat haqida xulosa chiqarish
- V) ko'zni harakatdagi narsaga qaratish
- G) ko'zni nuqtaga qaratib turish
- D) harakatni bevosita idrok qilish va harakat haqida xulosa chiqarish

16. Harakatni bevosita ko'rish orqali idrok qilish ikki xil ko'rinishga ega. Ular

- A) harakatni bevosita idrok qilish
- B) harakat haqida xulosa chiqarish
- V) ko'zni harakatdagi narsa bilan birga yuritish
- G) ko'zni bir nuqtaga qaratib turish

D) ko'zni harakatdagi narsa bilan birga yuritish va ko'zni bir nuqtaga qaratib turish

17. Idrokning o'ziga xos xususiyatlari qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) predmetligi, yaxlitligi
- B) strukturaligi
- V) konstantligi, mantiqiyligi
- G) tanlanganligi
- D) barcha javoblar to'g'ri

18. Akkomadasiya - bu ...

- A) ko'z xrustalini o'zgarishi
- B) sezgi va idrok birligi
- V) xotira, idrok birligi
- G) diqqatni idrok bilan birligi
- D) xayol va idrok birligi

19. Insonni inson tomonidan idrok qilinishi nima deb ataladi?

- A) ijtimoiy konstantligi
- B) ijtimoiy persepsiya
- V) ijtimoiy kommunikativlik
- G) ijtimoiy tashkilotchilik
- D) kommunikasiya, tashkilotchilik, persepsiya

20. Tezligi, aniqligi, to'laligi - bu idrokning

- A) xususiyati
- B) harakat sifatleri
- V) idrokning sifatleri
- G) idrokning predmetligi
- D) idrokning strukturaviyligi

21. Idrokning individual xususiyatlari qaysi qatorda to'g'ri berilgan?

- A) analitik turdagi
- B) elementar
- V) sintetik-analitik idrok
- G) sintetik turdagi idrok
- D) sintetik-analitik idrok, sintetik turdagi idrok

22. Idrok qilishda shpaxs o'z fikrlarini va qarashlarini ham kiritish uning qanday turiga kiradi?

- A) subyektiv tur
- B) obyektiv tur
- V) illyuziya
- G) sintetik tur
- D) subsensor idrok

23. Subsensor idrok tushunchasining mazmuni qaysi qatorda to'g'ri ko'rsatilgan?

- A) miyaga his etish organlari orqali yetib keladigan signallarni inson tomonidan ongsiz ravishda idrok etilishi va qayta ishlanishi
- B) idrok qilishda o'z fikrlarini va harashlarini kiritish
- V) adaptasiya – moslashishdir
- G) perseptiv faoliyatni patologik buzilishi
- D) inson ongida biron-bir hodisaga munosabatning o'zgarishi

24. Aniq, batafsil, qiziqishlar aralashmagan holda idrok qilish idrokning qaysi turiga bog'liq?

- A) obyektiv tur
- B) subyektiv tur
- V) fazoviy idrok
- G) harakatli idrok
- D) vaqtli idrok

25. Ijtimoiy persepsiya kim tomonidan tadqiq qilingan?

- A) Jukov

- B) Smirnov
- V) Bodolev
- G) Sechenov
- D) Russo

26. Insonni inson tomonidan idrok etilishi kim tomonidan tadqiq etilgan?

- A) A.R. Luriya
- B) A.A. Badalev
- V) I. Pavlov
- G) A. Orbeli
- D) N.A. Bernishteyn

27. Psixologik nazariyaga ko'ra appersepsiya hodisasi qanday turlarga ajratiladi?

- A) Sust va mustahkam
- B) Muvozanatlashgan va muvozanatlashmagan
- V) Sust va mustahkam muvozanatlashgan va muvozanatlashmagan
- G) Barqaror va vaqtincha
- D) To'g'ri javob berilmagan

28. Idrok jarayonida muayyan hodisalarni aks ettirish turlicha aniqlikda namoyon bo'lishi jahon psixologiyasida nima deb ataladi?

- A) Gallyusinasiya
- B) Illyuziya
- V) Attraksiya
- G) Yaqqol ko'rinish
- D) Barcha javoblar to'g'ri

29. Attraksiya bu.....

- A) Insonni inson tomonidan idrok qilish hodisasi
- B) Idrokning harakatchan va boshqaruvchanlik xususiyati

V) Idrok xususiyatlarining turli vaziyatlarda, sharoitlarda namoyon bo'lishi

G) Faol ravishda bevosita aks ettirish imkoniyatining mavjudligi

D) Narsa va hodisalarni idrok obyektiga tushishi bilan ularning ketma - ket aks ettirilishi

30. Psixologiya fanida juda kam tadqiq qilingan idrok fenomenlaridan biri qaysi qatorda ko'rsatilgan ?

A) Yaqqol ko'rinish

B) Gallyusinasiya

S) Illyuziya

D) Attraksiya

E) To'g'ri javob berilmagan

Nazorat savollari

1. Idrok tushunchasining mohiyatini ko'rsating.

2. Idrokning nerv fiziologik asoslarini ko'rsating.

3. Idrokning murakkabligi nimalardan ko'rinadi?

4. Idrokda kuzatish va kuzatuvchanlikning mohiyati nimalarda ko'rinadi?

5. Idrokda illyuziya va gallyusinasiya hodisalarini izohlang.

6. Idrokning tasnifini izohlang.

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan adabiyotlar

1. Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии. — М.: «Просвещение», 1986.

2. Гибсон Дж. Экологический подход к зрительному восприятию / Пер. с англ. под общ. ред. А. Д. Логвиненко. — М.: Прогресс, 1988.

3. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учебное пособие для вузов. — М.: ЧеРо, 1997.

4. Davletshin M. G. Umumiy psixologiya. — T.: 2002.

5. Джемс В. Психология. — М., 1991

6. Запорожец А. В. Избранные психологические труды: В 2-х т. Т. Психическое развитие ребенка / Под ред. В. В. Давыдова, В. П. Зинченко. — М.: Педагогика, 1986.

7. Karimova V. M. Psixologiya. — T.: 2002.

8. Крылова А. Л. Функциональная организация слуховой системы: Учебное пособие. — М.: Изд-во МГУ, 1985.

9. Логвиненко А. Д. Психология восприятия: Учебно-методическое пособие для студентов факультетов психологии государственных университетов. — М.: Изд-во МГУ, 1987.

10. Логвиненко А. Д. Чувственные основы восприятия пространства. — М.: Изд-во МГУ, 1985.

11. Лурия А. Р. Ощущения и восприятие. — М.: Изд-во МГУ, 1975.

12. Маклаков А. Г. Общая психология. — М.; «Питер», 2003.

13. Немов Р. С. Психология: Учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3-х кн. Кн. 1: Общие основы психологии. — 2-е изд. — М.: Владос, 1998.

14. Общая психология: Курс лекций / Сост. Е. И. Рогов. — М.: Владос, 1995.

15. Psixologiya qisqacha izohli lug'at. — T.: 1998.

16. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: Питер, 1999.

17. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: «Питер», 1999.

18. Turg'unov Q. Psixologiya terminlarining ruscha-o'zbekcha izohli lug'ati. - T.: «O'qituvchi» nashriyoti, 1975.

19. Umumiy psixologiya (A.V.Petrovskiy tahriri ostida). — T.: «O'qituvchi», 1992.

20. G'oziyev E. G'. Umumiy psixologiya 1-2 kitob. — T.: 2002.

XOTIRA

Xotira haqqida tushuncha

Xotira biz ilgari idrok qilgan, boshdan kechirgan va bajargan ishlarimizni yodda saqlash, keyinchalik ularni eslash yoki xotirlash jarayonidir. Biz har kuni yangi narsalarni bilamiz, kun sayin bilimlarimiz boyib boradi. Xotira faoliyatida shaxsning g'oyaviy yo'nalishi katta o'rin egallaydi. Bu yo'nalish uning faoliyatini hayot sharoiti ta'sirida shakllantiradi. Kishi o'zining shu faoliyati uchun muhim bo'lgan voqea, hodisalarni yaxshi eslab qoladi. Aksincha, kishi uchun kam ahamiyatga ega bo'lgan narsalar yomon esda qoldiriladi va tezda unutib yuboriladi.

Shu o'rinda xotira borasidagi ta'riflarga qaytsak, ko'pgina adabiyotlarda xotira tushunchasi quyidagicha ta'riflanadi. "Individning o'z tajribasida esda olib qolishi, esda saqlashi va keyinchalik uni yana esga tushirishi xotira deb ataladi".

Lekin mazkur ta'riflarni tahlil qilgan professor **E.G'.G'oziyev** tomonidan xotira tushunchasiga quyidagicha ta'rif beriladi. "*Xotira atrof-muhitdagi voqelik (narsa)ni bevosita va bilvosita, ixtiyoriy va ixtiyorsiz ravishda, passiv va faol holda, reproduktiv va produktiv tarzda, verbal va noverbal shaklda, mantiqiy va mexanik yo'l bilan aks ettiruvchi esda olib qolish, esda saqlash, qayta esga tushirish, unutish hamda tanish hissidan iborat psixik jarayon. Alohida va umumiylik namoyon qiluvchi ijtimoiy hodisa barcha taassurotlarni ijobiy qayta ishlashga yo'naltirilgan mnemik faoliyatdir*".

Shuni ta'kidlash joizki, keltirilgan mazkur ta'rif xotiraning murakkab, keng qamrovli jihatlarini to'la ta'kidlash imkoniyatiga ega.

Shaxsning yo'nalishi uning qiziqishida ifodalanadi. Kishining qiziqishi xotiraga aniq va kuchli ta'sir ko'rsatadi, ya'ni yaxshi esda olib qolishni ta'minlaydi. Biz ko'pincha u yoki

bu narsa va hodisalarni yomon esda qoldiramiz. Bu xotirani yomonligini emas, balki ularga qiziqish yo'qligini ko'rsatadi. Masalan, o'quvchilar hamma fanlarni bir xil o'zlashtira olmaydilar. Bu ularning har xil xotiraga ega ekanliklar bilan emas, balki o'qitilayotgan fanga qiziqishning har xilligi bilan tushuntiriladi. Esda olib qolishga kishining emotsional munosabati ham katta ta'sir ko'rsatadi.

Kishi uchun yaqqol hayajonli reaksiya vujudga keltiruvchi narsalar ongda chuqur iz qoldirib, puxta va uzoq yodda saqlanadi. Biz bir narsadan ta'sirlansak, o'sha uzoq vaqt esda saqlanadi. Samarali xotira kishining iroda sifatlariga ham bog'liqdir. Kuchsiz, irodasiz, ishyoqmas kishilar har doim yuzaki, yomon xotirlaydilar.

Aksincha, irodali, materialni o'zlashtirishga astoydil kirishadigan kishilar puxta va chuqur eslab qoladilar. Samarali xotira kishining umumiy madaniyatiga, uning aqliy saviyasiga, bilimiga, uquviga fikrlash qobiliyatiga, ko'nikmaa va odatlariga ham bog'liqdir. Shunday qilib, xotiraning tabiati va uning samaraliligi shaxsning xususiyatlari bilan bog'liqdir. Shaxs o'z oldiga qo'yilgan maqsad va vazifalari asosida o'zining xotirlash jarayonini ongli ravishda tartibga soladi va boshqaradi.

Xotira sohasida quyidagi asosiy jarayonlar: esda olib qolish, esda saqlash, esga tushirish va unutish bir-biridan farq qilinadi. Bu jarayonlar faoliyatda tarkib topadi va belgilanadi. Ma'lum materialni esda olib qolish hayot faoliyati davomida individual, ya'ni shaxsiy tajribani to'plash bilan bog'liqdir. To'plangan tajribadan keyingi faoliyatda foydalanish qayta esga tushirishni talab qiladi. Ma'lum materialning faoliyatda qatnashmay qolishi yoddan chiqarishga olib keladi.

Xotiraning nerv-fiziologik asoslari

Esda olib qolish nerv tizimining egiluvchan, ya'ni o'zgaruvchanlik, qo'zqatuvchilar ta'sirida o'zida go'yo bir iz qoldirish, saqlash imkoniyati tufayli yuzaga keladi. Har qanday

insonning miyasi egiluvchanlik xususiyatiga ega bo'lib, uning darajasi har xil bo'ladi. Shaxs xotirasining sifati miyaning faolligi va turli faoliyatga to'g'ridan-to'g'ri bog'liq ravishda rivojlanadi.

Atrofni o'rab olgan borliqni faol biluvchi kishi o'z miyasi faoliyatini to'xtovsiz kuchaytiradi. Shu bilan birga uning egiluvchanlik darajasini oshiradi. Miya egiluvchanligi vaqtincha pasayishi, xotira samarasining susayishi, ba'zi paytda odamning toliqishiga sabab bo'ladi.

Dam olgandan keyin yana tiklanadi. Odatda miya egiluvchanligi yosh o'tishi bilan susayadi. Masalan, keksa kishilar gaplaridan adashib ketadi, ilgari gapirganlari esdan chiqib, o'sha gapni takrorlayveradilar.

Miya egiluvchanligining ko'rsatkichi bosh miya po'stlog'ida muvaqqat nerv aloqalarini tezlikda vujudga kelishi, davomli saqlanishi va ularning tez, oson jonlantirilishi hisoblanadi.

Muvaqqat nerv aloqalari assosiasiyalarni hosil qiluvchi fiziologik mexanizmdir. Assosiasiya bizning xotiramizda mustahkamlangan va ongimizda qayd qilingan ayrim voqea hodisalarning o'zaro bog'lanishidir. Biror buyumni esda olib qolish, boshqa buyumlar bilan bog'lash orqali amalga oshiriladi.

Bu o'rinda akademik **I.P.Pavlovning** quyidagi so'zlari juda xarakterlidir.

"Muvaqqat nerv bog'lanishlari - deb yozadi I.P. Pavlov hayvonot olamida va bizning o'zimizda ham bo'ladigan eng umumiy fiziologik hodisadir.

Shu bilan birga u psixik hodisa hamdir, turli-tuman harakat, taassurot bo'lmasa harflar, so'zlar va fikrlar o'rtasida paydo bo'ladigan bog'lanishlar-ki, bu bog'lanishlarni psixologlar assosiasiyalar deb ataydilar".

Xotira, ya'ni esda olib qolish, idrok qilinayotgan narsalardan hosil bo'lgan obrazlar o'rtasida assosiasiyalarning yuzaga kelishidan iboratdir.

Shu bois inson xotirasidagi assosiasiyalar 3 turga ajratiladi. Bular **yondoshlik assosiasiyasi, o'xshashlik assosiasiyasi va qarama-qarshilik assosiasiyalaridan** iboratdir.

Yondoshlik assosiasiyasining asosida vaqt va fazoviy munosabatlar yotadi.

Boshqacha qilib aytganda, yondoshlik assosiasiyasi bir necha narsa yoki hodisalarni ayni bir vaqtda yoki ketma-ket idrok qilishdan hosil bo'ladi.

Masalan, bog'chada bolasi har kuni o'zining tarbiyachi opasi va tarbiyalanayotgan guruhini idrok qiladi. Keyinchalik, ya'ni katta bo'lgandan so'ng bog'chasini eslasa tarbiyachi opasi va aksincha, tarbiyachi opasini eslasa, bog'cha guruhi ko'z o'ngida gavdalanadi.

Hozirgi paytda idrok qilinayotgan narsa bilan ilgari idrok qilingan narsa o'rtasida ma'lum o'xshashlik bo'lsa, bu narsalar o'rtasida o'xshashlik assosiasiyasi hosil bo'ladi.

Masalan, bola dastavval bog'chaga kelgan paytida bog'cha mudirasining tashqi ko'rinishi, ovozi va munosabatlarini o'z onasiga o'xshatishi mumkin.

Keyinchalik bola onasini ko'rganda, mudira opasini va aksincha mudira

opasini ko'rganda onasini eslaydigan bo'lib qoladi. Bu ikkala odamning bola tasavvuridagi obrazlari o'rtasida assosiasiya hosil bo'ladi.

Hozirgi idrok qilinayotgan narsalar bilan ilgari idrok qilinayotgan narsalar o'rtasida qarama-qarshi belgilar va xususiyatlar bo'lsa, bunday narsalar o'rtasida qarama-qarshilik assosiasiyasi yuz beradi.

Masalan yoz-qish, issiq-sovuq kabi narsalar o'rtasida qarama-qarshilik assosiasiyalari hosil bo'ladi.

Shunday qilib, xotiraning nerv-fiziologik asosida bosh miya po'stida hosil bo'ladigan shartli reflekslar, turli assosiativ bog'lanishlar yotadi.

Lekin, odam esda olib qolish paytida assosiasiyalar hosil bo'lganligini mutlaqo sezmaydi.

Har xil assosiasiyalarning hosil bo'lganini odam keyinchalik biror narsani esga tushirish paytida bo'ladi.

Xotiraning nerv-fiziologik mexanizmlari xususida to'xtalar ekanmiz, so'nggi yillarda texnikaning g'oyat tez rivojlanishi natijasida turli esda olib qoluvchi apparatlarga bo'lgan ehtiyoj benihoya ko'payib ketganligini ta'kidlash joiz. Bu o'z navbatida xotiraning nerv-fiziologik mexanizmlarini psixolog va fiziologlardan tashqari injenerlar, bioximiklar, genetiklar hamda kibernetiklar tomonidan o'rganilishiga olib keldi. Natijada xotiraning nerv fiziologik mexanizmlarini tushuntiruvchi bir qancha yangi nazariyalar maydonga keldi. Ana shunday nazariyalardan eng muhimi molekulalarning o'zgarishi bilan bog'liq bo'lgan bioximik nazariyadir.

Bu nazariyaga ko'ra biror narsani esda olib qolish va esda saqlab turish maxsus tuzilishni o'zgarishi bilan bog'liqdir. O'tkazilgan tekshirishlarga ko'ra, biror narsa esda olib qolinganda, asosan nerv hujayralarining (neyronlarning) dendrit shoxlari tarkibida o'zgarish yuzaga keladi. Ular qandaydir boshqacharoq tuzilishga kirib oladilar. Dendritlar tuzilishidagi hosil bo'lgan o'zgarish darrov o'tib ketadigan bo'lmay, ancha mustahkam bo'ladi. Shu sababli esda olib qolgan narsa uzoq vaqt xotirada saqlanib turadi.

Xotira turlari

Xotira insonning holati va faoliyatining barcha sohalarida qatnashishi tufayli uning namoyon bo'lish shakllari, holatlari, shart-sharoitlari, omillari ham xilma-xil ko'rinishga egadirlar. Odatda xotirani muayyan turlarga ajratishda eng muhim asos qilib uning tavsifnomasi sifatida esda olib qolish, esda saqlash, esga tushirish, unutish singari jarayonlarni amalga oshiruvchi faoliyatining xususiyatlariga bog'liqligi olinadi.

Shu o'rinda ta'kidlash joizki, ayrim darsliklarda xotira turlari turlicha klassifikatsiya qilinadi. Jumladan, A.V.Petrovskiy tahriri ostida chiqqan "Umumiy psixologiya" darsligida quyidagi klassifikatsiya uchraydi:

➤ **Faoliyatda ko'proq sezilib turadigan psixik faollikning xususiyatiga qarab:** harakat, emotsional, obrazli va so'z mantiq xotira.

➤ **Faoliyatning maqsadlariga ko'ra:** ixtiyorsiz va ixtiyoriy xotira.

➤ **Materialni qancha vaqt esda olib qolish va esda saqlash muddatiga ko'ra:** qisqa muddatli, uzoq muddatli va operativ xotira.

M.G.Davletshin tahriri ostida chiqqan "Umumiy psixologiya" o'quv qo'llanmasida quyidagi xotira klassifikatsiyasi qayd qilinadi:

✓ **Psixik faolligiga ko'ra:** ixtiyoriy va ixtiyorsiz xotira.

✓ **Faoliyat maqsadiga ko'ra:** harakat, emotsional, obraz va so'z-mantiq xotirasi.

✓ **Muddatiga ko'ra:** uzoq muddatli, qisqa muddatli va operativ xotira.

E.G'.G'oziyev tahriri ostida chiqqan "Umumiy psixologiya" o'quv qo'llanmasida xotira turlari quyidagicha klassifikatsiya qilingan.

1. Ruhiy faoliyatning faolligiga ko'ra:

- a) harakat yoki motor harakat xotirasi;
- b) obrazli xotira;
- v) his-tuyg'u yoki hissiyot xotirasi;
- g) so'z-mantiq xotira.

2. Ruhiy faoliyatning maqsadiga binoan:

- a) ixtiyorsiz;
- b) ixtiyoriy;
- v) mexanik.

3. Ruhiy faoliyatning davomiyligiga ko'ra:

- a) qisqa muddatli xotira;
- b) uzoq muddatli xotira;

v) *operativ (tezkor) xotira.*

4. Ruhiy faoliyat qo'zqatuvchisining sifatiga ko'ra:

a) *musiqiy;*

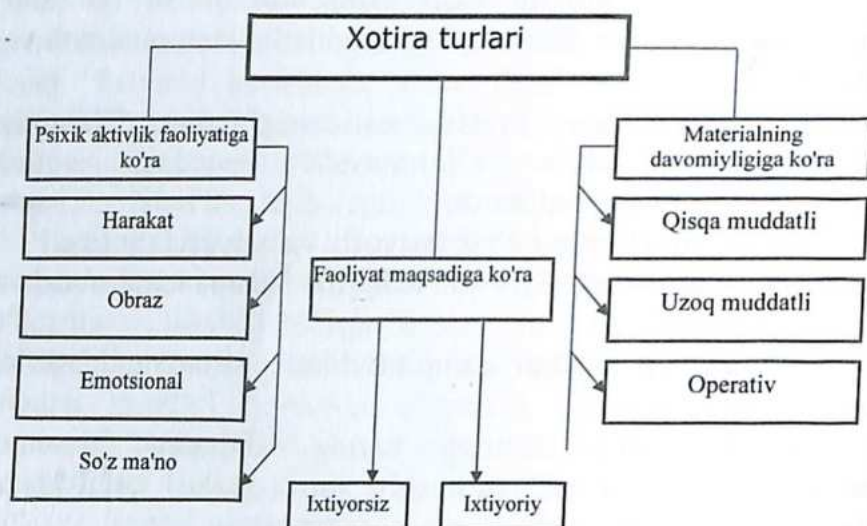
b) *eshitish xotirasi;*

5. Ruhiy faoliyatning inson yo'nalishiga qarab:

a) *fenomenal;*

b) *kasbiy.*

Keltirilgan xotira turlarini umumiy tarzda quyidagicha ifodalash mumkin:



Harakat xotirasi - inson faoliyatining har bir turida ruhiy faollikning u yoki bu ko'rinishlarini ustunlik qilishida kuzatiladi. Masalan, harakat, hissiyot, idrok, aql-zakovat kabi ruhiy faoliyatning ko'rinishlari mavjuddir. Ana shu ruhiy faollik turlarining har biri tegishli harakatlarda va ularning mahsulotlarida o'z ifodasini topib harakatlarda, hissiy kechinmalarda, tuyg'ularda, obrazlarda, timsollarda, fikr va mulohazalarda aks etadi.

Turli harakatlar va ularning bajarilishi tartibi, tezligi, sur'ati, izchilligi va boshqalarni esda qoldirish, mustahamlash, esga tushirishdan iborat xotira turi harakat xotirasi deb ataladi.

Xotiraning bosh qa turlariga qaraganda, harakat xotirasi ba'zi odamlarda aniq ravshan ustunlik qilishi uchrab turadi. Psixologiya fanida klassik misolga aylanib qolgan ushbu holatni keltirib o'tish maqsadga muvofiqdir: bir musiqa ishqibozi musiqalarni xotirasida mutlaqo qayta tiklay olmas ekan, lekin u yaqindagina eshitgan operani faqat pantomimika tarzidagina qayta tiklash imkoniyatiga ega bo'lgan.

Turmushda shunday odamlar uchraydiki, ular o'zlarida harakat xotirasining borligini umuman payqamaydilar. Mazkur xotira turining g'oyat ahamiyati shundan iboratki, u yurish, yozish, ifodali harakat malakalari bilan bir qatorda har xil amaliy mehnat malakalarini tarkib toptirishning asosini tashkil qiladi. Agar insonda harakat xotirasi bo'lmaganda edi, o'zini har gal "boshdan boshlab" o'rganar edi.

Figurali uchish, langar bilan sakrash, gimnastika, chopish, xatti-harakatlar, badiiy gimnastika bilan shug'ullanish harakat xotirasini taqozo etadi. Jismoniy chaqqonlik, mehnat mahorati, "oltin qo'llar", ziyrak ko'zlar, egiluvchanlik va kuzatuvchanlikka ega bo'lish yuksak, barqaror harakat xotirasi mavjudligining alomati bo'lib hisoblanadi.

His-tuyg'u yoki hissiyot xotirasi. Bu xotira his-tuyg'ular, ruhiy kechinmalar, hissiyotlar, ehtiyojlarimiz va qiziqishlarimiz qanday qondirilayotganligidan, atrofimizdagi narsa va hodisalarning xususiyatiga nisbatan munosabatimiz qay tarzda amalga oshirilayotganligidan doimo xabar berib turish imkoniyatiga ega. Shuning uchun har bir kishining hayoti va faoliyatida hissiy xotira turi juda katta ahamiyat kasb etadi.

Voqelikdagi narsa va hodisalardan, o'z-o'zimizga bo'lgan munosabatlarimizdan kelib chiqadigan yoqimli hamda yoqimsiz kechinmalarni esda qoldirish, esda saqlash, esga tushirishdan iborat xotira turi hissiy xotira turi deb ataladi. Boshimizdan kechirgan va xotiramizda saqlanib qolgan hissiyotlar harakatga undovchi va o'tmishda salbiy kechinmalarga ega bo'lgan harakatlardan saqlanib qoluvchi signal tarzida namoyon bo'ladi.

Hissiy xotira o'zining vujudga kelish xususiyati, tezligi, dinamikasi, davomiyligi bilan xotiraning boshqa turlaridan ma'lum ma'noda ajralib turadi. har bir odamga o'z turmush tajribasidan ma'lumki, ko'pincha, qachonlardir o'qigan kitoblar, tomosha qilgan kinofilmlar faqat "taassurotlar", bog'lanishlar zanjirini yechishning dastlabki tuguni sifatida namoyon bo'ladi.

Shuning uchun hissiy xotira ijtimoiy ahamiyat kasb etib, umumiylik alohida olingan odamlar kayfiyatlari bir-birlariga o'xshashligi, iliq ruhiy muhitni vujudga keltirish yoki noxush kechinmalar to'loqini barpo etish ehtimoli to'g'risida mulohaza yuritilayotgan alomati ostida ijtimoiy guruh, jamoaviy, barqaror va beqaror kayfiyatni vujudga keltiradi.

Obrazli xotira - tasavvurlar va turmush manzaralari, shuning bilan birga, tovushlar, ta'mlar, ranglar shakllar, bilan bog'liq bo'lgan xotira turidir. Obraz xotirasi deb yaqqol mazmunni, binobarin, narsa, hodisalarning aniq obrazlarini, ularning xususiyatlari va bog'lanishlarini esda qoldirish, ongda mustahkamlash hamda zaruriyat tug'ilganida esga tushirishdan iborat xotira turiga aytiladi.

Psixologiya fanida obrazli xotiraning bir necha turlari ajratib ko'rsatiladi va ular quyidagilardan iborat.

Izchil obrazlar sensor xotiraning eng sodda ko'rinishi yoki shakli izchil obrazlardan iboratdir. Izchil obrazlarning namoyon bo'lish hodisasi quyidagilardan tuziladi: agar subyektga bir necha daqiqa oddiy qo'zg'atuvchi yuborilsa, jumladan 10-15 sekund yorqin qizil kvadratga qarab turish taklif etilsa, so'ng tekshiruvchi oldidan kvadrat olib quyilsa, u qizil kvadrat o'rnida xuddi shunday geometrik shakl izini ko'rishda davom etadi.

Asosan bu shakl ko'pligi rangda tovlanadi. Mazkur iz o'sha zahoti, ba'zan bir necha sekunddan keyin paydo bo'lib, 15 sekunddan to 45-60 sekundgacha o'sha obyektga saqlanib turadi, shundan so'ng asta-sekin oqara boshlaydi. Natijada o'zining aniq qon turini yo'qotadi, keyinchalik mutlaqo yo'qolib

ketadi. Goho butunlay yo'qolishi uchun qaytadan paydo bo'lishi mumkin.

Odamlarning individual psixologik xususiyatlariga qarab, izchil obrazlarning aniqligi va davomiyligi turlicha bo'lishi ko'zga tashlanadi.

O'zining kelib chiqishi, kuchliligi jihatidan izchil obrazlar salbiy va ijobiy turlarga bo'linadi. Agar kuchli ravishda odam qizil rangga qarab turib, so'ngra nigohini oq qog'ozga ko'chirsa, u holda obyektga ko'k-yashil rang paydo bo'lganday ko'rinadi. Izchil obrazlarning ushbu turi salbiy, izchil obrazlar deb ataladi.

Bu holatni yana bir misol orqali tushuntirilsa, quyidagi ketma-ketlik hodisasi namoyon bo'ladi. Qorong'u xonada ko'z oldida bir narsaga, masalan, qo'l yaqinlashtirilsa so'ngra qisqa muddatli (0,5 sek) elektr chiroqi yoqilsa, bu holda chiroq o'chgandan keyin odam bir necha daqiqa davomida narsalarning aniq obrazini ko'rishda davom etadi. Mazkur obraz o'z rangida bir qancha muddat saqlanib, so'ng ko'zdan yo'qoladi.

Izchil obrazlar xotira jarayonining sodda izlariga misol bo'la oladi. Chunonchi, hodisalarga qarab uzaytirish ixtiyoriy ravishda qayta tiklash mumkin emas. Binobarin, izchil obrazlar ushbu xotiraning murakkabroq turlaridan ana shu jihatlari bilan farqlanadi.

Izchil obrazlarning eshitish turi orqali sezishda kuzatish mumkin, lekin bu vaziyatda izchil obrazlar kuchliroq namoyon bo'lishini va qisqa muddat davom etishi kuzatiladi.

Eydetik obrazlar psixologiyada izchil obrazlardan eydetik obrazlarni farqlash an'ana tusiga kirgan bo'lib, "eydos" yunoncha "obraz" degan ma'noni anglatadi. Xotiraning bu turi, ya'ni eydetik obrazlar o'z vaqtida nemis psixologiya maktabining namoyondalari aka-uka Yenishlar nomidan ta'riflab berildi. Ba'zi odamlar shu davrlarda kuzatilgan narsa yoki suratlar ko'z o'ngidan olib qo'yilsa ham surat siymosi uzoq vaqt saqlanish xususiyatiga ega.

Mazkur narsa va jismlarning aniq obrazlari, tasvirlarni kuzatish mumkin. Bu hodisa jahon psixologiya fanida tajribada tekshirib ko'rilgan. Tajribada tekshiriluvchiga 3-4 minut davomida rasm ko'rsatilgan va tasvir olib qo'yilgandan so'ng uning tarkibiy qismlari, tuzilishi haqida qatnashchilarga savollar berilgan. Bu jarayonlarda tekshiruvchilar birorta savolga javob bera olmagan bo'lsalar, aniq texnik obrazga ega bo'lgan ishtirokchilar esa rasmni davom etishgandek har bir savolga aniq javob berishga erishganlar.

Tajribalarning ko'rsatishicha, eydetik obrazlar uzoq vaqt inson ongida saqlanishi mumkin. Mabodo ularning yo'llari yopilib qolgan bo'lsa ham, lekin hech qanday qiyinchiliklarsiz ularning siymosi qayta tiklanishi mumkin.

Rus psixologiyasida eydetik obrazlarning namoyon bo'lish hodisasi **A.R. Luriya** tomonidan ko'p yillar davomida o'rganilgan va shunga ko'ra eydetik xotiraning individual tipologik xususiyatlari chuqur ta'riflab berilgan. Eydetik obrazlar harakatlanish xususiyatiga ega bo'lib, subyektlarning oldiga qo'yilgan vazifa va uning tasavvurlari ta'siri ostida o'zgartirish mumkin.

Aka-uka Yenishlar tomonidan o'tkazilgan oddiy tajribada eydetik xotiraga ega bo'lgan tekshiruvchiga olma va undan sal uzoqroqda joylashgan ilmoq tasvirlangan rasm ko'rsatilgan. Rasm o'rtasidan bo'lib, qo'yilgandan keyin tekshiruvchida olmani olib qo'yish istagi kuchayib borayotgani so'ralgan. Muayyan yo'l-yo'riq berilgandan keyin tekshiruvchi mana bunday holatni tasvirlab beradi: ilmoq olmaga yaqinlashib, uni iladi va ixtiyorsiz ravishda qatnashchi tomon tortadi. Xullas, eydetik obrazlar harakatchan bo'lib, subyektning ruhiy ko'rsatmasi ostida sifat va miqdor o'zgarishiga yuz tutadi. Ilmiy tekshirishlarning ko'rsatishicha, eydetik obrazlar bolalik va o'spirinlik davrlarida muayyan muddat xukm suradi va vaqtning o'tishi bilan asta-sekin so'na boradi.

Psixofarmokologik tadqiqotlarining ko'rsatishicha, eydetik obrazlarni kuchaytiruvchi kaliy ionlari va shuningdek uning kuchsizlantiruvchi kalsiy ionlari moddalari mavjuddir. Ilmiy izlanishlardan olingan miqdoriy materiallar eydetik obraz paydo bo'lishining psixologik ildizlarini chuqurroq ochishga xizmat qiladi.

Tasavvur obrazlari xotiraning yanada murakkabroq turi bo'lib hisoblanadi va ularning xususiyatlari haqida tasavvurga egamiz. Inson daraxt, meva, gul to'g'risida tasavvurga ega ekanligi shuni ko'rsatadiki, uning ilgari tajribalari subyektning ongida shu obrazlarning izlarini qoldirgan. Ilmiy tushunchalar talqin qilinganda tasavvur obrazlari eydetik obrazlarga juda yaqindek tuyuladi. Lekin eydetik obrazlar haqidagi psixologik tahlil shuni ko'rsatadiki, tasavvur obrazlari unga qaraganda ancha boy bo'lib, o'ziga xos xususiyatlari bilan ajralib turadi. Tasavvur obrazlarining eydetik obrazlaridan ajratuvchi farq tasavvur obrazlarining polimodallik xususiyatidir. Buning asosiy mohiyati tasavvur obrazlari ko'rish, eshitish, teri orqali sezish izlarining tarkibiy qismlarini birlashtiradi. Masalan, meva to'g'risidagi tasavvur obrazi uning tashqi ko'rinishi, mazasi, oqirligi, vaznini o'zaro birlashtirib aks etadi.

Tasavvur obrazlarining eydetik obrazlaridan asosiy farqi shundan iboratki, u narsa va hodisa haqidagi tasavvurlarni aqliy jihatdan qayta ishlashni o'z tarkibiga kiritadi va jismlarning asosiy xususiyatlari ajratilib, ma'lum kategoriyaga birlashtiriladi. Inson gul obrazini faqatgina esga tushirmaydi, balki uni muayyan bir so'z yoki tushuncha bilan aytadi, nomlaydi, xususiyatlarni ajratib ko'rsatadi, aniq bir kategoriya mohiyatiga kiritadi.

Demak, tasavvur obrazlarida odamning xotirasi idrok qilingan narsalarning izini sust ravishda saqlab balki, bir qator tasavvur bilan boyitadi, narsa mazmuni va mohiyatini tahlil qilib, u haqida o'z bilimlari, tushunchalari kabilarni tajriba bilan bog'lovchi ijodiy sermahsul faoliyatni amalga oshiradi.

Bularning barchasi irodaviy sifatlar, aqliy zo'riqish, asabiy taranglashuv natijasida ruyobga chiqishidan dalolat beradi. Tasavvur obrazlari xotiraning murakkab faoliyati mahsuli bo'lib, ular izchil yoki eydetik obrazlarga nisbatan murakkab psixologik hodisadir.

Tasavvur obrazlari xotira izlarining murakkab turi bo'lib uning aqliy jarayon bilan yaqinligi inson bilish faoliyatini muhim tarkibiy qismidan iborat ekanligidan dalolat beradi.

So'z-mantiq xotirasi mazmunini fikr va mulohazalar, aniq hukm hamda xulosa chiqarishlar tashkil etadi. Insonda fikr va mulohaza turli xil shakllar yordamida ifodalanganligi tufayli ularni ifodalash faqat o'zlashtirilayotgan materiallarning asosiy ma'nosini izohlash, talqin qilib berish yoki ularni so'zma-so'z ifodalanishini aynan aytib berishga qaratilgan bo'lishi mumkin.

Agar ma'lumot, axborot, xabar, material ma'no jihatidan qayta ishlanmasa, u holda materialni so'zma-so'z o'zlashtirish, mantiqiy o'rganish bo'lmasdan, balki aksincha mexanik esda olib qolishga aylanib qoladi.

So'z-mantiq xotirasining vujudga kelishida birinchi signal bilan bir qatorda ikkinchi signallar tizimi asosiy hisoblanadi. Chunki so'z mantiq xotirasi faqat insongagina xos bo'lgan xotiraning maxsus turi hisoblanib, bu xotira turi o'zining sodda shakllari bilan hayvonlarga ham taalluqli bo'lgan harakat, his-tuyg'u va obrazli xotiralardan sifat, ham miqdor jihatdan keskin farq qiladi. Ana shu boisdan so'z-mantiq xotirasi bir tomondan xotiraning boshqa turlari taraqqiyotiga asoslanadi, ikkinchidan ularga nisbatan yetakchilik qiladi. Shu bilan birga, boshqa

turlarning rivojlanishi so'z mantiq xotirasining takomillashuviga uzviy bog'liqdir. So'z-mantiq xotirasining o'sishi qolgan xotira turlarining barqarorlashuvini belgilaydi.

Xotira turlariga nisbatan boshqacha tarzda yondashish hollari ham uchraydi. Shu bois xotira faoliyatini amalga oshirayotgan faollik xususiyatlari bilan uzviy bog'liq ravishda

turlarga ajratiladi. Masalan, faoliyat maqsadiga ko'ra xotira ixtiyorsiz va ixtiyoriy turlarga bo'linadi.

Ixtiyoriy xotira deganda ma'lum maqsadni ro'yobga chiqarish uchun muayyan davrlarda aqliy harakatlarga suyangan holda amalga oshirilishidan iborat xotira jarayoni tushuniladi. Bu faoliyatni odam ongi bevosita boshqaradi. Ko'pincha psixologiya fanida ixtiyoriy xotiraga ixtiyorsiz esda olib qolish qarshi qo'yiladi. Bu jarayon ma'lum kerakli topshiriq yoki vazifa qo'yilsa, esda olib qolishga etaklovchi faoliyat biron-bir maqsadni ro'yobga chiqarishga yo'naltirilgan taqdirda yuzaga keladi. Biz matematik topshiriqlarini yechayotganimizda masaladagi sonlarni esda olib qolishni o'z oldimizga maqsad qilib qo'ymaymiz. Mazkur so'z mantiq xotirada asosiy maqsad faqat masala yechishga qaratiladi. Buning natijasida sonlarni esda saqlashga, hech qanday o'rin ham qolmaydi. Shunga qaramay, biz ularni qisqa muddat bo'lsa-da, esda saqlashga intilamiz. Bu holat faoliyat yakunlangunga qadar davom etadi.

Esda olib qolishni maqsad qilib qo'yish esda olib qolishning asosiy sharti hisoblanadi. Serb psixologi **Radosavlevich** o'z tadqiqotida quyidagi hodisani bayon etadi. Tajribada tekshiriluvchidan biri sinovda qo'llanilayotgan tilni tushunmaganligi tufayli uning oldiga qo'yilgan vazifalarni bajarmagan. Buning oqibatida uncha katta bo'lmagan tadqiqot materiali 46 marta o'qib berilganiga qaramay, esda olib qolinmagan. Tajribaning keyingi bosqichida vazifa tekshiriluvchiga tushuntirib berilgandan so'ng u material bilan olti marta o'ib, tanishib, uni takrorlab, qismga ajratib esga qayta tushirishga erishgan.

Xotiraning ixtiyoriy va ixtiyorsiz turlari xotira taraqqiyotining ikkita ketma-ket bosqichlarini tashkil etadi. **Ixtiyorsiz xotiraning** turmushda va faoliyatda katta o'rin egallashini har kim o'z shaxsiy tajribasidan biladi. Ixtiyorsiz xotiraning muhim xususiyatlaridan biri ma'lum maqsadsiz aqliy, asabiy, irodaviy zo'r berishsiz hayotiy ahamiyatga ega

bo'lgan keng ko'lamdagi ma'lumot, xabar, axborot, ta'surotlarning ko'pchilik qismini aks ettirishdir. Shunga qaramasdan inson faoliyatining turli jabhalarida o'z xotirasini boshqarish zarurati tug'ilib qolishi mumkin. Xuddi mana shunday sharoitlar, holatlar, vaziyatlarda esda saqlash, esga tushirish yoki eslash imkoniyatini yaratadigan xotiraning mazkur turi katta ahamiyatga egaligi shubhasiz.

So'nggi paytlarda rus va xorij psixologiyasida xotira borasidagi tadqiqotchilarning e'tiborini esda olib qolishning dastlabki, boshlang'ich daqiqalarida vujudga keladigan holatlar, jumladan tashqi taassurot izlarining mustahkamlanishigacha bo'lgan jarayonlar, holatlar, mexanizmlar, shuningdek, ularning mustahkamlanish muddatlarini ham o'ziga jalb qilib kelmoqda.

Masalan, biror material xotirada mustahkam joy olish uchun uni subyekt tomonidan tegishli ravishda qayta ishlab chiqish zarur va materialni bunday ishlab chiqish uchun ma'lum darajada muddat talab etish tabiiydir. Ana shu muddat xotirada qayta tiklanilayotgan izlarni mustahkamlash deb qabul qilingan.

Mazkur jarayon inson tomonidan yaqindagina bo'lib o'tgan hodisalarning aks sadosi sifatida kechiriladi va takomillashadi. Inson muayyan daqiqalarda, lahzalarda, ayni paytda bevosita idrok qilinayotgan narsalarni go'yo ko'rishda, eshitishda davom etayotgandek tuyuladi. Ushbu jarayon kelib chiqishi jihatidan beqaror, hatto o'zgaruvchan, lekin ular shu qadar maxsus tajriba orttirish mexanizmlarining faoliyatida muhim ahamiyat kasb etadi. Shu boisdan ularning roli shu qadar ahamiyatli-ki, bu jarayonlarda esda olib qolish, esda saqlash, axborotlar, malumotlar, xabarlarni qayta esga tushirishning alohida turi sifatida qaraladi. Ushbu jarayon odatda psixologiya fanida **qisqa muddatli xotira** deb ataladi.

Juda ko'p qaytarishlar va qayta tiklashlar natijasida materialni uzoq muddat davomida esda saqlanib qolishi xarakterli bo'lgan uzoq muddatli xotiradan farq qilgan holda,

qisqa muddatli xotira bir marta hamda juda qisqa vaqt oraliqida idrok qilish va shu ondayoq qayta tiklashdan so'ng qisqa muddatli esda olib qolish bilan xarakterlanadi.

Hozir ilmiy adabiyotlarda qisqa muddatli xotirani quyidagi atamalar bilan nomlash uchraydi: "bir lahzalik", "dastlabki", "qisqa muddatli" va boshqalar.

Operativ xotira inson tomonidan bevosita amalga oshirilayotgan faol tezkor harakatlar, usullar uchun xizmat qiluvchi jarayonni anglatuvchi mnemik holat operativ xotira deb ataladi. Hozirgi zamon psixologiyasida ushbu holatni namoyon qilish uchun quyidagi misol keltiriladi. Matematik amalni bajarishga kirishar ekanmiz, biz uni muayyan amalni bajarishga kirishar ekanmiz, biz uni muayyan bo'laklarga ajratib hal qilishni maqsad qilib qo'yamiz. Shu boisdan oraliq natijalarni yodda saqlashga intilamiz, nihoyasiga yaqinlashgan sari ayrim materiallar esdan chiqa boshlaydi.

Mazkur holat matnni talaba yoki o'quvchi tomonidan o'qishda, uni ko'chirib yozishda, ijodiy fikr yuritishda, aqliy faoliyatni amalga oshirishda yaqqol ko'zga tashlanadi.

Xotira jarayonlari

Xotira faoliyati esda qoldirishdan boshlanadi. **Esda qoldirish** idrok qilingan narsa va hodisalarni miya po'stida iz hosil qilishdir. Uning fiziologik asosi miya po'stida muvaqqat nerv bog'lanishining vujudga kelishidir. Esda qoldirish o'zining faolligi jihatidan ikkiga bo'linadi:

a) *ixtiyoriy esda qoldirish;*

b) *ixtiyorsiz esda qoldirish.*

Ixtiyorsiz esda qoldirishda oldindan maqsad quyilmaydi, mavzu tanlanmaydi va iroda kuchi sarflanmaydi. O'zining go'zalligi, hissiy ta'sirchanligi, hajmi, harakatchanligi, tezligi, shakli va boshqa xossalari bilan farq qiladigan narsa va hodisalar ixtiyorsiz esda qoladi. Masalan, tasodifiy hodisalar, karnay-surnay ovozi ixtiyorsiz esda qoladi.

Ixtiyoriy esda qoldirishda esa oldindan maqsad qo'yib mavzu belgilanadi. Masalan, dars materiallarini esda olib qolish, imtihonga tayyorlanish va boshqalar. *Ixtiyoriy esda qoldirishda quyidagi turli usullardan foydalaniladi:*

✓ maqsad qo'yish, masalan, institutga kirish oldidagi maqsad;

✓ o'quv materiallarini tushunib esda qoldirish;

✓ esda qoldirishning rasional usullaridan foydalanish, masalan, esga tushirish yo'li bilan esda qoldirish.

Beixtiyor esda qoldirishda qiziqish katta rol o'ynaydi. Bizning oldingi tajribamiz bilan bog'liq narsa va hodisalar beixtiyor oson esda qoladi. Biz ba'zi bir faktlarni bilsak, ular haqida tushunchaga ega bo'lsa, shu faktlarga tegishli bo'lgan hamma narsalar oson esda qoladi.

Ixtiyorsiz esda qoldirish inson hayotida katta ahamiyatga ega bo'lib, undan ortiqcha harakat talab qilmagan holda hayotiy tajribalarni kengaytiradi va boyitadi. Biroq ixtiyorsiz esda qoldirish tez bo'lsa ham ko'pincha noaniq bo'ladi, bunday esda olib qolingan narsa va hodisalar keyinchalik yanglish esga tushiriladi.

Ixtiyoriy esda qoldirish ko'zda tutilgan maqsadga muvofiq tanlangan materialni esda qoldirishdir. Kishi ixtiyoriy esda qoldirish uchun esda saqlashning maxsus usullarini saqlagan holda materialni puxta esda qoldirish uchun o'zining kerakli kuchini sarf qiladi. Ammo mexanik esda saqlanishni ma'noli esda saqlash bilan qo'llanilishi foydalidir.

Psixologiya fanida esda olib qolishning quyidagi turlari mavjud:

○ Ma'lumot, xabar, taassurot, axborot va materiallarni eshitish orqali idrok qilish hamda esda olib qolish.

○ Egallash yoki o'zlashtirish zarur bo'lgan materiallarni ko'rib idrok qilish yordamida esda olib qolish.

○ Materiallarni harakat yordamida va eshitish orqali idrok qilish hamda esda olib qolish.

○ Aralash holatda esda olib qolish, eshitish, ko'rish, harakat kabilar orqali idrok qilish va esda olib qolish yoki bir nechta ta'sir etuvchilar yordamida aks ettirish.

Mana shu yo'llar orqali eshitish, ko'rish, eshitish harakat, kombinotorlashtirilgan (aralash) turlari yordamida xotiraning qaysi turi ustunroq yoki qaysi biri bo'sh ekanligini aniqlash mumkin.

Esda olib qolishda assosiasiyalarning ahamiyati muhimdir. Buning uchun esda olib qolish jarayonining bog'lanishlari paydo bo'lish sur'atini aniqlash maqsadida ular xususiyatlariga binoan quyidagi:

- Sabab oqibat bog'lanish.
- Bo'lak va yaxlit munosabati.
- Qarama-qarshilik munosabati.
- Inkor etish holati.
- Adekvat yoki aniqlik turlarga ajratiladi.

Esda olib qolish inson faoliyatining xususiyatiga bevosita bog'liqdir. **A.A.Smirnov, P.I.Zinchenko** tajribalari shuni ko'rsatadiki, esda olib qolish u yoki bu faoliyatdagina samarali bo'lishi mumkin. A.A.Smirnovning tajribalarida tekshirishlarga qaraganda ikki xil faoliyat taklif qilinsa, birinchi holda ular ma'noli matnni esda olib qolish nazarda tutiladi. Sinaluvchilar matnni yodlar ekanlar, materiallar ustida hech qanday faol ish olib bormaganlar. Ikkinchi holda esa esda olib qolish vazifasi qo'yilmaydi-yu, lekin matn ustida muayyan ish olib borish unda uchraydigan ma'noviy xatolarni aniqlash taklif etiladi. Ikkinchi holda esda olib qolish ancha samarali bo'lganligi aniqlangan.

Maxsus vositalar va oqilona usullarni qo'llash orqali esda olib qolish sohasidagi yondashishdan iborat tashkiliy faoliyat alohida ahamiyatga ega. A.A.Smirnov o'tkazgan tajribasida shuni ko'rsatadiki, matnni maxsus tuzib chiqilgan rejaga asoslangan holda yodlash rejasi, pala-partish esda olib qolishdan ikki barobar samaraliroq ekan, psixolog olimlarning tavsiyasiga binoan yodlash jarayonida materialni takrorlash

bilan uni faol esga tushirishni o'zaro almashtirib turish yuqori natijalar beradi. Kuzatishlar va tajribalar shuni ko'rsatadiki, o'quvchilar va talabalar bu usullarni mustaqil ravishda egallay olmaydilar, odatda ularni muallimning rahbarligida egallashadi. Aks holda o'quv faoliyati ishtirokchilari materialni bevosita ixtiyorsiz esda olib qolish bosqichida qotib qolishi mumkin, bu hol aqliy o'sishga qarama-qarshidir.

Shu narsani alohida ta'kidlab o'tish kerakki, o'quv materiallarining ma'nosiga tushunib esda olib qolish yo'li oqilona yo'l bo'lib qolmasdan, balki u mexanik esda olib qolish jarayonidan o'zining samaradorligi bilan keskin darajada ajralib turadi.

Esda olib qolish jarayoni deganda sezgi, idrok, tafakkur, ichki kechinmalarni xotirada saqlanish xususiyati tushuniladi. Kundalik hayotimizda kitob, jurnal, gazeta o'qiyotganimizda materialni esda olib qolish uchun shu materialning ma'nosiga tushunib olishga harakat qilamiz. Jamiki narsa insonga yetarli darajada tushunarli bo'lmasa, u taqdirda ularni esda olib qolish jarayoni juda qiyin kechadi.

O'rganilayotgan materialning mazmuni va ma'nosiga tushunib olish uchun odam uni tahlil qilishga, umumlashtirishga harakat qiladi. A.A.Smirnov ta'kidlaganidek, materialni o'zlashtirib olish xuddi shu jarayonga yaqqol misoldir.

Mualliflarning shaxsiy fikriga ko'ra o'zlashtirayotgan materiallarni esda olib qolish qiyinligi sababli ularni tushuna olmaslikdir. Tushunib olishning esda olib holishdagi ahamiyati xuddi shu bilan tavsiflanadi.

Jahon psixologiya fani to'plagan ma'lumotlarga qaraganda o'zlashtirilayotgan materialni mexanik tarzda egallashga nisbatan uning ma'nosini tushunib o'zlashtirish bir necha marta mahsuldordir.

Esda olib qolish jarayonida o'zlashtirilayotgan materialning ma'noga ega bo'lishi yoki bo'lmasligi muhimdir. Assosiativ psixologiya maktabining vakili, taniqli psixolog

G.Ebbingauz jahon psixologiyasida birinchi bo'lib 1885-yilda oliy ruhiy jarayon bo'lgan xotirani, 1888-yilda intellektni ilmiy tajriba metodi negizida tekshirdi va keng ko'lamda turmushga tatbiq etdi. U xotira jarayonini tajriba orqali tekshirishning asosiy yo'nalishini ishlab chiqdi. Xotirani "sof" ko'rinishda o'rganishga harakat qilib ma'no kasb etmaydigan bo'g'inlardan foydalandi. Uning bu tadqiqoti kishining mantiqiy xotirasi emas, balki mexanik xotirasiga nisbatan qo'llanishiga xos to'g'ri yo'nalishdir.

G.Ebbingauzning bu tadqiqoti psixologiyada introspektiv (o'z-o'zini kuzatish yoki ichki kuzatish) metodiga qarama-qarshi qo'yilgan ilmiy tajribaviy metod yutuqi sifatida ilmiy-amaliy ahamiyatga egadir. U xotira jarayonini tekshirishda o'z oldiga 38 ta ma'no anglatmaydigan bo'g'inlardan tuzilgan materialni esda olib qolishni maqsad qilib qo'ygan. Bu materialni o'zlashtirish o'rtacha 55 marta takrorlashni talab qiladi. Esda olib qolish uchun 38-40 so'zdan, 11 ta so'z o'zaro bog'liq bo'lmagan so'zlardan foydalangan. Bu materialni o'zlashtirish 6-7 marotaba takrorlashni talab etgan, umumiy hisob esa 9 1 nisbatga to'g'ri keladi.

Rus psixologlari tadqiqotlarining natijalari ma'noga ega bo'lgan materialni o'zlashtirishda esda olib qolish uchun turli xil yo'nalish, ko'rsatma berish muhim ahamiyat kasb etadi, degan fikrni tasdiqlaydi. **A.N.Leontev**, **S.L.Rubinshteyn**, **P.A.Ribnikov** va boshqalar bolalarning xotira faoliyatini o'rganganlar. Shuningdek, ular o'qish faoliyatiga asoslangan holda maktab o'quvchilarida tekshirish ishlarini olib borganlar.

I.P.Zinchenko, **M.N.Shardakov**, **A.I.Lipkinalar** tadqiqot ishlarining aksariyati shunga bag'ishlangan bo'lib, turli materialni esda olib qolishda tushinishning ahamiyati muhimligini tasdiqlashga intilgan. Bu materialni esda olib qolishga to'g'ri yo'nalish berilishining natijasida material mazmunini tushunib olgan hamda esda olib qolish tezligi, aniqligi, mustahkamligi va to'liqligi ta'minlanadi.

A.A.Smirnovning ta'kidlashicha, shu davrgacha hech kim hech bir ilmiy adabiyotlarda bolalarga va quyi sinf o'quvchilariga ahamiyatli bo'lgan materialni mexanik tarzda esda olib qolishlari ko'rsatilmagan.

Nemis psixologi **Vilyam Shtern** (1871-1938) fikricha, bolalarda ham katta yoshdagi odamlarda ham ma'nosiga tushunib o'zlashtirishga nisbatan mexanik egallash kam miqdordir. Bu mulohaza haqiqatdan ham to'g'ri, Meymon fikriga ko'ra, inson ulg'ayishi bilan ma'nosiz materialni esda olib qolish kamayib boradi va kam samara beradi, lekin ma'noga ega bo'lgan bilimlarni esda olib qolishi esa sezilarli darajada rivojlanib boradi. Shunga o'xshash omillar boshqa psixologlar tomonidan ham to'plangan bo'lib, bu haqda boy materiallar umumiy psixologiya xrestomatiyalarida o'z aksini topgan.

A.A.Smirnov ma'no anglatmaydigan bo'g'inlarda va ma'no kasb etuvchi so'zlardan tuzilgan material asosida tekshirish o'tkazgan. Katta va kichik yoshdagi ixtiyoriy va ixtiyorsiz esda olib qolishni alohida tekshirish har ikkala yosh davrida mazmunli va mazmunsiz materiallarni esda olib qolishning munosabatini tekshirish maqsad qilib qo'yilgan.

Ma'no kasb etgan materialni esda olib qolish yosh bolalarga nisbatan kattalarda ustunligi lekin, ma'nosiz materialni esda olib qolish kichik yoshdagi bolalarga qaraganda kam samara bermasligi aniqlangan. Ma'nosiz bo'g'inlar nafaqat kichik yoshdagi bolalarda, balki katta yoshdagilarda ham yaxshi o'zlashtiriladi.

A.N.Leontev tadqiqot ishlarida katta yoshdagilarning ma'nosiz bo'g'inlardan tuzilgan materialni yaxshi, puxta esda saqlab qolishi ta'kidlangan. Katta yoshdagilar ma'nosiz bo'g'inlarni qandaydir mazmun bilan tez va oson bog'lay oladilar. Shuning uchun ularda bolalarga nisbatan kuchliroq ma'no kasb etadi. Shuningdek, ma'no anglatmaydigan materialni o'zlashtirish jarayoni tez ko'chadi, mahsuldorroq

bo'ladi. Ma'nosiz materiallarni egallash uchun iroda kuchi, irodaviy sifatlar muhim ahamiyatga egadir.

Esda olib qolishga hech qanday yo'nalish berilmay, materialni yaxshi olib qolinishi kishining jadal faoliyati bilan bog'liq. Ixtiyorsiz esda olib qolish faol irodaviy kuch sarflash hisobiga amalga oshadi. A.A.Smirnov ma'noli materialni esda olib qolishning bolalar uchun yengil ko'chishi ularning yosh xususiyatlariga bog'liq narsa emasligini ta'kidlab o'tadi. Chunki bolalar hali tushunib olmagan materialni go'yo ma'nosi yashirinib yotgandek qabul qiladilar. Matn ma'nosining noma'lumligi unga nisbatan qiziqish, bilishga intilish mazmunini izlashga talabchanlikni uyg'otadi. Odatda ma'nosiz so'zlarni laboratoriya sharoitiga qaraganda kundalik turmushda puxtaroq eslab qolinadi.

Qator psixolog olimlarning mulohazalariga binoan: 1) materialni esda olib qolish darajasi yosh davrlari xususiyatiga ega emas, balki uning yakkahol shaxsiy xususiyatlariga bog'liqdir; 2) mexanik esda olib qolishning odat tusiga kirib qolishi ham yosh davrlarining xususiyati emasdir; 3) so'zlarni esda olib qolish, mexanik esda olib qolishning biron-bir xususiyatidir.

Esga tushirish va uning turlari.

O'tmishda idrok qilingan narsalar, his-tuyg'u, fikr va ish-harakatlarning ongimizda qaytadan tiklanishi **esga tushirish** deyiladi. Esga tushirishning nerv-fiziologik asoslari bosh miya deyiladi. Esga tushirishning nerv bog'lanishlarning po'stida ilgari hosil bo'lgan nerv bog'lanishlarning qo'zg'alishidir. Esga tushirishning *tanish, eslash, bevosita eslash, oradan ma'lum vaqt o'tkazib eslash, ixtiyorsiz va ixtiyoriy turlari* mavjud.

Tanish ilgari idrok qilingan narsa va hodisalarni takror idrok qilish natijasida u yoki bu hodisani esga tushirishdir. Tanish aniq va noaniq bo'lishi mumkin. Noaniq tanishda biz bu narsani notanish emasligini his qilamiz, xolos. Masalan, bir

odam ko'zimizga issiq ko'rinadi, lekin uni qaerda ko'rganimizni eslay olmaymiz. To'liq, aniq tanishda esa idrok qilinayotgan narsaning nomi katta rol o'ynaydi. Masalan, biz bir kishini ko'rib, uni taniy olmasak, uning familiyasini yoki ismini eshitsak, darrov kim ekanligini bilamiz.

Eslash narsa va hodisalarni, uni ayni paytda idrok qilmay esga tushirishdir. Masalan, bo'lib o'tgan voqea va hodisalarni, bilib olgan ishlarimizni bemalol esga tushirishimiz mumkin. Eslash ham aniq va noaniq bo'ladi. Masalan, biz she'rni yoddan aytib bersak ham uni qaerda va qachon o'qiganimizni eslay olmaymiz. Esqa tushirish avval tanishdan boshlanadi. Masalan, imtihonga kirganda biletni ko'rib, uning savolini o'qib taniymiz. Demak, bunda predmetning nomi muhim rol o'ynar ekan. Bevosita esga tushirish materialni idrok qilish ketidanoq esga tushirishdan iborat. Masalan, she'rni yod olganimizda bir necha satrni o'qigan kitobga qaramasdan takrorlaymiz, ya'ni bevosita esga tushiramiz. Bir karra ko'zdan kechirilgan materialni bevosita esga tushirilgan miqdoriga qarab, xotiraning ko'lamini aniqlanadi.

Materialning ko'p qismini bevosita esga tushira oladigan kishining xotira ko'lamini keng hisoblanadi. Masalan, artistlarda so'z va iboralarni esda tutib qolish xotirasining ko'lamini keng bo'ladi. Hisob-kitob ishlarini yuritadigan xodimlarda sonlarni esda tushirish xotirasining ko'lamini keng bo'ladi.

Vaqt o'tkazib esga tushirish esda olib qolingani narsani oradan bir qancha vaqt o'tkazib esga tushirishdirki, bunda shu orada ongimizda boshqa jarayonlar o'tgandek bo'ladi. Masalan, yoshligimizdagi voqea va hodisalarni shu tariqa eslaymiz.

Idrok qilingan narsalar miyamizda o'rnashib qolishi, esimizda turishi tufayli turli usulda esimizga tushishi mumkin.

Esda saqlash deganda ilgari tug'ilgan taassurot, fikr, his-tuyg'u va ish-harakatlarning takrorlanishiga moyillik paydo qilishi va mustahkamlanishi tushuniladi. Bunga sabab asab tizimining egiluvchanligidir. Shuning uchun asab tizimi ilgari bo'lib o'tgan taassurotlarni takrorlashga tayyor turadi. Faqat

esga tushirish uchun qulay sharoit bo'lsagina esga tushadi. Bunday sharoit bo'lmaganda zarur materialni ixtiyoriy eslash jarayoni qiyinlashadi.

Shunday qilib, esga tushirishda ana shu tariqa qiynalib qolib, zarur bo'lgan narsani shu onda esga tushira olmaymiz.

Unutilgan narsalarni yana xotirada qaytadan tiklanishi **reminissensiya** hodisasi (xira esga keltirish) deyiladi. Bu hodisaning sababi shuki, uzoq vaqt bir ish bilan mashg'ul bo'lganda miya charchashi yuz beradi. Charchash haddan tashqari oshishi natijasida nerv xujayralarida tormozlanish yuz beradi. Materialni esda qoldirilgandan keyin 12 soat ichida esga tushirilsa, materialning ko'p qismi unutiladi. Materialni o'qib o'rganib olingandan keyin uni yaxshi xotirlay olmay, ammo oradan bir necha vaqt o'tgandan keyin uni to'la xotirlay olishlikning sababi materialni o'qib, o'rganib olishda ro'y beradigan charchashdir.

Materialni eslash uchun bo'lgan kuchli xohish natijasida tormozlanish yuzaga keladi, bu esa materialni qayta esga tushirishdagi qiyinchilikni kuchaytirib yuborishi mumkin. Vaqt o'tishi bilan ishga chalqib ketgan insonlarda tormozlanish tarqab ketadi. Shunda esga tushirish lozim bo'lgan narsa xotiraga kiradi. Materialni mustahkamlashga bo'lgan qiziqishning bo'lishi materialni uzoqroq esda saqlashga olib keladi. Unutish vaqtga bog'liq bo'ladi. Bu G.Ebbingauz tomonidan aniqlangan bo'lib, unutish materialni yod olingandan keyin darhol ayniqsa tez ro'y beradi, undan keyin esa unutish ancha sekinlashadi.

G.Ebbingauz unutishning vaqtga bog'liqligini tajriba orqali aniqlagan. To'plangan natijalarning ko'rsatishicha, materialni yod olgandan so'ng unutish sur'ati tez keyinchalik esa u birmuncha sekinlashadi. Bu qonuniyat ma'nosiz ayrim bo'g'inlarni unutish ustida olib borilgan ishlarida tasdiqlangan. Tajribalarning ko'rsatishiga qaraganda, o'rganilgan narsalar bir soatdan keyin unutiladi. Materialni o'zlashtirish jarayoni maboynda xotirlash natijasida unutish sekinlashib boradi.

Muvaqqat asab bog'lanishlari susayishi natijasida qachonlardir sodir bo'lgan narsa va hodisalarning o'zaro aloqalari xotirada asta-sekin yo'qolib boradi. Vaqtning o'tishi bilan birmuncha unutilib ketilayotgan vaqtli bog'lanishlarni, ya'ni assosiasiyalarni qaytadan tiklash jarayoni kuch-quvvat, xatti-harakatlarni talab qiladi. G.Ebbingauzning izdoshlari va shogirdlari tomonidan o'tkazilgan juda ko'p tadqiqotlarning ko'rsatishicha, unutilish sur'ati materialning ma'noli yoki ma'nosizligiga, uning qanchalik ang'lanilganligiga bog'liqdir. Material qanchalik mazmundor ang'lanilgan tushunib olingan bo'lsa, u holda unutilish ham shunchalik sekin kechadi. Lekin ma'noli materialga nisbatan ham unutilish avval tez sur'atda bo'lib, keyinchalik esa u sekinlashadi. Biron-bir materialni o'zlashtirish yoki esda olib qolish insonning ehtiyojlari, qiziqishi, faoliyatning maqsadi bilan bog'liq bo'lsa, bu material sekin unutiladi.

Unutilishning tezligi esda olib qolingan materialning mustahkamligiga teskari

proporsional xususiyat kasb etadi. Demak, esda olib qolishning mustahkamligiga o'zlashtirilayotgan materialning ma'noga ega yoki ega emasligiga bog'liqlikdan tashqari yana bir nechta omillar o'z ta'sirini ko'rsatadi va uning faoliyat mazmuniga aylanishiga ham bog'liq. Shuningdek, ular shaxsning shaxsiy, individual xususiyatlariga ham bevosita bog'liqdir.

Xotiradagi individual farqlar

Xotira jarayonlaridagi individual farqlar esda qoldirishning tezligida, aniqligida, mustahkamligida va qayta esga tushirishga tayyorligida ifodalanadi. Bu farqlar malum darajada nerv faoliyati tiplarining xususiyatlari bilan, qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining kuchi va harakatchanligi bilan bog'liqdir. Individual farqlar yana shunday hollarda namoyon bo'ladiki, ba'zi odamlar obrazli

materiallarni, rang, tasvir, narsa, tovushlarni samarali va mustahkam esda olib qoladilar.

Boshqa bir odamlar so'zlarni yaxshi eslab qoladilar. Uchinchi bir toifa odamlarda esa malum bir materialni esda olib qolishda yaqqol ustunlik sezilmaydi. Shunga muvofiq psixologiyada xotiraning quyidagi tiplari farqlanadi: ko'rgazmali obrazli xotira, so'z mantiqiy xotira va oraliq tipdagi xotira. Masalan, ko'rgazmali obrazli xotira tipi ko'proq rassomlarda, so'z mantiqiy tipi nazariyotchi olimlarda uchraydi. Bundan tashqari xotirlash va esda qoldirish jarayonlarida analizatorlarning qatnashishiga qarab, xotira quyidagi tiplarga ajraladi:

a) ko'rish; b) eshitish; v) harakat; g) aralash xotira.

Bir xil kishilar ko'rish orqali, ikkinchi xillari eshitish orqali, uchinchi xillari harakat yordamida, to'rtinchi xillari esda qoldirishning birga qo'shilgan usulida yaxshi esda qoldiradilar.

Xotiraning aralash tiplari eng ko'p tarqalgan.

Xotiraning individual farqlari kishi faoliyatining xususiyatiga bog'liqdir. Esda olib qolish va unutilish tezligiga ko'ra xotiraning quyidagi tiplari mavjud:

- 1) **tez esda qoldirib, sekin unutilish;**
- 2) **tez esda qoldirib, tez unutilish;**
- 3) **sekin esda qoldirib, sekin unutilish;**
- 4) **sekin esda qoldirib, tez unutilish.**

Xotira tasavvurlari

Ilgari idrok qilingan narsa va hodisalar obrazlarining ongimizda qaytadan gavdalanishiga **xotira tasavvurlari** deyiladi.

Esda olib qolish va qayta esga tushirish tasavvur obrazlari orqali amalga oshiriladi. Xotira va xayol tasavvurlari bir-biridan farq qiladi. Xotira tasavvurlari ilgari idrok qilingan, ammo hozir ko'z o'ngimizda bo'lmagan narsalarning obrazlarini ongimizda gavdalanishdan iborat.

Masalan, yoshlik vaqtimizdagi hodisalarni eslashimiz, ongimizda qayta tiklashimiz xotira tasavvurlari bo'ladi. Xayoliy tasavvur xotira tasavvuriga qaraganda murakkab bo'lib, ongimizdagi bilimlar tajribalarimiz asosida ilgari idrok qilinmagan, shu paytgacha uchramagan narsalarning obrazlarini yaratishdan iboratdir. Xayoliy tasavvur ijod qilish bilan bog'liq.

Masalan: ertaklar, romanlar umuman biror asarni o'qiyotganimizda undagi qahramonlarning ko'z o'ngimizda gavdalanishi xayoliy tasavvurdir.

Tasavvurlar paydo qilishda so'zning ahamiyati katta. So'z bilan nomlash tegishli obrazning yaratilishiga yordam beradi. Masalan, "ildiz", "o't" so'zlarini to'rt kishiga berib, qanday tasavvur qilishlarini so'rasak, ularning tasavvurlari bir-biridan farq qilishini ko'ramiz, chunki, har bir kishi tajribasiga ko'ra, kasbiga ko'ra tushunadi. Masalan, matematik ildizni sonning ildizi deb, botanik o'simlik qismini, uning ildizini, tish doktori esa tish ildizini tushunadi. Tasavvur qilishning fiziologik asosi shartli reflekslarning hosil bo'lishi, bosh miya po'stida paydo bo'lgan izlarning jonlanishidir.

Tasavvur birorta turtki tasirida jonlanadi, masalan, biror odam haqida tasavvurlarning tug'ilishi uchun birorta so'z yoki hodisa turtki bo'ladi. Asosan, maxsus qo'zg'ovchi so'zdir, shuning uchun so'z bilan tasvirlash orqali tasavvurlar tug'iladi.

Xotira borasidagi nazariyalar

Inson xotirasining qonuniyatlarini o'rganish psixologiya fanining markaziy masalalaridan biri bo'lib hisoblanadi. Ma'lumki, insonning har qanday kechinma, xatti-harakatlari uzoq muddat ongda saqlanib, ma'lum bir sharoitda qayta namoyon bo'luvchi izlar qoldiradi. Shuning uchun, xotira deganda, inson tabiat, jamiyat, koinot to'g'risida ma'lumot, xabar va taassurot to'plash imkoniyatini beradigan hamda

ilgarigi tajriba izlarini esda olib qolish, esda saqlash, qayta esga tushirish, unutishni tushuniladi.

Bunga bog'liq ravishda psixologiya fani oldida xotira jarayonlarini o'rganish bilan aloqador bo'lgan qator murakkab muammolar masalalarini tadqiq qilish masalasi turibdi. Bular quyidagilardan iborat: izlarni esda olib qolishning fiziologik mexanizmlari qanday, esda olib qolishga qanday obyektiv (tashqi), subyektiv (ichki), tabiiy, biologik va ijtimoiy, psixologik sharoitlar ta'sir qiladi, ularning chegaralari qanday kabi masalalarga qaratilgan.

Hozirgi zamon xotirani tadqiq qilish bilan bog'liq tadqiqotlarda markaziy o'rin xotira jarayonining asoslariga ajratilgan. Xotira jarayonining asoslari 3 yo'nalishda o'rganilgan: psixologik, neyro-fiziologik, bioximik.

Xotiraning psixologik nazariyalari inson faolligi bilan bog'liq bo'lgan xotira jarayonlarini shakllantirishni tadqiq etadi. Ulardan birinchisi assosiativ nazariyadir.

Ma'lum bir bilimlar inson ongida birin ketin o'rin olishi tufayli ularda assosiativ bog'liqlikni yuzaga keltiradi va ushbu bog'liqlikda biror bir narsa esga tushiriladi. Ushbu bog'liqlikda biror bir narsa esga tushiriladi. Ushbu assosiasiyalarni 3 turga bo'lish mumkin, ya'ni obyektlarning fazoviy bog'liqligi, bir-biriga mosligi va qarama-qarshiligidir. Bundan 3 ta assosiasiya kelib chiqadi: bir-biriga bog'liqlik, o'xshashlik va qarama-qarshilik. Assosiasiya nazariyasi bo'yicha xotira assosiativ bog'lanishlar asosida mavjud ma'lumotni saqlash va qayta tiklash imkoniyatiga ega.

Ikkinchi psixologik nazariya xotiraning geshtalt nazariyasidir. Ushbu nazariyaning asosiy ta'limoti narsaning negizi, yaxlitligi, yig'indisidir. Ushbu nazariyaga asosan xotira yaxlit hodisa sifatida tahlil etiladi.

Bixeviorizm - inson xotirasida, esda olib qolishda takrorlashning ahamiyatiga diqqatni qaratadi.

Freydizm xotirani emotsiyalar, motivlar va ehtiyojlar bilan bog'laydi.

Xotiraning mantiqiy nazariyasi A.Bine va Byullerlar tomonidan ilgari surilib, ular xotiradagi materialni xotiraning mantiqiy esda olib qolinishi bilan bog'laydi.

A.N.Leontev, N.I.Zinchenko, A.A.Smirnovlar tomonidan faoliyat nazariyasi ilgari surilib, turli tasavvurlar orasidagi bog'liqlik esda olib qolingani materialning qandayligiga emas, balki odamning u bilan nima qilishiga bog'liqdir.

Bioximik nazariya tashqi ta'sir ostida nerv hujayralarida yuz beradigan o'zgarishlarni qayd qilish va xotira jarayonida DNK va RNK ahamiyatini aniqlashga qaratilgandir. DNK xotirani genetik tug'ma tashuvchi sifatida, RNK esa individual xotiraning ontogenetik asosi sifatida qabul qilinadi. Kibernetik nazariya bo'yicha xotira ma'lumotni qabul qilib olish, qayta esga tushirish va unutishdir.

Adabiyotlarda keltirilishicha, navbatdagi nazariya xotira jarayonlari asoslari haqidagi fiziologik nazariyadir. Vaqt oraliqida esda olib qolish, saqlash va esga tushirish xotiraning asoslari fiziologik nazariyasini tashkil qiladi. Har qanday tashqi ta'sir nerv tizimida izsiz o'tmaydi va qandaydir "iz" qoldiradi. "Iz"ning fizik ta'siri qayta impuls harakatini engillashtiradi. Vaqtinchalik nerv munosabatlarining yuzaga kelishi, ularning izini va keyinchalik faollashtirilishini xotira jarayonlari asoslari nazariyasi sifatida ko'rib chiqiladi.

80-yillarda nemis psixologi German Ebbingauz o'z "sof" xotira qonunlarini o'rganish imkonini beruvchi, boshqacha so'z bilan aytganda, tafakkurga bog'liq bo'lmagan holda izlarning esda qolish jarayoni tadqiq etishning yangi uslubini taklif qilgan, ya'ni ma'nosiz bo'g'inlarni yod olishdan iborat bo'lgan bu uslub Ebbingauzga materialni esda olib qolishning egri chiziqiga oid qonunni kashf qilishga, uning asosiy qoidalarini bayon etishga va ana shularning asosida izlarni xotirada saqlanish muddatini hamda asta-sekin so'nish holatini tekshirishga imkoniyat yaratgan. XIX asr oxiri XX asr boshlarida Amerikalik psixolog Eduard Torndaykning tekshirishlari paydo bo'ldi. U birinchi bo'lib tekshirish

predmeti sifatida hayvonlarda ko'nikmalarni paydo bo'lish jarayonini tanlagan edi.

XX asrning birinchi 10 yilida xotirani tekshirish yangi ilmiy talqinga ega bo'ldi, uning moddiy asosi to'g'risidagi muammolarga mohiyati jihatidan mutlaqo boshqacha yondashish ro'yobga chiqdi.

Xuddi shu davr xotira psixologiyasida keskin burilish nuqtasini vujudga keltiradi. Akademik I.P.Pavlov shartli reflekslarni o'rganishning ilmiy metodini taklif etadi, bu narsa o'z navbatida bosh miya yarim sharlarida yangi bog'lanishlar paydo bo'lishiga va mustahkamlanishning asosiy fiziologik mexanizmlarini tekshirish imkoniyatlarini tug'dirdi.

Ana shunday qilib, ushbu bog'lanishlar paydo bo'lishiga va saqlab qolishga yordam beradigan shart-sharoitlar, shuningdek, bog'lanishlarning saqlani-shiga ta'sir qiluvchi holatlar, omillar va mexanizmlar tasvirlab berildi. I.P.Pavlov oliy asab faoliyati ta'limoti va uning asosiy qonunlari xotiraning fiziologik mexanizmlariga oid bilimlarning asosiy manbasiga aylanib qoladi.

Bolalarda xotiraning yuksak (yuqori) shakllarini birinchi marta tadrijiy ravishda tadqiq qilish taniqli psixolog L.S.Vigotskiyga nasib etgan. U 20-yillarning oxirlarida maxsus tekshirishlarning predmeti qilib, xotiraning yuksak shakllarining rivojlanishi muammosini tanlagan va u o'z shogirdlari A.N.Leontev (1905-1979) va A.V.Zankov bilan birgalikda xotiraning yuksak shakllari ruhiy faoliyatning murakkab shakli ekanligini, kelib chiqish jihatidan ijtimoiyligini ko'rsatadi. Shuning bilan birga u murakkab, mohiyatiga ko'ra esda olib qolishning asosiy bosqichlari rivojlanishini isbotlab berdi.

Psixologlardan A.A.Smirnov, P.I.Zinchenkolar ham xotira bo'yicha ilmiy tekshirish ishlarini olib bordilar, uning yangi qonunlari va mexanizmlarini ochdilar. Esda olib qolishning faoliyat maqsadiga bog'liqligini yoritdilar, murakkab

materialni esda olib qolishning oqilona usullarini ko'rsatib berishga muvofiq bo'ladilar.

Yuqoridagi fikrlardan ko'rinadiki, psixolog olimlar tomonidan xotira borasida qator ilmiy izlanishlar olib borilgan va borilmoqda.

Tayanch iboralar

Amneziya (lot. A - inkor etish, mnesus - xotira) - miyaning turli qismlarining jarohatlanishi natijasida xotiraning yo'qolish holati.

Assosiasiya (lot. associatio - birlashtirmok) - psixik hodisalar orasidagi o'zaro bog'lanish, u ma'lum qonunlar bo'yicha tarkib topadi (jumladan, fazodagi yondoshlik, xronologik o'xshashlik, qarama - qarshilik va b.).

Mantiqiy xotira - xotira turlaridan, materialni ma'no tomondan o'zaro bog'langan holda tushunib esda qoldirishga asoslanadi.

Mexanik xotira (yunon. Mechane - qurol, mashina) - materialning ma'nosiga tushunmagai holda takrorlashdan iborat xotira.

Operativ xotira (lot. oreratio - harakat) - xotira turlaridan biri. Bu ma'lum faoliyatni bajarish jarayonida ifodalanadi, uzoq muddatli xotiradan vaqtincha foydalanadi.

Paramneziya (yunon. rara - oldida, yonida mnosis - eslash) - sodir bo'layotgan voqealarning qachonlardir boshdan kechirilgandek bo'lib tuyulishidan iborat xotira kasalligi.

Proaktiv tormozlanish (lot. proaktivus - o'ta faol. yunon. tormoz) - avvalgi faoliyatning qayta - qayta kun takrorlanishi natijasida keyingi materiallarni esga tushirishning yomonlashuvi.

Reminissensiya (lot. reminiscentia - eslamoq) - avval unutilgan deb hisoblangan materiallarning keyinchalik esga tushishidan iborat xotira jarayoni, ya'ni vaqtinchalik unutish holati.

Retroaktiv tormozlanish - (lot. Retru - orqaga, activus - faol, harakatchan) - oldin eslab qolingan materiallarni keyingi faoliyat ta'sirida vaqtincha unutish.

Tanib olish - oldin esda qoldirilgan narsalarni qayta idrok qilish orqali obraz

tariqasida esga tushirishdan iborat xotira jarayoni.

Uzoq muddatli xotira - xotira turlaridan. Bu bilimlarni, shu bilan birga ko'nikma va malakalarni uzoq vaqtgacha esda saqlashni ta'minlaydi, hamda g'oyat ko'p hajmdagi axborotni esda tutish bilan xarakterlanadi.

Unutish - oldin esda olib qolingan ma'lumotlarni keyinchalik qayta esga tushira olish imkoniyatining yo'qligi jarayoni.

Xotira - aks ettirilgan narsa va hodisalarni, tajribani esda qoldirish, esda saqlash va zarur bo'lganda esga tushirishdan iborat psixik jarayon.

Esga tushirish - xotira jarayonlaridai biri, buning natijasida oldin esda olib qolingan bilimlarni faollashtirish yuzaga keladi.

Esda olib qolish - yangi qabul qilingan axborotlarni oldin egallangan bilim va tajribalar bilan bog'langan holda esda saqlashga qaratilgan psixik faoliyat.

Qisqa muddatli xotira - qisqa muddatga esda qoldirish ta'minlaydigan xotira turi.

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular

- 1.Xotira haqida tushuncha.
- 2.Xotira turlari.
- 3.Xotira jarayonlari.
- 4.Xotira tiplari.
- 5.Xotira tasavvurlari.
- 6.Xotira borasidagi tadqiqotlar.

- B) ixtiyorsiz, ixtiyoriy
- V) qisqa muddatli va uzoq muddatli, operativ
- G) harakat, ixtiyorsiz, operativ
- D) barcha javoblar to'g'ri

9. Qaysi qatorda faoliya maqsadiga ko'ra xotira turlari keltirilgan?

- A) harakat, hissiy, obrazli, so'z-mantiq, mexanik
- B) ixtiyorsiz, ixtiyoriy
- V) qisqa muddatli va uzoq muddatli, operativ
- G) harakat, ixtiyorsiz, operativ
- D) barcha javoblar to'g'ri

10. Materialni qancha vaqt esda olib qolish va esda saqlash muddatiga ko'ra xotira turlari qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) harakat, hissiy, obrazli, so'z-mantiq, mexanik
- B) ixtiyorsiz, ixtiyoriy
- V) qisqa muddatli va uzoq muddatli, operativ
- G) harakat, ixtiyorsiz, operativ
- D) barcha javoblar to'g'ri

11. Turli xil qarakatni esda olish, esda saqlash va qayta esga tushirishdan iborat esda olib qolish deb ataladi.

- A) harakat xotirasi
- B) hissiy xotira
- V) obrazli xotira
- G) ixtiyorsiz xotira
- D) ixtiyoriy xotira

12. Tassavurlar tabiat va hayot manzaralari shu bilan birga tovush hidlar ta'mlar bilan bog'liq xotira

- A) harakat xotirasi
- B) hissiy xotira

- V) obrazli xotira
- G) ixtiyorsiz xotira
- D) ixtiyoriy xotira

13. Idrok qilingan narsa va hodisalarning obrazlarini miya po'stida iz hosil qilishi deb ataladi?

- A) esda saqlash
- B) esga tushirish
- V) unutish
- G) esda olib qolish
- D) remensensiya

14. Esda qoldirish faolligiga ko'ra qanday turlarga ajratiladi?

- A) 2ta ixtiyoriy, ixtiyorsiz
- B) 3ta ixtiyoriy, ixtiyorsiz, tasodifan
- V) maqsad qo'yish, o'quv materialini tushunish
- G) ixtiyoriy va beixtiyoriy
- D) barcha javoblar to'g'ri

15. Ixtiyoriy esda olib qoldirishda qanday usullardan foydalaniladi?

- A) material va so'zning ta'sirchanligi
- B) ixtiyoriy va ixtiyorsiz tasodifan
- V) maqsad qo'yish o'quv materialini tushunib esda qoldirish, esda qoldirishning rasional usullari
- G) maqsad qo'yish, esda qoldirishning rasional usullaridan foydalanish
- D) hissiy ta'sirchanligi, hajmi, harakatchanligi, tezligi, shakli.

16. Beixtiyor esda qoldirishda qaysi jarayon asosiy rol o'ynaydi?

- A) ehtiyoj
- B) tajriba

- V) shakl va hajmi
- G) qiziqish
- D) hissiy ta'sirchanliligi

17. O'tmishda idrok qilingan narsalarning his-tuyg'u, fikr va ish-harakatlarning ongimizda qayta tiklanishi deb ataladi?

- A) esga tushirish
- B) tanish
- V) eslash
- G) bevosita esga tushirish
- D) vaqt o'tkazib esga tushirish

17. ilgar idrok qilingan narsa va hodisalarning takror idrok qilish natijasida narsa yoki hodisaning esga tushirishidir?

- A) esga tushirish
- B) tanish
- V) eslash
- G) bevosita esga tushirish
- D) vaqt o'tkazib esga tushirish

19. Narsa va hodisalarni uni shu paytda idrok qilmay esga tushirishga aytiladi?

- A) esga tushirish
- B) tanish
- V) eslash
- G) bevosita esga tushirish
- D) vaqt o'tkazib esga tushirish

20. Materialni idrok qilish ketidanoq esga tushirishdan iborat jarayon nima deb ataladi?

- A) esga tushirish
- B) tanish
- V) eslash

- G) bevosita esga tushirish
- D) vaqt o'tkazib esga tushirish

21. esda olib qolingan narsani oradan bir necha vaqt o'tkazib esga tushirishdirki, shu orada ongimizda boshqa jarayonlar bo'lib o'tadi?

- A) esga tushirish
- B) tanish
- V) eslash
- G) bevosita esga tushirish
- D) vaqt o'tkazib esga tushirish

22. Ilgari tug'ilgan taassurot fikr, his-tuyg'u va ish-harakatlarning takrorlanishiga moyillik paydo qilishi va mustahkamlanishiga aytiladi?

- A) esda olib qolish
- B) esda saqlash
- V) esga tushirish
- G) unutish
- D) remenissensiya

23. Unutilgandan keyin ham materialni xotiraga qaytishi deb ataladi?

- A) amneziya
- B) retrograd amneziya
- V) remenissensiya
- G) assosiasiya
- D) takrorlash

24. Unutishning vaqtga bog'liqligini o'rgangan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) I. Pavlov
- B) A. Smirnov
- V) I. Sechenov
- G) G. Ebbinghaus
- D) D. Elkonin

- V) shakl va hajmi
- G) qiziqish
- D) hissiy ta'sirchanliligi

17. O'tmishda idrok qilingan narsalarning his-tuyg'u, fikr va ish-harakatlarning ongimizda qayta tiklanishi deb ataladi?

- A) esga tushirish
- B) tanish
- V) eslash
- G) bevosita esga tushirish
- D) vaqt o'tkazib esga tushirish

17. ilgar idrok qilingan narsa va hodisalarning takror idrok qilish natijasida narsa yoki hodisaning esga tushirishdir?

- A) esga tushirish
- B) tanish
- V) eslash
- G) bevosita esga tushirish
- D) vaqt o'tkazib esga tushirish

19. Narsa va hodisalarni uni shu paytda idrok qilmay esga tushirishga aytiladi?

- A) esga tushirish
- B) tanish
- V) eslash
- G) bevosita esga tushirish
- D) vaqt o'tkazib esga tushirish

20. Materialni idrok qilish ketidanoq esga tushirishdan iborat jarayon nima deb ataladi?

- A) esga tushirish
- B) tanish
- V) eslash

- G) bevosita esga tushirish
- D) vaqt o'tkazib esga tushirish

21. esda olib qolingani narsani oradan bir necha vaqt o'tkazib esga tushirishdirki, shu orada ongimizda boshqa jarayonlar bo'lib o'tadi?

- A) esga tushirish
- B) tanish
- V) eslash
- G) bevosita esga tushirish
- D) vaqt o'tkazib esga tushirish

22. Ilgari tug'ilgan taassurot fikr, his-tuyg'u va ish-harakatlarning takrorlanishiga moyillik paydo qilishi va mustahkamlanishiga aytiladi?

- A) esda olib qolish
- B) esda saqlash
- V) esga tushirish
- G) unutish
- D) remenissensiya

23. Unitilgandan keyin ham materialni xotiraga qaytishi deb ataladi?

- A) amneziya
- B) retrograd amneziya
- V) remenissensiya
- G) assosiasiya
- D) takrorlash

24. Unutishning vaqtga bog'liqligini o'rgangan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) I. Pavlov
- B) A. Smirnov
- V) I. Sechenov
- G) G. Ebbinghaus
- D) D. Elkonin

25. Unutishga qarshi vosita bu

- A) eslash
- B) tanish
- V) qisman takrorlash
- G) takrorlash
- D) qayta esga tushirish

26. Xotiradagi individual farqlar nimaga bog'liq?

- A) esda saqlash va esga tushirishga
- B) esda olib qolish va unutish
- V) unutish va esda saqlash
- G) vaqt va materialga
- D) shakli, hajmi va hissiy ta'sirchanligida

27. Xotiraning tiplari qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) tezda esda qoldirib sekin unutish
- B) tez esda qoldirib, tez unutish
- V) sekin esda qoldirib sekin unutish
- G) sekin esda qoldirib, tez unutish
- D) barcha javoblar to'g'ri

28. Ilgari idrok qilingan narsa va hodisalar obrazlarining ongimizda qaytadan gavdalanishiga

- A) unutish
- B) esda saqlash
- V) xayol tasavvurlari
- G) xotira tasavvurlar
- D) xotiradagi individual farqlar

29. Material va xabarlarining so'zma-so'z esda olib qolish sabablari qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) materialni ta'sirchanlik darajasi
- B) shaxsning o'zlashtirishga munosabati
- V) o'zlashtiruvchining imkoniyati va qobiliyati

- G) barcha javoblar to'g'ri
- D) to'g'ri javob berilmagan

30. Idrok qilingan narsa va hodisalarning ularning bog'lanish munosabatlarini favqulodda tez hamda aniq esda qoldirish va esga tushirishga qaratilgan nodir qobiliyat bu

- A) mexanik
- B) fenomenal
- V) retrograde
- G) eshitish
- D) proaktiv tormozlanish

Nazorat savollari

1. Xotira tushunchasining mazmuni nimalarda ko'rinadi?
2. Xotiraning nerv-fiziologik asosini nimalar tashkil qiladi?
3. Xotira turlarining mohiyatini ko'rsating.
4. Xotira jarayonlari mohiyatini izo?lang?
5. Xotira tasavvurlarining o'rnini qanday izohlaysiz?
6. Xotira borasidagi tadqiqotlarga misol keltiring

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan adabiyotlar

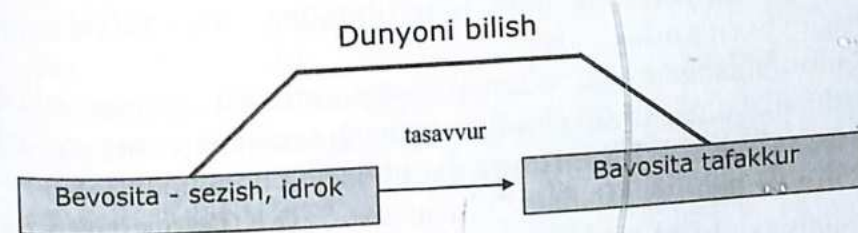
1. Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии. - М.: «Просвещение», 1986.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учебное пособие для вузов. — М.: ЧеРо, 1997.
3. Грановская Р. М. Элементы практической психологии. — СПб.: Свет, 1997.
4. Davletshin M. G. Umumiy psixologiya. — T.: 2002.
5. Джемс В. Психология. — М., 1991.
6. Зинченко П. И. Непроизвольное запоминание. — М.: Изд-во АПН РСФСР, 1961.
7. Karimova V. M. Psixologiya. — T.: 2002.

8. Леонтьев А. Н. Избранные психологические произведения: В 2-х т. Т. 1 / Под ред. В. В. Давыдова и др. — М.: Педагогика, 1983.
9. Маклаков А. Г. Общая психология. — М.: "Питер", 2003.
10. Немов Р.С Психология 1-китоб. — М.: 1999.
11. Общая психология: Курс лекций/ Сост. Е. И. Рогов. — М.: Владос, 1995
12. Psixologiya qisqacha izohli lug'at. — T.: 1998.
13. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: Питер, 1999.
14. Turg'unov Q. Psixologiya terminlarining ruscha-o'zbekcha izohli lug'ati. — T.: «O'qituvchi» nashriyoti, 1975.
15. Umumiy psixologiya (A.V.Petrovskiy tahriri ostida). — T.: «O'qituvchi», 1992.
16. G'oziyev E. G'. Umumiy psixologiya 1-2 kitob. — T.: 2002.

TAFAKKUR

Tafakkur haqida tushuncha

Tafakkur inson aqliy faoliyatining yuksak shaklidir. Tafakkur orqali biz sezgi a'zolarimiz bilan bevosita aks ettirib bo'lmaydigan narsa va hodisalarni ongimizda aks ettiramiz. Umuman olganda tashqi muhitdagi narsa va hodisalar o'rtasida ko'z bilan ko'rib, quloq bilan eshitib bo'lmaydigan ichki munosabatlar hamda qonuniyatlar mavjud. Ana shu ichki bog'lanish hamda qonuniyatlarni biz tafakkur orqali bilib olamiz. Demak, **tafakkur** deb narsa va hodisalar o'rtasidagi eng muhim bog'lanishlar va munosabatlarning ongimizda aks ettirilishiga aytiladi.



Aynan tafakkur orqali biz moddiy olamdagi narsa va hodisalarning mohiyatini bilish imkoniga ega bo'lamiz. Shu bois dunyoni bilishda bevosita sezish, idrok, tasavvur va bavosita tafakkur muhim rol o'ynaydi.

Tafakkur tushunchasining mazmun mohiyati psixologiya darsliklarida olimlar tomonidan turlicha talqin qilinadi. Jumladan, umumiy psixologiya darsliklarida tafakkurga berilgan ta'riflar turlicha bo'lib uning ikkita yoki uchta muhim xususiyati ta'kidlab o'tiladi, xolos. Jumladan, P.I.Ivanovning darsligida "tafakkur insonning shunday aqliy faoliyatidirki, bu faoliyat voqelikni eng aniq, to'liq, chuqur va umumlashtirib aks ettirishga (bilishga), insonni taqin ham oqilona

amaliy faoliyat bilan shug'ullanishiga imkon beradi" deb ta'riflanadi. Ushbu ta'rifda tafakkurning to'la, aniq va

umumlashtirilgan holda aks ettirishi ta'kidlab o'tiladi, xolos, lekin uning xarakterli xususiyatlari bevosita so'z yordami bilan ifodalanishi muallifning diqqat markazidan chetda qolgan.

M.V.Gamezo tomonidan "tafakkur voqelikning umumlashgan holda va so'z hamda o'tmish tajriba vositalarida aks ettirilishi" ekanligi bayon qiladi. U tafakkurning umumlashgan so'z vositasida va vositali atrof- muhit hodisalarini aks ettira olishni ta'kidlaydi.

A.V.Petrovskiy tahriri ostidagi darslikda tafakkurga quyidagicha ta'rif keltiriladi: "Tafakkur - ijtimoiy sababiy, nutq bilan chambarchas bog'liq muhim bir yangilik qidirish va ochishdan iborat psixik jarayondir, boshqacha qilib aytganda, tafakkur voqelikni analiz va sintez qilish, uni bivosita va umumlashtirib aks ettirish jarayonidir".

V.V.Bogoslovskiy taqiriridagi darslikda ham tafakkurga berilgan ta'rif uning umumlashgan va bilvosita aks ettirish xususiyatlari yoritilgan, xolos. Xuddi shunga o'xshash tafakkur xususiyatlari

F.N.Gonobolin, K.K.Platonov darsliklarida ham uchraydi. Keltirilgan ta'riflar orasida **O.K.Tixomirovning** darsligidagi ta'rif nisbatan to'liqroq deb hisoblanadi. Unda tafakkur predmetiga kiruvchi tarkibiy qismlar mana bunday ifodalanadi: "Tafakkur - bu o'z mahsuloti bilan voqelikni umumlashdirib, bivosita aks ettirishni xarakterlaydigan umumlashdirish darajasi va foydalanadigan vositalarga hamda o'sha umumlashmalar yangiligiga bog'liq ravishda turlarga ajratishdan iborat jarayon, bilish faoliyatidir".

Hozirgi vaqtda tafakkurning predmeti yuzasidan psixologiyada turli-tuman qarash va ta'riflar mavjuddir. Ularning ayrimlariga tavsifnoma berib o'tamiz. **S.L.Rubinshteyn** nazariyasiga binoan tafakkurni psixologik jihatdan o'rganishning asosiy predmet, jarayon, faoliyat tariqasida namoyon bo'lishidir. Muallif tafakkur operatsiyalari shakllarini shakllantirishda jarayon, muammoli vaziyatni hal qilishda esa fikr yuritish faoliyati sifatida vujudga kelishini

chuqur tahlil qilib beradi. **S.L.Rubinshteyn** tafakkur to'g'risidagi g'oyani rivojlantirib, uni subyekt faolligining paydo bo'lishi deb ataydi.

A.N.Leontev tafakkur psixologiyasi predmeti yuzasidan mulohaza yuritib, tafakkurni turli ko'rinishlarga ajratadi, fikr yuritish faoliyati ekanligini tan oladi, lekin uni predmetli-amaliy faoliyat deb nomlaydi. Shuning bilan birga tafakkurning tuzilishi, fikr yuritish motivasiyasi to'g'risidagi nazariy metodologik muammolarni o'rta tashlaydi.

P.Ya.Galperin fikriga ko'ra, tafakkur -bu orientirlash-tadqiqot faoliyati, orientirovka jarayondir, ya'ni orientirovka-jarayon, orientirovka faoliyat. Muallif psixologiya fani intellektual masalalarni yechishda subyektning tafakkuriga orientirovka qilish jarayonini o'rganishga asoslanadi deb tushuntiradi. **P.Ya.Galperin** tafakkurning boshqa jihatlarini o'zining aqliy harakatlarni bosqichma-bosqich shakllantirish nazariyasidan kelib chiqqan holda yoritishga intiladi. **A.V.Brushlinskiy** tadqiqotlarida tafakkurning muhim yangilikni qidirish va ochish, gipoteza va nazariyalarni bashorat qilish, oldindan payqash xususiyatlari alohida ta'kidlab o'tiladi.

Tafakkurning nerv-fiziologik asosi

Tafakkur faoliyati muayyan maqsadga qaratilgan alohida ongli jarayon tariqasida sodir bo'ladi. Bosh miyaning biror uchastkasidagi faoliyat emas, balki butun bosh miya po'stining faoliyati mana shu jarayonning fiziologik asosidir. Tafakkur faoliyati uchun avvalo analizatorlarning miyadagi uchlari o'rtasida vujudga keladigan murakkab bog'lanishlar muhim ahamiyatga egadir. Analizatorlarning bosh miya po'stidagi uchastkalari bir-biridan keskin ajralgan holda emas, balki bir-biriga tutashib, bir-biri bilan chambarchas bog'lanib ketganligi sababli mazkur bog'lanishlarning vujudga kelishi yuqorida aytib o'tilganidek, tafakkurning maxsus nerv-fiziologik

mexanizmlaridir. Bunda ikkinchi signallar tizimining bog'lanishlari birinchi signal tizimidagi bog'lanishlarga tayanadi.

I.P.Pavlov ikkinchi signal tizimining ishi hamisha birinchi signal tizimi bilan o'zaro o'tkazish jarayonida hozir bo'ladi, deb ta'kidlagan. Ikkinchi signal tizimi asosida birinchi signal bilan o'zaro ta'sir qilish jarayonida dastlab umuminsoniy empirizmni va nihoyat odamning o'z tevaragidagi olamni va uning o'zini bilish uchun oliy qurol bo'lgan oliy tafakkur voq'e bo'ladi. Tafakkurning muayyan bir narsaga qaratilishi uchun nerv-fiziologik asos bo'lgan orientirovka refleksi tafakkur jarayonlarida katta rol o'ynaydi. Akademik I.P.Pavlov ta'kidlaganidek, "avvalo umuminsoniy empirizmni nihoyat, atrof olamni va insonning o'zini ham bilish uchun oliy qurol bo'lgan fanni ham yaratuvchi maxsus insoniy oliy tafakkur zarurdir".

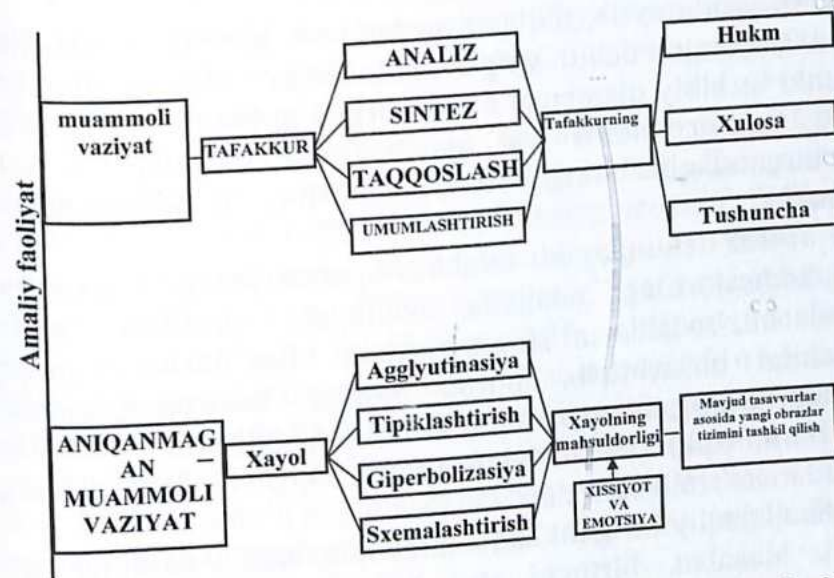
Tafakkur operatsiyalari

Tafakkur jarayoni insonning bilishga bo'lgan ehtiyojlari, tevarak-atrofdagi olam va turmush to'g'risidagi o'z bilimlarini kengaytirishga va chuqurlashtirishga intilish sababli vujudga keladi. Fikr qiluvchi kishining tafakkuri-obyektni anglashi, bilishi tafakkur jarayonining xarakterli xususiyatidir. Odam o'zi idrok qilayotgan narsalar to'g'risida fikr qiladi. Shuning uchun tushunchalar narsalarning butun bir sinfi, turkumi to'g'risida fikr qiladi, ya'ni bular tafakkurning obyekti bo'ladi. Bir narsaga tayanmagan quruqdan quruq tafakkur bo'lishi mumkin emas.

Analiz, sintez, taqqoslash, abstraksiyalash va umumlashtirish, tasniflash va tizimga solish aqliy operatsiyalarning asosiy turlaridir.

Analiz - shunday bir tafakkur operatsiyasidirki uning yordami bilan biz narsa va hodisalarni fikran yoki amaliy jihatdan xususiyatlarini tahlil qilamiz. Analiz jarayonida butunning uning qismlariga va elementlariga bo'lgan

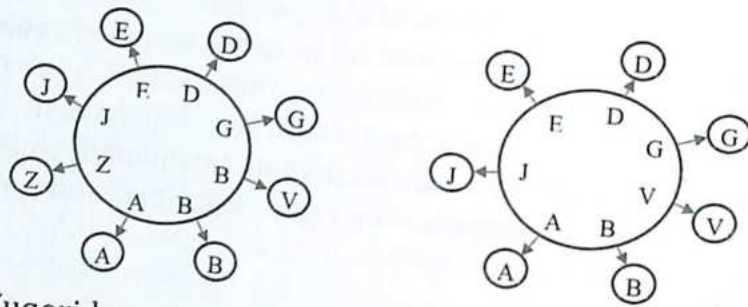
munosabati aniqlanadi. Tahlil obyektlari amalda ajratib bo'lmaydigan elementlarga yoki belgilarga bo'lishda ifodalanishi mumkin. Allomalarimizning ta'kidlashicha, maymunning yong'oqni chaqishining o'ziyoq boshlang'ich, oddiy analizdir. O'quvchi va talaba yoshlar turmushda va va dars jarayonida analiz yordami bilan ko'pgina ishlarni amalga oshiradilar, topshiriqlar, misol va masalalarni yechadilar. Demak, tabiat va jamiyatdagi bilim va tajribalarni inson tomonidan o'zlashtirib olish analizdan boshlanadi. Masalan, buni quyidagi sxemada ko'rish mumkin. Muammoli vaziyatlarni yechish usullari



Dars jarayoni vaqtida tafakkurning analiz qilish faoliyati katta o'rin tutadi. Chunonchi, savodga o'rgatish nutqni tahlil qilishdan, gapni so'zlarga, so'zlarni bo'g'inlarga, bo'g'inlarni tovushlarga ajratishdan boshlanadi. Matematik masalani yechish tahlil qilishdan, dastlab bir qancha ma'lum sonlarni topishdan boshlanadi. Agarda inson oldiga avtomashina motorining tuzilishini bilish vazifasi qo'yilsa, u holda bu topshiriqni hal qilish u motorni ayrim qismlarga ajratib, har bir

qismni o'z navbatida alohida olib tekshirish lozim bo'ladi va hokazo.

Analiz va sintez jarayonlarining yuzaga kelishini quyidagicha izohlash mumkin.



Yuqorida aytib, o'tilgan motor yoki boshqa qismlarning rolini tushunish uchun yolg'iz analizning o'zi kifoya qilmaydi. Chunki tarkibiy qismlarni birlashtirgan holda bir-biriga ta'sir qilib turgan motor va mashinaning butunligicha olib tekshirgandagina uning motor yoki mashina ekanligini anglash mumkin.

Sintez - shunday bir tafakkur operatsiyasidirki, biz narsa va hodisalarning analizda bo'lingan, ajratilgan ayrim qismlarini, bo'laklarini sintez yordami bilan fikran va amaliy ravishda birlashtirib, butun holiga keltiramiz. Sintez elementlarning, narsa va hodisalarning qismlari va bo'laklarini bir butun qilib ho'shishdan iborat aqliy faoliyat ekanligi ta'rifdan ko'rinib turibdi.

Analiz aqliy bo'lgani kabi sintez ham amaliy xarakter kasb etadi. Masalan, birinchi sinf bolasi o'z harf xaltasidagi keltirilgan harflardan foydalanib, bo'g'in, bo'g'inlardan so'z, so'zlardan gap, gaplardan qisqa axborot, undan esa hikoya tuzadi.

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 operatsiyasidirki, bu operatsiya vositasi bilan obyektiv dunyodagi narsa va hodisalarning bir-biriga o'xshashligi va bir-biridan farqi aniqlanadi.

XIX-XX asrlarda yashagan olim K.D.Ushinskiy taqqoslash jarayoni borasida quyidagilarni ta'kidlagan: "Agar siz tabiatni bir narsasini ravshan tushunib olishni istasangiz, uning o'ziga juda o'xshash bo'lgan narsalardan tafovutini topingiz va uning o'zida juda uzoq bo'lgan narsalar bilan o'xshashligini topingiz. Ana shunda siz shu narsaning eng muhim belgilarini payqab olasiz, demak shu narsani tushunib olasiz".

Narsa va hodisalar o'rtasidagi o'xshashlik yoki farqni, teng yoki tengsizliklarni, ayniyat yoki ziddiyatlarni aniqlashdan iborat bo'lgan fikr yuritish operatsiyasi, bilishning dastlabki va zarur vositasi bo'lib hisoblanadi.

Ajdodlarimiz taqqoslashning ta'limdagi roli to'g'risida shunday fikrlarni bildirgan edi. Taqqoslash har qanday tushunishning va har qanday tafakkurning asosidir. Olamdagi narsalarning hammasini taqqoslab ko'rish yo'li bilan bila olmasak, boshqa yo'l bilan bila olmaymiz, agar biz hech narsa bilan solishtirishimiz va farqini bilib olishimiz mumkin bo'lmagan biron bir narsaga duch kelganimizda edi, u holda biz shu narsa to'g'risida hech qanday fikr qila olmagan bo'lar edik.

Taqqoslash operatsiyasi ikki xil yo'l bilan amalga oshishi mumkin: amaliy aniq narsalarni bevosita solishtirish va nazariy tasavvur qilinayotgan obrazlarni va narsalarni ongda fikran taqqoslash.

Agar odam ikki boylam yukni qo'l bilan ko'tarib, bir necha xil taom mazasini qiyoslasa yoki ikki paykal paxtazor qosildorligini taqqoslasa, bu amaliy taqqoslash bo'ladi. Shuningdek, o'quvchilar ikki qalam yoki ikki sterjenning uchini yog'ochga yoki qog'ozga solishtirsalar, u analogik holatga misol bo'la oladi. Bundan tashqari metr bilan masofani, tarozi bilan og'irlikni, termometr bilan haroratni, teleskop bilan osmon

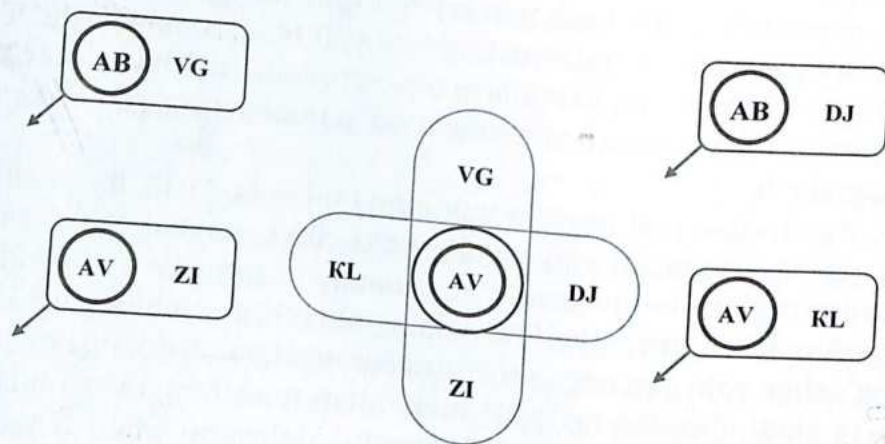
jismlarini o'lchash paytida ham taqqoslash jarayoni vujudga keladi.

Inson tevarak-atrofdagi narsa va hodisalarning barchasini bevosita aks ettirish, qo'l bilan paypaslash imkoniyatiga ega emas. Shu boisdan to'planadigan bilimlarning aksariyati qo'l bilan ushlash, ko'z bilan kuzatish evaziga emas, balki fikr yuritish orqali, mantiq yordamida anglaniladi. Ular o'rtasida o'xshash va farqli alomat hamda belgilar nazariy taqqoslash asosida ajratiladi.

Demak, inson olayotgan keng ko'lamdagi axborotlar farqini fikran taqqoslash yordamida anglab yetadi. Jumladan, o'quvchilar dilda o'ylayotgan narsalarni fikran solishtirib ko'radilar. Ba'zan turli yoshdagi kishilar o'z tengdoshlari xarakterida, qiziqishida, yurish turishida, muomalasida va boshqa xususiyatida o'xshashlik va tafovut borligini topadilar.

Abstraktsiya - shunday fikr tafakkur operatsiyasidirki, bu operatsiya 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.

Mazkur jarayonni quyidagi sxemada ham ko'rishimiz mumkin:



Abstraktsiya jarayonida obyektidan ajratib olingan belgi, alomatning o'zi tafakkurning mustaqil obyekti bo'lib qoladi. Abstraktsiya operatsiyasi tahlil natijasida vujudga keladi. Masalan, sinf devorini tahlil qilish jarayonida uning faqat bir belgisini, ya'ni oqligini ajratib olish mumkin va oq devor to'g'risida emas, balki devorning og'ligi to'g'risida, keyin esa umuman oqlik haqida fikr yuritish mumkin. Kishilar quyosh, oy, yulduz, elektr, olov ba'zi planetalar, ayrim tosh va hokazolarning ko'z o'ngilarida yoritishni kuzata turib ularning bitta umumiy belgisini, ya'ni yoritishni fikran ajratib olib, umuman yoritish to'g'risida mulohaza yuritiladi.

Buyumlarni narsa va hodisalarni jism va predmetlarni biri-biri bilan taqqoslash paytida ham abstraktsiyalash jarayoni yuzaga keladi. Bunda narsa va hodisalarning mavjud yuzaga keladi. Bunda narsa va hodisalarning mavjud belgilariga, masalan tusiga, shakliga, tezligiga, og'irligiga, qiymatiga va shu kabi o'xshash sifatlarga qarab taqqoslanadi.

Abstraktsiya operatsiyasi bilan insonni qurollantirish intellektual jihatdan intensiv rivojlanishiga olib keladi, shuningdek mustaqil bilim olish faoliyatini takomillashtiradi.

Umumlashtirish - tafakkurda aks etgan bir turkum narsalarning, o'xshash muhim belgilarning shu narsalar to'g'risidagi bitta tushuncha qilib, fikrda birlashtirish demakdir. Psixologiyada umumlashtirish muammosi bo'yicha yagona yo'nalishdagi nazariya mavjud emas. Shuning uchun psixologlar bu jarayonni turlicha talqin qiladilar, goho uni guruhlarga bo'lib o'rganadilar. Shuningdek, maktab ta'limini qaysi umumlashtirish usuli asosida amalga oshirish to'g'risida olimlar turlicha nuqtai nazardan yondashadilar. **S.L.Rubinshteyn, V.V.Davidov** tomonidan ta'limda nazariy jihatdan umumlashtirish usulini yoqlab chiqsalar, **N.A.Menchinskaya, D.N.Bogoyavlenskiylar** ham nazariy, ham amaliy usulni qo'llashni tavsiya etmoqdalar. Ammo o'quv faoliyatining turli-tumanligi dars jarayonida har xil umumlashtirish usullaridan foydalanish kerakligini taqazo qiladi.

Psixologiyada umumlashtirishning keng qo'llaniladigan ikki turi: tushunchali umumlashtirish va hissiy-konkret umumlashtirish yuzasidan ko'proq fikr yuritiladi. Tushunchali umumlashtirishda predmetlar obyektiv muhim belgi asosida umumlashtiriladi. Hissiy-konkret umumlashtirishda esa predmetlar topshiriq talabiga binoan tashqi belgi bilan umumlashtiriladi. Psixologlar noto'g'ri

umumlashtirishning hissiy-konkret umumlashtirishdan tafovuti borligini hamisha ta'kidlab kelmoqdalar. O'quvchi va talaba ba'zan predmetlarni muhim bo'lmagan belgisiga asoslanib noto'g'ri umumlashtiradilar, vaholanki, topshiriq shartida bu talab ular oldiga mutlaqo qo'yilmaydi. Lekin bu nazariyaning qimoyachilari noto'g'ri umumlashtirishni alohida tur deb hisoblaydilar.

Umumlashtirish, abstraktsiyalash operatsiyasidan ajralgan holda sodir bo'lmaydi, har qanday umumlashtirish asosida abstraktsiyalash jarayoni yotadi. Umumlashtirish jarayoni abstraktsiyasiz mavjud bo'lishi mumkin, lekin abstraktsiyasiz umumlashtirishning yuzaga kelishi mumkin emas. Agar abstraktsiyalash faoliyatida narsa va hodisalarning o'xshash hamda muhim belgilari tasodif belgilardan fikran ajratib olinsa, umumlashtirishda esa ajratib olingan o'xshash, umumiy va muhim belgilarga suyangen holda narsa va hodisalar birlashtiriladi.

Umumlashtirish jarayoni so'z ta'sirida vujudga kelgan ikkinchi signallar tizimiga asoslanadi. Akademik **I.P.Pavlov** fikricha, nutq signallari tufayli nerv faoliyatining yangi tamoyili abstraktsiyalash va shu bilan birga oldingi tizimning behisob signallarini umumlashtirish vujudga keladiki, bunda ham o'z navbatida ana shu umumlashtirilgan yangi signallar tag'in analiz va sintez qilinaveradi. Fikr yuritishning umumlashtirish operatsiyasi har xil asoslarga ko'ra turlarga bo'lib o'rganiladi. Umumlashtirishni mazmuniga ko'ra tushunchali umumlashtirish va yaqqol-ko'rgazmali yoki elementar umumlashtirish turiga ajratish qabul qilingan. Tushunchali

umumlashtirish orqali obyektiv qonuniyatlarni muhim belgilari bo'yicha birlashtirish amalga oshiriladi. Bunda muhim belgilar umumlashtirilib, obyektiv qonuniyatlarni ochish mumkin bo'ladi. Yaqqol-ko'rgazmali umumlashtirishda narsa va hodisalar tashqi hamda yaqqol belgilar bo'yicha umumlashtiriladi.

Konkretlashtirish - hodisalarni ichki bog'lanish va munosabatlardan qat'iy nazar bir tomonlama ta'kidlashdan iborat fikr yuritish operatsiyasidir.

Umumiy mavhum belgi va xususiyatlarni yakka yolg'iz obyektlarga tadbiiq qilish bilan ifodalanadigan fikr yuritish operatsiyasi insonning barcha faoliyatlarida faol ishtirok etadi. Voqelik qanchalik yaqqol shaklda ifodalansa, inson uni shunchalik oson anglab yetadi. Insonlar dastavval tevarak atrofni aniq belgilariga asoslanib, aniq holda aks ettirganlar, yaqqol obrazlarga suyanib tasavvur qilish imkoniyatiga ega bo'lganlar, shu boisdan to hozirgi kunga qadar aniqlik belgisi har qanday inson zoti uchun eng yaqin belgi bo'lib isoblanadi.

Psixologlar tadqiqotlarining ko'rsatishiga qaraganda konkretlashtirish odamda ikki xil vazifani bajaradi. Birinchidan, umumiy abstrakt belgining yakka obyektga tadbiiq etish amalga oshiriladi. Masalan, biz "oq" deganimizda ko'z oldimizga qor, qog'oz, paxta va shu kabilar kelishi mumkin. Ikkinchidan, konkretlashtirish umumiy va yakka belgilar kamroq bo'lgan umumiylilikni ochishda

ifodalanadi. Masalan, biz olma, olxo'ri, uzumni mevalar qatoriga stol-stul, divan va shu kabilarni mebellar qatoriga qo'shamiz. Umumiy fikrlarni bayon qilish va izohlash chog'ida odatda keltiriladigan misollarning hammasi konkretlashtirishning o'zidir.

Klassifikatsiyalash - bir turkum ichidagi narsalarning bir-biriga o'xshashligiga va boshqa turkumdagi narsalardan farq qilishiga qarab narsalarni turkumlarga ajratish tizimidir. **D.I.Mendelevni** "Elementlarning davriy tizimi" jadvali bunga yorqin misoldir. Bunda olim elementlarni atom og'irligi ortib

borishiga, kimyoviy sifatlarning bir tipligiga va boshqa belgi va alomatlariga qarab tartib bilan joylashtirib chiqqan. O'rganish uchun qulaylik tug'dirish maqsadida, shuningdek, amaliy maqsadlarda ko'pchilik narsalarni guruhlariga, turkumlarga bo'lishga to'g'ri keladi. Ko'pchilik narsalarni hodisalarni guruhlariga bo'lish klassifikatsiyalash yoki turkumlarga bo'lish deb ataladi. Masalan, kutubxonada kitoblar muqovasiga, farmoyishning mazmuniga va shu kabi belgilariga qarab turkumlariga bo'lish mumkin. O'quvchilarning odatda yoshi yoki jinsiy belgilari bo'yicha va shu kabilarga qarab turkumlarga bo'ladilar.

Sistemalashtirish - tizimga solish shundan iboratki, bunda ayrim narsalar, faktlar, hodisa va fikrlar muayyan tartibda makondagi, vaqtdagi tutgan o'rniga yoki mantiqiy tartibda joylashtiriladi. Shu sababli makon, xronologiya va mantiqiy belgilar asosida tizimga solish turlariga ajratiladi. Mebelning xonadagi joylashtirilishi, daraxtning boqqa o'tkazilishi, makoniy tizimga namuna bo'la oladi. O'tmishda bo'lib o'tgan voqealarning vaqtga qarab tizimga solishning namunasi bo'la oladi. Matematikaga, falsafaga, mantiqqa doir darsliklarda ilmiy materiallarning joylashtirilishi mantiqiy tizimga solishning namunasidir.

Maktab ta'limida o'zlashtirilgan bilimlarni tizimga solish muhim ahamiyatga ega bo'lib, bu ish bir necha bosqichda amalga oshiriladi. Bilimlar dastlab predmetlarning boblari, qismlari bo'yicha, so'ng yaxlit holda o'quvchi ongida tizimlashadi. Tizimlashtirishning ikkinchi bosqichida bir-biriga o'xshash predmetlarga oid bilimlar fikran tartibga solinadi. Uchinchi bosqichda bir necha predmetlar yuzasidan to'plangan bilimlar ma'lum tartibga tushadi, ularning o'xshash va farqli tomonlari ajratiladi. Tizimga solishning to'rtinchi bosqichida darsdan va maktabdan tashqari mashg'ulotlarda egallangan bilimlarni tizimlashtirish nazarda tutiladi.

Demak, insonning bilish faoliyatida mavzulararo, predmetlararo bilimlarni tizimlashtirish yuzaga keladi.

Binobarin bilimlarning tizimga solinishi aqliy rivojlanishning dastlabki pog'onasi hisoblanadi.

Tafakkur shakllari

Psixologiyada nutq fikr yuritish faoliyatining vositasi deb yuritiladi. Odamda nutq tafakkur jarayonida hukm, xulosa chiqarish va tushunchalar shaklida ifodalanib keladi.

Hukmlar

Narsa va hodisalarning belgi va xususiyatlari haqida tasdiqlab yoki inkor qilib aytilgan fikr **hukm** deb ataladi.

Hukmlar obyektiv voqelikni aks ettirilishiga qarab chin yoki xato bo'ladi. Narsa va hodisalarda voqelikda haqiqatan o'zaro bog'liq bo'lgan belgilar, alomatlar hukmlarda bog'liq ravishda ko'rsatib berilsa yoki voqelikda bir-biridan ajratilgan narsalar hukmlarda ajratib ko'rsatilsa bu **chin hukm** deb ataladi. Masalan, metallar elektr tokini o'tkazuvchidir; metallar qizdirilganda kengayadi, degan chin hukmlardir. Chunki elektr tokini o'tkazish qizdirilganda kengayishi metallarga xos xususiyatdir.

Moddiy olamda haqiqatdan bog'liq bo'lmagan narsa hukmda bog'liq qilib ko'rsatilsa, bunday hukm **xato hukm** deb ataladi. Masalan, hozir tashqarida yomg'ir yog'yapti; yer quyosh atrofida aylanmaydi, degan misollar xato hukmlar doirasiga kiradi.

Borliqdagi narsalar, hodisalar va voqelikni miqdoriga ularning biror hukmda aks ettirilgan aloqa va munosabatlariga qarab, hukm quyidagi turlarga bo'linishi mumkin:

- **Hukmlar sifatiga ko'ra:** tasdiqlovchi yoki inkor qiluvchi hukm;
- **Hukmlarning miqdoriga qarab:** yakka, juz'iy, xususiy va umumiy hukmga;

- **Hukmlarning munosabatiga ko'ra:** shartli, ayruvchi, va qat'iy hukmlarga;

- **Hukm taxminiy ko'rinishga ega bo'lishi ham mumkin.**

Bu hukmda aks ettiriladigan narsa va hodisalar belgisining nechog'lik muhim bo'lishiga yoki voqelikka mos kelish-kelmasligiga bog'liq. Masalan, ertaga yomg'ir yog'ishi mumkin. Paxta rejasi to'lib qolsa kerak.

Hukmlarda tasdiqlangan yoki inkor qilingan narsalar, hodisalar, alomatlar hukmning mazmunini tashkil qiladi. Narsa bilan belgining aloqasi bog'liqligi borligi aks ettirilgan hukm **tasdiqlovchi hukm** deb ataladi.

Masalan, O'zbekistonda pilla yetishtirilmaydi. Toshkentda oliy maktablar qurilmagan. Voqelikda ajratilgan narsa inkor qiluvchi hukmda fikran ajratilishi mumkin. Yakka, yolg'iz narsa va hodisa to'g'risidagi hukm **yakka hukm** deb ataladi.

Masalan, Toshkent O'zbekiston Respublikasi poytaxtidir; Amudaryo sersuv daryolardan biridir. Belgining biror turkumigagina taalluqliligini tasdiqlovchi yoki inkor qiluvchi hukm **juz'iy hukm** deb ataladi. Masalan, ba'zi metallar elektr tokini o'tkazmaydilar. qarzdor talabalar sessiyaga qo'yilmaydi. Jamoaning ayrim brigadalari majburiyatga yarasha mehnat qilmaydilar. Bir turkumdagi narsa va hodisalarning hammasi to'g'risida tasdiqlab, yoki inkor qilib aytilgan hukm **umumiy hukm** deb ataladi. hukmda narsa va hodisa belgisining borligini muayyan sharoitlarda tasdiqlab yoki inkor qilib aytilgan hukm **shartli hukm** deb ataladi. Masalan, agar talaba sessiyalarga qunt bilan puxta tayyorlansa, u yaxshi va a'lo baholar oladi. Agar o'quvchi darsga diqqat qilmasa, yangi materialni o'zlashtira olmaydi. hukmda narsalar va hodisalar bir necha belgiga nisbatan berilib, shu belgilardan farqi bitta unga tegishli bo'lsa, bunday hukmga **ayruvchi hukm** deb ataladi. Masalan, jismlar yo qattiq, yoki suyuq, yoki gazsimon holda bo'ladi.

Narsa bilan belgi o'rtasidagi aloqaning bor yoki yo'qligi qat'iy shaklda aks ettirilsa qat'iy hukm deb ataladi. Masalan, bahorda barcha joylarda ko'klamzorlashtirish ishlari amalga oshiriladi. Yonish kimyoviy jarayondir.

Narsa va hodisalar bilan ularning xususiyatlari o'rtasida aloqa bo'lishi ehtimoli faqat faraz qilinsa, u holda inson o'z fikrlarini quyidagi shaklda ifoda qilishi mumkin. Ehtimol, Marsda organik hayot bordir. XXI asrning oxirlarida fan-texnika yanada rivojlanib, taraqqiy etishi mumkin va boshqalar. Bunday hukmlar **ehtimollik hukmlari** deb ataladi. Narsalar bilan xususiyatlar o'rtasidagi aloqani taxminan emas, balki haqiqatdan aniq bilganimizda biz o'z fikrimizni mana bunday shaklda izhor qilamiz. Fakultet kutubxonasida ko'p yangi kitoblar mavjud. Maktabimizdagi kimyo xonasi juda yaxshi uskunalar bilan jihozlangan. Bunday hukmlar **voqelik (assertorlik) hukmlari** deb ataladi.

Hukmning shunday yuqori shakli borki, unda faqat haqiqatda bo'lgan voqea qayd qilinmasdan, balki narsa bilan xususiyatning aloqasi qonuniy ekanligi aniqlab beriladi. Masalan, butun dunyoda tinchlik g'alaba qozonishi muqarrar, sezgilarning intensivligi qo'zg'atuvchi kuchining logarifmiga proporsionaldir. Bunday hukmlar **zaruriy (apodiktik) hukmlar** deb ataladi. Bunday hukmlarda inson narsa, voqelik, hodisa bilan uning xususiyati o'rtasida mustahkam bog'lanish borligini va bu bog'lanishga zid keladigan boshqa bir holning bo'lishi aslo mumkin emasligini aks ettiradi. Psixologiyada hukmlar ikkita asosiy yo'l bilan hosil qilinishi ta'kidlab o'tiladi. Birinchi yo'l bilan hukm hosil qilinganda idrok qilish zarur bo'lgan narsalarning bevosita o'zi ifodalanadi. Ikkinchi yo'l bilan esa bevosita mulohaza yuritish yordami bilan hukm amalga oshiriladi. Masalan, bu avtomobilning yangi modeli. Mazkur misolda hukm chiqarishning birlamchi yo'li aks ettirilgan. Dastavval olimlar kashfiyot yoki ijodiy jarayonda nazariy jihatdan mulohaza yuritish yordamida hukm chiqaradilar. Ular chiqaradigan hukmning to'g'riligi amaliyotda

keyinchalik tasdiqlanadi. Bu ikkinchi yo'l bilan hukm chiqarishga misoldir.

Xulosa chiqarish

Bir qancha hukmlarning mantiqiy bog'lanishi natijasida hosil bo'lgan yangi hukm insonning bilish faoliyatida alohida ahamiyatga ega. **Xulosa chiqarish** shunday tafakkur shaklidirki, bu shakl vositasi bilan biz ikki yoki undan ortiq hukmlardan yangi hukm hosil qilamiz. Masalan, har qanday harakat materiya harakatidir, issiqlik harakat shaklidir, degan ikkita hukmni olaylik. Bu ikki hukmdan, demak issiqlik materiya harakatidir degan yangi hukm chiqariladi. Bunda birinchi hukm hamisha umumiy hukm bo'lib, ikkinchi hukm yakka hukm bo'ladi.

Keltirilgan misollardan ko'rinib turibdiki, mulohaza yuritish ham xulosa chiqarish ham voqelikni bevosita bilishning asosiy shakli sifatida namoyon bo'lgan oldingi ikki hukmga asoslanib, uchinchi hukm chiqariladi. Mazkur xulosani bevosita tekshirib ko'rishga hech qanday ehtiyoj qolmaydi. Shu sababdan xulosa chiqarishda fikr o'rtasidagi shunday bog'lanish natijasida bir yoki undan ortiq hukmlardan uchinchi hukm keltirib chiqariladi.

Xulosa chiqarish uch turga bo'linadi: **induktiv, deduktiv va analogiya**.

Induktiv xulosa chiqarish - bu xulosa chiqarishning shunday mantiqiy usulidirki, bunda bir necha yakka va ayrim hukmlardan umumiy hukmga o'tiladi, yoki ayrim fakt va hodisalarni o'rganish asosida umumiy qonun va hoidalar yaratiladi. Masalan, temir elektr tokini o'tkazadi, po'lat elektr tokini o'tkazadi, mis elektr tokini o'tkazadi, ruh elektr tokini o'tkazadi. Demak, barcha metallar elektr tokini o'tkazadi, degan umumiy xulosa chiqaramiz.

Deduktiv xulosa chiqarishda umumiy va yakka hukmlardan yakka yoki juz'iy hukm keltirib chiqariladi. Misol

uchun barcha metallar elektr tokini o'tkazadi. Temir metaldir. Demak, temir ham elektr tokini o'tkazadi.

Analogiya xulosa chiqarishning shunday shaklidirki, bunda biz ikki predmetning ba'zi bir belgilari o'xshashligiga qarab, bu predmetlarning boshqa belgilarining o'xshashligi to'g'risida xulosa chiqaramiz. Analogiya deb narsa va hodisalarning bir-biriga o'xshash bo'lgan ba'zi belgilariga qarabgina hukm yuritishdan iborat xulosa chiqarish shakliga aytiladi. Analogik usulda chiqarilgan xulosa chin, taxminiy hamda yolg'on bo'lishi mumkin. Fikr yuritishning bunday shakli ko'pincha yosh bolalarga xos xususiyatdir. Demak, juz'iy ikki yakka hukmlarga asoslanib, juz'iy yoki yakka hukm keltirib chiqaramiz. Masalan, bog'cha yoshidagi bola mana bunday mulohaza yuritadi; adamlar darvozadan ismimni aytib chaqirib keldilar. Ular sovg'a olib kelgan bo'lsalar kerak. Bu bolaning mulohazasini tahlil qilib ko'rsak, uning fikr yuritishi mana bunday tarzda taraqqiy etganligini shoxidi bo'lamiz. O'tgan galda adam ismini aytib chaqirib kelgan edilar, yana chaqirayotirlar. Albatta, adam menga sovg'a olib kelganlar, deb xulosa chiqaradi.

Shunday qilib, analogik yo'l bilan xulosa chiqarganda murakkab qonuniyatlar to'g'risidagi bilimlar o'zlashtirilmasada, lekin turmushning turli jabhalarida undan foydalanib turiladi.

Tushunchalar

Tafakkur tushunchalar shaklida ifodalanadi. **Tushuncha** deganda biz narsa va hodisalarning eng muhim va eng asosiy xususiyatlarini aks ettirishni tushunamiz. Tushunchalar hukmlardan tarkib topadi. Shu sababli tushunchaning mazmunini ochib berish uchun bir qancha hukm yuritishga to'g'ri keladi. Masalan, odam ongli mavjudotdir degan tushunchani oladigan bo'lsak, bu yerda odamning eng muhim xususiyati uning ongliligi ekani qayd qilinyapti.

Tafakkur turlari

Muayyan ijtimoiy muhitda turmush kechirayotgan odamlarning ehtiyojlari xatti-harakat motivlari narsalarga qiziqishlar, intilishlar, mayllar, aqliy qobiliyatlari, hatto faoliyatlari ham turli tumandir. Xuddi ana shu boisdan ularning tafakkuri ham har xil holatlarda vaziyatlarda turlicha tarzda vujudga keladi, namoyon bo'ladi.

Psixologiya fanida tafakkur turlari topshiriq xususiyatiga, fikr yoyiqligiga, fikrning originallik darajasiga qarab, quyidagicha shartli klassifikatsiya qilinadi.

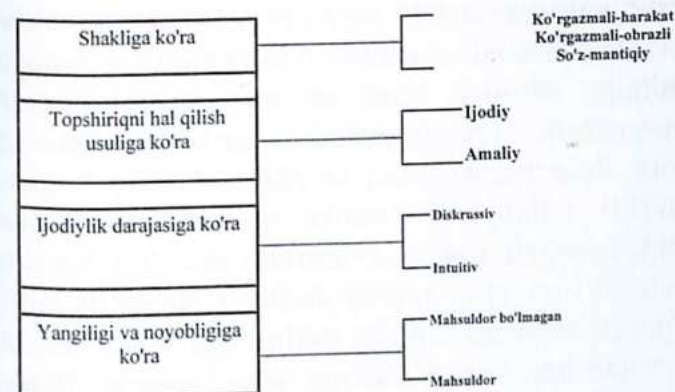
Professor E.G.G'oziyevning "Umumiy psixologiya" darsligida tafakkur turlari quyidagicha klassifikatsiya qilinadi:

Tafakkur turlari	
Shakliga ko'ra	Ko'rgazmali-harakat, ko'rgazmali-obrazli,
Topshiriq xarakteriga ko'ra	Nazariy, amaliy, ixtiyorsiz, ixtiyoriy
Fikr yoyiqligiga ko'ra	Konkret, abstrakt, realistik, autistik intuitiv, diskursiv
Fikrning originallik darajasiga ko'ra	Reproduktiv, produktiv, ijodiy, vizual, fazoviy

V.Karimovning "Psixologiya" o'quv qo'llanmasida tafakkur turlari quyidagicha klassifikatsiya qilinadi.

Tafakkur turlari	
Shakliga ko'ra	Ko'rgazmali-harakat, ko'rgazmali-obrazli, mantiqiy
Ko'riladigan masalaning xarakteriga ko'ra	Nazariy, amaliy
Ijodiylik elementiga ko'ra	Konvergent, divergent
Yangiligi va noyobligiga ko'ra	Reproduktiv, produktiv (ijodiy)

Shuningdek, ayrim adabiyotlarda tafakkur klassifikatsiyasi quyidagi tarzda ham ifodalanadi.



A.V.Petrovskiy muharrirligida chop etilgan, "Umumiy psixologiya" darsligida tafakkurni quyidagi turlari ajratib ko'rsatiladi: *ko'rgazmali-harakat, ko'rgazmali-obrazli, mavhum nazariy tafakkur turlari* va boshqalar.

Ko'rgazmali-harakat tafakkur turi. Tarixiy taraqqiyot davomida odamlar o'z oldilarida turgan maqsadlarni dastlab amaliy faoliyat nuqtai nazaridan yechganlar, keyinchlik unda nazariy faoliyat ajralib chiqqan. amaliy va nazariy faoliyat chambarchas bir-biri bog'langandir.

Ko'rgazmali-harakat tafakkur turiga psixologik adabiyotlarda quyidagicha ta'riflar uchraydi. Jumladan, V.Karimova tomonidan ko'rgazmali-harakat tafakkuri odamning real predmetlar bilan ish qilayotgan paytda fikrlash jarayonini nazarda tutadi. "Psixologik lug'atda" ko'rgazmali harakatli tafakkur amaliy tafakkurning bevosita idrok qilayotgan narsa va hodisalar haqida harakatlar yordami bilan amalga oshiriladigan fikrlash turi, deb tavsiflanadi.

Sof psixologik faoliyat birlamchi emas, balki amaliy faoliyatning o'zi birlamchidir. Yana faoliyatning taraqqiyoti davomida unga nisbatan mustaqil nazariy fikr yuritish faoliyati ajralib chiqqan. Faqat butun insoniyatning tarixiy taraqqiyoti emas, balki shu bilan birga har bir bolaning psixik taraqqiyoti

jarayoni ham dastavval sof nazariy faoliyat emas, balki amaliy faoliyatdir.

Agarda insoniyatning tarixiy taraqqiyoti muammosidan chetlanib, ushbu masalani olib qarasak, u holda amaliy faoliyat birlamchi ekanligiga ishonch hosil qilamiz. Buning uchun insonning ontogenetik taraqqiyotini dastlabki fazasiga murojaat qilamiz. Bola tug'ilishdan tortib, to uning bog'cha yoshigacha davrini amaliy faoliyatda ko'rgazmali-harakat tafakkuri o'sishining asosiy pallasi deb atash mumkin. Mazkur yoshdagi inson zoti ana shu amaliy faoliyat negizida aqliy harakatlarni amalga oshiradi, amaliy bilimlarni o'zlashtiradi, natijada ko'rgazmali-harakat tafakkuri o'sa boradi. Ushbu yoshdagi kichkintoylar o'zlari o'ynayotgan o'yinchoqlarni qo'llari bilan bevosita ushlab ko'rish orqali ular bilan tanishadilar, shuning bilan birga ularni idrok qilishga intiladilar. Idrok qilingan predmetlar va o'yinchoqlarni o'zaro solishtiradilar, qismlarga ajratadilar, analiz va sintez qiladilar, bo'laklarga ajratilganlarni yaxlit holga keltirib birlashtiradilar. Kattalar tushuntirishiga ishonch hosil qilmasdan, ayni chog'da ularni obyektini sindirib yoki buzib bo'lsa ham, ularning ichki tuzilishi bilan tanishish ishtiyoqi, mayli kuchli bo'ladi. Shu boisdan amaliy xarakterdagi muammolarni hal qilishda ko'pincha buzib, tuzatish yo'li bilan harakat qiladilar. Ko'rgazmali-harakat tafakkuri bog'cha yoshiga yetgandan so'ng bolalarda o'z qiymatini yo'qota boshlaydi.

Ko'rgazmali-obrazli tafakkur turi ham psixologik adabiyotlarda turlicha talqin qilinadi. "Psixologik lug'at"da ta'riflanishicha u konkret tafakkurning bevosita idrok qilinayotgan narsa va hodisalar haqida fikrlashdan iborat bo'lgan turi. Professor E.G'oziyev fikricha, bevosita idrok qilinayotgan predmetlar emas, balki faqat tasavvur qilinayotgan narsa va hodisalar haqida fikrlashdan iborat tafakkur turi ko'rgazmali-obrazli tafakkur deb ataladi. V.Karimova tomonidan ko'rgazmali-obrazli tafakkur esa ko'rgan kechirgan narsalar va hodisalarning aniq obrazlari ko'z

oldimizda gavdalangan chog'da ularning mohiyatini umumlashtirilib bilvosita aks ettirishimizdir, deb talqin qilinadi. Tafakkurning mazkur ko'rinishi 4-7 yoshgacha bo'lgan bolalarda namoyon bo'ladi. Bog'cha yoshidagi bolalarda ko'rgazmali-obrazli tafakkur bosqichiga o'tgandan so'ng ham saqlanib qoladi, lekin u o'zining yetakchi rolini yo'qota boshlaydi.

Ko'rgazmali-obrazli tafakkur sodda shaklda ko'pincha boqcha yoshidagi bolalarda, ya'ni 4-7 yoshgacha bo'lgan bolalarda paydo bo'ladi. Bu yoshdagi bolalarda tafakkurning amaliy harakatlar bilan alohasi avvalgidek to'g'ri va bevosita bo'lmaydi. Bog'cha yoshidagi bolalar faqat ko'rgazmali obrazlar bilan fikr yuritadilar va uncha tushunchaga ega bo'lmaydilar. Bog'cha yoshidagi bolalarda tushunchalarning yo'qligi shveysariyalik psixolog J.Piajening quyidagi tajribasida juda yaqqol namoyon bo'ladi. 7 yoshga yaqin bolalarga xamirdan qilingan mutlaqo bir xil, hajmi jihatidan teng 2 ta soqqa ko'rsatiladi. Bolalar uni teng deb hisoblaydi. Bolalarning ko'z oldida bitta soqqa ezib non shakliga keltiriladi. Endi bolalar non shaklidagi soqqada xamir ko'p deb hisoblaydilar. Bolalarning ko'rgazmali-obrazli tafakkurlari hali ularning idroklariga bevosita to'la bo'ysunadigan bo'ladi. Ularning ko'rgazmali-obrazli shaklda o'tadigan tafakkurlari bolalarni soqqaga qaraganda non shaklidagi xamir ko'proq degan xulosaga olib keladi.

Shuning uchun ular narsa va hodisalarning, jism va predmetlarning ko'zga yaqqol tashlanib turuvchi alomatiga, xususiyatiga, tashqi belgisiga e'tibor qiladilar. Lekin ularning ichki bog'lanishlari o'zaro munosabatlarini bildirib keladigan muhim asosiy sifatlariga ahamiyat bermaydilar. Obyektlarni fazoda joylashgan o'rni tashqi, nomuhim belgisi ularning ko'rgazmali-obrazli tafakkurini vujudga keltiradi. Masalan, ularning nazarida odamlarni bo'yining baland va pastligi ularning yoshini belgilaydi.

Tafakkur faolligiga qarab *ixtiyorsiz (intuitiv) va ixtiyoriy (analitik) tafakkur*

turlariga ajratiladi. Intuisiya deb mantiqiy tafakkur yordamida ko'p vaqtlar davomida hal qilinmagan aqliy vazifalarning to'satdan, kutilmaganda hal qilinib qolishi jarayoniga aytiladi.

Ko'pincha ixtiyoriy tafakkur jarayoni mulohaza, muhokama, isbotlash, gipoteza kabi shakllarda namoyon bo'ladi. Masalan, matematika, fizika, kimyo, psixologiya va boshqa fanlardagi misol va muammolarni yechish jarayoni. Bundan tashqari ixtiyoriy tafakkurga mantiqiy yoki nazorat (kontrol) tafakkuri ham kiradi. Moddiy borliqni adekvat aks ettirish, fikr yuritish, tanqidiy va sinchkov bo'lishni taqazo etadi. Binobarin, narsa va hodisalarni atroflicha bilish uchun obyektiv baho berish zarurati tug'iladi, bu esa o'z navbatida fikr yuritish ko'lamini keng, analitik-sintetik faoliyat doirasi mustahkam bo'lishini talab qiladi.

Tafakkur jarayoni ixtiyorsiz yuz berishi ham mumkin. Lekin bu holda ular ixtiyoriy tafakkurga suyanan tarzda vujudga keladi. Jumladan, odamning amaliy, maishiy va hokazo faoliyatlarida ixtiyorsiz ravishda qator savollar paydo bo'lishi va ularga beixtiyoriy javoblar axtarish hollari uchrab turadi. Bunday paytlarda inson fikr yurityaptimi yoki yo'qmi buni bilish qiyin, vaholanki, u o'zicha go'yo savollarga javob topadiganday, shirin his-tuyg'ularni boshdan kechirayotganday bo'ladi, shuning uchun ko'pincha "tilimning uchida turibdi" deyiladi. Odamlar qandaydir matn yoki muammo, masala ustida bosh qotirib, o'tirganlarida fikr yuritish mutlaqo beixtiyor ro'y berib qoladi va ular asosiy topshiriqni bajarishdan uzoqlashtiradi.

Insoniyat tarixiy taraqqiyoti tarixidan shu narsalar ma'lumki, yirik ilmiy kashfiyotlar ko'pincha xuddi shunday beixtiyor fikr qilib turgan mahalda to'satdan ochilgan. Jumladan, yunon olimi Arximed solishtirma og'irlik qonunini zo'r berib, aqliy mehnat qilish paytida emas, balki hech

kutilmagan jarayonda, vannada cho'milib turgan paytida kashf etgan. Ulug' rus olimi **D.I.Mendeleevning** hikoya qilishicha, u elementlar davri tizimi jadvalini tuzish vaqtida uch kecha-yu, uch kunduz betinim mehnat qilgan, ammo bu vazifani nihoyasiga yetkaza olmagan. Undan so'ng charchagan olim ish stoli ustida uyquga ketgan va tushida bu elementlar tartibli joylashtirilgan jadvalni ko'rgan. Shunda D.I.Mendeleev uyqudan, uyg'onib, bir parcha qog'ozga tushida ayon bo'lgan jadvalni ko'chirib qo'ygan.

Ko'pincha psixolog va fiziologlarning ta'kidlashlaricha, muammoning bunday oson ravishda echimini hech kutilmaganda yuqoridagi kabi beixtiyor hal qilinishi shu kashfiyotlar olam yuzini ko'rganicha bo'lgan davr ichida oylab, yillab qilingan mehnatning yakuni, ya'ni tugallanmay qolgan tafakkur jarayonlarining nihoyasiga yetishidir deb baholamoqda.

Yirik fiziolog hamda psixolog **V.M.Bexterevning** izoqlashicha, bunday kutilmagan jarayonlarning ro'y berishiga asosiy sabab bu o'rganilayotgan masala to'g'risida uxlashdan oldin zo'r berib bosh qotirish, o'ylash (fikr yuritish) va butun zehni shuning bilan birga diqqat-e'tiborining tortilishi, kashf qilinishi zarur masalaga to'la-to'kis yo'nalishidan iborat maqsadga muvofiqlashtirilgan murakkab barqaror psixik holati hukm surishidir.

Fikr yuritilishi lozim bo'lgan narsa-hodisalarni idrok yoki tasavvur qilish mumkin bo'lsa, bunday tafakkur konkret tafakkur deb ataladi. U o'z navbatida yaqqol-predmetli va yaqqol-obrazli tafakkur turlariga ajratiladi. Agar fikr yuritish obyekti bevosita idrok qilinsa, bunday tafakkur yaqqol-predmetli tafakkur deyiladi. Fikr yuritilayotgan narsa va hodisalar faqat tasavvur qilinsa, bunday tafakkur **yaqqol-obrazli tafakkur** deb ataladi.

Abstrakt tafakkur narsalarning mohiyatini aks ettiruvchi va so'zlarda ifodalovchi tushunchalarga tayanib fikr yuritishdir. Algebra, trigonometriya, fizika, chizma geometriya,

oilily matematika masalalarini yechish mahalida fikr yuritish, mulohaza bildirish, abstrakt tafakkurga xos misollardir.

Abstrakt tafakkur konkret tafakkurdan g'oyat keng ma'no anglanishi bilan qator narsa va hodisalar to'g'risida, abstrakt tafakkur yordamida mulohaza borliq to'g'risida cheksizlik, sifat, miqdor, tenglik to'g'risida, go'zallik yuzasidan mavhum abstrakt mulohaza yuritish mumkinligi bilan farq qiladi.

Hodisalarni izohlashga, faraz qilishga qaratilgan tafakkur **nazariy tafakkur** deb ataladi. Tushunchalar o'rtasidagi bog'lanishlarni yoritib borish va shu bog'lanishlarni nazariy jihatdan fikr yuritish yo'li bilan izohlash kabi jarayonlarni nazariy tafakkur yordamida amalga oshirish mumkin. Izohlash paytida izohlanayotgan narsa va hodisalar, xossa va xususiyatlar, jism va predmetlar, umuman butun voqelik ma'lum turkumdagi tushunchalar qatoriga kiritiladi va ularning farq qiladigan belgi va alomatlari fikran ajratib ko'rsatiladi. Bundan tashqari muayyan obyektlarning mohiyati, mazmuni mavjud bo'lishlik sabablari, kelib chiqishi, taraqqiyoti, o'zgarishi, shuningdek ularning ahamiyati va funktsiya hamda vazifalari izohlab beriladi.

Nazariy tafakkurni ayni bir paytda abstrakt tafakkur deb nomlash an'ana tusiga kirib qolgan. Bunday nom bilan atashga asosiy sabab nazariy tafakkurning umumiy hukmlarda ifodalanishidir. Masalan, diqqat barcha psixik jarayon va holatlarni muvaffaqiyatli amalga oshirish garovidir.

Abstrakt tafakkur muammosi qator sobiq sovet psixologlari tomonidan izchillik bilan tadqiq etilgan. Sobiq sovet psixologiyasining dastlabki rivojlanishi pallasida ushbu masala bilan L.S.Vigotskiy, P.P.Blonskiylar, keyinchalik S.L.Rubinshteyn, B.G.Anan'ev, A.N.Leontev, N.A.Menchinskaya, P.Ya.Galperin, R.G.Natadze, D.B.El'konin, V.V.Davidov, A.M.Matyushkin va boshqalar shug'ullanganlar.

Nazariy tafakkur tufayli voqelikdagi umumiy va muhim bog'lanishlarni, xossalarni, qonuniyatlarni anglab olamiz. Shuning uchun quyosh va oy tutilishini, yulduzlar tizimini

harakatini, ob-havo ma'lumotlarini, yer qimirlash o'choqlarini, voqea sodir bo'lishini ancha ilgari aytib berishimiz mumkin. Shu sababdan nazariy tafakkurni oldindan ko'rish imkoniyatini yaratadigan **umumlashgan tafakkur** deb ataydilar.

Shunday qilib, abstrakt tafakkur orqali narsa va hodisalarni bevosita idrok qilish mumkin bo'lmagan xususiyatlari, o'zaro munosabatlari aniqlanadi, u yoki bu sohaga oid qonuniyatlar ochiladi, sabab-oqibat bog'lanishlari aks ettiriladi.

Voqelikni o'zlashtirish vositasi bilan real narsa va hodisalarni yaratilishiga

yo'naltirilgan fikr yuritiladi. U qo'yilgan amaliy va nazariy vazifalarni yangi usullar bilan hal qilish, ongimizda yangi tasavvur, tushuncha va hukmlar hosil qilish, muayyan yangi narsalar yaratish bilan bog'liq murakkab tafakkur jarayonidir. Amaliy tafakkur jarayonining davomi ish-harakatlarini, aqliy xarakterlarni tasavvur qilishda, fikrlashda namoyon bo'ladi. Masalan, talabalar faoliyatidagi konspekt yozish, referat tayyorlash, kurs va diplom ishi ustida ishlash kabilar amaliy tafakkurga yaqqol misoldir.

Muayyan fikrni chin yoki yolg'onligini obyektiv dalillar bilan isbotlash o'rniga, inson shaxsining ijobiy yoki salbiy sifatleri bilangina cheklanib qolishdan iborat tafakkur turi avtoritar tafakkur turi deb ataladi. U ko'pincha odamlarning muayyan soha bo'yicha bilim saviyasining, darajasining cheklanganligidan va mustaqil fikr yuritish qobiliyatining yetarli darajada o'smaganligidan dalolat beradi. Shuningdek, psixologiyada bir-birlari bilan uzviy ravishda bog'langan mulohaza yuritishdan iborat tafakkur jarayonini diskursiv tafakkur deb ataladi.

Ijodiy tafakkur - murakkab bilish faoliyatidan biri bo'lib, tadrijiy ravishda izchil o'zaro bog'langan jarayonlardan tashkil topadi, dastavval savollar tug'iladi, vazifa aniqlanadi, masalani echish va savollarga javob qidirish jarayoni vujudga keladi. Inson oldida turgan aniq vazifa yoki masala bu bajarilishi yoki

hal qilinishi zarur bo'lgan vazifa ko'pincha ifodalanishi shart bo'lgan maqsadni ham aks ettirib keladi. Maqsad esa insonning izlanayotgan noma'lum voqelikni topishga gumon va hayajon, shubha qislaridan xalos etishga qaratilgan maylidir.

Ijodiy tafakkurning navbatdagi tarkibiy qismlari quyidagicha aks ettiriladi:

qo'yiladigan savollarga javob berish, masalani yechishga yordam beradigan yo'llar, usullar, vositalar, qoidalar va ko'nikmalarni qidirish, ularni tanlash hamda mazkur faoliyatda ularni tadbiiq qilish va boshqalar.

Ijodiy fikrlashni ta'minlovchi omillar:

Ψ Fikr yuritish faoliyatida eng avval hal qilinishi zarur bo'lgan masala inson tomonidan aniqlab olinishi kerak.

Ψ Muammo yoki masalani hal qilish zarur bo'lgan barcha bilimlarni tadbiiq qilish uchun intilish.

Ψ Masalaga, muammoga taalluqli gipoteza olg'a suriladi, bosqichlar taxmin qilinadi, yechim to'g'risida farazlar ishlab chiqiladi, turli variantlar hamda variatsiyalar haqidagi mulohaza yuritiladi, o'zaro xayolan solishtirib, eng samarali alomatlar ajratiladi va hokazo.

Ψ Muammo oldiga qo'yilgan farazni tekshirish zarurati tug'iladi. Muammoni nazariy jihatdan hal qilish uchun ilgari surilgan gipoteza adekvat emasligi, noto'g'ri ekanligi aniqlansa, u fikr yuritish obyektidan siqib chiqariladi va yangi farazlar, o'ylar taxmin qilinadi yoki o'ylab topiladi.

Ψ Muammo va masalani hal qilish, yechish, olingan natijalarni to'g'riligiga qanoat hosil qilish uchun echuvchi, uni tekshirish bilan tafakkur harakatlarini yakunlaydi.

Psixolog **V.A.Kruteskiy** ijodiy tafakkurni taraqqiy ettirish maqsadida masalalar tipologiyasini ishlab chiqib, turli yoshdagi o'quvchilar o'quv faoliyatida sinab ko'rgan. Tipologiyaga kiritilgan masalalarni V.A.Kruteskiy turlicha nom bilan ataydi:

1. Savol aniq qilib qo'yilmagan masalalar.

2. Berilganlari yetishmaydigan masalalar.
3. Ortiqcha ma'lumotlari bo'lgan masalalar.
4. Bir necha yo'l bilan yechiladigan masalalar.
5. Mazmuni o'zgarib turadigan masalalar.
6. Isbotlashga doir masalalar.

7. Fikrlash, mantiqiy mulohaza yuritishga doir masalalar.

Ijodiy tafakkur turi o'zining samaradorligi va dolzarbligi, universalligi bilan boshqa fikr yuritish jarayonlaridan farq qiladi, yangi-yangi muammolarni o'ylab chiqish jarayoni bo'lib, insonning bilish faoliyatida yetakchi rol o'ynaydi.

Psixologiya fanida tafakkurni **realistik va autistik** turlarga ajratiladi. **Realistik tafakkur** qurshab olgan atrof-muhitni o'rganishga, aks ettirishga qaratilgan fikr yuritish bo'lib, u mantiqiy qonun va qoidalar yordami bilan voqelikni in'ikos qiladi. **Autistik tafakkur** insonning hohish va istaklarini amalga oshirish bilan bog'liq ravishda sodir bo'ladi. Amalga oshirilishi lozim bo'lgan tafakkur harakatlari o'sha shaxsning o'z tilaklarini ro'yobga chiqarishga yo'naltirilgan fikr yuritilishdan iborat individuallik yoki individualistik tafakkurdir.

Masala yechimini qabul qilishga va informasion tayyorgarlik ko'rishga qaratilgan fikr yuritish **vizual tafakkur** deyiladi. Vizual tafakkur maqsadga muvofiq xarakterlar yoki anglanilmagan operatsiyalar, chunonchi obrazlar manipulyatsiyasi va transformatsiyasi yordami bilan amalga oshiriladi va "aqliy anglanish"dan namoyon bo'ladi.

Yirik sobiq sovet psixologlaridan biri **Z.I.Kalmikova** o'z tadqiqotlarida tafakkurni produktiv va reproduktiv turlarga ajratib o'rgangan edi. qisqa vaqt birligi ichida yangi orginal fikrlar yaratish yoki muhim ilmiy, amaliy masalalarni hal qilish bilan belgilanadigan tafakkur produktiv tafakkur deb ataladi. Reproductiv tafakkur esa passiv, tayyor mulohazalarni o'zlashtirib olishga va "tayyor holda" undan foydalanishga qaratilgan insonning bilish faoliyati ko'rinishidir.

Fazoviy tafakkur muammosi atoqli rus psixologi **B.G.Ananov** va uning shogirdlari tomonidan tadqiq qilingan bo'lib, keyingi yillarda bu muammo yuzasidan taniqli psixolog **I.S.Yakimanskaya** tomonidan kasb-hunar kolleji o'quvchilarida tadqiqot ishlari olib borilmoqda. Fazoviy tafakkur deganda narsa va hodisalarning fazoda rasional joylashishi, zamon va makon munosabatlarini, murakkab bog'lanishlarini adekvat ravishda aks ettirishdan iborat fikr yuritish jarayoni tushuniladi, tasavvurlar, xotira va xayol tasavvurlari bilan uzviy bog'liq holda namoyon bo'ladi.

Tafakkur sifatleri

Tafakkur boshqa bilish jarayonlari kabi o'zining individual xususiyatlariga ega bo'lib, fikr yuritish faoliyatining shakllari, vositalari va operatsiyalarining munosabatlari kishilarda turlicha namoyon bo'lishida o'z ifodasini topadi. Odatda tafakkurning individual xususiyat-lari, sifatlariga bilish faoliyatining mazmundorligi, mustaqillik, epchillik, samaradorlik, fikrning kengligi, tezligi, chuqurligi va boshqa sifatlar kiritiladi.

Tafakkur mazmundorligi deganda insoning tevarak-atrofdagi moddiy voqelik to'g'risida ongda qay miqdorda, ko'lamda mulohazalar, muhokamalar, fikrlar, muammolar, tushunchalar joy olganligi 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, sifatleri ularning o'zaro bog'lanishlari, munosabatlari, tafakkurimizda to'liq aks etganligini tushunishimiz kerak. Tafakkur arsenalida joylashgan narsalarning qay yo'sinda sistemalashganligiga qarab to'g'ri va

rasional yo'l nazarda tutiladi, u yoki bu shaxsning tafakkur chuqurligi to'g'risida qat'iy bir qarorga kelish mumkin.

Tafakkurning kengligi o'zining mazmundorligi, chuqurligi kabi sifatleri bilan muntazam aloqada bo'ladi. Insonlardagi narsa va hodisalarning eng muhim belgi, xususiyatlarini o'zida mujassamlashtirgan o'tmish yuzasidan, hozirgi davr haqida, shuningdek, kelajak to'g'risida mulohazalar, muammolar va tushunchalarni qamrab olgan tafakkur **keng tafakkur** deyiladi. Fikr doirasi keng bilim saviyasi yuqori serg'oya ijodiy izlanishdagi kishilarni aql zakovatli, bilimdon

yoki tafakkuri keng kishilar deb atash mumkin. Demak, insonning aql-zakovati, bilimdonligi mulohazadorligi uning tafakkurining kengligidan dalolat beradi.

Inson tafakkuri o'zining mustaqilligi jihatidan mustaqil va nomustaqil tafakkurga ajratiladi. **Tafakkurni mustaqilligi** deganda kishining shaxsiy tashabbusi bilan o'z oldiga aniq maqsad, yangi vazifalar qo'ya bilishi, ular yuzasidan amaliy va ilmiy xarakterdagi faraz, gipoteza qilish, natijani ko'z oldiga keltira olishi, qo'yilgan vazifani hech kimning ko'magisiz, ko'rsatmasiz o'zining aqliy izlanishi tufayli turli yo'l, usul va vositalar topib, mustaqil ravishda hal qilishdan iborat aqliy qobiliyatni tushunish kerak.

Tafakkurning mustaqilligi 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 yechimni qidirishda usul va vositalarni shaxsan o'zi izlashi, aqliy zo'r berib intilishi, ularga taaalluqli qo'shimcha belgi va alomatlarini 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, trafaretga aylangan

eski yo'l hamda usullardan foriq bo'lishda va boshqa jarayonlarda ifodalanadi.

O'zining o'zgalarning mulohazalarini, bu mulohazalarning chin yoki chin emasligini tekshira bilishda va namoyon bo'lgan mulohazalarga, muhokamalarga, muammoli vaziyatga baho bera bilishda aqlning tanqidiyligi muhim rol o'ynaydi. 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 belgilarga, 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 oqib ketsa, bunday holda subyektiv tanqidiylik deyiladi. Subyektiv tanqidiylik salbiy oqibatlariga olib keladi, shuningdek insonlar o'rtasida anglashilmovchilik g'ovini vujudga keltiradi, ikki shaxs o'rtasida kutilmaganda ziddiyat paydo bo'ladi. Insonda tafakkurning tanqidiyligi oqilona rasional tarzda vujudga kelsa, unda shaxs muhim sifat bilan boyiydi deb atash mumkin.

Maqsad, muammo va vazifalar o'zga shaxslar tomonidan qo'yilib, tayyor usul va vositalarga tayangan holda o'zga kishilarning bevosita yordami bilan amalga oshirilishi jarayonida bir oz ishtirok etgan tafakkur nomustaqil deb ataladi. Nomustaqil tafakkurli kishilar tayyor mahsulotlar quliga aylanadilar, o'sishdan orqada qolish xavfi tug'iladi. Natijada aql-zakovatli inson bo'lish o'rniga, kaltabin, aqldan erinchoq, behafsala odam bo'lib voyaga yetadi. Demak, tafakkurning nomustaqillik illati rivojlanishiga to'siq bo'lib, yakka shaxs uchun esa tragediya rolini bajarishi ehtimoldan xoli emas.

Fikrning mustaqilligi uning mahsuldorligi bilan uzviy bog'langan. Agar inson tomonidan muayyan vaqt ichida ma'lum soha uchun qimmatli va yangi fikrlar, g'oyalar, tavsifnomalar yaratilgan hamda nazariy va amaliy vazifalar hal qilingan

bo'lsa, bunday kishining tafakkuri sermahsul tafakkur deb ataladi. Demak, vaqt oralig'ida bajarilgan ish ko'lami va sifatiga oqilona baho berish tafakkur mahsuldorligini o'lchash mezonini sifatida xizmat qiladi.

Tafakkur ixchamligi deganda muammoni hal qilishning dastlab tuzilgan rejasi mazkur jarayonda masala yechish shartini qanoatlantirmay qolsa, nomutanosiblik hosil bo'lsa hech ikkilanmay elastik ravishda o'zgartirishlar kiritishdan iborat fikr yuritish faoliyatini tasavvur qilmoqimiz shart. Fikrning operativ jihatdan tezkorlik bilan o'zgartirishdan va to'g'ri yo'nalishga yo'llab 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'yilgan 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.

Fikrlarning tezligi talabalar va o'quvchilarga zarur psixologik qurol bo'lib xizmat qiladi. Imtihon paytida, seminar mashg'ulotlarida faol ishtirok qilgan talaba hayajonlanib, egallagan bilimlarini vaqtincha unutib o'zini yo'qotib qo'yadi. O'rinsiz salbiy emotsiyalar uning tafakkurini tormozlab, muvaffaqiyatsizlikka olib keladi, ya'ni fikrni bayon qilishda inertlik paydo bo'lib, keyinchalik butunlay tormozlanishga

aylanadi. Ba'zi talabalar aksincha, imtihonda hayajonlanib fikrlari ravshanlashadi. qattiq hayajonlanish, qattiq tashqi ta'sir natijasida uyqudagi ayrim neyronlar uyg'onib, funksiyasi jadallashib ketadi va fikr birdaniga ravshanlashishi mumkin. Shuning uchun o'qitish jarayonida talaba va o'quvchilarning aqliy faoliyatini to'g'ri baholashda ularning individual tipologik xususiyatlarini hisobga olish maqsadga muvofiqdir.

Jahon psixologlarining ko'rsatishiga qaraganda, yuqorida tahlil qilib chiqilgan tafakkur sifatlari ularning asosiy xususiyati bilan uzviy bog'liqdir. Tafakkurning asosiy va eng muhim belgisi, xususiyati bu moddiy voqelikdagi muhim jihatlarni ajratib mustaqil ravishda yangi mazmundagi umumlashmalarni keltirib chiqarishdir. Inson oddiy narsalar to'g'risida fikr yuritganda ham ularning tashqi belgilari bilan chegaralanib qolmaydi, balki hodisa mohiyatini ochishga intiladi, oddiy turmush haqidagi umumiy qonuniyatni yaratishga harakat qiladi. Shubhasiz, inson tafakkuri hali izlanmagan, to'la foydalanilmagan zahira va imkoniyatlarga ega. Tafakkur psixologiyasining asosiy vazifasi ana shu zahirani to'la ochish fan-texnika rivojini intensivlashdan iborat. Chunki har qanday kashfiyot, yangilik, rivojlanish inson aql-zakovatining mahsulidir. Shu boisdan ham fan va texnikaning rivojlanishi insonshunoslik fanining rivojiga ko'p jihatdan bog'liqdir.

Tafakkur borasidagi psixologik nazariyalar

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.

Ekzistensializmning asoschisi bo'lmish nemis faylasufi **Martin Xaydeger** (1889-1978) tushunish uchun o'z diqqatimizni qarata olsak biz 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'limotni logika, mantiq deb ataydi.

K.R.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.

Insonlar fikrlari va qarashlari individual tartibda emas, ijtimoiy munosabatlar tufayli sodir bo'ladi. Bu haqda K.R.Megrelidze shunday yozadi: inson tafakkuri tabiiy va biologik qonunlar bo'yicha emas, balki ijtimoiy - tarixiy qonuniyatlar yo'lida harakatlanadi. Insonning fikrlash usuli avvalo ijtimoiy hodisadir. Fikr hech qachon o'z-o'zidan paydo bo'lmaydi, fikr biror narsa haqida, biror predmet haqida bo'lishi mumkin. Predmetsiz fikrning bo'lishi mumkin emas.

Tafakkurning funksiyasi miya faoliyati jarayonida kechadigan subyektiv psixologik jarayonlar bilangina chegaralanmaydi:

*Birinchi*dan, ongning subyektiv holatining ifodalamasdan, balki obyektga ham tegishli bo'ladi va narsalar munosabatini ifodalaydi.

*Ikkinchi*dan, yangi fikrning vujudga kelishi bilan bilish jarayoni tugallanmaydi, balki faqatgina boshlanadi. Bu bilishning boshlang'ich bosqichi bo'lib, g'oyaning subyektiv holatidir, endi fikrni amalga oshirish bosqichi boshlanadi.

Uchinchidan, alohida individning fikri ijtimoiy yetilgan fikrlarning xususiy ko'rinishidir.

Har bir alohida shaxs ijtimoiy tushunchalar, tasavvurlar yordamida fikrlaydi.

K.R.Megrelidze inson fikrining ijtimoiy ekanligini qayta-qayta ta'kidlaydi. Fikrlar va g'oyalar erkin individual ijodning mahsuli emas, balki individning o'zi kabi jamiyat va ijtimoiy munosabatlar mahsulidir. Shuning uchun inson tafakkuri tafakkur bosqichlari, inson tafakkurining shakllari va usullari haqidagi jumboqning yechimini mantiqiy izlanishlardan an'anaviy psixologiyadan emas, balki avvalo bu g'oyalarning ijtimoiy kelib chiqishidan izlash kerak. U yoki bu individ jamiyatda yetilgan ijtimoiy g'oyalarning tasodifiy ifodalovchisi bo'lib qoladi.

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 ozishning boshlanishidir. Informasion undovchi tafakkurning 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 **O.Kyulpe** (1862-1915), **K.Byuller** (1879-1922), **A.Messer** (1837-1937), **Ax Narsis** (1871-1946) va boshqalarni sanab o'tish lozim. Ular tomonidan olib borilgan eksperimental tadqiqotlar tafakkur muammosining 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 jihatlardan 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 kamroq e'tibor berganlar.

Vyursburg psixologiya maktabining namoyondalari tafakkur bu ichki harakat, aktidir deb qaray boshlaydilar. O'z-o'zini kuzatish metodidan foydalanib, ish tutishda ular mana bunday ifodaning ma'nosini tushuntirib berishlari lozim, tafakkur haddan tashqari mashaqqatliki, shunga qaramay ko'pchilik shunchaki hukm chiqarishni ma'qul ko'radilar. Shuningdek, ular oldida munosabatlarni o'rnatish qism, yaxlit, tur, jins obyektning nisbati va o'zaro munosabatlarini ushbu

munosabatlarning aniq a'zolarini idrok qilishni aniqlash vazifalari turadi. Shuning bilan birga ularning barcha tadqiqotlari obyektiv metodlarni izlashga oid faoliyatlarida avj oldi. Jumladan, N.Ax tomonidan sun'iy tushun-chalarning shakllanishi bo'yicha dastlabki metodika yaratildi. Mazkur nazariya vakillari tafakkurni munosabatlarning aks etishi bilan bog'lab, tafakkurni munosabatlarning birlamchi qarab chiqish, yoinki birlamchi ma'lumot berish manbai sifatida talqin qiladilar. Tafakkur taraqqiyoti masalasini ko'tarib chiqib, o'sishning fikrlarni faollashtirish orqali amaliy faoliyatdan tafakkurni mutlaqo ajratib qo'yadilar. Tafakkurni tadqiq qilishning asosiy metodi - bu o'z-o'zini kuzatish ekanligini tan oladi, xolos. Mazkur muammo gnoseologik nuqtai-nazardan olib qaralganda ushbu pozisiya idealizm izmiga kirib borayotganligini anglab olish unchalik qiyin emas. Vyursburg maktabi namoyondalari tafakkurni alohida mustaqil bilish faoliyati sifatida aniq ko'rsata bildi. Biroq tafakkurni amaliyotda nutqdan va hissiy obrazlardan qat'iy ajratib tashladilar.

Vyursburg psixologiya maktabi namoyondalaridan biri **O.Zels** tafakkurni intellektual operatsiyalar harakati sifatida qabul qilgan. U o'z oldiga fikr yuritish faoliyatining u yoki bu jihatlarini qay yo'sinda shakllanishini kuzatish, intellektual faoliyat bosqichlarini ko'rsatish aqliy faoliyatning produktiv va reproduktiv ko'rinishidagi ziddiyatlarni bartaraf qilish

vazifasini qo'ydi. O.Zels masala yechish jarayonini o'rganishda umumiylikka ega bo'lgan masalani vujudga keltirish bosqichlariga alohida e'tibor berib, elementlar bilan predmetlar munosabatini ajratib ko'rsatadi. Buning natijasida muammo kompleksi namoyon bo'ladi. Kompleks o'z ichiga ushbu jihatlarni qamrab olishi nazarda tutilgan: a) ma'lumning tavsifnomasini bo'laklarga ajratish; b) qidiriluvchi noma'lumning o'rnini aniqlash; v) noma'lum qidiriluvchi bilan ma'lum o'rtasidagi munosabatlarni ajratib ko'rsatish.

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 ta'riflab bergan, izchil ilmiy metodlarga asoslanib, o'rganishga butun vujudi bilan intilgan psixologdir. Germaniyada psixologiyaning geshtaltpsixologiya yo'nalishi vujudga keldi. Uning, ko'zga ko'ringan namoyondalari qatoriga **X.Erenfels** (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 aksiomatik xarakterga ega bo'lgan ushbu tezislari mazkur ta'limot g'oyasini ochib berishga xizmat qiladi, alohida olingan qism va elementlarning yig'indisi yaxlit tuzilish mazmunini belgilab bera olmaydi, aksincha yaxlit tuzilma qism va elementlarning xususiyatlari va xossalarini belgilab berishga qurbi yetadi.

Geshtaltpsixologiyaning markaziy nazariyasi har qanday psixologik jarayonlarning bosh mohiyati ularning sezgilarga o'xshash alohida elementlari emas, balki konfigurasiya shakli yoki geshtaltchilarning yaxlit yaratishidan iborat.

Geshtaltpsixologiyada tafakkur muammosining tadqiqoti keng qamrovli tarzda olib boriladi. Jumladan, V.Kelyor antropoidlarning intellektual harakatlarini eksperimental o'rganish natijasida yuqori darajada taraqqiy qilgan maymunlarning aqliy harakatida inson harakatiga xos o'xshashlik borligi to'g'risida xulosa chiqaradi.

V.Kelyorning fikricha, topshiriqni yechish mexanizmi quyidagilardan iborat: organizmning optik maydonidagi vaziyatlarning muhim elementlari bir butunlikni, ya'ni vaziyat elementlariga, geshtalt ichiga kirib, geshtaltda qaysi joyni egallashga bog'liq ravishda yangi ahamiyat kasb etadi. Vaziyatning muhim elementlaridan namoyon bo'luvchi geshtaltchilar muammosi vaziyatda organizmda ba'zi bir zo'riqishlar ta'sirida vujudga keladi, topshiriqni yechish muammoli vaziyatning qismlari yangi geshtaltda yangi munosabatda idrok qilina boshlaganida tugallanadi. Masalani yechish aniq qadamlarni yuzaga keltiruvchi geshtalt sifatida maydonga chiqadi.

Geshtaltchilarning 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, konfliktli holatlarni tahlil qilishni nazarda tutadilar.

Geshtaltchilar tafakkur psixologiyasining qator muammolarini ko'tarib chiqadilar, chunonchi ijodiy tafakkurning o'ziga xosligi, tafakkur jarayonida yangilikning vujudga kelishi, bilimlar bilan tafakkur nisbati, topshiriqni bajarish jarayonida asta-sekin va birdaniga yechish yo'lini qo'llash kabilar. Tafakkurni psixologik o'rganishda funksional rivojlanish g'oyasini amaliyotga tadbqiq qilish ham ma'lum darajada geshtaltpsixologiya namoyondalarining xizmati hisoblanadi.

Shunga qaramasdan **V.Kyoler** **M.Vertgaymer**, **K.Dunkerlarning** eksperimental tadqiq otlari tafakkurning asosiy mexanizmlaridan biri bo'lgan predmetlarni yangi

aloqalar va munosabatlarga fikran jihatini ochishni aniqladilar. Ammo ular ham mazkur muammoli vaziyatda individning amaliy va nazariy aqliy faoliyatlari rolini mutlaqo tan oladilar.

Amerika psixologiyasida vujudga kelgan bixeviorizm yoki xulq psixologiyasi oqimi o'tgan asrning oxirlaridan boshlab hukm surib kelmoqda. Bixeviorizm oqimining asoschilari amerikalik psixologlar **Dj.Uotson** (1878-1958) va **E.Torndayk** (1871-1949) lardir. Keyinchalik bular qatoriga **K.Levin** (1890-1957) **A.Vays** (1974-1931) va boshqalar kelib qo'shiladilar. Ma'lum davrgacha mazkur oqim psixologiya olamida dominantlik rolini o'ynaydi. hozirgi davrda bu oqim bir necha mustaqil psixologik maktablarga ajralib ketgan. Lekin ularning mohiyatida bixeviorizm nafasi 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, kommunikasiya, muloqotni 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 so'z yordami bilan yechish Dj. Uotson uchun malaka u individual egallagan va o'rganilgan xatti-harakatdir. Ushbu nazariya nuqtai nazaridan qarasak, tafakkur malakaga yaqinlashtirilib qo'yiladi, chunki she'rni esga tushirish ham tafakkur deb talqin qilinadi.

Dj. Uotson tilni o'zlashtirishning ijtimoiy jihatlarini umuman hisobga olmagan, nutqning tuzilishi va rivojlanishiga sira e'tibor qilmagan. Nutq bilan tafakkur birligi to'g'risida tamoyilni anglab yetmagan, tafakkur va ongning xulq ko'rinishi sifatida olib qaralgan.

Tayanch iboralar

Abstraktsiya (lot. Abstractio mavxumlashtirish) - narsalarni o'ziga xos belgi va xususiyatlarini, ular o'rtasidagi bog'lanishlarni, narsalarning muhim belgi va xususiyatlarini ajratib olishga qaratilgan fikrlash operatsiyasi.

Amaliy tafakkur - ko'pincha vaqt tanqisligi sharoitida yuzaga keladigan va xatti - harakatlarning maqsadini aniqlash, reja loyihalarni ishlab chiqish bilan bogliq.

Deduktsiya (lot. deductio - keltirib chiqarish) - umumiy hukmlardan yakka hukmlarga qarata borish orqali mantiqiy qulosa chiqarishdan iborat tafakkur shakli.

Induktsiya - (log. inductio - keltirib chiqarish) - juz'iy yoki yakka qollardan umumiyga, ayrim dalillardan umumlashmalarga qarab boradigan, induktiv xulosa chiqarishga asoslangan mantiqiy bilish metodi, tafakkur shakli.

Intuisiya (lot. intueri - yaxshilab, diqqat bilan qaramoq) voqelikni bilishning bevosita haqiqatga aylanishi bilan amalga oshiriladigan alohida usul bo'lib, uning yordamida muammoli vaziyatlar yechimini topish mumkin, u ijodiy faoliyat mexanizmi sifatida tushuntiriladi.

Ko'rgazmali obrazli tafakkur - tafakkur turlaridan biri, bu tasavvur qilinayotgan narsa va hodisalar haqida fikrlashni xarakterlab beradi.

Ko'rgazmali harakat tafakkuri - tafakkur turlaridan biri, narsa va xodisalar bilan ishlash jarayonida ularni bevosita idrok qilishda namoyon bo'ladi.

Nazariy tafakkur - tafakkur turlaridan biri, u obyektlarning xususiyatlarini, qonuniyatlarini ochishga qaratilgan bo'ladi.

Sintez - (yunon. sintbasis - birikish, qo'shilish) - tafakkurning yagona analitik - sintetik jarayonida yakka hodisalarni umumiyashtirishga qaratilgan fikr yuritish operatsiyasi.

So'z - mantiqiy tafakkur - tafakkur turlaridan, bu mantiqiy operatsiyalar, omillar yordamida tushunchalar orqali ifodalanadi.

Taqqoslash - narsa va hodisalar o'rtasidagi o'xshashlik va tafovutlarni aniqlashga asoslangan fikrlash operatsiyasi.

Tafakkur - inson aqliy faoliyatining yuksak shakli. Sezgi idrok va tasavvurlar orqali bevosita bilib bo'lmaydigan narsa va hodisalar tafakkurda ongli ravishda aks etadi.

Tahlil - tafakkur qilish usuli, bunda murakkab obyektlar qismlarga bo'lib o'rganiladi.

Tushuncha - voqelikdagi narsa va hodisalarning muhim belgi va xususiyatlarini bitta so'z yoki so'zlar guruhi bilan ifodalashdan iborat tafakkurning mantiqiy shakli.

Umumlashtirish - voqelikdagi narsa va hodisalarni umumiy va muhim belgilariga qarab fikran birlashtirishdan iborat tafakkur jarayoni.

Xulosa chiqarish - tafakkurning mantiqiy shakllaridan, bunda bir qayta hukmlar asosida ma'lum xulosa chiqariladi.

Yaqqol harakatli tafakkur - tafakkur turlaridan, u narsalar bilan ishlash jarayonida ularni bevosita idrok qilishda ifodalanadi.

Hukm - tafakkur - usullaridan, u narsa va hodisalar o'rtasida o'zapo biron-bir bog'lanishlarning borligini tasdiqlash yoki inkor qilinishda ifodalanadi.

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular

1. Tafakkur haqida tushuncha.
2. Tafakkur operatsiyalari.
3. Tafakkur shakllari.
4. Tafakkur sifatleri.
5. Tafakkurning turlari.
6. Tafakkur va masala yechish.
7. Tafakkurdagi individual farqlar.
8. Hissiy bilish va tafakkur o'rtasidagi farq.
9. Abstrakt va konkret tafakkur o'rtasidagi farq.

Test topshiriqlari

1. Qaysi olim tafakkurni predmetli amaliy faoliyat deb ataydi?

- A) M.V. Gamezo
- B) A.V. Petrovskiy
- V) S.L. Rubishteyn
- G) A.N. Leontev
- D) P.Ya. Galperin

2. Shakliga ko'ra tafakkur qanday turlarga ajratiladi?

- A) ko'rgazmali-harakatli, ko'rgazmali-obrazli
- B) amaliy, nazariy, ixtiyoriy-ixtiyorsiz
- V) konkret, abstrakt, realistik, autistik, intuitiv, diskursiv
- G) reproduktiv, produktiv, vizual, fazoviy
- D) ko'rgazmali-obrazli, ko'rgazmali-harakat, so'z-mantiq

3. Fikr yoyiqligiga ko'ra tafakkur turlari qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) ko'rgazmali-harakatli, ko'rgazmali-obrazli
- B) amaliy, nazariy, ixtiyoriy-ixtiyorsiz
- V) konkret, abstrakt, realistik, autistik, intuitiv, diskursiv
- G) reproduktiv, produktiv, vizual, fazoviy
- D) ko'rgazmali-obrazli, ko'rgazmali-harakat, so'z-mantiq

4. Topshiriq xarakteriga ko'ra tafakkur turlari qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) ko'rgazmali-harakatli, ko'rgazmali-obrazli
- B) amaliy, nazariy, ixtiyoriy-ixtiyorsiz
- V) konkret, abstrakt, realistik, autistik, intuitiv, diskursiv
- G) reproduktiv, produktiv, vizual, fazoviy
- D) ko'rgazmali-obrazli, ko'rgazmali-harakat, so'z-mantiq

5. Fikrning originallik darajasiga ko'ra tafakkur turlari qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) ko'rgazmali-harakatli, ko'rgazmali-obrazli
- B) amaliy, nazariy, ixtiyoriy-ixtiyorsiz
- V) konkret, abstrakt, realistik, autistik, intuitiv, diskursiv
- G) reproduktiv, produktiv, vizual, fazoviy
- D) ko'rgazmali-obrazli, ko'rgazmali-xarakat, so'z-mantiq

6. Insonning tevarak atrofdan moddiy voqelik to'g'risida ongida qay miqdorda (ko'lamda) muloxazalar, muhokamalar, fikrlar, muammolar, tushunchalar joy olganligi nima deb ataladi?

- A) mazmundorligi
- B) mustahkamligi
- V) epchillik
- G) samaradorlik
- D) tezligi

7. moddiy dunyodagi narsa hodisalarning asosiy qonunlari, qonuniyatlari, sharoitlari ularning o'zaro bog'lanishlari munosabatlarini tafakkurimizda to'liq aks etishimizga aytiladi.

- A) mazmundorligi
- B) mustahkamligi
- V) chuqurligi
- G) kengligi
- D) mustaqilligi

8. "Tafakkur subyekt faoliyatining paydo bo'lishi" degan g'oyani ilgari surgan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) M.V. Gamezo
- B) A.V. Petrovskiy
- V) S.L. Rubinshteyn
- G) A.N. Leontev
- D) P.Ya. Galperin

9. Tafakkur-bu orienterlash-tadqiqot faoliyatini orienterovka jarayonidir, ya'ni orienterovka jarayoni, orienterovka faoliyat. Mazkur fikr muallifi qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) M.V. Gamezo
- B) A.V. Petrovskiy
- V) S.L. Rubinshteyn
- G) A.N. Leontev
- D) P.Ya. Galperin

10. Qaysi olim o'z tadqiqotlarida tafakkurning muhim yangilikni qidirish va ochish, gipoteza va nazariyalarni bashorat qilish, oldindan payqash xususiyatlari alohida ta'kidlab o'tiladi?

- A) A.V. Petrovskiy
- B) S.L. Rubinshteyn
- V) A.N. Leontev
- G) P.Ya. Galperin
- D) A.V. Brushlinskiy

11. Qaysi qatorda tafakkur tushunchasiga to'g'ri ta'rif berilgan?

- A) insonning fikrlash faoliyati bo'lib atrof-hodisalarni to'la anglashga yordam beradi
- B) muammoli vaziyatni hal qilishga haratilgan fikrlash faoliyati
- V) narsa va hodisalar o'rtasidagi bog'liqlik munosabat va farqli jihatlarini ongda aks ettirilishi.
- G) barcha javoblar to'g'ri
- D) to'g'ri javob berilmagan

12. shunday bir tafakkur operatsiyasidirki, uning yordami bilan biz narsa va hodisalarni fikran yoki amaliy va xususiyatlarni tahlil qilamiz.

- A) analiz

- B) sintez
- V) taqqoslash
- G) klassifikatsiya
- D) abstraksiyalash

13..... shunday bir tafakkur operatsiyasidirki narsa va hodisalarning ongimizda bo'lingan, ajralgan ayrim qismlarini bo'laklarini fikran yoki amaliy ravishda birlashtirib butun holga keltiradi.

- A) analiz
- B) sintez
- V) taqqoslash
- G) klassifikatsiya
- D) abstraksiyalash

14..... shunday bir tafakkur operatsiyasidirki, bu operatsiya vositasi bilan obyektiv dunyodagi narsa va hodisalarning bir-biriga o'xshashligi va bir-biridan farqi aniqlanadi.

- A) analiz
- B) sintez
- V) taqqoslash
- G) klassifikatsiya
- D) abstraksiyalash

15." Agar siz tabiatning biror narsasini ravshan tushunib, olishni istasangiz uning o'ziga juda o'xshash bo'lgan narsalardan tafovutini topingiz va uning o'zidan juda uzoq bo'lgan narsalar bilan o'xshashlik topingiz. Ana shunda siz shu narsaning eng muhim hamma belgilarini payqab olasiz demak shu narsani tushunib olasiz" mazkur fikr qaysi tafakkur operatsiyasining mazmunini ochib berishga qaratilgan ?.

- A) analiz
- B) sintez

- V) taqqoslash
- G) klassifikatsiya
- D) umumlashtirish

16.Bu operatsiya 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 tashlanadi. Mazkur fikr qaysi fikrlash operatsiyasiga tegishli?

- A) analiz
- B) abstraksiyalash
- V) taqqoslash
- G) klassifikatsiya
- D) umumlashtirish

17.Qaysi qatorda umumlashtirishning turlari to'g'ri ko'rsatilgan?

- A) nazariy va amaliy
- B) tushunchali va hissiy-konkret
- V) o'xshashlik va umumiylik
- G) obyektiv va subyektiv
- D) umumiy va xususiy

18.Psixologiyada narsa va hodisalardagi xossa, belgi, xususiyat alomatlarini topish va shu umumiylik asosida birlashtirish tushuniladi. Mazkur fikr qaysi fikrlash operatsiyasiga tegishli?

- A) abstraksiyalash
- B) umumlashtirish
- V) klassifikatsiyalash
- G) konkretlashtirish
- D) sistemalashtirish

19. Predmetlarni obe'ktiv muhim belgi asosida umumlashtiradi. Mazkur umumiyashtirish qanday nomlanadi?

- A) obyektiv
- B) subyektiv
- V) tushunchali
- G) hissiy-konkret
- D) xususiy

20. Predmetlar topshiriq talabiga tashqi belgi bilan umumiyashtirish nima deb nomlanadi?

- A) obyektiv
- B) subyektiv
- V) tushunchali
- G) hissiy-konkret
- D) xususiy

21. Hodisalarni ichki bog'lanish va munosabatlardan qat'iy nazar bir tomonlama ta'kidlashdan iborat fikr yuritish operatsiyasi nima deb nomlanadi?

- A) abstraksiyalash
- B) umumlashtirish
- V) klassifikatsiya
- G) konkretlashtirish
- D) sistemalashtirish

22. Bir turkim ichidagi narsalarning bir-biriga o'xshashligiga va boshqa turkumlardagi narsadardan farq qilishiga qarab narsalarni turkumlarga ajratish tizimideb ataladi.

- A) abstraksiyalash
- B) umumlashtirish
- V) klassifikatsiya
- G) konkretlashtirish
- D) sistemalashtirish

23. Narsa va hodisalarning belgi va xususiyatlari haqida tasdiqlab yoki inkor qilib aytilgan fikr deb ataladi.

- A) xulosa chiqarish
- B) hukm
- V) tushuncha
- G) konkret tushuncha
- D) mavhumlashtirish

24. Qaysi qatorda hukm turlari to'g'ri ko'rsatilgan?

- A) juz'iy, taxminiy, shartli tasdiqlovchi
- B) yakka, konkret, umumiy, abstrakt, xususiy, to'planma
- V) induktiv, deduktiv, analogik
- G) yakka, juz'iy, xususiy analogik
- D) yakka, konkret, chin, taxminiy

25. Qaysi qatorda tushuncha turi to'g'ri ko'rsatilgan?

- A) juz'iy, taxminiy, shartli tasdiqlovchi
- B) yakka, konkret, umumiy, abstrakt, xususiy, to'planma
- V) induktiv, deduktiv, analogik
- G) yakka, juz'iy, xususiy analogik
- D) yakka, konkret, chin, taxminiy

26. Qaysi qatorda xulosa chiqarish turlari to'g'ri ko'rsatilgan?

- A) juz'iy, taxminiy, shartli tasdiqlovchi
- B) yakka, konkret, umumiy, abstrakt, xususiy, to'planma
- V) induktiv, deduktiv, analogik
- G) yakka, juz'iy, xususiy analogik
- D) yakka, konkret, chin, taxminiy

27.shunday tafakkur shaklidirki bu shakl vositasi bilan biz ikki yoki undan ortiq hukmlardan yangi hukm hosil qilamiz.

- A) xulosa chiqarish

- B) tushuncha
- V) hukm
- G) induktiv xulosa chiqarish
- D) deduktiv xulosa chiqarish

28.Narsa va hodisalarning umumiy va muhim belgilarini aks ettiruvchi fikrdir.

- A) xulosa chiqarish
- B) tushuncha
- V) hukm
- G) induktiv xulosa chiqarish
- D) deduktiv xulosa chiqarish

29.Inson tomonidan bevosita idrok qilinayotgan predmetlar emas balki tasavvur qilinayotgan narsa va hodisalar haqida fikrlashdan iborat tafakkur turi bu

- A) amaliy
- B) nazariy
- V) ko'rgazmali-harakat
- G) ko'rgazmali-obrazli
- D) fazoviy

30.Ulug' rus olimi D.I. Mendeleevning hikoya qilishicha u elementlar davriy tizimi jadvalini tuzish vaqtida uch kechayu uch kunduz tinim bilmay mehnat qilgan ammo bu vazifani nihoyasiga yetkaza olmagan. Undan so'ng charchagan olim ish stoli ustida uyquga ketgan va tushida bu elementlar tarkibli joylashtirilgan jadvalni ko'rgan. Shunda D.I. Mendeleev uyqudan uyqonib, bir parcha qog'ozga tushida ayon bo'lgan jadvalni ko'chirib o'tgan. Sizningcha mazkur jarayon tafakkur turining mahsuli?

- A) amaliy
- B) ixtiyorsiz/intuitive
- V) ixtiyoriy/analitik
- G) ko'rgazmali
- D) abstrakt tafakkur

Nazorat savollari

- 1.Tafakkur tushunchasining mazmunini izohlang.
- 2.Tafakkur operatsiyalarini ajratib ko'rsating.
- 3.Tafkkur shakllari nimalarda ko'rinadi?
- 4.Tafakkur sifatlarining mazmunini izohlang.
- 5.Tafakkurning turlarining mohiyatini izohlang.
- 6.Tafakkurdagi individual farqlar nimalarda ko'rinadi?

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan adabiyotlar

- 1.Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии. — М.: «Просвещение», 1986.
- 2.Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учебное пособие для вузов. — М.: ЧеРо, 1997.
- 3.Davletshin M. G. Umumiy psixologiya. — T.: 2002.
- 4.Джемс В. Психология.- М.: 1991
- 5.Запорожец А. В. Избранные психологические труды: В 2-х т. Т. 1 / Под ред. В. В. Давыдова, В. П. Зинченко. — М.: Педагогика, 1986.
- 6.Karimova V. M. Psixologiya. — T.: 2002.
- 7.Лейтес Н. С, Возрастные предпосылки умственных способностей // Хрестоматия по психологии. — М.: Просвещение, 1987.
- 8.Маклаков А. Г. Общая психология. — М.: "Питер", 2003.
- 9.Немов Р.С Психология 1-китоб. — М.: 1999.
- 10.Nishonova Z.T Mustaqil ijodiy fikrlash. — T.: "Fan", 2003.
- 11.Общая психология: Курс лекций/ Сост. Е. И. Рогов. — М.: Владос, 1995.
12. Psixologiya qisqacha izohli lug'at. — T.: 1998.
13. Пушкин В. Н. Эвристическая деятельность человека и проблемы современной науки // Хрестоматия по психологии. — М.: Просвещение, 1987.

14. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: «Питер», 1999.
15. Смирнов А. А. Избранные психологические труды: В 2-х т. Т. 2. — М.: Педагогика, 1987.
16. Теплов Б. М. Избранные труды: В 2-х т. Т. 1. — М.: Педагогика, 1985.
17. Turg'unov Q. Psixologiya terminlarining ruscha-o'zbekcha izohli lug'ati. — T.: «O'qituvchi» nashriyoti, 1975.
18. Umumiy psixologiya (A.V.Petrovskiy tahriri ostida). — T.: «O'qituvchi», 1992.
19. G'oziyev E. G'. Umumiy psixologiya 1-2 kitob. — T.: 2002.
20. G'oziyev E.G'. Tafakkur psixologiyasi. — T.: "O'qituvchi", 1996.

XAYOL

Xayol haqida tushuncha

Odam o'z hayoti davomida ilgari idrok qilgan narsa va hodisalarni tasavvur etibgina qolmay, balki hech qachon hayotida uchratmagan narsalarni ham tasavvur eta oladi. Boshqacha qilib aytganda, odam faqat ilgari idrok qilgan narsalarinigina eslash bilan cheklanib qolmay, balki shu paytgacha hech qaerda uchratmagan yangi narsalarini ham o'z hayotida yarata oladi.

Shuningdek, avlod-ajdodlarimizning hayotiga doir tarixiy kitoblarni o'qiyotganimizda yoki bo'lmasa, o'qituvchining uzoq chet el mamlakati haqidagi qiziqarli gaplarini eshitir ekanmiz, yuqoridagi narsalarga nisbatan tasavvurlar hosil bo'ladi. Xayol qilish jarayonida idrok qilingan obrazlar orqali hosil qilingan tasavvurlar va bunday tasavvurlarni ongimizda xotira orqali orttirilishi tufayli yuzaga keladi. Demak, xayol jarayonining bo'lishi uchun xotira tasavvurlarining

bo'lishi shart. Shuning uchun xayolning rivojlanishi insonning bilim boyligi, turmush tajribasi bilan bog'liq.

Xayol deb odamning ongida ilgaridan bor bo'lgan vaqtli aloqalarning (assosiasiyalarni) qaytadan tiklanishi va bir-biri bilan yangicha qo'shilishi orqali narsa va hodisalarning yangi obrazlarini hosil qilishga aytiladi.

Xayol - obraz tasavvur yoki g'oya shaklida yangi narsaning yaratilishi, ong faoliyati, ya'ni ilgari idrok qilinmagan narsalarning obrazlarini mavjud tasavvurlar asosida miyada yaratishda ifodalanadigan faoliyatdir.

Xayolning inson hayotidagi o'rne juda kattadir. Istalgan mehnat faoliyatini oladigan bo'lsak, xayolning ishtirokisiz deyarli amalga oshirib bo'lmaydi. Masalan, biror narsa yasash biror o'simlikni o'stirish uchun qo'lga kiritiladigan natijalarni oldindan bilish, ya'ni xayolda tasavvur etib ko'rish lozim

bo'ladi. Shuning uchun xayol juda ko'p faoliyatlarning tarkibiy qismiga kiradi.

Kishining butun ruhiy hayoti shaxsning bilish faoliyati va emotsional irodaviy holatlari bilan uzviy bog'liq. Xayol idrok xotira tafakkur kabi mantiqiy bilish jarayonlari bilan uzviy bog'liq holda rivojlanadi. Xayolning mahsuli shundaki, u orqali avvalgi tajribalar qayta ishlanadi. Xayol tafakkur bilan shunday bog'liq-ki, xayol ham, tafakkur ham muammoli vaziyatlardan kelib chiqadi va shaxs ehtiyojlariga asoslanadi. Tafakkurda fikrlar, tushunchalar asosida ifodalanadi.

Xayol jarayonlarining nerv-fiziologik asoslari

Xayol qilish jarayoni juda ham murakkab aks ettirish jarayoni bo'lishiga qaramay, uning asosida yotgan fiziologik mexanizmlarni akademik. **I.P. Pavlovning** oliy nerv-faoliyati haqidagi ta'limoti asosida ma'lum darajada tushuntirib o'tish mumkin. Xayolning nerv fiziologik asosida ham miyaning po'stida ilgari hosil qilingan vaqtli aloqalarning (assosiasiyalarning) yana qayta tiklanib, bir-biri bilan yangicha qo'shilish jarayoni yotadi.

Shuni ham aytish kerakki, bosh miya yarim sharlarida ilgari hosil qilingan vaqtli aloqalar birin-ketin tiklanadilar va binobarin ularning qo'shilishlari ham asta-sekin yuzaga keladi. Ana shuning natijasida bosh miyaning po'stida inson o'z shaxsiy hayotida hech qachon idrok qilmagan narsalarning obrazlari paydo bo'ladi.

Bu obrazlarning ko'pi voqelikka mutlaqo to'g'ri kelmaydi va natijada tormozlanib holadilar. Boshqa birlari esa voqelikka to'g'ri kelganligi hamda inson faoliyati uchun miyadan yangi imkoniyatlar ochib bergani tufayli amaliy faoliyat natijalari bilan mustahkamlanadilar. Xayol qilish jarayoni hamisha nutq orqali amalga oshirilishi tufayli nutqning nerv-fiziologik asosida ikkinchi signallar tizimining faoliyati ham faol qatnashadi. Bundan tashqari xayol qilish jarayonida diqqat,

xotira, tafakkur va iroda jarayonlari ham ishtirok qiladi. Ana shu nuqtai nazardan olganda xayolning (xususan ijodiy xayolning) nerv fiziologik mexanizmlarni to'la tushuntirib berish uchun yetarli ilmiy ma'lumotlar yo'q. Hozirgi kunda fan va texnikaning juda tez temp bilan rivojlanishi ijodiy xayol jarayonining oldiga katta vazifalar qo'ymoqda.

Masalan, kosmik fazoni zabt etish, insonning oyga chiqishi, murakkab aqlli mashinalarning yaratilishi va shu kabilar inson tafakkuri hamda ijodiy xayolning yuksak taraqqiyoti natijasida qo'lga kiritilmoqda.

Odamning uyg'oq paytida yuzaga keladigan xayol jarayoni ma'lum darajada tartibot va ixtiyoriy xarakterga ega bo'ladi. Shuning uchun odam o'zining xayol qilish jarayonini oldidagi maqsad va vazifalarga bo'ysindira oladi. Odam o'zining bilimlari, tushunchalariga asoslangan holda xayoliy obrazlarning paydo bo'lishini idora qila oladi.

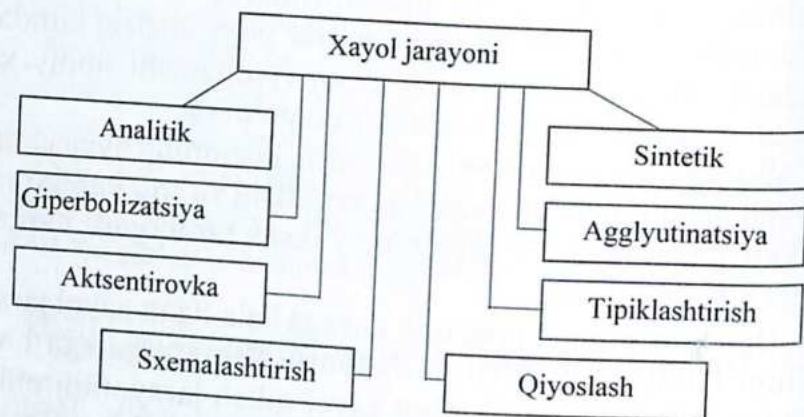
Bosh miya katta yarim sharlarining barcha tomonlari tormozlanib, odam uxlagan paytida ham xayol tush ko'rish shaklida yuzaga keladi.

Odatda odam uxlay boshlagan paytida ikkinchi signallar tizimining faoliyati bilan bog'liq bo'lgan nerv hujayralari hammadan oldin tormozlanadi. Uyqu bilan bog'liq bo'lgan tormozlanish jarayoni miyaning hamma joyiga baravar ravishda tarqalmaydi. Natijada ayrim joylar tormozlanmasdan holadi va kutilmagan darajada ajoyib munosabatlarga kirisha boshlaydi. Ana shuning uchun tush ko'rish ikkinchi signallar tizimining nazoratisiz juda betartib, pala-partish ravishda yuzaga keladigan assosiasiyalardan iborat bo'ladi.

Xayol jarayonlari

Xayol jarayonlari insonning tajribasi va bilim doirasi, shuningdek o'tmish tajribalari bilan belgilanadi. Shuningdek xayol jarayonlari sifatida quyidagilar ajratib ko'rsatiladi va ular

yaqqol ifodalash maqsadida quyida jadval ko'rinishida aks ettirildi.



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

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

Tizimlashtirish - o'xshatish orqali ayrim tasavvurlarni ular orasidagi farqlarni silliqlash; tipiklashtirish-bir xil obrazlarni qaytarilishi bo'lib, har bir davr uchun tipik bo'lgan obrazlarni yaratish. Masalan: A.Qahhor hikoyalari ("O'g'ri", "Bemor") A.Qodiriy ("O'tgan kunlar") romani kabilar.

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

Yuqoridagi xayol jarayonlari orqali yaratiladigan obrazlar analiz va sintez jarayonida ro'y beradi. Chunki har bir narsani yoki hodisani avval analiz (tahlil) qilib ko'riladi, keyin ularni sintez (birlashtirish) qilish orqali yangi obrazlar hosil qilinadi.

Xayol jarayonida xayol tasavvurlarining xotira tasavvuridan farqi muhim ahamiyatga ega.

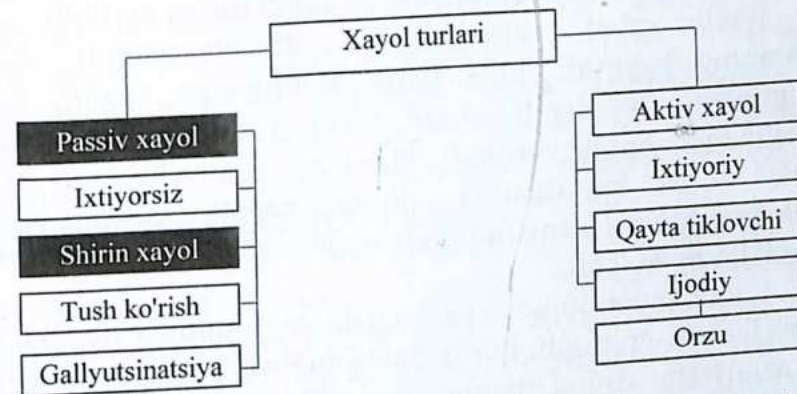
❖ Xayol tasavvurlari ongda paydo bo'ladi va barqaror bo'ladi.

❖ Xotira tasavvuridagi narsa doimo tanish narsadek his qilinadi. Xayol tasavvurlari esa yangilikni his qilish tuyg'ularini beradi.

❖ Xayol tasavvurlari insonning qiziqish va ideallari bilan bog'liq bo'lgani sababli yangilikni his qilish tuyg'ulari oqibatida vujudga keladi.

Xayol turlari

Odatda biz tasavvur xayoli, ijodiy xayol, ixtiyoriy va ixtiyorsiz xayol deb xayolni bir necha turlarga ajratamiz. Aynan xayol turlarini quyidagi tarzda ifodalash muhim sanaladi.



Tasavvur xayoli deb o'tmishda bo'lib o'tgan yoki hozirda bor bo'lgan lekin bizning turmush tajribamizda shu paytgacha uchratmagan, ya'ni biz idrok qilmagan tasavvur va obrazlar yaratishga aytiladi.

Tasavvur xayolini odatda tiklovchi xayol deb ham yuritiladi. Tiklovchi yoki tasavvur xayolini inson hayotidagi roli g'oyat darajada kattadir. Agar tiklovchi xayol bo'lmaganda odam o'qiy xam olmagan bo'lar edi. Biz juda ko'p narsalarni

ko'rmagan, ya'ni bevosita idrok qilmagan bo'lsak, ham ularni tasavvur eta olamiz: bunda biz boshqa odamlarning aytib bo'lgan so'zlari asosida o'qigan kitoblarning asosida xayoliy tasavvur va obrazlar yaratamiz. Masalan, bolalar kitobchalardan o'qib berilgan ertaklardagi qahramonlarni ularning bag'oyat botirliklarini, qo'rqqoqliklarini va bir-birlariga yordam berishlarini xayoliy tasavvur orqali aks ettiradilar. Tiklovchi yoki tasavvur xayoli jarayonida odam ko'z oldiga keltirayotgan obrazning obyekti haqiqatdan ham muayyan bir joyda bo'lganligini anglatadi. Tasavvur yoki tiklovchi xayol bog'cha yoshidagi bolalarda ham bo'ladi. Masalan: ularga o'qib berilayotgan hikoyani eshitar ekanlar, hikoyadagi afsonaviy qahramonlar, ularning baland g'oyalar ustidagi qurilgan qasrlari ko'z o'ngilarida gavdalana boshlaydi.

Ijodiy xayol - deb tajribamizda bo'lmagan va voqelikning o'zida ham uchratmagan narsa va hodisalar haqida tasavvur hamda obrazlar yaratishdan iborat xayol turiga aytiladi.

Ijodiy xayol murakkab aks ettirish jarayoni bo'lib, odamning hayotida juda katta ahamiyatga egadir. Odam o'zining ijodiy xayoli orqali biror yangi, shu paytgacha ko'rilmagan narsa yaratadi. Masalan: Yozuvchi asari uchun tipik obraz yaratganda uning xayoli ijodiy bo'ladi. Tadqiqotchining biror tadqiqot ustida ishlaganida ham uning xayoli ijodiy bo'ladi.

Ijodiy xayol obrazlari so'zlarda yoki moddiy obyektlarda tasvirlanishi mumkin. Ijodiy xayol mahsuli, ya'ni tasavvur va obrazlari san'atning hamma turlarida arxitekturada, fan va texnika sohasidagi ixtirolarda namoyon bo'ladi. Shuni ham nazarda tutish kerakki, tasavvur xayoli bilan ijodiy xayol o'rtasidagi farq faqat nisbiy xarakterga egadir. Xuddi ijodiy xayol jarayonidagi kabi tasavvur xayoli jarayonida ham aslida narsalarning obrazlari yangidan irod qilinadi. Ana shuning uchun xayolning bu ikki turini bir-biridan batamom ajratib bo'lmaydi.

Ijodiy xayolning maxsus turi orzudir. **Orzu** ijodiy xayolning, tilakning kelajakka qaratilgan shaklidir. Orzusiz kishi bo'lmaydi. Orzu odamning u yoki bu faoliyatiga undaydigan stimullar turtkich hisoblanadi. Lekin orzuning boshqa salbiy turlari ham bor. Masalan, odamni asosiy ish faoliyatidan boshqa ishga sudraydigan orzular ham bo'ladi. Shunday odamlar ham bo'ladiki, ular o'zlarining aniq faoliyatlarini orzu bilan almashtirib, tilak va istaklariga shirin orzudagina yetib yuradilar. Ularning "quruq xayolparastlar" deb yuritiladi.

Xayol qilish jarayoni hamma bilish jarayonlaridagi kabi ixtiyorsiz va ixtiyoriy xayol turlariga bo'linadi.

Ixtiyorsiz xayol deb - odam o'zining oldiga hech qanday maqsad qo'ymasdan, irodani ishga solmasdan, qandaydir o'z-o'ziga obraz va tasavvurlarni yaratishiga aytiladi.

Ixtiyorsiz xayol shu topdagi kuchli ehtiyoj tufayli maydonga keladi. Masalan: odam juda tashna yoki juda och bo'lgan paytida uning xayolida har turli taomlar, daryo va buloq suvlari paydo bo'la boshlaydi. Odamning ayni shu chog'dagi hissiy holati, ya'ni his-tuyg'ulari ham ixtiyorsiz xayolning maydonga kelishiga sabab bo'ladi. Chunonchi, vahima yoki qo'rqinch hissi paytida odamning xayoliga qo'rqinchli narsalarning obrazlari kela boshlaydi.

Odamning tush ko'rishi ham ixtiyorsiz xayol faoliyatlaridan hisoblanadi. Yuqorida aytib o'tganimizdek, odam uxlay boshlagan paytda bosh miya po'stining hamma joylari tormozlanmay, ayrim joylari ishlab turadi. Ana shu ishlab turgan joylaridagi nerv hujayralarida ilgari hosil qilingan obraz va tasavvurlar qayta tiklanib, odam tush ko'ra boshlaydi. Bunda miya po'stining eng asosiy markazlari (ikkinchi signallar tizimi) tormozlangan bo'lgani tufayli hech qanday nazorat bo'lmaydi. Natijada obraz va tasavvurlar bir-biri bilan allaqanday munosabatlarga kirib, odam palapartish tush ko'ra boshlaydi.

Ixtiyoriy xayol jarayonlari betartib ravishda, emas balki muayyan bir jarayonda o'tadi. Bu tartib odamning ehtiyojlari,

maqsadlari, hissiyotlari fikr hamda maslamlari bilan belgilanadi.

Ixtiyoriy xayol deb oldindan belgilangan maqsad asosida iroda kuchini ishga solib muayyan obraz va tasavvurlarni yaratishga aytiladi. Demak, ixtiyoriy xayol hamisha ma'lum maqsad va vazifalarni bajarish bilan bog'liq bo'ladi. Bunday maqsad va vazifalar boshqalar tomonidan qo'yilishi mumkin. Masalan, rassom o'zi ishlaroqchi bo'lgan suratning mavzusini o'zi belgilaydi. Yozuvchi yozmoqchi bo'lgan asarning mavzusini o'zi tanlaydi va o'zi badiiy obrazlarni yaratadi. Umuman san'at asarlarining hammasi ixtiyoriy xayol natijasida maydonga keladi.

Biroq shuni ham aytib o'tish kerakki, ixtiyoriy xayol ba'zan ixtiyorsiz xayolga o'tib ketishi mumkin. Shuning uchun ixtiyoriy xayol ixtiyorsiz xayoldan batamom ajralgan holda ro'y bermaydi. Ixtiyoriy xayol jarayoni hamisha beixtiyor qilinadigan xayol daqiqalarini o'z ichiga oladi. Masalan, rassomlar yoki kompozitorlar o'zlarining biror yangi asarlarini ixtiyoriy tarzda yaratayotganlarida ba'zan ixtiyorsiz ravishda ayrim fikrlarga berilib ketishlari mumkin.

Realistik xayol - turida voqelik aks ettiriladi, orzular amalga oshadi.

Fantastik xayol - amalga oshmaydigan xayol turidir.

Xayol sifatlari

Kishilarning xayoli kengligi, mazmundorligi, kuchi va realligi, fantaziya boyligi jihatidan farq qiladi. Xayol kengligi voqelikning kishilar faoliyati uchun bo'ladigan doirasi bilan belgilanadi. Masalan, kishi san'at, texnika, sport, bilimga qiziqsa va ular haqida xayol qilsa, bunday kishining xayoli keng bo'ladi.

Xayolning unumdorligi biror narsaga nisbatan xayolning boyligi, xilma-xilligi bilan belgilanadi. Xayol keng bo'lsa, u mazmundor ham bo'ladi. Xayol faoliyatning biror sohasida

namoyon bo'ladi. Xayolning kengligi va mazmundorligi kishining bilim va tajribasiga bog'liq.

Xayol kuchi kuchsiz va kuchli bo'ladi. Kuchli xayolda odam juda tez ta'sirlanadi. Masalan, biz "O'tgan kunlar" romanini, "Shaytanat" romanlarini o'qiganimizda xayol kuchli bo'lishi natijasida ta'sirlanamiz. Ilmiy asarni, zerikarli, hikoyalarni o'qiganimizda esa xayolimiz kuchsiz bo'ladi. Qiziqish kuchli bo'lsa, xayol ham kuchli bo'ladi. Bolalarning xayoli fantaziyaga boy bo'ladi. Mehnat faoliyati natijasida xayol sifatlari rivojlanadi.

Xayol kuchi quyidagilarga bog'liq bo'ladi.

➤ Xayol kuchi ehtiyoj, qiziqish, istaklarning kuchiga bog'liq bo'ladi. Masalan: faqat shu bugungi kun haqida o'ylasa, odamning xayoli kuchsiz bo'ladi.

➤ Xayol kuchi hissiyotga bog'liq bo'ladi, hissiyot qanchalik kuchli bo'lsa, xayol shunchalik erkin bo'ladi. Xayol kuchi idrokka bog'liq bo'ladi. Biz idrok qilganimizda diqqat bilan idrok qilsak, xayol kuchayib, kengayadi, agar diqqatimiz xayolga qaratilsa, unda idrok qilsak, xayol kuchayib kengayadi, agar diqqatimiz xayolga qaratilsa unda idrok susayadi. Masalan, ba'zan bir xayolga berilib, atrofdagi narsalarni ko'rmaymiz, eshitmaymiz.

Xayol kuchi kishining ahvoliga, asab tizimiga bog'liq bo'ladi, ya'ni asab tizimining tetikligiga, charchab qolganligiga, sog'ligiga va betobligiga bog'liq bo'ladi. Masalan: harorat juda baland bo'lishi natijasida obrazlar juda yorqinlashib ketadi. Natijada bunday paytda odam alahsiraydi. Gallyusinasiya xayolning kuchli namoyon bo'lishidir.

Xayolning realligi - voqelikni to'g'ri aks ettiruvchi xayoliy obrazlarning yaratilishi, geniylarni xayolining kuchi real xayoldir. Masalan, kosmosga uchish xayolni oldindan tasavvur etish. Xayolning realligi odamning tajribasiga, bilimiga, tafakkuriga bog'liq bo'ladi. Obrazlar amalga oshmasa, bu real xayol bo'lmaydi, balki fantastik xayol bo'ladi. Bolalarda xayol kattalarga taqlid qilish orqali o'sadi. Bolalarda fantaziya juda

maqsadlari, hissiyotlari fikr hamda maslamlari bilan belgilanadi.

Ixtiyoriy xayol deb oldindan belgilangan maqsad asosida iroda kuchini ishga solib muayyan obraz va tasavvurlarni yaratishga aytiladi. Demak, ixtiyoriy xayol hamisha ma'lum maqsad va vazifalarni bajarish bilan bog'liq bo'ladi. Bunday maqsad va vazifalar boshqalar tomonidan qo'yilishi mumkin. Masalan, rassom o'zi ishlamoqchi bo'lgan suratning mavzusini o'zi belgilaydi. Yozuvchi yozmoqchi bo'lgan asarning mavzusini o'zi tanlaydi va o'zi badiiy obrazlarni yaratadi. Umuman san'at asarlarining hammasi ixtiyoriy xayol natijasida maydonga keladi.

Biroq shuni ham aytib o'tish kerakki, ixtiyoriy xayol ba'zan ixtiyorsiz xayolga o'tib ketishi mumkin. Shuning uchun ixtiyoriy xayol ixtiyorsiz xayoldan batamom ajralgan holda ro'y bermaydi. Ixtiyoriy xayol jarayoni hamisha beixtiyor qilinadigan xayol daqiqalarini o'z ichiga oladi. Masalan, rassomlar yoki kompozitorlar o'zlarining biror yangi asarlarini ixtiyoriy tarzda yaratayotganlarida ba'zan ixtiyorsiz ravishda ayrim fikrlarga berilib ketishlari mumkin.

Realistik xayol - turida voqelik aks ettiriladi, orzular amalga oshadi.

Fantastik xayol - amalga oshmaydigan xayol turidir.

Xayol sifatlari

Kishilarning xayoli kengligi, mazmundorligi, kuchi va realligi, fantaziya boyligi jihatidan farq qiladi. Xayol kengligi voqelikning kishilar faoliyati uchun bo'ladigan doirasi bilan belgilanadi. Masalan, kishi san'at, texnika, sport, bilimga qiziqsa va ular haqida xayol qilsa, bunday kishining xayoli keng bo'ladi.

Xayolning unumdorligi biror narsaga nisbatan xayolning boyligi, xilma-xilligi bilan belgilanadi. Xayol keng bo'lsa, u mazmundor ham bo'ladi. Xayol faoliyatning biror sohasida

namoyon bo'ladi. Xayolning kengligi va mazmundorligi kishining bilim va tajribasiga bog'liq.

Xayol kuchi kuchsiz va kuchli bo'ladi. Kuchli xayolda odam juda tez ta'sirlanadi. Masalan, biz "O'tgan kunlar" romanini, "Shaytanat" romanlarini o'qiganimizda xayol kuchli bo'lishi natijasida ta'sirlanamiz. Ilmiy asarni, zerikarli, hikoyalarni o'qiganimizda esa xayolimiz kuchsiz bo'ladi. Qiziqish kuchli bo'lsa, xayol ham kuchli bo'ladi. Bolalarning xayoli fantaziyaga boy bo'ladi. Mehnat faoliyati natijasida xayol sifatlari rivojlanadi.

Xayol kuchi quyidagilarga bog'liq bo'ladi.

➤ Xayol kuchi ehtiyoj, qiziqish, istaklarning kuchiga bog'liq bo'ladi. Masalan: faqat shu bugungi kun haqida o'ylasa, odamning xayoli kuchsiz bo'ladi.

➤ Xayol kuchi hissiyotga bog'liq bo'ladi, hissiyot qanchalik kuchli bo'lsa, xayol shunchalik erkin bo'ladi. Xayol kuchi idrokka bog'liq bo'ladi. Biz idrok qilganimizda diqqat bilan idrok qilsak, xayol kuchayib, kengayadi, agar diqqatimiz xayolga qaratilsa, unda idrok qilsak, xayol kuchayib kengayadi, agar diqqatimiz xayolga qaratilsa unda idrok susayadi. Masalan, ba'zan bir xayolga berilib, atrofdagi narsalarni ko'rmaymiz, eshitmaymiz.

Xayol kuchi kishining ahvoliga, asab tizimiga bog'liq bo'ladi, ya'ni asab tizimining tetikligiga, charchab qolganligiga, sog'ligiga va betobligiga bog'liq bo'ladi. Masalan: harorat juda baland bo'lishi natijasida obrazlar juda yorqinlashib ketadi. Natijada bunday paytda odam alahsiraydi. Gallyusinasia xayolning kuchli namoyon bo'lishidir.

Xayolning realligi - voqelikni to'g'ri aks ettiruvchi xayoliy obrazlarning yaratilishi, geniylarni xayolining kuchi real xayoldir. Masalan, kosmosga uchish xayolni oldindan tasavvur etish. Xayolning realligi odamning tajribasiga, bilimiga, tafakkuriga bog'liq bo'ladi. Obrazlar amalga oshmasa, bu real xayol bo'lmaydi, balki fantastik xayol bo'ladi. Bolalarda xayol kattalarga taqlid qilish orqali o'sadi. Bolalarda fantaziya juda

maqsadlari, hissiyotlari fikr hamda maslamlari bilan belgilanadi.

Ixtiyoriy xayol deb oldindan belgilangan maqsad asosida iroda kuchini ishga solib muayyan obraz va tasavvurlarni yaratishga aytiladi. Demak, ixtiyoriy xayol hamisha ma'lum maqsad va vazifalarni bajarish bilan bog'liq bo'ladi. Bunday maqsad va vazifalar boshqalar tomonidan qo'yilishi mumkin. Masalan, rassom o'zi ishlamoqchi bo'lgan suratning mavzusini o'zi belgilaydi. Yozuvchi yozmoqchi bo'lgan asarning mavzusini o'zi tanlaydi va o'zi badiiy obrazlarni yaratadi. Umuman san'at asarlarining hammasi ixtiyoriy xayol natijasida maydonga keladi.

Biroq shuni ham aytib o'tish kerakki, ixtiyoriy xayol ba'zan ixtiyorsiz xayolga o'tib ketishi mumkin. Shuning uchun ixtiyoriy xayol ixtiyorsiz xayoldan batamom ajralgan holda ro'y bermaydi. Ixtiyoriy xayol jarayoni hamisha beixtiyor qilinadigan xayol daqiqalarini o'z ichiga oladi. Masalan, rassomlar yoki kompozitorlar o'zlarining biror yangi asarlarini ixtiyoriy tarzda yaratayotganlarida ba'zan ixtiyorsiz ravishda ayrim fikrlarga berilib ketishlari mumkin.

Realistik xayol - turida voqelik aks ettiriladi, orzular amalga oshadi.

Fantastik xayol - amalga oshmaydigan xayol turidir.

Xayol sifatlari

Kishilarning xayoli kengligi, mazmundorligi, kuchi va realligi, fantaziya boyligi jihatidan farq qiladi. Xayol kengligi voqelikning kishilar faoliyati uchun bo'ladigan doirasi bilan belgilanadi. Masalan, kishi san'at, texnika, sport, bilimga qiziqsa va ular haqida xayol qilsa, bunday kishining xayoli keng bo'ladi.

Xayolning unumdorligi biror narsaga nisbatan xayolning boyligi, xilma-xilligi bilan belgilanadi. Xayol keng bo'lsa, u mazmundor ham bo'ladi. Xayol faoliyatning biror sohasida

namoyon bo'ladi. Xayolning kengligi va mazmundorligi kishining bilim va tajribasiga bog'liq.

Xayol kuchi kuchsiz va kuchli bo'ladi. Kuchli xayolda odam juda tez ta'sirlanadi. Masalan, biz "O'tgan kunlar" romanini, "Shaytanat" romanlarini o'qiganimizda xayol kuchli bo'lishi natijasida ta'sirlanamiz. Ilmiy asarni, zerikarli, hikoyalarni o'qiganimizda esa xayolimiz kuchsiz bo'ladi. Qiziqish kuchli bo'lsa, xayol ham kuchli bo'ladi. Bolalarning xayoli fantaziyaga boy bo'ladi. Mehnat faoliyati natijasida xayol sifatlari rivojlanadi.

Xayol kuchi quyidagilarga bog'liq bo'ladi.

➤ Xayol kuchi ehtiyoj, qiziqish, istaklarning kuchiga bog'liq bo'ladi. Masalan: faqat shu bugungi kun haqida o'ylasa, odamning xayoli kuchsiz bo'ladi.

➤ Xayol kuchi hissiyotga bog'liq bo'ladi, hissiyot qanchalik kuchli bo'lsa, xayol shunchalik erkin bo'ladi. Xayol kuchi idrokka bog'liq bo'ladi. Biz idrok qilganimizda diqqat bilan idrok qilsak, xayol kuchayib, kengayadi, agar diqqatimiz xayolga qaratilsa, unda idrok qilsak, xayol kuchayib kengayadi, agar diqqatimiz xayolga qaratilsa unda idrok susayadi. Masalan, ba'zan bir xayolga berilib, atrofdagi narsalarni ko'rmaymiz, eshitmaymiz.

Xayol kuchi kishining ahvoliga, asab tizimiga bog'liq bo'ladi, ya'ni asab tizimining tetikligiga, charchab qolganligiga, sog'ligiga va betobligiga bog'liq bo'ladi. Masalan: harorat juda baland bo'lishi natijasida obrazlar juda yorqinlashib ketadi. Natijada bunday paytda odam alahsiraydi. Gallyusinasia xayolning kuchli namoyon bo'lishidir.

Xayolning realligi - voqelikni to'g'ri aks ettiruvchi xayoliy obrazlarning yaratilishi, geniylarni xayolining kuchi real xayoldir. Masalan, kosmosga uchish xayolni oldindan tasavvur etish. Xayolning realligi odamning tajribasiga, bilimiga, tafakkuriga bog'liq bo'ladi. Obrazlar amalga oshmasa, bu real xayol bo'lmaydi, balki fantastik xayol bo'ladi. Bolalarda xayol kattalarga taqlid qilish orqali o'sadi. Bolalarda fantaziya juda

kuchli, masalan, ular oddiy cho'pni "uchqur ot" deb tasavvur qilib o'ynaydilar. Ularni qahramon deb his qiladilar. Yasli yoshiga nisbatan boqcha yoshidagi bolalar xayoli bir muncha kengroq bo'ladi. Ularda xayol asosan kengroq bo'ladi. Bola kattalarga taqlid qilib, shofyor, doktor bo'ladi va hokazo. Bog'cha yoshidagi bolalarda xayol ixtiyoriy bo'ladi. Masalan, katta odam bolaga kubiklardan uy yasash, rasm chizish kabi topshiriqlar beradi. Bog'cha yoshidagi bolalarning xayoli kattalar bilan muloqotda bo'lish ta'sirida o'sadi. Bolalar ertaklarni tinglashni, voqealarni eshitishni yoqtiradilar.

Kattalarning fikrlarini eshitish natijasida bolalarda ular hali ko'rmagan narsalar to'g'risida obrazlar paydo bo'ladi. Bolalar o'yin vaqtida erkin obrazlarni yaratadilar.

Kichik yoshdagi bolalar xayolining o'sishi uchun tarbiyachining olib boradigan mashg'ulotlari, turli o'yinlarini tasavvur etishlari katta ahamiyatga ega. Asosan qiziqishlar xayolning o'sishiga yordam beradi.

Xayol faoliyati kuchli bo'lsa uning mazmuni kengroq idrok qilinadi. Xayol tasavvurlari esda olib qolish, esga tushirish bog'lanishlarini vujudga keltirish uchun tayanch bo'ladi. Tafakkur jarayonidagi yaqqollik xayol faoliyati tufayli sodir bo'ladi. Xayol faoliyati tufayli tug'iladigan hislar ko'pincha ancha kuchli va barqaror hislar bo'ladi.

Xayolning asosiy xususiyatlari

Xayol jarayoni va uning vujudga kelishi bir qancha sharoitlarga bog'liqdir. Xayol har doim ma'lum bir yo'nalishga ega. Odatda vujudga kelgan xayol odamning o'z faoliyati davomida nimaga intilayotgani, nimani istayotgani bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, tarbiyachi tarbiyalangan bolalarning kim bo'lib yetishishlarini xayolan ko'z oldiga keltirib ko'radi.

Xayol jarayonining xususiyatlaridan biri shundan iboratki, xayol odamning ehtiyojlari, qiziqishlari va o'z oldiga qo'ygan vazifalari bilan bog'liq holda yuzaga keladi. Lekin shuni aytib

o'tish lozimki, odamning ehtiyojlari va qiziqishlari hamma vaqt ham istagan narsalarga erishavermaydi. Ko'proq odamning xayolida hamma vaqt qo'rqinchli narsalar gavalana boradi.

Ana shu paytdagi ehtiyojining ta'siri bilan odamning xayoli o'tmishda idrok qilingan narsalardan hosil bo'lgan tasavvurni ijodiy ravishda qayta ishlab, yangi obrazlar yarata boshlaydi.

Xayol jarayonining o'ziga xos xususiyatlaridan yana biri shundaki, xayol xamisha boy tajriba hamda bilimlarga asoslanadi. Agar bilim yetishmasa, xayoliy tasavvur hosil bo'lmaydi.

Masalan, kichik maktab yoshidagi o'quvchilarga qadimgi davr insonlari haqida gapirilsa, ular xuddi hozirgi zamon kishilari singari tasavvur qiladilar. Buning asosiy sababi bilimlarning yetishmasligi, shuningdek mazkur yoshdagi bolalar tarixiy muzeylarda bo'lmaganliklari, teatrlarga tushib, tarixiy asarlarni ko'rmaganliklari, tarixiy kinolarni hali juda kam ko'rganliklari tufayli bunday tasavvurlarni hosil qilishning uddasidan chiqib olmaydilar.

Xayol jarayonining o'ziga xos xususiyatlaridan navbatdagisi xotira tasavvurlarini analiz va sintez qismidan iboratdir. Xayol uchun material bo'ladigan tasavvurlar xayol yaratib berayotgan obrazlarga ko'pincha to'liq holda kirmasdan, balki qisman faoliyatida ro'y beradi. Bunda muayyan tasavvurlardan ajratib olingan elementlarni boshqa tasavvurlar bilan qo'shish va bir turkum qilish jarayoni ro'y beradi. Mana shunday sintez qilish faoliyatida foydalanadilar, ular ya'ni yozuvchilar o'z asarlaridagi haydnomalarning tiplarini bir qancha ayrim tasavvurlardan vujudga keltiradilar.

Nihoyat xayolning o'ziga xos xususiyatlaridan yana biri shundaki, agar idrok obrazlari ayni hozirgi paytdagi narsalar bilan bog'liq bo'lsa, xotira obrazlari o'tgan zamondagi narsalarning obrazlarini tiklash bilan bog'liq bo'lsa, xayoliy yo'l bilan yaratilgan obrazlar esa hozirgi va o'tgan zamongagina emas, balki kelajak zamonga, odam kelajakda nima ishlar

qilishini xayolan tasavvur qilib ko'rish bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

Tayanch iboralar

Agglyutinasiya (lot. Agglutinate - yopishtirmoq yelimplamoq) - mavjud obraz va tasavvur qismlarini bir - biriga "yopishtirib" ho'shish asosida yangi obrazlarni yaratishdan iborat xayol faoliyati. Mas., suv parisi obrazi.

Aksentlash (yunon. Accentys - urg'u) - narsalarning ayrim qismlarini boshqa qismlariga nisbatan haddan tashqari kichraytirish yoki kattalashtirish asosida yangi obrazlarni yaratishdan iborat xayol faoliyati.

Giperbolizasiya (yunon. Hyperbole - kattalashtirmoq) - kattalashtirish bilan bog'liq xayol faoliyatining bir usuli.

Orzu - shaxsning o'zi uchun yoqimli bo'lgan istiqbol obrazlarni ongida yaratishdan iborat xayol turi. Orzu shaxsning ehtiyojlari, istak va intilishlari bilan bevosita bog'liq.

Tasavvur - sezgi a'zolariga qachonlardir ta'sir etgan narsa va xodisalarning yaqqol hissiy obrazi.

Xayol - mavjud tasavvurlar asosida yangi obrazlarni yaratishdan iborat psixik aks ettirish jarayonlaridan biri. U ixtiyorsiz va ixtiyoriy, ijodiy xayol turlariga ajratiladi.

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular

1. Xayol haqida tushuncha.
2. Xayol jarayonlari.
3. Xayol turlari.
4. Xayol sifatleri.
5. Fantaziya.
6. Xayolning xususiyatlari.
7. Xayolning analitik - sintetik xususiyati.
8. Xayol shakllari to'g'risida tushuncha
9. Xayolning inson faoliyatidagi o'rni

Test topshiriqlari

1. Qaysi qatorda xayol turlari to'g'ri ko'rsatilgan?

- A) mexanik, ixtiyoriy, ixtiyorsiz, tasavvur
- B) tasavvur, ijodiy, ixtiyoriy, ixtiyorsiz
- V) tasavvur, ijodiy, frenologik, emotsional
- G) ixtiyoriy, ixtiyorsiz, ijodiy, emotsional
- D) kasbiy, frenologik, emotsional

2. O'tmishda bo'lib o'tgan yoki hozirda bor bo'lgan lekin bizning turmushimizda shu paytgacha uchramagan ya'ni biz idrok qilmagan narsa va hodisalar to'g'risida tasavvur va obrazlar yaratishgaaytiladi.

- A) ixtiyorsiz xayol
- B) ixtiyoriy xayol
- V) ijodiy xayol
- G) tasavvur xayol
- D) fantastik xayol

3.tajribamizda bo'lmagan va voqelikning o'zida ham uchramagan narsa va hodisalar haqida tasavvur hamda obrazlar yaratishdan iborat bo'lgan xayol turiga aytiladi.

- A) ixtiyorsiz xayol
- B) ixtiyoriy xayol
- V) ijodiy xayol
- G) tasavvur xayol
- D) fantastik xayol

4. O'quvchilarga o'qib berilayotgan hikoyani eshitar ekanlar hikoyadagi afsonaviy qahramonlar ularning baland g'oyalar ustiga qurilgan qasrlari ko'z o'ngilarida gavalana boshlaydi.

- A) ixtiyorsiz xayol
- B) ixtiyoriy xayol

- V) ijodiy xayol
- G) tasavvur xayol
- D) fantastik xayol

5.Yozuvchi asari uchun tipik obraz yaratayotganda uning xayoli qanday nom bilan ataladi?

- A) ixtiyorsiz xayol
- B) ixtiyoriy xayol
- V) ijodiy xayol
- G) tasavvur xayol
- D) fantastik xayol

6. Ijodiy xayolning maxsus turi qanday nomlanadi?

- A) tush ko'rish
- B) fantaziya
- V) orzu
- G) tiklovchi
- D) emotsional

7.Odam o'zini oldiga hech qanday maqsad qo'ymasdan irodani ishga solmasdan qandaydir o'z-o'ziga obraz va tasavvurlarni yaratishgaaytiladi?

- A) ixtiyorsiz xayol
- B) ixtiyoriy xayol
- V) ijodiy xayol
- G) tasavvur xayol
- D) fantastik xayol

8.Odam juda tashna yoki juda och bo'lgan paytda uning xayolida har turli taomlar daryo va buloq suvlari paydo bo'la boshlaydi. Mazkur misol xayolning qaysi turiga taalluqli?

- A) ixtiyorsiz xayol
- B) ixtiyoriy xayol
- V) ijodiy xayol

- G) tasavvur xayol
- D) fantastik xayol

9. Tush ko'rish xayolning qaysi turiga taalluqli?

- A) ixtiyorsiz xayol
- B) ixtiyoriy xayol
- V) ijodiy xayol
- G) tasavvur xayol
- D) fantastik xayol

10.oldindan belgilangan maqsad asosida iroda kuchini ishga solib, muayyan obraz va tasavvurlarni yaratishga aytiladi?

- A) ixtiyorsiz xayol
- B) ixtiyoriy xayol
- V) ijodiy xayol
- G) tasavvur xayol
- D) fantastik xayol

11.Ijodiy xayolning tilakdagi kelajakka qaratilgan shakli bu

- A) tush ko'rish
- B) fantaziya
- V) orzu
- G) tiklovchi
- D) emotsional

12.Insonda tush ko'rishning asosiy sababi nimadan iborat?

- A) ixtiyorsiz xayol bilan bog'liq bo'lib tasodifiy ro'y beradi
- B) qattiq uxlamagan vaqtda yuzaga keladi
- V) bosh miyada tormozlanmay qo'zg'algan holatda qolgan markazlardir
- G) biz orzu qilgan kishilarimiz o'ylagan his qilgan narsalar haqida

D) tartibga solinmagan maqsadga qaratilmagan jarayon

13. Tush ko'rishning fiziologik asosi kim tomonidan o'rganilgan?

- A) I.M. Sechenov
- B) I.P. Pavlov
- V) I. Kant
- G) B. Teplov
- D) Neblisin

14. Tush ko'rishning fiziologik asosini tushuntirishda quyidagi fikr ilgari suriladi ya'ni ilmiy taassurotlarning nervda qoldirgan izlari kutilmagan tarzda bir-biri bilan bog'lanishidir. Mazkur fikr muallifini aniqlang?

- A) I.M. Sechenov
- B) I.P. Pavlov
- V) I. Kant
- G) B. Teplov
- D) Neblisin

15. Mazkur xayol turida voqelik aks ettiriladi, orzular amalga oshadi?

- A) ixtiyorsiz xayol
- B) ixtiyoriy xayol
- V) ijodiy xayol
- G) realistik xayol
- D) fantastik xayol

16. Amalga oshmaydigan xayol turi qanday nom bilan ataladi?

- A) ixtiyorsiz xayol
- B) ixtiyoriy xayol
- V) ijodiy xayol
- G) tasavvur xayol
- D) fantastik xayol

17. Voqelikning kishilar faoliyati uchun bo'ladigan doirasi xayol sifatlaridan qaysi biriga tegishli?

- A) xayolning kengligi
- B) xayolning mazmundorligi
- V) xayolning realligi
- G) xayolning kuchi
- D) fantaziya

18. Biror narsaga nisbatan xayolning boyligi xilma-xilligi bilan belgilanadigan xayol sifati?

- A) xayolning kengligi
- B) xayolning mazmundorligi
- V) xayolning realligi
- G) xayolning kuchi
- D) fantaziya

19. Kishining ahvoliga asab tizimiga bog'liq bo'lib, ya'ni asab tizimining tipikligiga, charchab qolganligiga sog'liqiga betobligiga bogliq bo'ladigan xayol sifati?

- A) xayolning kengligi
- B) xayolning mazmundorligi
- V) xayolning realligi
- G) xayolning kuchi
- D) fantaziya

20.voqelikning to'g'ri aks ettiruvchi xayoliy obrazlarning yaratilishi?

- A) xayolning kengligi
- B) xayolning mazmundorligi
- V) xayolning realligi
- G) xayolning kuchi
- D) fantaziya

21. Xayolning kuchi nimalarga bog'liq?

- A) ehtiyoj qiziqish istaklarning kuchiga bog'liq bo'ladi
- B) hissiyotga bog'liq bo'ladi hissiyot qanchalik kuchli bo'lsa, xayol shunchalik erkin jonli bo'ladi
- V) idrokka bog'liq chunki diqqat bilan idrok qilsak xayol kuchayib ketadi agar diqqatimiz xayolga qaratilsa unda idrok susayadi.
- G) barcha javoblar to'g'ri
- D) to'g'ri javob berilmagan

22. Quyidagi javoblardan qaysi birida xayol ta'rifi to'g'ri berilgan.

- A) xayol yoki fantaziya tafakkur kabi faqat insongagina xos bo'lgan bilish jarayonidir
- B) xayol mehnatning oraliq va oxirgi natijalarini ko'rish imkonini beruvchi bilish jarayonidir
- V) xayol avval idrok qilingan obrazlar asosida hali idrok qilinmagan narsalarning obrazlarini aks ettirishdir
- G) xayol noaniq va muammoli vaziyatlarda namoyon bo'luvchi holatlar
- D) barcha javoblar to'g'ri

23. Xayolning nerv fiziologik asosini nima tashkil qiladi?

- A) bosh miyaning po'stida ilgarilari hosil qilingan vaqtli aloqalarning yana qayta tiklanib bir-biri bilan yangicha qo'shilish jarayoni yotadi
- B) ikkinchi signallar tizimi
- V) bilish jarayonlarining uzviy birligi
- G) barcha javoblar to'g'ri
- D) to'g'ri javob berilmagan

24. Xayolning xususiyatlari qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) xayol odamning ehtiyojlari qiziqishlari va o'z oldiga quygan vazifalari bilan bog'liq holda yuzaga keladi

- B) xayol hamisha boy tajriba hamda bilimlarga asoslanadi
- V) xotira tasavvurlarini analiz va sintez qilishdan iborat
- G) xayoliy yo'l bilan yaratilgan obrazlar esa hozirgi va o'tgan zamongagina emas, balki kelajak zamonga odam intilayotgan maqsadga qaratilgan bo'ladi
- D) barcha javoblar to'g'ri

25. Turli qismlarni bitta qilib yangi obraz yaratish bilan bog'liq xayol jarayoni?

- A) giperbolizasiya
- B) agglyutinatiya
- V) sxemalashtirish
- G) tipiklashtirish
- D) aksentirovka

26. Obrazlarni kattalashtirish yoki kichiklashtirish shuningdek alohida qismlarini o'zgartirish bilan bog'liq xayol jarayoni?

- A) giperbolizasiya
- B) agglyutinatiya
- V) sxemalashtirish
- G) tipiklashtirish
- D) aksentirovka

27. O'xshatish orqali ayrim tasavvurlarni ular orasidagi farqlarni silliqlashdan iborat xayol jarayoni

- A) giperbolizasiya
- B) agglyutinatiya
- V) sxemalashtirish
- G) tipiklashtirish
- D) aksentirovka

28. Bir xil obrazlarni qaytarilishi bo'lib, har bir davr uchun tipik bo'lgan obrazlarni yaratishdan iborat xayol jarayoni.....

- A) giperbolizasiya
- B) agglyutinasiya
- V) sxemashtirish
- G) tipiklashtirish
- D) aksentirovka

29. Ayrim belgilarni ta'kidlash orqali obrazlar yaratishdan iborat xayol jarayoni.....

- A) giperbolizasiya
- B) agglyutinasiya
- V) sxemashtirish
- G) tipiklashtirish
- D) aksentirovka

30. Xayol tasavvurlarini xotira tasavvurlaridan farqi qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) xayol tasavvurlari ongda tez paydo bo'ladi va barqaror ko'rinishga ega.
- B) xotira tasavvurlari doimo tanish narsadek his qilinadi, xayol tasavvurlari esa yangilikni his qilish tuyg'ularini beradi
- V) xayol tasavvurlari insonning qiziqish va ideallariga bog'liq bo'lganligi sababli yangilikni his qilish tuyg'ulari oqibatida vujudga keladi
- G) barcha javoblar to'g'ri
- D) to'g'ri javob berilmagan

Nazorat savollari

1. Xayol tushunchasining mazmunini izohlang.
2. Xayol jarayonlarining mohiyatini asoslang.
3. Xayol turlarining mazmuni nimalar bilan belgilanadi?
4. Xayol sifatlarining mazmuni nimalarda ko'rinadi?
5. Xayolning xususiyatlarining mazmuni nimalar bilan belgilanadi?
6. Xayol shakllarining mazmunini izohlang.

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan adabiyotlar

1. Выготский Л. С. Воображение и его развитие в детском возрасте // Хрестоматия по психологии. — М.: Просвещение, 1987.
2. Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии. — М.: «Просвещение», 1986.
3. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учебное пособие для вузов. — М.: ЧеРо, 1997.
4. Грановская Р. М. Элементы практической психологии. — СПб.: Свет, 1997.
5. Davletshin M. G. Umumiy psixologiya. — T.: 2002.
6. Джемс В. Психология. — М., 1991
7. Дьяченко О. М. Воображение дошкольника. — М.: Знание, 1986.
8. Karimova V. M. Psixologiya. — T.: 2002.
9. Маклаков А. Г. Общая психология. — М.; «Питер», 2003.
10. Натадзе Р. Г. Воображение как фактор поведения // Хрестоматия по психологии. — М.: Просвещение, 1987.
11. Немов Р. С. Психология 1-китоб. — М.: 1999.
12. Общая психология: Курс лекций/ Сост. Е. И. Рогов. — М.: Владос, 1995
13. Psixologiya qisqacha izohli lug'at. — T.: 1998.
14. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: Питер, 1999.
15. Turg'unov Q. Psixologiya terminlarining ruscha-o'zbekcha izohli lug'ati. — T.: «O'qituvchi» nashriyoti, 1975.
16. Umumiy psixologiya (A.V.Petrovskiy tahriri ostida). — T.: «O'qituvchi», 1992.
17. G'oziyev E. G'. Umumiy psixologiya 1-2 kitob. — T.: 2002.

4-BO'LIM. SHAXSNING HISSIY- IRODAVIY-MOTIVASION SOHASI

HISSIYOT

Hissiyot haqida tushuncha

Odam tashqi muhitdagi turli-tuman narsa va hodisalarni idrok qilar ekan, hech vaqt bu narsalarga batamom befarq bo'lmaydi. Odamning aks ettirish jarayoni doimo faol xarakterga egadir. Aks ettirish jarayoni quyidagilarni qamrab oladi:

- a) shaxsning ehtiyojni qondirish imkoniyatiga egaligini;
- b) qondirishga yordam beradigan yoki qarshilik ko'rsatadigan obyektlarga subyekt sifatida qatnashishi;
- v) uni harakat qildiruvchi bilimga intiltiruvchi munosabatlar va hokazo.

Chunki odam atrofidagi har turli narsalarni idrok qilib aks ettirar ekan, bu narsalarga nisbatan ma'lum munosabatda bo'ladi. Masalan, bizga ayrim narsalar yoqsa, ya'ni kayfiyatimizni ko'tarib yuborsa, boshqa bir narsalar yoqmaydi va kayfiyatimizni buzib, dilimizni xira qiladi. Ba'zi bir ovqatni odam juda ham yoqtiradi, boshqa bir ovqatni esa mutlaqo ko'rgisi kelmaydi yoki ayrim odamlar bizga xush keladi yoki boshqa bir odamlar esa noxush keladi. Umuman odam atrofidagi hamma narsalarga nisbatan munosabatda bo'ladi va uning munosabatlari ham aks ettiriladi.

Kishilar idrok qilayotgan, ko'rayotgan, eshitayotgan, bajarayotgan, o'ylayotgan, orzu qiladigan narsalarga befarq bo'lmaydilar. Bir xil predmetlar, shaxslar, xarakterlar, voqealar bizni quvontiradi, boshqalari xafa qiladi yana boshqalari g'azab, nafratimizni uyg'otadi. Biz xavf ostida qolganimizda qo'rquvni his qilamiz, dushman ustidan g'alaba qozonish yoki qiyinchilikni yengish zavq uyg'otadi.

Hissiyot tushunchasiga adabiyotlarda turlicha ta'riflar uchraydi jumladan; **A.V.Petrovskiy** tahriri ostida chiqqan "Umumiy psixologiya" darsligida **hissiyot** - kishining o'z hayotida nimalar yuz berayotganiga, nimalarni bilib olayotganiga yoki nima bilan mashg'ul bo'layotganiga nisbatan o'zicha turli xil shaklda bildiradigan kichik munosabatdir. **M.Vohidovning** "Bolalar psixologiyasi" o'quv qo'llanmasida **hissiyot** deb - tashqi olamdagi narsa va hodisalarga bo'lgan ichki kechinmalarimizning ongimizda aks ettirilishga aytiladi. **Q.Turg'unov** muallifligidagi lug'atda **hissiyot**-shaxsning voqelikdagi narsa va hodisalarga, kishilarga hamda o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarida kelib chiqadigan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalardan iborat. Professor **E.G'oziyev** muallifligidagi "Umumiy psixologiya" darsligida **hissiyot**-odamda, tirik mavjudotlar miyasida, ya'ni shaxslarning ehtiyojlarini qondiruvchi va unga monelik qiluvchi obyektlarga nisbatan uning munosabatlarini aks ettirish ma'nosida qo'llaniladi.

Yuqoridagi ta'riflardan ko'rinib turibdiki, hissiyot bizning tuyg'ularimizning o'ziga xos aks ettirish jarayoni bo'lib, bunda narsa va hodisalarni aks ettirish jarayonida bizda tug'iladigan ichki kechinmalar va munosabatlar aks ettiriladi. Demak, hissiyotlar o'z- o'zidan yuzaga kelmasdan, tashqi olamdagi narsa va hodisalarning ta'siri bilan bog'liq ravishda yuzaga keladi.

Adabiyotlarda hissiyot bilan birga emotsiya tushunchasi ham keng doirada qo'llaniladi. Aynan emotsiya tushunchasining mazmuni nimadan iborat va hissiyot tushunchasi bilan o'zaro bog'liqligi qanday degan savol tug'iladi? Shunga muvofiq emotsiya tushunchasining mazmun mohiyatini yoritadigan bo'lsak; jumladan professor **E.G.'G'oziyevning** "Umumiy psixologiya" darsligida **emotsiya**-odatda tashqi alomatlari yaqqol namoyon bo'ladigan his-tuyg'ularni, ichki kechinmalarni ifodalanishidan iborat psixik jarayonni yuzaga kelishining aniq shaklidir, deb ta'riflanadi.

Emotsiya - shaxsning voqelikka o'z munosabatini his qilishidan kelib chiqadigan, uning ehtiyoj va qiziqishlari bilan bog'liq bo'lgan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalaridir. Keltirilgan ta'riflardan ko'rinadiki, hissiyot tushunchasi emotsiyaga nisbatan kengroq tushuncha bo'lib, shaxsning kundalik hayoti, turmush tarzidagi barcha jabhalarni qamrab oladi.

Hissiyotlar o'zining yuzaga kelishi nuqtai nazaridan odamning ehtiyojlari, qiziqishlari va intilishlari bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, odamning organik ehtiyojlarini qondirishi bilan bog'liq bo'lgan hissiyotlar odamda rohatlanish, qanoatlanish tuyg'usini yuzaga keltiradi. Organik hissiyotlarni qondira olmaslik odamning ruhini tushirib, kayfiyatini buzib, azoblanish, toqatsizlanish hissiga sabab bo'ladi.

Odamning hissiyotlari uning mazmuni hamda shakllari, ijtimoiy- tarixiy sharoit bilan bog'liq bo'ladi. Ijtimoiy tarixiy taraqqiyot davrida odamning ehtiyojlari o'zgarib boradi. Natijada odamda borgan sari yangi, yangi hissiyotlar, chunonchi, ma'naviy, intellektual va estetik hissiyotlar paydo bo'ladi.

Hissiyotlar ham boshqa bilish jarayonlari kabi odamning faoliyatlari davomida namoyon bo'ladi. Masalan, mehnatsevarlik hissini yuzaga keltirish uchun ma'lum muddat davomida ijtimoiy foydali mehnat bilan shug'ullanish kerak. U yoki bu faoliyat davrida yuzaga kelgan hissiyot ana shu faoliyatning o'ziga ta'sir qilib, uni o'zgartiradi. Masalan, hohlamasdan o'zini majbur qilib ishlayotgan odam bilan o'zi hohlab sitqidildan ishlayotgan odam ishining unumdorligi o'rtasida juda katta farq mavjud. Odamning kayfiyati yaxshi xursand, ruhi tetik bo'lganda ishi ham barakali bo'ladi, aksincha odamning dili ham, qandaydir tashvishli yoki g'amgin bo'lganda qo'li ishga bormaydi. Ana shu jihatdan olganda hissiyotning inson hayotidagi roli juda kattadir. Hissiyot boshqa bilish jarayonlariga ham ta'sir qiladi. Masalan, odamning ruhi tetik, xursand bo'lgan paytda, idroki hali juda

jonli, esda olib qolishi, tuyg'ularga boy, tafakkuri o'tkir, nutqi burro bo'ladi.

Hissiyot odamda sodir bo'layotgan hodisa va narsalardan shaxs sifatidagi odam uchun ahamiyatli bo'lganlari haqida darak beruvchi signallar tizimi hisoblanadi. Mazkur holda sezgi a'zolariga ta'sir qiluvchi cheksiz miqdordagi qo'zg'ovchilardan aniq bo'lib ajraladi, ba'zilari bir-birlari bilan qo'shib ketadi va paydo bo'lgan hissiyot bilan birlashib ketadi. Natijada taassurot uyg'otib, biror hissiy nom bilan ifodalangan xotira obrazlari tariqasida saqlanib qoladi. Buni fiziologik jihatdan shunday tushuntirish mumkin: ma'lum qo'zg'atuvchilar tirik mavjudotlar uchun xotirjamlik haqida darak beruvchiga aylanadi. Hissiy kechinmalar esa insonning shaxsiy tajribasida tarkib topadigan reflekslar tizimini mustahkamlash sifatida namoyon bo'ladi. Hissiyotning mana shu darak beruvchilik vazifasi psixologiyada hissiyotning **impressiv tomoni** deb ataladi. **Impressiv** so'zi lotincha taassurot degan ma'noni anglatadi.

I.P.Pavlov tirik mavjudotlarning atrofimizdagi muhitga moslashuvida hosil qiladigan buziladigan dinamik streotiplar orqali biror hissiyot va emotsional kechinmalarining ijobiy va salbiy sifatlarini tushuntirib beradi.

Dinamik stereotip deganda tashqi qaytarilish natijasida hosil qilingan shartli reflekslar, nerv bog'lanishlarining barqaror tizimi tushuniladi. Har turli qiyinchiliklar va qarshiliklarga duch kelishi natijasida dinamik streotiplarning "o'zgarishi" salbiy emotsional holatni yuzaga keltiradi. Hissiyot bu uning kechirilishining turli shakllari faqat darak vazifasini emas, balki boshqaruvchilik funksiyasini ham bajaradi. Emotsiya harakatlari juda ko'p tana o'zgarishlar ifodalanadi. Odam organizmidagi o'zgarishlar kechirilayotgan hissiyotning obyektiv ko'rsatkichi hisoblanadi. Moslashish xarakteriga oid bo'lgan, ya'ni ovozning o'zgarishi, mimika, imo-ishora, organizmda sodir bo'ladigan jarayonning qayta o'zgarishidan

iborat ixtiyorsiz va ongli harakatlar psixologiyada emotsional harakatlarning **ekspressiv tomoni** deb ataladi.

Hissiyotlar odatda juft-juft bo'lib uchraydi. Masalan, yoqimli- yoqimsiz, xush-noxush, xursand-xafa, g'azab-muhabbat, nafrat kabi ana shunday hissiyotlar subyektiv xarakterga ega bo'ladilar, lekin ularning tashqi ifodasi ham bo'ladi. Masalan, hushchaqchaq odam bilan g'amgin odamning yuz ifodasini ko'z oldimizga keltirib ko'rish mumkin. Aynan mazkur jarayon psixologiyada ambivalentlik yoki ikki taraflamalik deb ataladi. **Ambivalentlik** - lotincha har tomonlama kuchga ega ma'nosini anglatib kishining bir obyektning o'ziga nisbatan bir vaqtning o'zida paydo bo'ladigan bir-biriga qarama - qarshi emotsional irodaviy holatdir.

Hissiyotda ambivalentlik bu rohatlanish va azoblanishni birga qo'shilib va biri ikkinchisiga o'tib ketmaydigan emas, balki bunda birga bo'lish kechiriladigan hissiyotning zarur xarakterli sifatlaridan birini tashkil qiladi. Masalan, rashk hissida muhabbat va nafrat.

Hissiyotning nerv-fiziologik asoslari

Hissiyot boshqa hamma psixik jarayonlar kabi bosh miya po'sti qismining faoliyati bilan bog'liqdir. Bosh miya hissiyotlarning kuchini va barqarorligini idora qilib turadi. Hissiyotlar boshqa bilish jarayonlaridan farqli bosh miya po'stining faoliyatidan tashqari organizmning ichki a'zolari faoliyati bilan ham bog'liqdir, boshqacha qilib aytganda hissiyotlar vegetativ nerv tizimining faoliyati bilan ham bog'liqdir.

Chunonchi, odam qattiq uyalgan paytida qizarib ketadi, qattiq qo'rqan paytida esa rangi o'chib, qaltirab ketadi, xattoki odamning ovozida ham o'zgarish paydo bo'ladi. Ana shunday hissiy holat yuz bergan paytda odamning yuragi tez ura boshlaydi, nafas olishi ham tezlashadi.

Demak, odam ma'lum hissiy holatni boshdan kechirayotgan paytda uning qon aylanish tizimi, nafas olish organlari nutq apparatlari ichki sekresiya bezlari ham qatnashadi. Masalan, materialni yaxshi bilmaydigan talaba imtihon topshirayotganda terlab ketadi, tomog'iga nimadir tiqilib, gapini gapira olmay qoladi.

Odamda qattiq qo'rqish paytida "Yuragi orqaga tortib ketdi", "Sovuq ter bosib ketdi" kabi iboralarning ishlatilishi hissiyot paytida odamning ichki a'zolarining ishtirok etishidan dalolat beradi.

Juda ko'p hissiy holatlar bosh miyaning yaqin po'stloq osti qismlarining oraliqi bilan ham bog'liqdir. Masalan, ko'rish tepaligi deb ataluvchi qism ayrim hislarni ifodalaydigan ixtiyorsiz harakatlarning markazi hisoblanadi.

Odamda uchraydigan yuksak ma'naviy hissiyotlar ham o'zining nerv-fiziologik asosiga ega bo'lishi kerak (chunonchi intellektual, ahloqiy, estetik hissiyotlar). Bu jihatdan akademik I.P.Pavlovning dinamik streotip haqidagi ta'limoti juda katta ahamiyatga egadir.

Bu haqda akademik I.P.Pavlov shunday deb yozgan edi: "Menimcha, ko'pincha odatdagi turmush tartibining o'zgargan paytlarida odat bo'lib, qolgan birorta mashg'ulot yaqin kishidan judo bo'lganda, aqliy iztirob chog'ida kechiriladigan og'ir hissiyotlarning fiziologik asosi xuddi eski dinamik streotipning o'zgarishi, uning yo'qolishi va yangi dinamik streotipning qat'iylik bilan hosil bo'lishidan iborat bo'lsa kerak".

Ayrim murakkab hissiyotlarning asosida dinamik streotipning yotishi yaqqol ko'rinadi.

Masalan, estetik hissiyotni oladigan bo'lsak, biron yoqimli ko'ydan lazzatlanish, yoki biron mashhur rassomning ishlagan ajoyib suratlarini tomosha qilib, rohatlanish estetik hissiyot hisoblanadi. Agar bu hissiyotlarning nerv-fiziologik asoslarini tahlil qiladigan bo'lsak, quyidagilarni ko'rishimiz mumkin. Masalan, bizga juda yoqadigan kuy boshqa millat odamiga yoqmasligi mumkin.

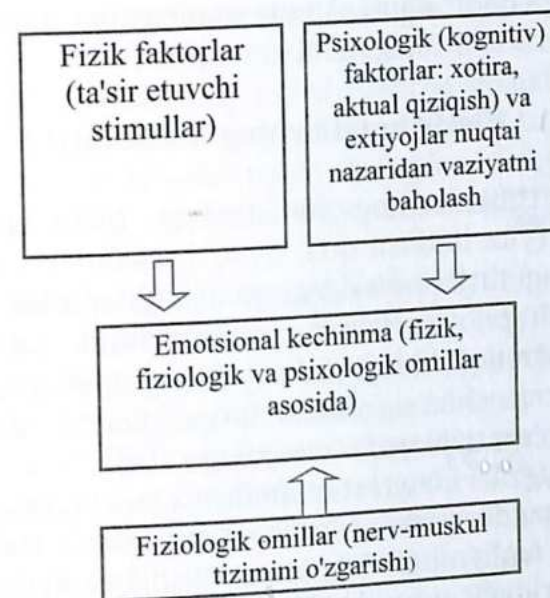
Bunda ajablanishga hech qanday o'rin yo'q. Biz yoshlikdan boshlab mazkur kuyni bir necha yuz marotalab eshitib borishimiz natijasida ana shu kuyga nisbatan deyarli buzib bo'lmaydigan nihoyatda murakkab dinamik streotip yuzaga keladi. Ana shuning uchun ayrim kuylar bizga yoqadi, ayrimlari esa yoqmaydi.

Suratlar masalasiga kelganda shuni aytish kerakki, qadimgi klassik asarlar ularning ishlanish uslubi realligi bizni hayratda qoldirib zavq tug'diradi. Aksincha, hozirgi rassomlar tomonidan ishlangan rasmlar odamda qandaydir noxush hissiyotni tug'diradi. Demak, uzoq yillar davomida yuzaga keladigan dinamik streotiplar ayrim murakkab qismni tashkil qiladi.

Shunday qilib, hissiyot vegetativ nerv tizimi orqali boshqariladigan ichki a'zo faoliyati bilan bog'liq bo'lsa ham bari bir bosh miya po'sti orqali idora qilinadi. Chunki akademik I.V.Pavlovning fikricha, odamning butun a'zoyi badanida bo'ladigan har qanday hodisalarning hammasini bosh miya po'sti qismidagi neyronlar idora qiladi. Ana shu jihatdan olganda hissiyotning nerv-fiziologik asosi bosh miya po'sti bilan bog'liq.

Inson va hayvonlardagi emotsiyalar

Odam his-tuyg'ulari bilan hayvon hissiyotlari o'rtasida juda katta farq bo'ladi. Odamda juda ko'p miqdorda his-tuyg'ular borki, bunday hissiyotlar hayvonlarda uchramaydi. Shuning uchun ham odam ham xayvon uchun umumiy bo'lgan g'azablanish, qo'rqish, jinsiy hissiyot, qiziquvchanlik, xursandchilik, g'amginlik emotsiyalari hayvonlarda sifat jihatidan farq qiladi. Shu o'rinda S.Shexterning emotsional faktorlarning paydo bo'lishi kognitiv-fiziologik konsepsiyasini keltirib o'tish joiz.



Insoniy emotsiyalar "insoniylashtirilgan" ijtimoiy sharoit bilan bog'liq holda namoyon bo'ladi. Emotsiyalarning "insoniylashuvi" shunday namoyon bo'ladiki, ichdan kechadigan hissiyotlar mazmuni, juda boy va murakkabdir. Odamlar bilan mehnat, siyosat, madaniyati, oilaviy hayot o'rtasida paydo bo'lgan munosabatlarning ko'pligi, sof insoniy hissiyotlarning paydo bo'lishiga olib keladi.

Ular bolalarga odob bilan javob berishni, suhbatdoshiga ochiq ko'ngillik bilan jilmayish, keksalar va nogironlarga hurmat bilan joy berishni o'rgatdi. Odam o'z hissiyotlarini o'zi boshqaradi. Ba'zi kishilar emotsiyalarini yashirish niyatida qarama-qarshi emotsiyalarni ifodalaydilar. Masalan, qayg'urish yoki qattiq og'riq paytida kulimsirash, kulgilari kelgan paytda yuzlarini jiddiy, o'ychan holga keltira oladilar. Lekin o'zining imo- ishoralari va mimikalarini boshqara olishga qaraganda nafas olish, qon aylanish va ovqat hazm qilish tizimidagi o'zgarishlarni ushlab qolish juda qiyin bo'ladi. Odam xayajonlangan paytda bir maromda nafas ola biladi, ko'z yoshlarini ushlab qola oladi, lekin rangini o'zgartirish yoki

qizartirishga qodir emas. Ammo emotsiyalarni paydo qiluvchi narsalardan o'zini chalg'itishi mumkin.

Hissiy holatlarning ifodalanishi

Hissiy holatlarning ifodalanishi **birinchidan**, ifodali harakatlar (yuz ifodasi, qo'l, oyoq harakatlari), **ikkinchidan** organizmdagi turli hodisalarni, ya'ni ichki a'zolar faoliyatining va holatining o'zgarishida, **uchinchidan** tabiatda, ya'ni organizm qon tarkibidagi va boshqa suyuqliklardagi kimyoviy o'zgarishlarni, shuning bilan birga modda almashinuvida bo'ladigan o'zgarishlarni o'z tarkibiga oladi.

His-tuyg'ularning tashqi ifodasiga yuz ifodasi, imo-ishora, vajohat va qaddu-qomatning o'zgarishi, ayiruv, tashqi chiqaruv bezlarining faoliyati (so'lak, ter ajralishi) va ayrim harakatlar xususiyatlaridagi o'zgarishlarni kiritish mumkin. Bunga nutqning faol o'zgarishlari, "ovoz mimikasi" va gaplar tarkibining sintaksis o'zgarishi, "tutilmasdan gapirish", yoki aloqida "silliqlik" hamda "ifodalilik"ning yuzaga kelishi nihoyat hissiyot o'zining to'la qisman ifodasini topadigan xatti-harakatlarga taalluqlidir. Kishining emotsional kechinmalari vaqtida nutqining tezligi o'zgaradi. Ko'pincha nutqning sintaksis tuzilishi buziladi, tezligi va ahamiyati o'zgaradi. O'tkazilgan tekshirishlar shuni ko'rsatadiki, g'amginlik va ma'yuslik hislarini ifodalovchi kishining ovozi beixtiyor pasayib ketadi, so'zlashgan kishining tovushi ham bo'linib-bo'linib chiqadi.

Hislarni kechirish shakllari

Hissiyot kechinmalari turli holatlarda turlicha tezlik bilan paydo bo'ladi. Ba'zan hissiyot to'satdan, darhol paydo bo'ladi. Masalan, kishi birdan xursand bo'lib ketadi, darhol g'azabga keladi, achchiqlanadi va hokozo. Lekin ba'zan shu hissiyotlar o'zi dafa'tan qo'zg'almaydi, balki asta-sekin tug'ila boshlaydi.

Shunday hissiy kechinmalarning qay darajada tez paydo bo'lmasligini belgilash qiyin yoki butunlay bilib bo'lmaydi. Emotsional kechinmalarning kuchi turlicha bo'lishi mumkin. Hissiyotlarni kuchi avvalo yoqimli va yoqimsiz tuyg'ularning naqadar kuchli bo'lishidadir. Hissiyotning kuchi shu hissiyotni shaxsning naqadar ehtiros bilan kechirilganligi bilan belgilanadi.

Hissiyotning qo'zg'alish xususiyatlari paydo bo'lish yo'lini kuchi va barqarorligi bir qancha sabablarga bog'liqdir. Atrof-muhitning holati shu paytdagi ehtiyojlarning kuchi shu xislat tuzilishiga sabab bo'lgan hodisalarning shaxsiy va ijtimoiy ahamiyatini anglashi, odamning dunyoqarashi, bu xislat qanday vaziyatda paydo bo'lishi va o'tmishi hamda shaxsning individual xususiyatlariga bog'liqdir. Hislarning ayni vaqtda naqadar tez kuchli va barqaror bo'lishiga ko'ra his-tuyg'ularning quyidagi turlari farqlanadi: *hissiy ton, emotsiyalar, affekt, stress, kayfiyat* va boshqalar.

Hissiy ton. hissiyot ko'pincha faqat hissiy tus sifatidagi ruhiy jarayonlarning o'ziga xos tomoni tariqasida namoyon bo'ladi. Yoqimli suhbatdosh, kulguli voqea, yoqimsiz hid, zerikarli kitob, ko'ngildagi mashg'ulot, hushchaqchaq sayohat, og'ir ish kabilar.

Hissiy ton tushunchasiga ko'pgina adabiyotlarda turlicha ta'riflar uchraydi. Jumladan, A.V.Petrovskiyning "Umumiy psixologiya" darsligida **hissiy ton** sezgi yoki idrok jarayonida shaxsning idrok qilingan narsa va hodisaga munosabatini ifodalovchi maxsus hissiy bo'yoq yoqimli yoki yoqimsiz idrok bilan bog'langan hissiyot, deb ta'riflanadi. Professor E.G.G'oziyev tomonidan **hissiy ton**-u yoki bu hissiyotning inson tomonidan bevosita kechirilishi (kechishi) jarayonidan iboratdir. Q.Turg'unov lug'atida **hissiy ton** - hissiyot sezgi yoki idrok jarayonida shaxsning idrok qilingan narsaga hodisaga munosabatini ifodalovchi maxsus emotsional bo'yoq yoqimli va yoqimsiz kechinma bevosita sezgi yoki idrok bilan bog'langan hissiyot. Masalan, og'riq bir qator qo'zg'ovchilar yaqqol

ifodalangan yoqimsiz hissiy ton bilan ajralib turadi. Ko'pincha emotsiyalar o'zining ta'sirchanligi bilan bir-biridan ajralib turishiga qaramay, bunday sifatni hissiy holatlar **stenik** (yunoncha so'zdan olingan bo'lib, kuch degan ma'noni anglatadi) xususiyatli deyiladi. Bunda emotsiyalar dadil xatti-harakatlarga, mantiqiy mulohazalarga, nisbiy izlanishlarga kuch quvvat, qanoat bag'ishlaydi. Masalan, xursandchilikdan shaxs "parvoz qiladi", "yulduzni narvonsiz oladi", kimlargadir xolis yordam qilishga shoshadi. Faollik qilib, tinchimaslik uning sifatiga aylanadi. Q.Turg'unov lug'atida stenik hisga quyidagi ta'riflar uchraydi: **stenik hislar** - shaxsning hayot faoliyatini kuch-g'ayratining orttiradigan barcha bilish jarayonlarini faollashtiradigan ijobiy hissiyot turi. Aksariyat hollarda xushxabar, muvaffaqiyat shaxsda stenik xususiyatli emotsiyalarni vujudga keltiradi.

Ba'zi hollarda emotsiyalar o'zining sustligi, motorli, kuchsizligi bilan tavsiflanadi. Bunday hissiy holat **astenik** (yunoncha so'zdan olingan bo'lib, kuchsizlik, zaiflik ma'nosini bildiradi) deb atashadi. Bunday hissiyot insonni bo'shashtiradi, uni xayolga cho'mdiradi, xayolparast qilib qo'yadi. Shu sababdan favqulotda shaxsdagi befoyda emotsional kechinmaga, uyalish, vijdon azobi, andisha esa qo'rqqolikka aylanib qolishi xavfi kuchli.

Psixik jarayonlardan ayniqsa, emotsiya o'zining aniq tashqi ifodasiga ega bo'lishi bilan tavsiflanadi. Emotsional o'zgarishlar organizmning tashqi o'zgarishlarida shu qadar yaqqol ifodalanadiki, biz odamni tashqi ko'rinishiga qarab, unda qanday xususiyatlar yuz berayotganini, uning xursand yoki xafaligini, g'azablanganligini yoxud biror narsadan qo'rqib ketganini va shu kabi his-tuyg'ularning ko'pini aytib bera olamiz. Hissiyotlarning tashqi alomatlari **ifodali harakatlar** deb ataladi.

Emotsiyalarning tashqi ifodasi turli ko'rinishlarda ro'y beradiki, unda asosiy o'rinni ko'rgazmali jihatlar asosiy o'rin egallaydi.

Birinchidan, emotsiyalar nafas olish a'zolarining ishlarida o'zgarish yasaydi. Masalan, yoqimli his-tuyg'ular ishga tushganda nafas olishning tezligi va ampitudasi ortadi, yoqimsiz his-tuyg'ular ustun kelganda kamayadi, qo'zg'algan vaqtida nafas harakatlari tezlashadi hamda chuqurlashadi, zo'r berish vaqtida-sekinlashadi va yuzakilashadi, hayajon vaqtida tezlashadi, hamda kuchsizlashadi, kutilmagan holatda, hayron qolishda zudlik bilan tezlashadi, qo'rquvda sekinlashadi va hokazolar.

Turli emotsional holatlarda nafas olishning o'zgarishi

a) xursandlikda nafas olish bir minutiga 17 marta;

b) faol xafalikda 9 marta;

v) qo'rqishda 64 marta;

d) jahl chiqqanda 40 marta.

Ikkinchidan, emotsiya imo - ishoralarda, mimikada, ya'ni kishining yuzida bo'ladigan harakatlarda hamda butun badanning ma'nodor harakatlarida ko'rinadi.

Uchinchidan, gumoral harakatlardagi, ya'ni organizmning qon tarkibidagi va boshqa suyuqliklardagi kimyoviy o'zgarishlarni va shuning bilan birga modda almashishida bo'ladigan yanada chuqur o'zgarishlarni o'z tarkibiga oladi.

Demak, emotsiyalarning tashqi ifodasiga mimika, imo-ishora, aft-bashara va qad-qomatning o'zgarishlari, ayrim tashqi sekresiya bezlarining faoliyati yosh, so'lak, ter ajralishi hamda ayrim harakatlarning xususiyatlaridagi o'zgarishlar, ya'ni ularning tezligi, kuchi, koordinasiyasi va hokazolar kiradi.

Emotsiyalarning eng aniq va yaqqol ko'rinishlaridan biri kulgi bilan yig'idir.

L.N.Tolstoy o'z asarlarida odamning ruhiy holatini ifodalovchi nigohlarning 85 xilini va kulishning 97 xilini tasvir etgan. "Har xil sabab bilan yig'lagan paytda odamning boshi va og'zi har xil qiyofada o'zgaradi" - degan edi. Leonardo da-Vinchi.

Rus psixologi **P.M.Yakobson** tomonidan ishlangan rasmlardan ko'rinib turibdiki, odamning aftidagi qiyofa asosan lablar, qosh va ko'z o'zgarishlarining bir-biriga nisbatan

turlicha holatga, shuningdek, ko'zning qanchalik chaq nab turishiga bog'liqdir. Ko'zning qanchalik chaqnashi ko'z yoshining miqdori, ko'z shilliq pardasidagi tomirlarning kattalashuvi bilan belgilanadi. Maskaning tagida ko'rinib turgan ko'z o'zining ifodasini yo'qotgan bo'ladi. Ko'z, lab, qovoq, qoshning har xil holati, xatto odam chehrasini ham turli qiyofaga kiritadi.

Odam hissiyotlarini bildirishning eng nozigi va eng kuchlisi san'at, xususan, muzika bilan lirik she'rlardir, ularni tom ma'noda hissiyotning tili deyish mumkin.

Odam o'zini va gavda harakatlarini, shuningdek tovushni ataylab chiroyli qilib ko'rsatishi mumkin. U garchi "muayyan hissiyotlarni o'zi kechirmayotgan bo'lsa ham o'sha hissiyotlarni ifodalaydigan harakatlar qila oladi.

Har bir kishi ham o'z hissiyotlarining tashqi ifodalarini ma'lum darajada o'zgartirishi mumkin. Odamlarni kundalik muomalalarida badanning xilma-xil ifodali xarakatlari, imo-ishoralar xususan, ko'z bilan qilinadigan imo-ishoralar, tovushning ohangi, g'amginligi muhim ahamiyatga ega. Shunchaki bir xo'mrayish, salgina jilmayib kulish, yelka qisish kabi ifodali harakatlar kishining maqsadini anglatadi.

Kayfiyat tushunchasiga psixologik manbalarda turli nuqtai nazardan yondashilgan taqdirda ham mazmunan ular bir xillikni anglatadi. Jumladan Q.Turg'unov lug'atida shaxsning kuchsiz yoki o'rtacha kuchga ega bo'lgan nisbatan barqaror umumiy emotsional holati, A.V.Petrovskiyning "Umumiy psixologiya" darsligida kayfiyatlar ancha vaqt davomida kishining butun xatti-harakatiga tus berib turadigan umumiy hissiy holatini ifoda etadi, deb ta'kidlanadi. Professor E.G.G'oziyev fikricha, **kayfiyat** shaxsning ruhiy jarayonlariga muayyan vaqt davomida tus berib turuvchi emotsional holatdir. Kayfiyat, ya'ni odamning xursand yoki g'amgin kayfiyati hech vaqt sababsiz maydonga kelmaydi. Odam bajarayotgan biror ishning mavaffaqiyatli tugashi yoki imtihondan yaxshi o'tish- yaxshi tetik kayfiyatni yuzaga

keltiradi. Qilayotgan ishingizni oldinga yurmasligi yoki ishga berilgan yomon baho odamda ma'yuslik, kuchiga ishonmaslik kayfiyatini tug'diradi.

Kayfiyatning xush yoki noxush bo'lishi, birinchi navbatda odamning sihat-salomatligi bilan ham bog'liqdir. Masalan, ichimiz qattiq og'rib turgan vaqtda kayfiyat choq bo'lmaydi.

Odatda odamda kayfiyatning u yoki bu turi, ya'ni xushchaqchaqlik xursandlik yoki g'amginlik, ma'yuslik, tushkunlik ustun bo'lishi mumkin. Ana shunga qarab odamlar xushchaqchaq, g'amgin, sertashvish deb turli guruhlariga bo'linadilar. Lekin shuni aytish kerakki, odam o'z kayfiyatining quli bo'lib, qolmay, uni boshqara bilishi kerak. O'z kayfiyatini idora qila biladigan odamlarning har doim ruhi tetik, kayfiyati chog' va ishida unum bo'ladi. Kayfiyatni idora qila olmaydigan odamlar bilan yashash juda qiyin bo'ladi. Bunday odamlar arzimagan narsadan kayfiyatini buzib, to'msayib yuradigan yoki arazlab yotadigan odamlar bo'ladi. Bunday odamlarni odatda "sirkasi suv ko'tarmaydigan" yoki "jahli burnini uchida turadigan" odamlar deyishadi. Agar odam har doim o'ylab, aql bilan ish tutsa, kayfiyatini bo'lgan bo'imagan narsalarga buzavermaydi.

Inson kayfiyatini paydo bo'lishiga va o'zgarishiga ta'sir qiluvchi quyidagi ikkita omillarni tahlil qilish lozim: Ulardan bittasi obyektiv va subyektiv xususiyatli vaziyatdir: a) tabiiy omillarga taalluqli bo'lgan vaziyat (havoning sovuqligi yoki issiqligi); b) shaxslararo munosabatning noqulayligi va boshqalar. Ikkinchisini bir manba sifatida talqin qilish mumkin, bu-subyektiv, shart-sharoitlardir. Masalan, mehnat va o'qish faoliyatiga kerakli vositalarning mavjudligi. Ichkikkinchi subyektiv munosabatlar, iliq psixologik muhit, muloqatmandlik maromi, rag'batlantirish, muloqot o'rnatish uslubi, shaxsiyatiga tegmaslik, teng huquqlilik, shaxsning psixologik xususiyatlarini hisobga olish va hokozo.

Affekt tushunchasiga berilgan ta'riflarga asosiy e'tiborni qaratadigan bo'lsak bu ham shaxsning kuchli emotsional

holatlari bilan bog'liqdir. Q.Turg'unovning lug'atida aytilishicha, affekt tez va kuchli paydo bo'lib, shiddat bilan o'tadigan qisqa muddatli emotsional holatdir. A.V.Petrovskiyning "Umumiy psixologiya" darsligida affekt haddan ziyod tez kechishi bilan miyada paydo bo'luvchi, shaxsni tez qamrab oluvchi, jiddiy o'zgarishlarni yuzaga keltiruvchi jarayonlar ustidan irodaviy nazorat buzilishiga yetaklovchi organizm a'zolari funksiyasini izdan chiqaruvchi emotsional jarayonlarga aytiladi. M.Vohidov darsligida affekt to'satdan tez paydo bo'lib, tez orada o'tib ketadigan nihoyatda kuchli hissiy holat sifatida e'tirof etiladi.

Affekt lotincha so'z bo'lib, ruhiy hayajon ehtiros degan ma'noni anglatadi. Affektlar ko'pincha to'satdan paydo bo'ladi va ba'zan bir necha minut davom etadi. Affekt holatida kishini ongini tasavvur qilish, fikr qilish qobiliyati torayadi, susayib qoladi. Affektlar vaqtida odamning harakatlari kutilmagan tarzda portlash singari birdaniga boshlanib ketadi. Ba'zan affektlar tormozlanish holati tarzida namoyon bo'ladi va bunday holatda organizm bo'shashib, harakatsiz bo'lib va shalvirab qoladi. Bunday holat ko'pincha odam birdaniga qo'rqqanida, to'satdan quvonganida va shu kabi holatlarda o'zini yo'qotib qo'yish ko'rinishida namoyon bo'ladi.

Affekt holatini boshlanishida shaxs insoniy qadriyatlarining barchasidan uzoqlashib, o'z hissiyotining oqibati to'g'risida ham o'ylamaydi, hatto tana o'zgarishlari, ifodali harakatlar bilinmay boradi. Kuchli zo'riqish oqibatida mayda kuchsiz harakatlar barham topadi. Tormozlanish miya yarim sharlari po'stini to'liq egallay boshlaydi, qo'zg'alish po'stloq osti nerv tugunlaridan oraliq miyada avj oladi, xolos. Buning natijasida shaxs hissiy kechinmasiga (dahshat, g'azab, nafratlanish, umidsizlik va hokazolar) nisbatan o'zida kuchli hohish sezadi.

Ma'lumotlarning ko'rsatishicha ko'pincha hissiyotlar affektiv shaklda o'tishi tajribalarda sinab ko'rilgan. Jumladan: 1) teatr tomoshabinlarida; 2) tantana nashidasini surayotgan

olomonlarda; 3) es-xushini yo'qotgan telbasimon odamlarda; 4) ilmiy kashfiyot laxzasida; 5) tasodifiy qizg'in uchrashuvlarda, jo'shqin shodliklarda mujassamlashadi.

Affektlar vujudga kelishining dastlabki bosqichida har bir shaxs o'zini tushunish, o'zini qo'lga olish, uddalash qurbiga ega bo'ladi. Ularning keyingi bosqichlarida irodaviy nazorat yo'qotiladi, irodasiz harakatlar amalga oshiriladi, o'ylamasdan xatti-harakat qilinadi. Affektiv holatlar ma'suliyatsizlik, axloqsizlik, mastlik alomatida sodir bo'ladi, lekin shaxs har bir harakati uchun javobgardir, chunki u aql-zakovatli insondir. Affektlar o'tib bo'lgandan keyin shaxsning ruhiyatida osoyishtalik, charchash holati hukm suradi. Ba'zi hollarda holsizlanish, barcha narsalarga loqayd munosabat, harakatsizlik, faollikning barham topishi, hatto uyquga moyillik yuzaga keladi. Shuni ham unutmaslik kerakki, affektiv qo'zg'alish muayyan davrgacha davom etishi, ba'zan o'qtin-o'qtin kuchayishi yoki susayishi sodir bo'lib turishi mumkin.

Stress tushunchasining mazmuni mohiyati borasida qator ta'riflar uchraydi. Jumladan, A.V.Petrovskiy tomonidan stress-ffektiv holatga yaqin turadigan, lekin boshdan kechirilishining davomiyligiga ko'ra kayfiyatlarga yaqin bo'lgan his-tuyg'ularni boshdan kechirilishining alohida shaklidir, deb ta'rif beriladi. Profssor E.G'oziyevning umumiy psixologiya kitobida yozilishicha, stress-og'ir jismoniy va murakkab aqliy yuklamalar ishlarning me'yoridan oshib, ketib xavfli vaziyatlar tug'ilganida, zaruriy chora-tadbirlarni zudlik bilan topishga intilganda vujudga keladigan hissiy zo'rig'ishlar sifatida ko'rsatiladi.

Stress - inson organizmini haddan tashqari zo'riqish natijasida paydo bo'ladigan tanglik jarayonidir.

Stress ko'rinishiga qarab ikki turga ajratiladi:

1. **Konstruktiv** - biz turidagi (ko'pchilik orasida);
2. **Destruktiv** - men turidagi (yakka shaxs o'zi bilan) kechadigan jarayon.

Stress holatini oddiy tilda aytadigan bo'lsak, bu insonlarda kechadigan tushkunlik holatidir. Insonning aqliy jihatlari va fiziologik tizimida stress holati bo'lmasligi mumkin emas. Bular ko'p hollarda muloqotlarda va boshqa ijtimoiy jarayonlarda yuz beradi. Stressni fiziologik va psixologik turlari mavjud. **Fiziologik stress** - bu o'ta jismoniy zo'riqish, biror og'riq, qo'rquv, kasalliklar natijasida vujudga keladi.

Fiziologik stress organizm o'ta zo'riqishi, temperaturaning baland yoki past bo'lishi, nafas olishning qiyinlashishi bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, ba'zida odam organizmida qattiq og'riq bo'lganda, og'riq nimadan kelib chiqqanligini tushunib yeta olmaslik oqibatida odamda qo'rquv, xavotirlanish paydo bo'ladi va stress holatiga olib keladi.

Psixologik stress-odamning ruhiy holatiga voqealarni ta'siri tufayli paydo bo'ladigan stress.

Psixologik stress informasion stress va emotsional stress turlariga ajraladi.

Informasion stress axborotlarni haddan tashqari ko'p qabul qilish vazifalarni bajarishda bir qancha yechimlar bo'lsa-da, aniq ulardan qaysi birini tanlash yuqori darajadagi shiddat bilan qaror qabul qilishdagi ikkilanishi natijasida kelib chiqishi mumkin. Axborotlarni haddan tashqari ko'p qabul qilish oqibatida odam psixikasi zo'riqadi (charchaydi) va buyrak usti bezlaridan stressli garmonlar ko'p ishlab chiqara boshlaydi. Haddan tashqari zo'riqish natijasida miyada tormozlanish yuz beradi va oqibatda tanglikka olib kelgan axborotgina miyada aks etaveradi. Miya boshqa axborotlarni tashqi ta'sirni qabul qila olmay qoladi. Bu ba'zi hollarda salbiy yomon oqibatlarga olib kelishi mumkin. Miyada stressga olib kelgan axborot tormozlanib, saqlanib qolganda tanglik holatining yuqori nuqtasiga chiqqanda tanglik holatidan chiqib ketolmay o'z joniga qasd qilishgacha olib kelishi mumkin.

Emotsional stress-ta'qiq qilish, falokat, hayotiy o'zgarishlar (oilaviy mojarolar, to'satdan ishdan bo'shatish

yaqin kishisini yo'qotish, uzoq muddatli sevgidan qutila olmaslik sababli, xavf ostida qolganda, atrofdagilar tomonidan noto'g'ri munosabat qilinganda va hokazolarda) ko'rinadi.

Olimlar o'tkazgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, falokat, hayotiy o'zgarishlar, kundalik tashvishlar ko'proq stresslar hisoblanadi.

Falokat - bu notinchlik, urush, yer qimirlash, suv toshqinlari, avtohalokatlar va hokazo. Bularning hammasi inson ruhiy holatiga juda katta salbiy ta'sir ko'rsatadi. Olimlar shuni ta'kidlashadiki, qattiq yer qimirlashi, suv toshqinlari, yong'in bo'lishi kabi falokatlarning inson ruhiyatiga katta ta'sir ko'rsatishi natijasida xavotirlanish darajasi yuqori bo'lishi kuzatiladi.

Hayotiy o'zgarishlar - bu insonni hayotida yuz beradigan voqea va hodisalardir. Masalan, yaqin kishisining halok bo'lishi, kutilmaganda ish o'rnini yo'qotishi, ajralishlar va hokazo. Agarda inson bir qancha inhirozli vaziyatni boshidan o'tkazsa, qattiq kasallanishi va hattoki o'limga ham olib kelishi mumkin.

Kundalik tashvishlar - bu ish joylarida sodir bo'ladigan qiyinchiliklar, o'qish joylaridagi o'quvchilarning o'quvchilarga, o'qituvchilarning o'qituvchilarga noto'g'ri munosabatda bo'lishlari, imtihonlarni muvaffaqiyatsiz yakunlanishi va hokazolarda namoyon bo'ladi. Kundalik tashvishlar mayda stresslarni kelib chiqishiga sabab bo'lishi mumkin, mayda stresslar to'planib borib inson sog'liqiga ta'sir ko'rsatadi. Jumladan, qon bosimining oshishi, yurak faoliyatining buzilishi va boshqalarda kuzatilishi mumkin. Doimiy yuz berib turadigan kundalik tashvishlar, aqliy, jismoniy, emotsional va ruhiy zo'riqishga olib kelishi mumkin.

Stress ayrim odamlarda yengil kechadi, ayrim odamlarda jiddiyoq, qiyinroq o'tadi. Bunga asosiy sabab quyidagilar deb belgilanadi: uning hosil bo'lishi stressli vaziyatga qay darajada munosabatda bo'lishimizga va bu holatni baholashimizga va u bilan kurashishimizga bog'liqdir. Masalan, optimist odamlar stress holatini taqdirning bir sinovi deb qabul qilsa, pessimist

odamlar uning hayotiga xavf-xatar tug'ildi, deb qabul qilar ekanlar. Pessimistlarda xavotirlanish darajasi yuqori bo'ladi va ular vaqtida ovqatlanmasalar ham stress holatiga tushib qolaveradilar. Psixologlar **Maykl Shayer** va **Marlz Karver** fikricha, optimist inson eng og'ir, qiyin vaziyatda ham yaxshi deb oldinga intiladi, o'z organizmida stress moslashib olishiga yo'l qo'ymaydi.

Umuman olganda stress atamasi XX-asrning 40-yillariga kelib ommaviylashgan. Bunga sabab stress holatini to'g'ri tushunish va undan himoyalaniшни o'rganish, chunki stress turli salbiy munosabatlar natijasida vujudga kelishi mumkin.

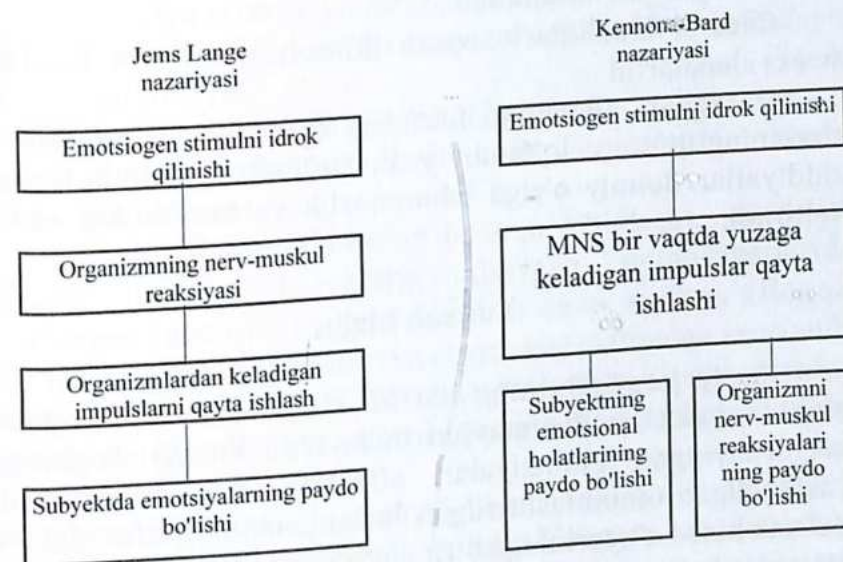
Birinchi bo'lib stress bo'yicha 1932-yili fiziolog **Uolter Kennon** va 1936-yilda vrach Gans Sele chuqurroq tushuncha berishga harakat qilganlar. **U.Kennonning** gomeostaz nazariyasi asosida 1933-yilda "Psixika va tana" asari yaratildi. Bu asarda barcha tashqi sharoit o'zgarishlariga optimal (to'la) moslasha oladigan bir yaxlit organizm haqida yozilgan. Organizmdagi turli o'zgarishlar, ya'ni ochlik, qo'rquv, jahldorlik holatlarini ko'p yillar kuzatib o'rganish natijasida "gomeostoz" ya'ni organizmni ichki holatini davomiyligi nazariyasi yaratildi. Uning fikricha, gomeostoz va tashqi muhit ta'sirida asosiy o'rinni markaziy va vegetativ nerv tizimi egallaydi. Markaziy nerv tizimi tashqi-muhit, bilan vegetativ nerv tizimi esa gomeostoz holatini saqlab turadi. Bundan organizmni "qochishi va kurashishi" uchun energiya ishlab chiqaruvchi simpatoadrenal tizimi muhim rol o'ynaydi.

U.Kennon yana shuni ta'kidlab o'tadiki, organizmni stressga qarshi kurashish yoki qochish vaqtida yurak urishi tezlashadi, qon aylanishi buziladi, ya'ni maqsadga intilish uchun tayyorgarlik ko'rishda organizmda qochish va kurashish kechadi. Bu reaksiyani u organizmni moslashish tizimi deb ataydi.

Kanadalik olim vrach **G.Sel'e** (1936-1976-yillar) o'zini 40 yillik ilmiy izlanishlari bilan U.Kennon nazariyalariga qo'shimchalar kiritib, stress psixologiya va tibbiyotda asosiy

tushunchalarda biri ekinligini aytib o'tgan. G.Sel'e stress har doim ham zararli emas, ba'zan inson organizmiga yordam, ko'mak foyda berishi mumkin. Ayrim hollarda stressga tushib qolganda odam yashash uchun kurashish o'z ehtiyojini qondirish uchun faollashib, o'zi bilmagan zahiradagi energiyasini ishga solishi mumkin degan. U tirik organizmning noqulay tashqi sharoitlariga moslashuvchanlik muammosini o'rganib chiqqan.

Quyida Jems Lange va Kenon-Bard nazariyasining mohiyati keltirilgan.



G.Sel'eni fikricha, shu sabablar muhim va nomuhim stressni keltirib chiqaradi. Bu vaziyatlar bir-biriga bog'liqdir. Bunda 3 bosqich ajratiladi.

- xavotirlik bosqichi;
- moslashish bosqichi;
- o'ta charchash bosqichi.

Xavotirlik bosqichida taloqning kichrayishi, yoq qavatining yo'qolishi, oshqozonda o'tkir yallig'lanishning sodir

bo'lishi, buyrak tepasida likosidlarning kamayishi kuzatiladi. Shu bilan birga teri jarohatini pasayishi, ko'z yoshlanishi, so'lakning ajralishi kuzatiladi. Agarda ta'sir kuchli bo'lsa, bu bosqichda xavotirlik holati boshlanadi.

Moslashish bosqichida buyrak usti bezlari kattalashadi, organlar va to'qimalarning ishlashi sekinlashadi. Agar stressni keltirib chiqaruvchi omil organizmga kuchli ta'sir etsa etmasa shu holat uzoq vaqt saqlanib qoladi. Agar ta'sir kuchli bo'lsa, uchinchi bosqich boshlanadi.

O'ta charchash bosqichi - organizmda kuzatilayotgan yutuqlarga ko'ra bosqich xavotirli bosqichga yaqin. Bunda odatda organizm kasallanadi.

Chet el mualliflari asosan ijtimoiy, psixik va fiziologik stress shakllarini

ajratadilar. Ularning fikricha, **ijtimoiy stress** asosida shaxsning ijtimoiy, iqtisodiy yashash sharoiti yotadi. Ijtimoiy ziddiyatlar doimiy o'ziga ishonmaslik va keskinlikni yuzaga keltiradi.

Yuksak hislar

Hissiy jarayonlarning har xil shakllari normal odamda alohida, yakka holda mavjud bo'lmaydi. Yuzlab va minglab kechirilayotgan emotsiyalar, affektlar, kayfiyatlarda aniq yashaydigan umumlashtirilgan hislar **yuksak hislar** deyiladi. Yuksak hislar o'z tarkibiga birinchi soddaroq ko'rinishdagi turli hislarni oladi.

Inson faoliyatining qaysi bir turi, yoki qaysi bir sohasi, hislarni qaysi birining asosiy ekanligiga qarab, yuksak hislarning muhim turlari: praksik, axloqiy, intellektual, estetik turlari ajratiladi.

Praksik hislar. Inson amaliy hayotining istalgan sohasi maqsadga muvofiq aqliy faoliyatiga, shaxsning ularga nisbatan muayyan munosabatda bo'lish sohasiga aylanib qoladi. Bu birinchi navbatda biror maqsadni anglabgina qolmay, uni

e'tirof etadigan yoki inkor qiladigan maqsadlarga erishish yo'llarini baholaydigan ta'sir qilish usullari va ko'lamlarini ma'qullaydigan va ma'qullamaydigan, ularni to'g'ri tanlanganligiga shubhalanadigan, nihoyat muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizlik hissini kechiradigan mehnat faoliyatida kuzatiladi. Mehnat inson hayotining asosi bo'lib, insonning mehnatga bo'lgan hissiy munosabati yuksak hislar orasida muhim o'rinni egallaydi,

Mehnat faoliyatida shaxs:

1. Biror maqsadni angelaydi.
2. Uni e'tirof qiladi yoki inkor etadi.
3. Maqsadga erishish yullarini baholaydi.
4. Uni tadbiriq etish usullari va qurol vositalarini ma'qullaydi yoki ma'qullamaydi.
5. Ularning tanlanganligiga shubhalanadi.
6. Inson muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizlik hissini kechiradi va hokazo.

Axloqiy hislar odamning boshqa kishilarga, jamoa va o'zining ijtimoiy burchlariga bo'lgan munosabatlarida ifodalanadi. Inson bu hislarni kechirar ekan, ma'lum axloqqa, ya'ni ijtimoiy axloq-qoidalari va normalari majmuiga asoslanib, boshqa kishilarning xatti-harakatlariga yoki ruhiy xususiyatlariga hamda o'zining xatti-harakatlariga baho beradi.

Shaxsning yetakchi axloqiy hislaridan biri bu burch hissidir. Bu his odam yashab va ishlab turgan tor doiradagi jamoa (oilal, maktab, ishlab chiqarish, korxona) manfaatlari nuqtai nazaridan turib, harakat qilish lozimligini anglaganda ham kechiriladi. Odam o'zining ijtimoiy burchlari nimalardan iborat ekanligini bilib va tushunibgina qolmay, balki ularni bajarish zarurligini ichdan his qilib qayg'uradi. Kishilar hayoti va faoliyatida o'zaro yordamlashish, hamjihatlik, intilish va manfaatlar birligiga asoslangan o'rtoqlik munosabatlari yuzaga keladi.

O'rtoqlik munosabatlarining yuksak cho'qqisi do'stlik hissida namoyon bo'ladi. **Do'stlik hissi** o'rtog'iga mehribonlikda uni ko'rish u bilan gaplashish o'z fikr hislari bilan o'rtoqlashishda namoyon bo'ladi. Haqiqiy do'stlik hissi do'stga nisbatan yuksak talabchanlik bilan bog'liqdir. Xato va kamchiliklarni tuzatishga ham yordam berish, do'stlikka yaqin bo'lgan muhim axloqiy his muhabbat hissidir. Muhabbat jamiyatda nikoh va oilaning axloqiy psixologik asosi hisoblanadi.

Agar odamning jamiyatdagi xatti-harakatlari axloq normalariga mutlaqo zid bo'lsa, odam vijdon azobiga uchraydi. Vijdon azobi murakkab hissiy holatdir. Mobodo odam biror axloqsiz harakat qilib, vijdon azobiga uchrasa, undan qutilishi juda qiyin bo'ladi. Chunki vijdon azobiga uchragan odam jamiyat oldida o'zining nohaqligini biladi va o'zini-o'zi so'roq qila boshlaydi. Shuning uchun odam o'zidan-o'zi qochib qutila olmagandek, vijdon azobidan ham hech qachon qochib keta olmaydi.

Ma'lumki, vijdon azobi kishining qalbida chuqur ichki kurash hissini tug'diradi. O'z xatti-harakatida axloq tamoyillariga amal qilmagan, uyati ham vijdoni bo'lmagan kishilarni "vijdonsiz" odamlar deyiladi. Kishi yomon bir ish qilib qo'yganligi bu kishining o'ziga munosib emasligini, anglashi bir tomondan vijdonini qiynaydi, vijdon azobiga soladi, ikkinchi tomondan axloq talablariga xilof ish qilish bilan boshqalardan malomatga qolishni, ularni o'rniga nisbatan salbiy xislat paydo qilishni ham tushunadi.

Masalan, mazkur jarayonga quyidagi misolni keltirib o'tish joiz. AQSH prezidenti R. Trumen 1945-yili 6-avgustda Yaponiyaning Xirosima va Nagasaki shaharlariga atom bombasini tashlashga buyruq bergan edi. Amerikaning birinchi darajali uchuvchisi Mayor Klod Izerli Xirosimaga atom bombasini tashlab 300 000 kishini yostig'ini quritishda ishtirok etdi. Atom bombasi zarbidan o'lgan yosh bolalarni qariyalarni, xotin-qizlarni o'z ko'zi bilan ko'rgan Izerli vataniga qaytganda

"Xirosima qahramoni"ni sifatida uni tantana bilan kutib olishadi.

Izerlini vijdon azobi kundan kunga battarroq qiynay boshladi. U vijdonini tinchitmoq uchun nafaqadan, hamma mukofatlardan voz kechdi, o'ziga berilgan ordenlarni qaytarib bermoqchi bo'ldi. Pul to'plab Xirosimaga yordam yubordi. Ammo vijdon azobi hamon uni ezardi, ta'qib qilardi, kechalari uxloymasdan o'zini o'zi o'ldirishga urinib ko'rardi.

Ammo natija chiqmadi, zora qamasalar, deb jinoyat qildi. Nihoyat Klod Izerli aqldan ozibdi, deb uni jinnixonaga yotqizdilar. **Estetik hislar** ham yuksak ahloqiy hislardan hisoblanadi. **Estetik his** deganda biz go'zallikni idrok qilish, go'zallikdan zavqlanish va go'zallik yaratishga intilishni tushunamiz. Estetik hissiyot hamma odamlarga xos bo'lgan hissiyotdir. Atrofdagi tabiat manzaralari estetik hissiyotlarimizning birinchi manbai hisoblanadi.

Masalan, bahor faslidagi tog' manzaralari yaylovlarda qo'y va qo'zichoqlarning o'tlab yurishlari, baland qorli qoyalarni uzoqlardan mag'rur turishlari odamda estetik lazzatlanish hissini tug'diradi yoki xuddi dengizdek ko'z ilg'amaydigan ko'm-ko'k paxtazorlar uzoqlarda chiroyli bo'lib ko'rinib turgan dala tepaliklari odamda qandaydir ko'tarinki ruh tug'diradi.

Odamlar hayotning turli faktlariga va ularning san'atini aks ettirishiga qandaydir go'zallik yoki xunuklik fojiali yoki kulguli, oliyjanoblik va razillik, nozik yoki dag'al hodisalar sifatida munosabatda bo'ladilar. Bu hislar tegishli baholarda estetik didlarda namoyon bo'ladi va o'ziga xos badiiy lazzatlanish holatida kechiriladi.

Estetik hissiyotlarning manbalari juda ko'p va xilma-xildir. Masalan, tabiat manzaralaridan lazzatlanishdan tashqari tasviriy san'at asarlari, badiiy-adabiy asarlar, muzika va xaykaltaroshlik, arxitektura va me'morchilik ishlari ham odamda estetik hisni tug'diradi. Bundan tashqari odamlarning o'zaro bir-birlari bilan bo'lgan munosabat va muomalalari ham estetik hissiyotlarning manbalari bo'la oladi. Odamning

kiyinishi, uyining tutishi, qanday jihozlanish, boshqalar bilan muomalasi ham estetik hislarimizning manbai bo'la oladi. Masalan, dag'al gaplashadigan kishidan odam nafratlanadi, aksincha muomalali, gapni o'rinli va madaniyatli qilib gapiradigan kishidan odam zavqlanadi. Shunday odamlarga taqlid qilgisi keladi. Umuman odamning estetik hissiyotlari ko'p manbalarga ega bo'lgan murakkab hissiyotlardandir.

Intellektual hissiyotlar ham o'z mohiyati jihatidan ahloqiy hissiyotlarga yaqin bo'lgan hissiyotlardir. Intellektual hissiyotlar odamning bilish jarayoni bilan bog'liq bo'lgan hissiyotlar bo'lib, biror narsadan hayron qolish, hayratda qolish, shubhalanish kabi holatlarda ifodalanadi. Intellektual hissiyotlarga dastavval ajablanishni kiritish mumkin. Ajablanish inson bilish faoliyatining ajralmas tomonidir. Ajablangan va qandaydir tushunib bo'lmaydigan, hayratda qoldiradigan emotsiyalarga berilib qolgan odam o'zining bilish ehtiyojlarini qondirishga intiladi. Haqiqatni izlash shubhalanish hissi bilan bir vaqtda amalga oshirish mumkin. Bu his odam faol bilish faoliyati orqali hosil qilgan g'oya hamda e'tiqodlarni hayotga tadbiq qilish uchun bo'lgan kurashning qiyin daqiqalarida unga madad bo'ladi.

Tayanch iboralar

Ambivalentlik (yunon. Ambi - tevarak, ikki tomondan, lot. valentia - kuch) - bir vaqtda qarama - qarshi hissiyotlarning namoyon bo'lishi (mas., kulgu va qayg'u, xursandlik va kulfat).

Apatiya (yunon. Apatheia - hissiyotsizlik) - kishining tevarak - atrofdagi olamga nisbatan hech qanday qiziqishsiz befarq holati.

Astenik (yunon, astheneia - kuchsizlik, holsizlik) - shaxsning faolligini susaytiruvchi kechinmalar.

Asteniya (yunon. Astheneia - kuchsizlik, holsizlik) - kuchli toliqish va organizmning madorsizligida namoyon bo'ladigan asabiy psixik holsizlanish.

Affekt (lot. Affektus - ruhiy - hayaJon, ehtiros) - kuchli, jo'shqin va nisbatan qisqa muddatli emotsional kechinmalar tariqasida ro'y beradigan psixologik holat.

Kayfiyat - birorta emotsiyaning barqaror kechishi.

Senzitivlik (lot. sensus hissiyot) - turli ta'sirga nisbatan sezgilarning tez va kuchli qo'zg'alishi.

Stenik hislar (yunon. Sthenos kuch) - shaxsning faoliyatini oshiruvchi hislar (mas., xursandchilik va x.k.)

Stress (ing. Stress - zo'riqish) - kuchli qo'zg'ovchilar ta'sirida yuzaga keladigan ruhiy holat.

Emotsiya (nor. emavere - uyg'otish, to'lqinlantirish) - odam yoki hayvonlarning subyektiv ifodalangan ichki yoki tashqi qo'zg'ovchilar ta'siriga javob reaksiyasi.

Hissiyot - odamning yuksak ehtiyojlarini qondirish yoki qondirmaslik qobiliyatining mavjudligi va psixik obraz yarata olish natijasida uning tevarak-atrofidagi olamga bo'lgan munosabatlarining ongda aks ettirilishidan iborat jarayon.

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular

1. Hissiyot haqida tushuncha.
2. His-tuyg'ularning vazifalari.
3. Insoniy emotsiyalar va hayvonlardagi emotsiyalar.
4. Hissiy holatlarning ifodalanishi.
5. Hislarni kechirish shakllari.
6. Yuksak hislar.
7. Hissiyotning o'ziga xosligi.

Test topshiriqlari

1. tashqi olamdagi narsa va hodisalarga nisbatan bo'lgan munosabatlarimizning va bu munosabatlarimizdan hosil bo'ladigan ichki kechinmalarimizning ongimizda aks ettirilishiga aytiladi.

A) kayfiyat

- B) ehtiros
- V) hissiyot
- G) affect
- D) stress

2. Unchalik kuchli bo'lmagan lekin juda uzoq vaqt davom etadigan hissiy holat bu.....

- A) kayfiyat
- B) ehtiros
- V) hissiyot
- G) affekt
- D) stress

3.to'satdan paydo bo'lib tez orada o'tib ketadigan nihoyatda kuchli holatdir.

- A) kayfiyat
- B) ehtiros
- V) hissiyot
- G) affect
- D) stress

4.....uzoq davom etadigan anchagina kuchli hissiy holatdir.

- A) kayfiyat
- B) ehtiros
- V) hissiyot
- G) affekt
- D) stress

5.....bu oddiy psixik holat bo'lib u inson organizmini umumiy holatidan yuzaga keladi va ehtiyojlarni qondirish jarayonida mavjud bo'ladi.

- A) emotsiya
- B) kayfiyat
- V) stress

- G) hissiyot
- D) affect

6. His-tuyg'u psixik holat bo'lib u qanday xususiyatlar bilan belgilanadi?

- A) qoniqish yoki qoniqmaslik holatini mavjud bo'lishi
- B) ijobiy va salbiy hislar
- V) nerv keskinligini yuzaga kelishi va keskinlikni yumshatish
- G) barcha javoblar to'g'ri
- D) to'g'ri javob berilmagan

7. Emotsional holatlarning xususiyatlari qaysi qatorda to'g'ri ko'rsatilgan?

- A) shaxsni obyektga ijobiy munosabati
- B) salbiy munosabati
- V) ikkilamchi munosabat
- G) barcha javoblar to'g'ri
- D) to'g'ri javob berilmagan

8. His-tuyg'uni yuzaga keltiruvchi sabab bu.....

- A) faollik
- B) qo'zg'atuvchi kuch
- V) kuchli ta'sirot
- G) stimul
- D) motivasion doira

9. Faolligiga ko'ra hislar qanday turlarga ajratiladi?

- A) kuchli va kuchsiz, ijobiy va salbiy
- B) mimika va pantomimika
- V) apatiya va ekspressiya
- G) astenik va stenik
- D) salbiy va ijobiy

10. Inson faolligini oshiruvchi uni umumiy energiyasiga asos soluvchi hislar bu.....

- A) astenik
- B) apatiya
- V) stenik
- G) ekspressiya
- D) mimika

11. Shaxsdagi faollikni ortga qaytaruvchi hislar bu.....

- A) astenik
- B) apatiya
- V) stenik
- G) ekspressiya
- D) mimika

12. Shaxsdagi befarqlik, beparvolik holati bu.....

- A) astenik
- B) apatiya
- V) stenik
- G) ekspressiya
- D) mimika

13. hislarning spesifik namoyon bo'lishi bo'lib, u ovozdan mimika pantomimika yig'i, kulguda namoyon bo'ladi.

- A) astenik
- B) apatiya
- V) stenik
- G) eksperssiya
- D) mimika

14. insonni yuz tuzilishida ifodalanishi bo'lib bunda idrok etilayotgan narsaga nisbatan munosabat aks etadi.

- A) astenik
- B) stenik
- V) mimika
- G) pantomimika
- D) eksperssiya

15. emotsional holat bo'lib, u biror bir maqsadiga intilganda yuzaga keladi.

- A) ko'tarinkilik
- B) astenik
- V) stenik
- G) pantomimika
- D) eksperssiya

16. Munozarada asabiylashib affektiv holatga tushgan kishini tilini og'iz bo'shliqida 10 marotaba aylantirishini tavsiya etadi. Mazkur fikr qaysi olim tomonidan ilgari surilgan?

- A) L. N. Tolstoy
- B) I. M. Sechenov
- V) I. S. Turgenov
- G) I. P. Pavlov
- D) G. Sele

17. ular jamiyat axloq normalariga bo'ysunishi yoki bo'ysunmaslik bilan namoyon bo'ladi.

- A) axloqiy hislar
- B) intellektual hislar
- V) praksik hislar
- G) estetik hislar
- D) to'g'ri javob berilmagan

18. inson tomonidan bilish faoliyati jarayonini his etish holatidir.

- A) axloqiy hislar

- B) intellektual hislar
- V) praksik hislar
- G) estetik hislar
- D) to'g'ri javob berilmagan

19. Vatanparvarlik, milliy g'urur, tilga hurmat, milliy qadriyatlarga hurmat kabilar qaysi hislar tarkibiga kiradi?

- A) axloqiy hislar
- B) intellektual hislar
- V) praksik hislar
- G) estetik hislar
- D) to'g'ri javob berilmagan

20. G'ayrat, qiziqish, quvonch, g'urur, yangilikka intilish kabi hislar qanday hislar tarkibiga kiradi?

- A) axloqiy hislar
- B) intellektual hislar
- V) praksik hislar
- G) estetik hislar
- D) to'g'ri javoblar berilmagan

21. ijobiy hislar bo'lib, go'zal predmetlar ular orasidagi munosabatni aks etish bilan ifodalanadi.

- A) axloqiy hislar
- B) intellektual hislar
- V) estetik hislar
- G) praksik xislar
- D) to'g'ri javob berilmagan

22. faoliyat natijasida yuzaga kelib ish jarayonida o'zgaradi ishni muvaffaqiyati qiyinchilikni tugallanganligiga bog'liq bo'ladi.

- A) axloqiy hislar
- B) intellektual hislar
- V) estetik hislar

- G) praksik hislar
- D) to'g'ri javob berilmagan

23. Emotsiya oraliq jarayonlari subyektiv aks etish bo'lib, u ixtiyoriy harakatga qodir va organizmda yuzaga keladi deb ta'kidlaydi Mazkur nazariyaning muallifi qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) A. N. Luk
- B) Djeys-Lange
- V) Kenon-Bard
- G) Yorks- Dodason
- D) I. P. Pavlov

24. "Biz yig'laganimiz uchun xafa bo'lmaymiz, qaltiraganimiz uchun qo'rg'amiz, kulganimiz uchun xursand bo'lamiz" mazkur fikr asoschisi qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) A. N. Luk
- B) Djeys-Lange
- V) Kenon-Bard
- G) Yorks- Dodason
- D) I. P. Pavlov

25. Emotsiya signallarini qayta tiklash va uni organizmda aks etishidir, mazkur nazariya muallifi qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) A. N. Luk
- B) Djeys-Lange
- V) Kenon-Bard
- G) Yorks- Dodason
- D) I. P. Pavlov

26. Emotsional qo'zg'atuvchanlik bilan insonni ijobiy faoliyati orasida egri chiziqli qo'ng'iroqsimon bog'liqlik

mavjud. Mazkur nazariya muallifi qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) A. N. Luk
- B) Djeys-Lange
- V) Kenon-Bard
- G) Yorks-Dodason
- D) I. P. Pavlov

27. Steress tushunchasini fanga kiritgan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) A. N. Luk
- B) Djeys-Lange
- V) Kenon-Bard
- G) Yorks-Dodason
- D) Gan Sele

28. Steress so'zining lug'aviy ma'nosi qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) jiddiylik, keskinlik, zo'riqish
- B) kuchli hissiy zo'riqish
- V) shiddatli jo'shqin
- G) o'xshashlik
- D) belgi, alomat, tuzilma

29. Bir vaqtda qarama-qarshi hissiyotlarning namoyon bo'lishi bu.....

- A) emotsiya
- B) hissiyot
- V) apatiya
- G) ekspressiya
- D) ambivalentlik

30. Hissiyotning nerv-fizialogik asosi qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) bosh miya po'sti qismining faoliyati

- B) vegetativ nerv tizimi bilan
- V) ko'rish tepaligi
- G) dinamik streotip
- D) javoblarning barchasi to'g'ri

Nazorat savollari

1. Hissiyot tushunchasining mazmunini izohlang.
2. His-tuyg'ularning vazifalari nimalarda ko'rinadi?
3. Hissiy holatlarning fiziologik asoslarini nima tashkil qiladi?
4. Insoniy emotsiyalar va hayvonlardagi emotsiyalar o'rtasidagi farqni izohlang.
5. Hissiy holatlarning ifodalanishini qanday izohlaysiz?
6. Hislarni kechirish shakllarini qanday baholaysiz?

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan adabiyotlar

1. Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии. — М.: «Просвещение», 1986.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учебное пособие для вузов. — М.: ЧеРо, 1997.
3. Davletshin M. G. Umumiy psixologiya. — T.: 2002.
4. Джемс В. Психология. — М.: 1991.
5. Изард К. Э. Психология эмоций. — СПб.: Питер, 1999.
6. Karimova V. M. Psixologiya. — T.: 2002.
7. Маклаков А. Г. Общая психология. — М.; "Питер", 2003.
8. Немов Р. С. Психология 1-китоб. — М.: 1999.
9. Общая психология: Курс лекций/ Сост. Е. И. Рогов. — М.: Владос, 1995.
10. Psixologiya qisqacha izohli lug'at. — T.: 1998.
11. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: Питер, 1999.

12. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии.-СПб.: «Питер», 1999.

13. Симонов П. В. Мотивированный мозг: Высшая нервная деятельность и естественно научные основы общей психологии / Отв. ред. В. С. Русинов. — М.: Наука, 1987.

14. Turg'unov Q. Psixologiya terminlarining ruscha-o'zbekcha izohli lug'ati. — T.: «O'qituvchi» nashriyoti, 1975.

15. Umumiy psixologiya (A.V.Petrovskiy tahriri ostida). — T.: «O'qituvchi», 1992.

16. Xaydarov F.I., Jo'rayev N.S. Stress yoki ruhiy muvozanatni saqlash osonmi?. — T.: 2003.

17. G'oziyev E. G'. Umumiy psixologiya 1-2 kitob. — T.: 2002.

IRODA

Iroda haqida tushuncha

Ma'lumki, insonning ehtiyojlari ijtimoiy tuzum shakllari taraqqiyotiga qarab o'zgaradi. Shu bois o'z ehtiyojlarini qondirish uchun inson harakat qiladi. Shaxs o'z harakatlari yordami bilan muhitga moslashadi va undan o'z ehtiyojlari uchun foydalanadi. Lekin shu bilan birga odam muhitni o'z ehtiyojlariga muvofiqlashtirib o'zgartiradi, qayta quradi va o'ziga moslashtiradi.

Odamning shaxs sifatidagi faollik xususiyati shundan iboratki, o'z ehtiyojlarini qondirishga yordam beradigan harakatlari instinktiv harakatlar emas, balki asosan oqilona, ongli harakatlardir. Bu onglilik shundan iboratki, odam oldindan biron-bir maqsadni ko'zlab harakat qiladi, shu maqsadga yetishish uchun yordam bera oladigan vositali yo'l va usullarni oldindan qidirib topadi, to'sqinlik va qiyinchiliklarni yengish uchun ongli ravishda kuch-g'ayratini ishlata oladi.

Odam faqat o'ziga xos madaniy-ijtimoiy ehtiyojlarini qondirishdagina emas, balki, tabiiy-biologik ehtiyojlarini qondirishda ham ongli va oqilona ravishda ish tutadi.

Odam tevarak - atrofdagi narsalarni o'zgartirib o'ziga moslashtirar ekan, yangilik yaratadi, ijod qiladi, shu yangilikni tevarak-atrofdagi voqelikka qo'shadi, voqelikni o'zgartiradi va to'ldiradi. Umuman odam har doim harakat qilmasdan tura olmaydi. Ana shu jihatdan olganda odamning barcha harakatlarini ikki turkumga bo'lish mumkin. Ulardan *birinchisi* ixtiyorsiz harakatlar bo'lsa, *ikkinchisi* ixtiyoriy harakatlardir.

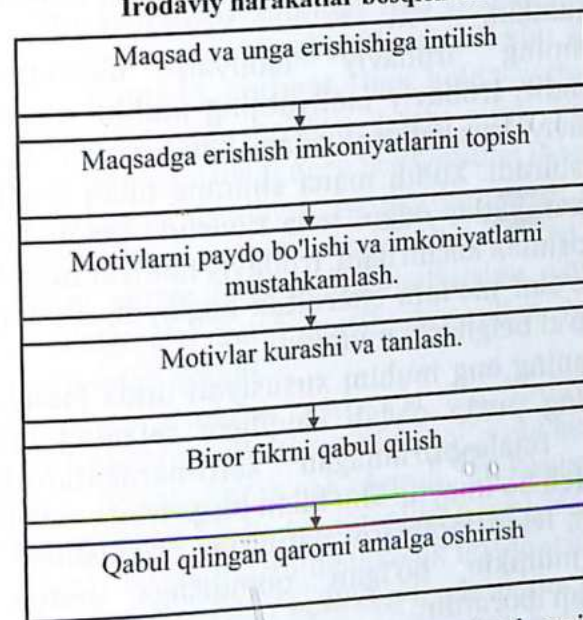
Odamning ixtiyorsiz harakatlari qat'iy bir maqsadsiz, ko'pincha impul'siv tarzda, ya'ni reflektor tarzda yuzaga keladi. Masalan, yo'talish, aks urish, ko'z qovoqini ochib yumilishi va shu kabilar. Bu harakatlarni odam oldindan o'ylab rejalashtirmaydi. Ixtiyorsiz harakatlar har qanday sharoitda

yuz berishi mumkin. Ixtiyorsiz harakatlar ba'zan, odamning aqliy faoliyatlari bilan ham bog'liq bo'ladi. Chunonchi, ixtiyorsiz idrok, ixtiyorsiz diqqat, ixtiyorsiz esda olib qolish, ixtiyorsiz esga tushirish holatlari ham bo'ladi. Bunday hollarda odamning ixtiyorsiz harakatlari idrok qilinayotgan narsaning boshqa narsalardan keskin farq qilishi yoki odamning qiziqishlari, ehtiyojlari bilan bevosita bog'liq bo'ladi.

Ixtiyoriy harakatlar iroda bilan bog'liq bo'lgan harakatlardir. Ixtiyoriy harakatlar oldindan belgilangan maqsad asosida to'la ongli ravishda amalga oshiriladigan harakatlardir. Lekin ixtiyoriy harakat deganda, faqat jismoniy harakatlar emas, balki, aqliy harakatlar ham tushuniladi. Shunday qilib, iroda tushunchasiga nisbatan adabiyotlarda **turlicha ta'riflar** uchraydi. Jumladan, A.V.Petrovskiy darsligida **iroda** - bu kishining o'z oldiga qo'ygan maqsadlariga erishishda qiyinchiliklarni yengib o'tishga qaratilgan faoliyati va xulq-atvorini ongli ravishda tashkil qilishi va o'z-o'zini boshqarishi demakdir, deb ta'riflanadi.

Q.Turg'unov muallifligidagi lug'atda ta'riflanishicha, **iroda** - shaxsning ongli harakatlarida, o'z-o'zini bilishida ifodalanadigan, ayniqsa maqsadga erishish yo'lida uchraydigan jismoniy va ruhiy qiyinchiliklarni yengib chiqishda namoyon bo'ladigan ixtiyoriy faolligidir. M.Vohidov fikricha, **iroda** deganda biz oldindan belgilagan, qat'iy bir maqsad asosida amalga oshiriladigan va ayrim qiyinchiliklarni, to'siqlarni yengish bilan bog'liq bo'lgan harakatlarni tushunamiz. Professor E.G.G'oziyevning "Umumiy psixologiya" darsligida **iroda**-bu tashqi va ichki qiyinchiliklarni yengishni talab qiladigan qiliqlarni va harakatlarni inson tomonidan ongli boshqarilishidir, deb keltiriladi. Umuman olganda iroda shaxs faolligining ko'rinishi hisoblanadi. Shu bois uning yuzaga kelishi bir qator harakatlarni amalga oshirilishi bilan izohlanadi.

Irodaviy harakatlar bosqichlari



Irodaviy harakatlarda har doim maqsad aniq bo'ladi. Odam o'z oldiga qo'ygan maqsadidan kelib chiqadigan natijalarni ham oldindan tasavvur eta oladi. Ana shuning uchun har qanday qiyinchiliklarni yengib bo'lsa ham maqsadini amalga oshirishga intila boradi. Masalan, odam biror imorat solayotgan paytda oxirgi natija qanday bo'lib chiqishini juda yaxshi tasavvur etadi va shuning uchun qanday qiyinchiliklar bo'lsa ham yengib ishni davom ettira beradi. Yoki talaba universitetning birinchi kursiga kirganda qanday mutaxassis bo'lib chiqishini yaxshi biladi va shuning uchun barcha qiyinchiliklarga chidab o'qishni davom ettira beradi.

Umumiy irodaviy faoliyatni yoki alohida akti amalga oshirishning muhim xususiyatlaridan biri amalga oshirilayotgan harakatlarning erkin ekanligini anglashdan iboratdir.

Odamning irodaviy harakati to'la-to'kis determinizmga, ya'ni sababiy bog'lanish qonuniga bo'ysunadi. Shu bilan birga irodaviy faoliyatning bevosita sabablari sharoitida irodaviy

harakatlarni belgilab beradigan turli-tuman hayotiy sharoitlar bo'lishi mumkin.

Odamning irodaviy faoliyati obyektiv jihatdan bog'langandir. Irodaviy faoliyatning muhim xususiyatlaridan biri, irodaviy harakatlarni odam hamma vaqt shaxs sifatida amalga oshiradi. Xuddi mana shuning bilan bog'liq ravishda irodaviy xarakterlar odam to'la ravishda javob beradigan ish sifatida boshdan kechiriladi. Irodaviy faoliyat tufayli shaxs ko'p jihatdan o'zini ma'lum sharoitda anglaydi, o'z hayot yo'li va taqdirini o'zi belgilashi mumkin.

Irodaning eng muhim xususiyati unda faoliyatni amalga oshirishning puxta o'ylab chiqilgan rejaning mavjudligidir. Avvaldan rejalashtirilmagan xatti-harakatlarni **irodaviy harakat** deb bo'lmaydi. Shu bilan birga iroda avvaldan mavjud bo'lmagan, lekin faoliyatni natijasiga erishishdan so'ng hosil bo'lishi mumkin bo'lgan qoniqishga butun e'tiborini qaratishdan iboratdir.

Ko'p hollarda iroda vaziyat yoki qiyinchilik ustidan g'alaba qozonish emas, balki o'z-o'zini engish hamdir. Bu ayniqsa, muvozanatsiz, hissiy, qo'zg'aluvchan, sust kishilarga xos bo'lib, o'zlarining tabiiy xarakterologik xususiyatlari bilan kurashishga to'g'ri keladi.

Hech bir muammo irodaning ishtirokisiz hal etilmaydi. Inson kuchli irodasiz katta muvaffaqiyatga erisha olmaydi. Odamzod boshqa tirik mavjudotlardan o'zining ongi va aqli bilangina emas, balki irodasining mavjudligi bilan ham ajralib turadi.

Irodaning nerv-fiziologik asoslari

Irodaviy ya'ni ixtiyoriy harakatlarning nerv - fiziologik asosida bosh miya katta yarim sharlari po'stlog'ining shartli reflekslar hosil qilishdan iborat bo'lgan murakkab faoliyati yotadi. Irodaviy harakatlar har doim to'la ongli harakatlar bo'lgani uchun bosh miya po'stlog'ida yuzaga keladigan

optimal qo'zg'alish manbalari bilan ham bog'liq bo'ladi. Bu haqda akademik I.P.Pavlov shunday deb yozgan edi: "Mening tasavvurimcha, ong ayni shu chog'da xuddi shu sharoitning o'zida ma'lum darajada optimal (har holda o'rtacha bo'lsa kerak) qo'zg'alishga ega bo'lgan bosh miya katta yarim sharlarining ayrim joylaridagi nerv faoliyatidan iborat".

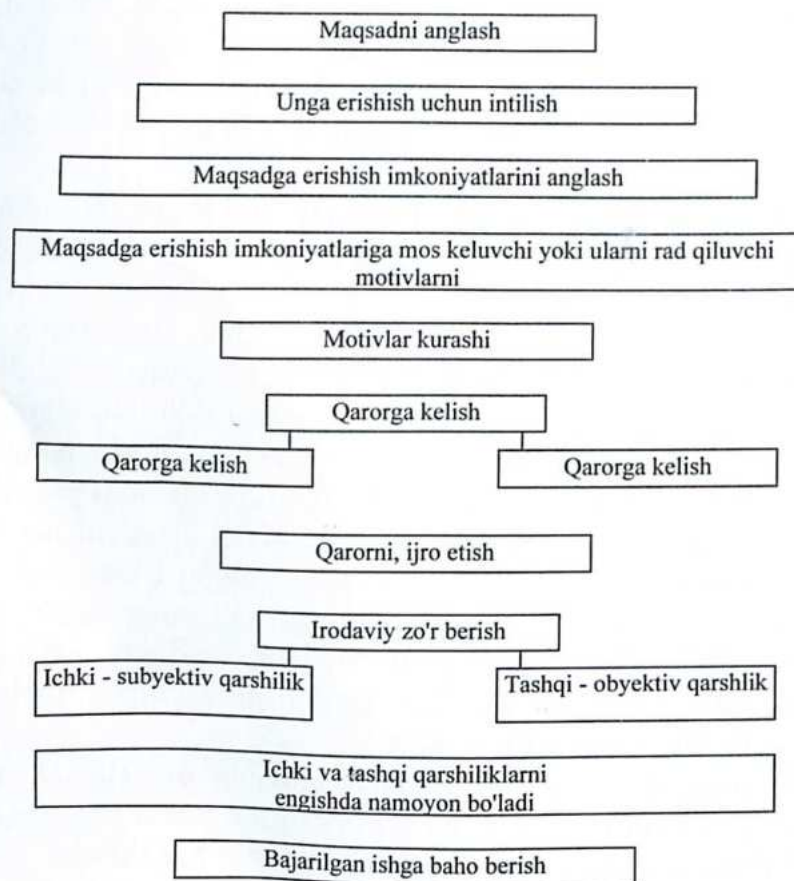
Bundan tashqari irodaviy harakatlar ongli harakatlar sifatida ikkinchi signallar tizimining faoliyati bilan bog'liqdir. Ma'lumki, odam ayrim nojo'ya harakatlardan o'zini so'zlari orqali (ya'ni o'ziga-o'zi pand- nasihatlar qilish yoki tarbiya berish orqali) ushlab qoladi.

Shuning uchun irodaviy, ixtiyoriy harakatlarni amalga oshirishda ikkinchi signallar tizimining roli juda kattadir. Ana shu sababdan bo'lsa kerak akademik I.P.Pavlov ikkinchi signallar tizimiga baho berib, bu signallar tizimi insonlar xulq-atvori va ixtiyoriy harakatlarining yuksak boshqaruvchisidir" - degan edi. Shuni ham aytish kerakki, iroda ikkinchi signallar tizimi birinchi signallar tizimiga asoslangan holda ishlaydi. Agar ikkinchi signallar tizimi o'z faoliyatida birinchi signallar tizimiga asoslanmasa, odamning aks ettirish jarayoni ma'lum bir tizimli, ma'noli bo'lmaydi. Ikkinchi signallar tizimi birinchi signallar tizimiga asoslanishi bilan birga uning faoliyatini boshqarib, nazorat qilib turadi. Demak, irodaviy, ixtiyoriy harakatlarda ikkinchi signallar tizimi bilan birga birinchi signallar tizimi ham ishtirok etadi.

Irodaviy ixtiyoriy harakatlarni amalga oshirishda nerv tizimining umumiy normal holati ham juda katta ahamiyatga egadir. Masalan, uzoq davom etadigan qattiq kasallikdan so'ng nerv tizimi nihoyatda madorsizlanib, odamning irodasi bo'shashib ketadi. Odam biror ishdan qattiq charchagan paytda ham nerv tizimi zaiflashib, irodasi bo'shashib ketadi. Ana shuning uchun irodaning mustahkamligini ta'minlash maqsadida odam vaqti - vaqti bilan dam olib turishi kerak.

Irodaviy akt va uning tuzilishi

Ixtiyoriy harakatning dastlabki boshlang'ich nuqtasi harakat maqsadining vujudga kelishi va shu maqsadning o'rtaga qo'yilishidir va uning tuzilishini quyidagicha izohlash mumkin.



Maqsad-kishining shu paytda ma'qul yoki zarur deb topgan ish harakatini tasavvur etish demakdir. Masalan, inson pedagogika universitetiga kirib o'qishni zarur deb topdi yoki viloyatga ish bilan borib kelish zarurligini tushundi, deylik. Bularning hammasida kishining maqsadi o'z-o'zidan zohir

bo'layotganga o'xshaydi, ba'zan esa bu maqsad bir qadar fikr yuritish natijasida yuzaga keladi.

Maqsadni tasavvur qilish odatda shu maqsadga erishish istagini va zarur ishni amalga oshirish bilan bog'liq bo'lib, u quyidagicha ifodalanishi mumkin.

Xatti-harakatdan kutilgan maqsad turlicha ravshanlikda tasavvur etilishi mumkin. Maqsad qancha ravshan bo'lsa, unga yetishish yo'lidagi intilish ham shuncha muayyan bo'ladi.

Maqsad ko'zlash kishining avvalo shaxsiy (biologik va madaniy ruhiy) ehtiyojlariga bog'liq. Ko'pincha kishining maqsad ko'zlashi va biron-bir narsaga intilishi tevarakatdagi tabiiy vaziyatga, yoki xuddi shu paytda kishi yashayotgan jamiyatga bog'liq bo'ladi. Masalan, kishi qiyin ahvolga tushib qolsa, shu ahvolidan bir amallab qutilishni o'z oldiga maqsad qilib qo'yadi. Kishi shu vaziyatni ma'lum darajada o'zgartirish, bir nimaga barham berish, bir nima qilish, bir nima ko'rish va shu kabi maqsadni o'z oldiga qo'ya oladi. Kishi jamoat tartibini birov buzayotganligiga bevosita guvoh bo'lishi va tartib buzuvchilarga qarshi kurash uchun shu onda qandaydir choralar ko'rishni maqsad qilib qo'yishi mumkin.

Kishida kelib chiqadigan ehtiyojlar darrov yaqqol tasavvur qilinadigan maqsad tarzida hosil bo'la qolmaydi. Ko'ngildan kechayotgan ehtiyoj va intilishlar turli darajada anglanishi va turlicha tasavvur qilinishi mumkin. Masalan, kelib chiqadigan ehtiyoj va intilishlar ba'zan istak tarzida ko'ngildan kechadi-kishi hozirgi ahvoldan noroziligini his qilib turadi-yu, lekin qanday maqsadga yetishilayotganini, binobarin, shu maqsadga erishishga doir yo'l-yo'riqlarni aniq bilmaydi. Istak shunday holatki, bunda odam o'ziga allanima kerakligini his qilib turadi-yu, bu narsani nima ekanligini aniqlab ololmaydi, ya'ni uni tasavvur qilolmaydi, fahmiga yetmaydi. Bunday odamning o'zi ba'zan "menga bir narsa kerak, bir narsa yetishmayapti, ammo bu narsaning nima ekanligini o'zim ham bilmayman" degan gapni ko'ngildan

o'tkazadi. Boshqa kishilar to'g'risida ham: "nima istayotganini o'zi bilmaydi" deymiz.

Istak paytida kishi qanday maqsadga intilayotganini bu maqsadga erishishning yo'l-yo'riqlarini anglab yetmas ekan, demak, istakni bevosita amalga oshirish ham mumkin emas.

Ehtiyoj ko'ngildan kechib, mudom kuchaygan shu ehtiyojni qondirishga intilish maqsadi ham anglanila boshlaydi. Bunday anglanilgan ehtiyojlar **tilak-havaslar** deb ataladi. Ammo odam o'z intilishlarining maqsadini tasavvur qilganda ham shu maqsadga yetishish yo'llari va vositalarini hali tasavvur qila olmasligi mumkin. Bunday to'la anglanilmagan intilishlar (tilak, havas) ba'zan zo'r xayol surish bilan, ba'zan esa cheksiz orzu bilan bog'liq bo'ladi. Ba'zan (xayolparast insonlarda) bunday tilak havaslar ko'ngildan kechirish orqali orzu (fantaziya) doirasida qolib ketaveradi. Xilma-xil tilak havaslari to'lib-toshgan kishilar ham mavjud. Bu kishilar doimo xo'rsinadilar, armon qiladilar, o'zlarini ham tevarak-atrofdagi kishilarni ham tanqid qiladilar. Bu kishilar ko'pincha yaxshi orzular qilishadi-yu, amalda kam faoliyat ko'rsatishadi yoki butunlay faoliyat ko'rsatishmaydi.

Harakat yo'llari, usullari topilib odam ularni tasavvur qilayotgan ekan, demak ehtiyojni qondirishga intilish tamomila anglaniladi, odamning tilak-havasi esa bir narsa bo'lib qoladi. Bunday intilish holati ba'zan hohish deb ataladi. Kishi biror ishni qilmoqchiman, falon ishni bajarmoqchiman, o'qishga kirmoqchiman va hokazo deb gapirar ekan buning ma'nosi shuki, mazkur kishi o'z intilishlarining maqsadini va shu maqsadga yetish vositalarini anglash, tasavvur qilish va bilish bilangina cheklanib qolmay, maqsadga yetish mumkinligini, ma'lum bir yo'ldan ish ko'rishga tayyorligini va qilinadigan harakatlarining oqibatini kam anglaydi.

Shunday kishilar borki, ularda muayyan tilak-havaslar tarzida tamomila anglanilgan intilishlar doimo katta o'rin tutadi. Bunday kishilar o'zlariga nimalar kerakligini, nimani hoxlayotganliklarini, nima ish qilmoqchiliklarini va uni qanday

bajarish kerakligini hamisha biladilar. Bunday kishilar o'z oldilariga hamisha aniq maqsad qo'yadilar va shu maqsadga yarasha ish ko'radilar. Bunday kishilarni ma'lum maqsadni ko'zlaydigan kishilar deyiladi. Ma'lum maqsadni ko'zlash kishining ijobiy sifatidir. Bu sifatni taraqqiy ettirish, irodani tarbiyalash va o'z-o'zini tarbiyalashning vazifalaridan biridir.

Har bir kishining anglab, bilib, ko'ngildan kechiradigan ehtiyojlari ko'p, uning vazifalari va intilishlari ham kam emas. Shuning uchun kishida xilma-xil maqsadlarda doimo zohir bo'lib turadi va bu maqsadlarni ro'yobga chiqarish istagi tug'iladi. Har bir kishida amaliy va nazariy vazifalar vujudga kelib turadi va ana shu vazifalarni hal etish kerak bo'ladi. Barovar amalga oshirib bo'lmaydigan bir necha maqsad kelib chiqqanda, qanday bo'lmasin faqat bittasini tanlab olib boshqa maqsadlarni qo'yib turishga to'g'ri keladi. Qaysi maqsadni oldinroq, boshqasini esa keyinroq amalga oshirish masalasini hal qilishga to'g'ri keladi. Ba'zi maqsadlarni esa qo'yib turishga to'g'ri keladi.

Ba'zan shunday ham bo'ladiki, kishi oldida bir-biriga zid keladigan bir nechta maqsad ko'ndalang turadi va shu maqsadlardan birini tanlab olish shart bo'ladi. Masalan, yigit yoki qiz maktabni tugatib, oliy o'quv yurtiga kirib o'qisam, degan masalani hal etayotganda turli maqsadlar va ularga yetish yo'llari degan maqsadlar o'rtasida ichki qarama-qarshilik, ichki "kurash" ro'y berishi mumkin.

Maqsad qo'yish bilan bir vaqtda yoki undan keyin shu maqsadga qaysi yo'l, usul va vositalar bilan yengish masalasi kelib chiqadi.

Kundalik turmushimizda yoki faoliyatimizda maqsad qo'yish bilan birga uni amalga oshirish usullari darrov anglanadi. Shuning uchun bu yerda maqsad qo'yish bilan to'ppa-to'g'ri harakat boshlanib ketishi mumkin. Masalan, kishi qo'lga qalam olishni hoxlasa, uni bemalol olishi mumkin, uxlagisi kelsa yotadi va hokazo. Oddiy ixtiyoriy harakatlar shu bilan ta'riflanadi. Ammo yangi maqsadlarni qo'yishda o'sha

maqsad usullarini qidirib topish, tasavvur qilish va o'ylab ko'rishga to'g'ri keladi. Bu yerda maqsad bitta bo'lgani holda unga bir necha yo'l va usul bilan yetishish mumkin. Qanday bo'lmasin eng yaxshi yo'l va usulni tanlab olishga to'g'ri keladi. Ayrim ixtiyoriy harakatlarning murakkabligi shular jumlasidan kelib chiqadi.

Bir necha maqsad ko'ngilga kelib, shulardan biriga turli yo'l va usullar bilan erishish mumkin bo'lsa, kishi muayyan bir maqsadni tanlab olishi va shu maqsadga yetish uchun muayyan eng muvofiq yo'lni tanlab olishi kerak. Shunga ko'ra, ijtimoiy mehnat faoliyatda ham, kasb-korda ham, shaxsiy ishlarda ham, boshqa kishilarga bo'lgan munosabatda ham kishi o'z intilishlarini va ixtiyoriy harakatlarini oldindan rejalashtiradi.

Rejalashtirish murakkab aqliy faoliyat bo'lib, aniq, muayyan va ravshan maqsadni belgilash, shuningdek shu maqsadga yetish uchun eng to'g'ri usul va vositalarni qidirib topishdan iborat. Rejalashtirish jarayonida mumkin va zarur bo'lgan hamma harakatlar, mumkin bo'lgan qiyinchiliklar va to'siqlar hisobga olinadi, ish-harakat natijalariga dastlabki baho beriladi. Odam asosiy rejaga ega bo'lgan bir qarorga kelishi, maqsadiga yetishishi mumkin.

Harakat motivlari va motivlar kurashi. Kishi biron maqsadni, ayniqsa, shu maqsadga yetish uchun biron yo'l va usulni tanlar ekan, nega boshqa maqsadni emas, xuddi shu maqsadni tanlashi kerak, bu maqsadga nima uchun boshqa yo'llar bilan emas, balki mana shu yo'llar bilan hal etishi kerak degan savolni ko'ngildan o'tkazadi. Maqsadni va unga yetish yo'lini tanlash jarayonida unga ma'qul yoki noma'qulligi nuqtai nazaridan baho beriladi.

Maqsadni va unga yetishish yo'llarining ma'qulligi yoki noma'qulligini belgilab beradigan hamma narsa **ish-harakat motivlari** deb ataladi. Kishi nega boshqa bir maqsadni emas, balki xuddi shu vositalar bilan ish ko'rishni, yoki ish ko'rmoqchi bo'layotganining sababi nima degan savolga javob motiv mazmunini tashkil etadi.

Irodaviy ixtiyoriy harakatlar g'ayri ixtiyoriy (irodadan tashqari) harakatlardan farq qilib, motiv tufayli sodir bo'ladi. Inson irodaviy faoliyatining motivlari xilma-xildir, kishining intilishi va hohishlari qaysi ehtiyojlardan kelib chiqsa, avvalo shu ehtiyojlar ixtiyoriy motivlarga kiradi. Ma'lum maqsad va unga erishish yo'llarini tanlash ko'pincha biror ehtiyojning mazmuniga va ahamiyatiga bog'liq. Kuchliroq ehtiyoj boshqa motivlar orasida kuchliroq motiv bo'lishi mumkin.

Bir necha maqsad yoki ularga olib boruvchi bir necha yo'l bo'lgan taqdirda ularning ma'qul yoki noma'qul ekanligi chamalab ko'riladi. Biron maqsad va bu maqsadni amalga oshirish yo'llarini belgilab beruvchi yoki belgilab bermovchi har qanday narsa **harakatning motivi** deb ataladi.

"Motiv - deb yozadi I.P.Ivanov - kishi nima uchun o'z oldiga boshqa bir maqsadni emas, balki aynan shu maqsadni qo'yishi kerak, nima sababdan u o'z maqsadiga erishmoq uchun boshqa bir yo'llar bilan emas, balki xuddi shu yo'l bilan harakat qilishi kerak degan savolga javobdir".

Maqsad va unga erishish yo'llarini tanlash jarayonida odatda tafakkur va hissiyot ishtirok etadi.

Tafakkur faoliyati (fikir qilish) bu yerda asosan har bir motivga "qarshi" yoki

"tarafdor"likni muhokama qilib asoslashdan iborat bo'ladi. Kishi motivlarni muhokama qilishda va asoslab berganda odatda ayni hodisa yuzasidan yoki o'zining xatti-harakatlarida doimo asoslanadigan ma'lum bir faktlardan tamoyil va qoidalardan foydalanadi. Motivni shu tariqa muhokama qilish va asoslab berish **motivatsiyalash** deb ataladi.

Maqsadni va unga erishish yo'lini tanlash jarayonida hissiyot turtki rolini o'ynaydi. Hissiyot ayrim tasavvur va motivlarni yorqin, jonli va jozibali qilib ko'rsatadi. Hissiyot kishining intilishlarini faollashtiradi va susaytiradi, hissiyot biron maqsadni, biron harakat yo'lini tanlab olishga turtki beradi.

Maqsadlarga erishish yo'llarini va vositalarini tanlash sharoiti ba'zan ichki kurash xarakteriga ega bo'ladi, bu kurashda turli kuch va jozibaga ega bo'lgan bir necha motiv maydonga chiqadi. Shuning uchun ham bu jarayon **motivlar kurashi** deb yuritiladi.

Motivlardan biri ko'proq asosli, ikkinchisi kamroq asosli ekanligi ularning kurash jarayonida oydinlashib qoladi, ba'zi motivlar kuchliroq hissiyot bilan maydonga chiqsa, ba'zi motivlar sust hissiyot bilan maydonga chiqadi.

Ko'pincha motivlar kurashi tafakkur (aql) bilan hissiyot o'rtasidagi kurashdan iborat bo'ladi. Odam ba'zan "ikkiga bo'linib" qoladi: "Aql uni desa, hissiyot (ko'ngil) buni deydi".

Motivlar kurashi ba'zan har xil hislar o'rtasidagi, masalan, burch hissi bilan unga zid bo'lgan qandaydir boshqa shaxsiy his o'rtasidagi kurash tarzida boradi.

Bu motivlar ko'pincha bir-biriga qarshi ta'sir ko'rsatadi, qarorga kelish va uni ijro etishni paysalga solib, iroda jarayonini susaytiradi. Motivlarning bunday kurashida kishida ichki konflikt holati vujudga keladi.

Ana shunday ichki ziddiyat holati bu ziddiyatdan qutilishga intilishi bilan ko'pincha shu zid holatidan qutilish yo'lini yengillashtiruvchi yo'llarni axtarish bilan bog'langan bo'ladi.

Ichki nizo holati g'oyat ko'ngilsiz noxush holat sifatida kechishini har kim o'z tajribasidan biladi. Kishi dunyo va hayotni ravshan tasavvur qilgandagina ish va harakatlariga, axloq qoidalariga amal qilgandagina uning shaxsiy motivlari jamiyat manfaatlariga qo'shilib ketgandagina ichki nizo holatiga yo'l qo'ymasligi yoki undan qutilishi mumkin.

Qarorga kelish. Maqsadga yetishish yo'llarini va vositalarini tanlash jarayonida rejalashtirish, motivlar kurashi bilan bog'langan bo'lib, qarorga kelish bilan tugaydi. Qarorga kelish-muayyan bir maqsadni va shu maqsadga erishish yo'lida harakat usullaridan birini tanlab olish demakdir. Motivlar kurashida buning ma'nosi shuki, motivlardan biri hal qiluvchi

rol o'ynagan bo'ladi. Masalan, kechqurun qayoqqa borish kerak - teatrgami yoki o'rtoq'ining yonigami-degan motivlar kurashi natijasida kishi bormoqchi bo'lgan joyi haqida qarorga keladi.

Kishi ba'zan tez qarorga keladi, bu qarorning bajarilishi mumkinligiga ishonadi. Buni qat'iyat deb ataymiz. Ba'zi motivlar kurashi uzoq vaqtga cho'zilib ketadi va qaror bajarilishiga ishonchsizlik hamda ikkilanishlar bilan qabul qilinadi.

Bu qat'iyat sezgirlikdir. Masalan, o'rta maktabni bitirayotgan va bitirgan ba'zi yigit-qizlar qaysi o'quv yurtiga yoki korxonaga kirish masalasini tez hal qiladilar, boshqalari esa juda uzoq vaqt ikkilanib, xayolga tolib yuradilar. Qat'iyat odamda jiddiylik vaziyatining yengillashtirishi mamnunlik tuyg'usini tug'dirsa, qat'iyatsizlik ikkilanish hissi, jiddiylik tuyg'usi va alohida noaniq holat bilan birga sodir bo'ladi.

Biror qarorga kelish sur'ati bir qancha sabablarga, jumladan, ehtiyojga, hal iluvchi motiv kuchiga, vaziyatga, hissiyotga tafakkur va xayolning taraqqiyot darajasiga, kishining turmush tajribasi va bilimlariga, temperamenti va xarakteriga, boshqa kishilarning nasihat, buyruq, iltimos takliflariga quloq solishiga bog'liq bo'ladi. Biror qarorga kelish sur'ati asosan qo'yilgan maqsadning ahamiyatiga, biror qarorga keltiruvchi faoliyatning xarakteriga bog'liq bo'ladi.

Murakkab tarzdagi motivlar kurashi va qarorga kelish faqat shunday hollarda bo'ladiki, bunda odamning hayoti va faoliyati uchun ayniqsa muhim ahamiyatga ega bo'lgan yangi maqsadlar qo'yiladi va bu maqsadlarni amalga oshirish uchun yangicha usullar va vosita talab qiladi.

Qat'iyat faqat tezlik bilan qarorga kelishdagina emas, shuningdek bu qarorni tez va dadil bajarishda ham zohir bo'ladi. Tezlik bilan qarorga kelish va uni aniq belgilangan muddatda bajarish - qat'iyatni namoyon qilish demakdir.

Qaror qabul qilinsa-yu, keyin o'zgartirilsa, yoki boshqa qaror bilan almashtirilsa, yoxud butunlay bekor qilinsa, bunday qarorni yuzaki yoki **bo'sh qaror** deb ataladi. Qat'iyat va

mustahkam qarorga kelish-irodaning yuksak sifatidir. Qabul qilingan qarorning o'zgarishi ko'pincha yana bu qaror to'g'risida yetarli darjada o'ylamaslikdan, emotsional holatning o'zgarishidan yoki kishi harakat qilayotgan sharoit o'zgarishidan kelib chiqadi.

Qarorning o'zgarishi ko'pincha motivlar kurashining qaytadan boshlanib ketishiga va oxirgi marta qat'iy qaror qabul qilishga olib keladi.

Qarorni ijro etish. qaror unga muvofiq keladigan choralar ko'rish va harakat qilish uchun qabul qilinadi. qarordan harakatga o'tishni ijro qilish (yoki bajarish) deyiladi. Irodaviy jarayonda eng muhim narsa-qabul qilingan qarorni ijro etishdir.

Irodaviy harakatlar ikki xil bo'ladi: jismoniy va aqliy harakatlar. Jismoniy harakatlarga har xil mehnat operatsiyalari, o'yin, sport mashg'ulotlari va boshqalar. kiradi. Aqliy harakatlarga esa masala yechish, yozma ishlar, dars tayyorlash, ilmiy tadqiqot ishlarini olib borish va shu kabilar kiradi.

Ko'p vaqt takrorlanib, o'zlashib ketgan ko'nikma va odat bo'lib ketgan harakatlar ham murakkab irodaviy harakatlardandir.

Qarorni ijro etish odatda ma'lum vaqt, muddat bilan bog'liq bo'ladi. Qaror kechikmasdan belgilangan vaqtda ijro etilsa bu irodaning ijobiy sifatidan dalolat beradi. Bu esa ishchanlik, puxtalikni bildiradi.

Ammo qabul qilingan qaror hamisha bajarilavermaydi. Ayrim hollarda esa o'z vaqtida ijro etilmay qoladi. Kishining ba'zi bir holatlarida a'zoyi-badani bo'shashib turganda, xafalik chog'ida o'z kuchlari va imkoniyatlaridan hafsalasi pir bo'lib turganda qaror ha deganda bajarilavermaydi. qarorni bajarishda ro'y beruvchi to'sqinliklar oldindan nazarda tutilmaganda yoki maqsadning o'zi vaziyat o'zgarishi bilan kerak bo'lmay qolganda shunday bo'ladi.

Shunday hollar ham bo'ladiki odam ko'pgina qaror qabul qiladi, ammo qarorning ijrosi cho'zilib ketadi, paysalga solinadi, boshqa muddatlarga ko'chiriladi. Ijrosi paysalga solinadigan yoki butunlay ijro etilmaydigan qarorlar ko'pincha niyatlar deb ataladi. Ancha vaqtdan keyin, lekin muayyan muddat o'tgach ijro etiladigan qarorlar ham niyatlar deb ataladi. Masalan, o'quvchi yoki talaba o'quv yilining boshida barcha imtihonlarni faqat "a'lo" baholar bilan topshirishga qaror qilishi mumkin.

Irodaviy zo'r berish. Qabul qilingan qaror to'g'ridan-to'g'ri, avtomatik ravishda amalga oshirilavermaydi. qabul qilingan qarorni amalga oshirish uchun ongli ravishda irodaviy zo'r berish ham kerak.

Irodaviy zo'r berish ongning avvalo nerv-muskul apparatining zo'riqishida ifodalanadi va organizmning tashqi ko'rinishlarida namoyon bo'ladi. Irodaviy zo'r berishning ana shu ifodali tomoni odamning iroda holatini tasvirlovchi badiiy asarlarda gavdalandirilganini ko'p uchratish mumkin.

Ba'zi odam irodaviy zo'r berolmagani sababligina qabul qilgan qarorni muddatida ijro etolmaydi. Bunday hollarda "bajarsammikan yoki yo'qmi" degan yangi kurash ham boradi. Zo'r berish uchun yana kuch sarflashga to'g'ri keladi. Kuch sarflay olmaslik yoki bu masalada ikkilanish irodaning shu paytdagi bo'shligini ko'rsatadi. Qabul qilingan qarorni zo'r berish yo'li bilan ijro etish irodaning muhim belgisi hisoblanadi.

Irodaning o'ziga xosligi ongli ravishda zo'r berishning biron darajasida bajariladigan harakatlardan iborat. Irodaviy zo'r berish va irodaviy harakat maqsadga erishish yo'lida uchraydigan to'siqlarni engishda namoyon bo'ladi. Kishining irodasi juda katta to'siqlarni yengishga to'g'ri kelganda, ayniqsa yaqqol ko'rinadi. Irodaviy zo'r berish va irodaviy harakatlar yo'li bilan yengishga to'g'ri keladigan to'sqinliklar ikki xil: ichki va tashqi to'sqinliklarga bo'linishi mumkin.

Irodaviy zo'r berish yo'li bilan yengishga to'g'ri keladigan ichki to'siqlar odam organizmi va psixikasining holatidir. Odam tinch harakatsiz va hech qanday faoliyatsiz holatda bo'lishi mumkin, masalan, dam olish, uxlash, charchash, kasallik paytida shunday holat bo'ladi. Biron ish bilan shug'ullanmay harakatsiz o'tirishga, ya'ni yalqovlikka undovchi mayl ham shunday holatdan hisoblanadi.

Irodaviy zo'r berish yo'li bilan avvalo organizmning passiv holatini o'zgartirish uni faol holatga keltirish zarur bo'ladi. Masalan, o'rnida yotgan kishi (motivlar kurashi) turlicha qaror qiladi va o'zini majbur qilib o'rnidan turadi. Yalhovlikni yengish uchun ba'zan juda ko'p zo'r berishga to'g'ri keladi.

Irodaviy zo'r berish yo'li bilan kishining aqliy faoliyatini ham faol holatga keltiriladi. Masalan, ma'ruza boshlanishi bilan talaba darhol irodaviy kuchni ishga solib, diqqatni bir joyga to'playdi, irodaning barqarorligini saqlab qoladi, tafakkur va esda olib qolish jarayonlarini kuchaytiradi.

"Harakat qilish o'ziga qanday o'rgatilgan bo'lsa - deydi I.M.Sechenov - harakatni to'xtatib qolishni boshqarishga ham shunday o'rganmoq kerak".

Kishi irodaviy zo'r berish yo'li bilan ixtiyorsiz faollikni batamom yo'qotib yubormaydi, balki shu faollik ko'rinishlarini faqat o'zgartiradi, yoki bosib qo'yadi. Ixtiyorsiz faollik ko'rinishlarini bosilishi **vazminlik** deb ataladi.

Iroda-avvalo kishining o'zini qo'lga ola bilishi, o'z intilishlari, hissiyotlari va ehtirosalarini bosa bilishi demakdir. Iroda kishining o'z- o'zini idora qila olishi, o'z xulqi va faoliyatini anglab, bilib tartibga solish va boshqara olish qobiliyati demakdir.

Kishining ichki to'siqlarni yenga olish, o'zini boshqarish va o'z ustidan hukmronlik qila olish qobiliyati odatda **ichki iroda** deb yuritiladi. Kishi irodaviy zo'r berish yo'li bilan tevarak-atrofdagi voqelikda uchraydigan tashqi to'siqlarni yengishi zarur bo'ladi. Kishi o'z oldiga qo'yilgan maqsadni amalga

oshirishga qarshilik qilayotgan to'sqinliklarni yengib o'tadi, voqelikni o'z maqsadiga muvofiq

ravishda o'zgartiradi va uni o'z ehtiyojlariga moslashtiradi. Insonning to'siqlarni, tashqi qiyinchiliklarini yenga olish qobiliyati **tashqi iroda** deb ataladi.

Ammo irodani faqat shartli ravishda ichki va tashqi deb ikkiga bo'lish mumkin. Inson irodasi bitta, lekin u tashqi olamdagi o'zgartirish va boshqarishga qaratilishi bilan birga shaxsiy, subyektiv holatlarni va jarayonlarni boshqarishga qaratilishi ham mumkin.

Modomiki, shunday ekan, tashqi to'sqinliklarni yengish ichki to'sqinliklarni yengish bilan chambarchas bog'liqdir.

Inson tashqi olamga ta'sir etar ekan, tashqi olam hodisalarini boshqarish bilan bir vaqtda o'zini, o'z organizmini, qo'l-oyoq muskullarini ham boshqaradi, ularning tarangligini kuchaytiradi yoki susaytiradi, ularning harakatlarini uyg'unlashtiradi, butun organizmning moslashish vaziyatini vujudga keltiradi va zarur paytda bu vaziyatni o'zgartiradi va hokazo. Shu bilan birga ixtiyoriy harakatlar, asosan mehnat faoliyatida odamning ixtiyoriy faollik ko'rinishlarini to'xtatib va bosib turishga to'g'ri keladi.

Shuning uchun odamning irodaviy zo'r berishi va ixtiyoriy harakatlari tashqi to'sqinliklarni yengishga qaratilishi bilan bir vaqtda organizmning ichki ahvolini ham o'zgartiradi. Inson tevarak-atrofdagi voqelikni o'zgartirar ekan, o'zini-o'z vujudini ham o'zgartiradi.

Irodaviy harakatlar bajarilgandan keyin ularga baho beriladi. Qaror ijro etilgandan keyin, ba'zan esa qarorni bajarish jarayonida ham ko'pincha harakatlarga baho berish, qarorni qanday ijro etilganligiga baho berish kerak bo'ladi. Qarorni ijro etish yuzasidan qilingan baho berish qabul qilingan qarorni hamda qilinadigan ishni ma'qullash, oqlash yoki qoralashdan iborat bo'ladi.

Bu baho qabul qilingan qaror yoki bajarilgan harakatlardan mamnun bo'lish yoki mamnun bo'lmaslik tufayli kelib chiqqan

maxsus hissiy kechinmalarda ifodalanadi. Salbiy baho ko'pincha qilingan ishlarga pushaymon bo'lish, achinish, uyalish va afsuslanish kabi hislar tug'ilishiga sabab bo'ladi. Qilinayotgan yoki qilinadigan ishlarga beriladigan baho qabul qilingan qarorni yoki bajarilgan harakatlarni ma'qullovchi, oqlovchi yoki qoralovchi maxsus hukmlarda ifodalanadi.

Qilinayotgan yoki qilinadigan ishlarga ijtimoiy-siyosiy, axloqiy, estetik va boshqa nuqtai nazardan baho beriladi. Mana shunday baho berishdan kelib chiqadigan his va hukmlarda kishining dunyoqarashi, axloqiy sifatlari va tamoyillari, shu bilan birga xarakteri va qiziqish - havaslari ham yaqqol namoyon bo'ladi.

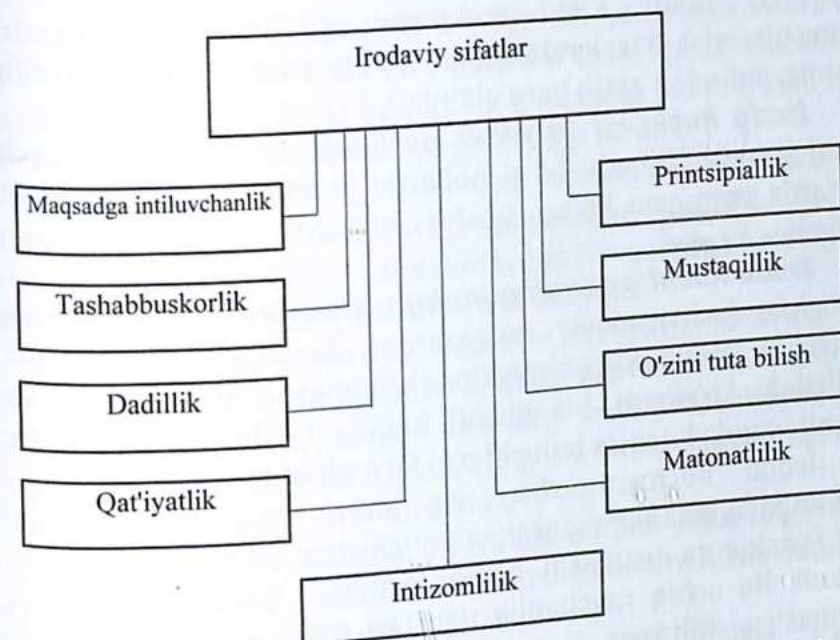
Qarorni bajarish yuzasidan qilingan ishlarda kishining o'zi baho beribgina qolmaydi, balki kishi qaysi jamiyatda yashasa va ishlasa o'sha jamiyat ham baho beradi.

Odam qilgan yoki qilayotgan ish harakatlariga tevarakatdagi kishilar ijobiy baho bergandan keyin ichki ma'naviy qanoat his qiladi xursand bo'ladi va kuchiga kuch qo'shilgandek bo'ladi. Ayrim ish-harakatlariga salbiy baho berilganda esa kishi o'ziga xos uyalish hissini ko'nglidan kechiradi va vijdon azobiga uchraydi.

Qilingan ish-harakatga berilgan baho kishining faoliyatida katta amaliy ahamiyatga egadir. Bu baho kishining keyingi faoliyati uchun rag'bat va motiv bo'lib qoladi. Salbiy baho odatda ayni faoliyatni to'xtatish yoki o'zgartirishga motiv bo'ladi. Ijobiy baho faoliyatni davom ettirish, kuchaytirish va yanada yaxshilashga, jumladan mehnat unumdorligini oshirishga rag'batlantiradi.

Shaxsning irodaviy sifatlari

Kishining irodaviy sifatlari ya'ni iroda kuchi, mustaqilligi jihatidan ayrim hollarda turlicha namoyon bo'ladi. Irodaviy sifatlarning klassifikatsiyasi sxema tarzida quyidagicha ifodalanadi.



Har bir kishida irodaning ayrim sifatlari umr bo'yi mustahkamlanib, shu odamning xususiy sifatlari (ya'ni doimiy xislatlari) bo'lib qolishi mumkin. Shaxsning bu o'ziga xos xususiyatlari **xarakter xislatlari** deb ataladi. Har bir kishidagi biron bir irodaviy sifatlarning har qanday namoyon bo'lishi shu kishi xarakterining xislati bo'lavermaydi.

Ayrim hollarda hatto tasodifiy ravishda kishi kuchli iroda ko'rsatishi mumkin, ayrim hollarda mazkur kishining irodasi, umuman kuchli iroda kuchi shu kishi xarakterining xislati ekanligidan dalolat beravermaydi. Bu kishining irodasi kuchli deb aytish uchun uning iroda kuchini bir marta emas, bir necha marotaba namoyon qilganini bilmoq kerak.

Kishining xarakterini ta'riflaganimizda falon kishi dadillik qildi, rost gapirdi demasdan, balki bu odam dadil, rostgo'y, to'g'riso'z deb ataymiz. Buning ma'nosi shuki dadillik va rostgo'ylik, to'g'riso'zlik shu odamning xususiyatlaridir, xarakter xislatlaridir, tegishli sharoitda bu kishi dadillik, rostgo'ylik, to'g'riso'zlik xislatlariga ega ekanligini namoyon

qildi deb aytamiz. Kishi xarakterini, xislatlarini bilib olgach, uning biron ish-harakatda qanday yo'l tutishini ancha aniq bilib olamiz, oldindan aytib bera olamiz.

Iroda kuchi va xarakter qat'iyati. Iroda ma'lum kuch bilan yuzaga chiqadi: ba'zi hollarda kishining irodasi kuchli sur'atda namoyon bo'lsa, boshqa hollarda kuchsiz namoyon bo'ladi.

Iroda kuchi irodaning muhim sifatidir. Iroda kuchining turli darajasi irodaviy jarayonning hamma bosqichlarida ko'rinadi. Iroda kuchi avvalo ehtiyojlarni his qilishda va intilishda ko'rinadi, biz kuchli hamda kuchsiz intilishlarni, kuchli hamda kuchsiz hohishlarni farq qilamiz.

Iroda kuchi ravshan va aniq maqsad qo'yishda, shuningdek mazkur maqsadga yetishishga yordam beradigan yo'l, vosita va usullarni ochiq tasavvur qilishda namoyon bo'ladi. Bu ochiq ravshanlik darajasi esa kishining turmush tajribasiga, bilimiga va umumiy saviyasiga bog'liq. Aniq maqsad qo'yishda inson tafakkuri va ayniqsa real xayollar (fantaziya)ning taraqqiy etishi xususiyatlari katta rol o'ynaydi.

Iroda kuchi tezlik bilan qarorga kela olishda va qarorni mustahkamligida, sabotlilikda ko'rinadi. Yuksak g'oyaviy tamoyillarga asoslangan oqilona qat'iyatlik va sabotlik kuchli iroda belgilaridandir. Qat'iyatsizlik ikkilanish, qabul qilingan qarorning bajarilishiga shubha bilan qarash va sabotsizlik **kuchsiz iroda** belgilaridandir.

Iroda kuchi jasorat deb ataladigan dadillikda ayniqsa ravshan ko'rinadi. Jasorat kishining shunday holatiki, bunda kishi tez qarorga keladi va uni bajarishga ahd qiladi. Hatto salomatligini va hayotini xavf ostida qoldirishi mumkinligi hayoliga ham kelmaydi. Jasorat kishining boshqa kishilarga emas, balki o'ziga bergan amridir. Kishi axloqiy burchining talabiga ko'ra, buyuk maqsadga erishish uchun bir zumda hayot bilan o'limdan birini tanlab olsa, bunday jasorat iroda kuchi ekanligini ko'rsatadi.

Jasorat shunday qarorki, u go'yo ish-harakatga aylanadi. Bu ish-harakat esa kuchli zo'r berishni talab qiladi. Xarakter xislati bo'lgan dadillikda odamning qanchalik puxta o'ylab ish ko'rishiga qarab, bu dadillik maxsus tusga kiradi.

Puxta o'ylab ish ko'rishni o'zi yuksak g'oyaviylikka va kishining axloqiy tamoyillariga asoslangan taqdirda ijobiy xislat hisoblanadi. O'ylab, shoshmasdan bir qarorga keladigan kishilarni **mulohazakor kishilar** deb ataymiz.

Odatda o'zgaruvchan ayrim hislar kayfiyatlar ta'sirida tez bir qarorga keladigan xarakterli, dadil kishilar ham mavjud. Bular hissiyotga beriladigan tasodifiy kayfiyatli kishilardir. Bunday kishilar odatda sabotsizligi, shoshma-shosharlighi va kalta o'ylashi bilan ajralib turadilar.

Kishi uncha ikkilanmasdan o'ylab, e'tibor bilan to'g'ri bir qarorga kelsa va shu qarorni dadil amalga oshira bilsa, dadillik xarakterning ijobiy xislati bo'ladi.

Bir necha imkoniyatdan birini tanlab olishga to'g'ri keladigan ish - harakat bir qadar xavf-xatar bilan bog'langan bir murakkab vaziyatda dadillik ayniqsa yaqqol ko'rinadi. Qat'iyatsizlik xarakterning salbiy xislatidir, qat'iyatsizlikda kishi sustlik bilan bir qarorga keladi, qabul qilgan qarorini ko'pincha o'z vaqtida bajarmaydi.

Bunday odam qabul qilgan qarori to'g'riligiga shubhalanadi, turli imkoniyatlardan birini tanlab olishda ikkilanadi, ayniqsa qiladigan ish-harakatlari xavf-xatar bilan bog'langan bo'lsa, shunday ahvolga tushadi. Shu sababli qat'iyatsiz kishilar ko'pincha kam faolliklari bilan ajralib turadilar yoki umuman passiv bo'lib, yalqov, tanbal degan taassurot tug'diradilar.

Sabotlilik dadillikka chambarchas bog'liq bo'lib, xarakterning ijobiy xislati hisoblanadi. Xarakterning bu xislatiga ega bo'lgan kishilar qabul qilgan qarorlarini odatda o'zgartirmaydilar, bekor qilmaydilar va bu qarorlarini bajarmasdan qo'ymaydilar. Bu kishilar va'dalarining ustidan chiqadilar, aytgan so'zlarini albatta qiladilar, ularning gapi

bilan ishi bir bo'ladi. Ularga ishonsa bo'ladigan subutli insonlardir.

Qabul qilingan qarorlarini ko'pincha bekor qiladigan, bergan va'dalarini ustidan chiqmaydigan, aytgan so'zidan tonadigan kishilar subutsiz hisoblanadi.

Kishi irodasining kuchi va qat'iyati xarakterning irodaga bog'liq bo'lgan qaysi xislatlarida ifodalangan bo'lsa o'sha xislatlar eng yorqin xislatlardan hisoblanadi.

Bu xislatlar har bir kishining xarakterida bir qadar namoyon bo'ladi. Ammo hamma kishilarni va har qanday odamni irodasi kuchli, xakteri kuchli deb bo'lmaydi. Balki shu sifatleri bilan boshqa kishilardan ajralib turgan odamlargina irodasi kuchli, xakteri qat'iy deb ataladi. Iroda kuchi va qat'iyati odamning o'zini tuta bilishida, jasurligida, matonatida va chidamliligida namoyon bo'ladi.

Iroda kuchi qabul qilingan qarorni o'z vaqtida bajarishda ko'rinadi. Shuning uchun qarorni bajarmaslik yoki uning bajarish muddatini doimo paysalga solish, galdan-galga qoldiraverish, boshlagan ishini oxiriga yetkaza bilmaslik irodaning kuchsizligi alomatidir.

Lekin qabul qilingan qarorni bajarish har qanday qilingan ish-harakatning, irodaning kuchli ekanligidan darak beravermaydi. Iroda kuchi asosan irodaviy harakatlar yordami bilan qanday to'siqlar yengilganiga va shu yo'l bilan qanday natijalarga erishilganligiga qarab aniqlanadi. Irodaviy zo'r berish vositasida bartaraf qilinadigan qarshilik va qiyinchiliklar darajasi va xakteri iroda kuchining obyektiv ko'rsatkichi bo'lib xizmat qiladi.

Kishi katta to'sqinliklarni, qiyinchiliklarni, qarshiliklarni irodaviy zo'r berish va irodaviy harakatlar yordami bilan bartaraf qilib, zo'r muvafaqqiyatlarga erishsa, bu kishi irodasi kuchli ekanligini ko'rsatadi.

Kosmonovtlar mislsiz iroda kuchini butun jahonga namoyish qilishadi. Bu qahramonlar kosmik parvozlarga tayyorlanish davrida ham, parvoz paytida ham o'z

irodalarining yuksak sifatlarini namoyish etadilar. Bu qahramonlar kuchli iroda va uning xilma-xil ko'rinishlari o'z xakterining asosiy xislati bo'lgan kishilarning yorqin misolidir.

Kishi irodasining kuchsizligi uning juda arzimas to'sqinliklarni ham bartaraf qila olmasligida ko'rinadi. Masalan, ba'zan kishi biron kerakli xatni yozishga yoki biror zarur ishni boshlashga o'zini majbur eta olmaydi.

Irodaning kuchsizligi odatda **irodasizlik** deb ataladi. Qarorni bajarish jarayonidagi ixtiyoriy ish-harakatlardagi iroda kuchi o'zini tuta bilishda, jasurlik, sabot va matonat, chidam va toqatda namoyon bo'ladi.

O'zini tuta bilish nomidan ham bilinib turibdiki, kishining o'zini idora qila bilishi va o'zini qo'lga ola bilishi demakdir. O'zini tuta bilish kishining oldiga qo'ygan maqsadlariga yetishuvida to'sqinlik qiluvchi, irodasini bo'shashtiruvchi ichki holatlarni yengishda ko'rinadigan kuchli irodadir.

Bunday holatlarga masalan, qo'rqish, o'z kuchlariga ishonmaslik, zerikish, qayg'urish hissi kiradi. Bunday holatlar kishini faoliyat ko'rsatmaslikka rahbatlantiradi yoki qo'yilgan maqsadlarga qarama-qarshi bo'lgan g'ayri ixtiyoriy harakatlarda o'z ifodasini topadi.

Bunday holatlar har kimda bo'ladi. Ammo odamning shaxs sifatidagi xususiyati shundan iboratki, u o'zidan ana shu salbiy va keraksiz holatlarni iroda kuchi bilan o'zgartira oldi yoki bartaraf qila oladi. Bu borada K.D.Ushinskiy quyidagi so'zlarni keltirib o'tadi: "qo'rquvni his qilmasdan xavf-xatarga o'zini uradigan kishi mard emas, balki eng kuchli qo'rquvni ham bosa oladigan va qo'rquv ta'siriga berilmagan, xavf-xatarni o'ylamaydigan kishi marddir".

O'zini tuta bilish kishi xakterining xislati bo'lib, asosan ichki irodaning namoyon bo'lishidan iborat. Bu xislat kishining o'z xulq-atvorini nazorat qila bilishda o'zini, o'z harakatlarini, nutqini qo'lga ola bilishida, shu sharoitda keraksiz yoki zararli deb qaraladigan harakatlardan o'zini tiya bilishida ifodalanadi.

Xarakter shu xislatiga ega bo'lgan kishilar o'zlarini qo'lga ola biladilar. Ular o'zlarini tuta biladilar, ular uyushqoq kishilardir.

O'zini tuta bilmaslik irodaning kuchsizligini yaqqol ko'rsatuvchi belgidir. Odam o'zini qo'lga ola bilmaganda o'z mayllarini, ixtiyorsiz harakatlarini nazorat qila olmaganda g'ayri ixtiyoriy faollik ko'rinishlari reflekslar, instinktlar, tasodifan ko'ngildan kechadigan hislar, qo'rquv, hadik-shubha, gumon, g'azab, rashk, ichiqoralik, affektiv holatlar va shu kabilar kishi irodasini bo'g'ib qo'yadi. Bunday hollarda odam o'zini tiya olmay qoladi.

O'zini tiya olmaslikning eng yomon ko'rinishi buzuvchilikdir. Buzuvchilik butunlay instinktlar va salbiy emotsiyalar ta'sirida bo'lish demakdir.

Jasurlik kishining omonligi va hayoti uchun havfli bo'lgan to'sqinliklarni bartaraf qilishda ko'rinadigan iroda kuchidir. Masalan, parashyutchi har gal o'zini samolyotdan tashlaganda jasurlik qiladi. Jasurlik o'zini tuta bilishga chambarchas bog'liq. Jasurlik bor joyda o'zini tuta bilishlik mavjud. Kishi o'zini tuta bilsa jasurlik qila oladi. Biron maqsadga yetishish yo'lida mutassil jasurlik ko'rsatish, dovyuraklik **jasorat** deyiladi.

O'zining hayoti uchun xatarli to'sqinliklarni yengishga doimo tayyor turgan va shunday to'sqinliklarni yenga oladigan kishilarni jasur kishilar deb ataymiz. Bular xavf-xatardan cho'chimaydigan, xarakteri kuchli, dovyurak, botir kishilardir.

Jasurlikning yo'qligi irodaning kuchsizligini ko'rsatadi. Buni qo'rqqoqlik, **nomardlik** deb ataymiz. Irodasi kuchsiz bo'lgan bunday kishilar odatda qo'rqqoq, **yuraksiz kishilar** deb ataladi. Sabot, matonat ma'lum maqsadga yetishda ko'pincha uzoq vaqt davomida irodamizga ta'sir etib turuvchi katta to'sqinlik va qiyinchiliklarni bartaraf qilishga to'g'ri keladi. Irodaning bunday ko'rinishi shaxsning eng muhim sifati bo'lib, iroda kuchining yaqqoliligini ko'rsatadi.

Sabot, matonat - qandaydir bir aniq maqsadni ko'zlab, muntazam ravishda irodaviy zo'r berish demakdir.

Ammo kishilarning hayoti va faoliyatida ba'zan shunday hollar ham bo'ladiki, kishi o'z oldiga qo'ygan qandaydir zarur maqsadlarni bajarishda yetib bo'lmaydigan yoki kishiga shunday bo'lib tuyuladigan to'sqinliklarga uchrab qoladi. Bunday hollarda kishi ba'zan qabul qilgan qarorni o'zgartiradi, bekor qiladi, u qiyinchiliklardan qo'rqishi va o'z oldiga qo'ygan maqsadidan voz kechishi mumkin. Ba'zan shunday bo'ladiki, talaba to'satdan o'qishni tashlaydi. Ilgari tanlagan ehtiyojidan voz kechadi, boshlagan ishini oxiriga yetkazmay, o'lda-jo'lida qoldirib ketadi.

Kishi o'z harakat, maqsadini yaxshi o'ylamaganda maqsadga yetishsa, yordam bera oladigan vosita va usullarni puxta o'ylamaganda, o'zining kuch - imkoniyatlarini yetarli yoki to'g'ri hisobga olmaganda odamda belgilangan maqsaddan shu tariqa qaytadi, irodasida chekinadi. Dastlabki muvaffaqiyatsizlikka haddan tashqari katta ahamiyat berilganda, bu muvaffaqiyatsizlikka noto'g'ri, yoki yengil baho berilganda, unga faqat salbiy tomondan qaraganda shunday bo'ladi. Kishi muvaffaqiyatsizlikka uchrash bilan bir vaqtda o'z kuchlariga, o'z imkoniyatlariga, o'z qobiliyatlariga ishonmaganda odam "ruhi tushib", o'zini passivlikka qo'l qovushtirib o'tirishga mahkum etadi. Albatta umuman irodasi kuchsiz kishilarda shunday bo'ladi. Bunday kishilar irodasining o'smaganligi, etarlicha tarbiyalanmaganligi bilan farq qiladi.

Ammo irodali mavjudot bo'lgan odam hayot va faoliyatida jamiyat yoki o'zi uchun muhim ahamiyatga ega bo'lgan maqsadidan qaytmasligi ham mumkin. U iroda kuchiga zo'r berib, to'sqinliklarga qarshi kurashni kuchaytirishi, qabul qilingan qaroriga yarasha uzoq vaqt ish ko'rishi mumkin. Barcha to'sqinlik va qiyinchiliklarga qaramay u zarur natijani qo'lga kiritmoq uchun damba-dam, orada vaqt o'tkazib zo'r berishi, g'ayratini ko'rsatib ishlashi mumkin.

Kutilgan maqsadga yetishda katta qiyinchiliklar va yengib bo'lmaydigan to'siqlar bo'lsa, kishi shu maqsadga yetishi uchun zarur yo'l, vosita va usullarni o'zgartirib, yangi usullarni qidirib

topishi mumkin. Katta to'sqinliklarni bartaraf qilib, uzoq qunt qilib, maqsadga yetishda ko'rinadigan bunday iroda kuchi **sabot-matonat** deb ataladi. Shunday iroda sifatiga ega bo'lgan kishi esa sabot-matonatli, kuchli irodali, qat'iy xarakterli kishi deb ataladi.

Har qanday faoliyatning, jumladan o'qib, o'rganishning muvaffaqiyati sabot-matonatga bog'liq. Bilimli bo'lmoq uchun sabot-matonat kerak. Har bir sohada-texnika, san'at, muzika, sport va shu kabi sohalarida bilim va malaka ortirmoq uchun sabot-matonat kerak.

Sabot-matonat xarakterning eng qimmatli xislatidir. Bu xislat kishining maqsadga yetish yo'lida qanday qiyinchilik va to'sqinliklar bo'lishidan qat'iy nazar shu maqsadga erishishida o'z ifodasini topadi.

Xarakter xislati bo'lgan sabot-matonat ba'zi kishilar faoliyatining hamma sohalarida namoyon bo'ladi boshqa kishilarda esa bu xislat ularning manfaatlari bilan bog'langan, va ayrim faoliyat sohalarida ko'rinadi.

Sabot-matonatli kishilar boshlagan ishlarini hamisha oxiriga yetkaza biladilar. Ular o'zlariga nisbatan ham boshqa kishilarga nisbatan ham talabchan bo'ladilar.

Sabot-matonatli kishilar muvaffaqiyatsizlikka uchraganda ruhini tushirmaydi, balki aksincha, maqsadga erishish uchun ishga yanada qat'iyroq kirishadi, shu maqsadga erishishning yangi yo'l va vositalarini izlab topadi.

Sabot-matonatli kishilar o'ziga va boshqa kishilarga nisbatan talabchanligi bilan ajralib turadilar. Ular belgilangan yo'ldan yurishlariga to'sqinlik qila oladigan hamma narsaga qarshi tura oladigan, bu to'sqinliklarni yenga oladigan matonatli kishilardir.

Sabot-matonat irodaning chidam va toqat degan sifati bilan ham chambarchas bog'liq.

Maqsadga yetishda bartaraf qilinadigan to'sqinlik va qiyinchiliklar kishidan kuch va vaqt sarf qilishni talab etibgina qolmay, balki ko'pincha jismoniy va ruhiy azob beradi ham.

Kishining o'z faoliyatida ba'zan sovuq va issiqdan, yomg'ir va qordan, qattiq toliqish, och qolishdan, hamma turli kasalliklardan azob chekadigan kishi o'z oldiga qo'ygan maqsadiga sodiq bo'lib shu maqsadga yetishga intilaversa, bunday intilishlarda ko'rinadigan iroda chidam va toqat deb ataladi. Odamning organizmidagi yemirilish jarayonlarini yengishda ifodalanadigan ajoyib iroda o'zini tuta bilish va matonatda ko'rinadi. Bu borada quyidagi misolni keltirib o'tish joiz.

Sobiq sovet uchuvchisi Aliyevning bir o'zi havo jangida dushmanning yettita samolyotiga qarshi mardonavor kurashdi va hammasini urib tushirdi. Kuchlar teng bo'lmagan bu jangda Aliyevning samolyotini dushman o'qlari teshib yuborgan edi. Aliyev o'zi bir necha bor yaralandi. Ammo u o'zini yo'qotib qo'ymay, samolyoti bilan o'z aerodromiga borib qo'ndi. Aerodromiga yetib borguncha dushman egallab olgan yerlardan uchib o'tishi kerak edi. Dushmanning zenit to'plari Aliyevning samolyotini qattiq o'qqa tutdi va samolyotining bir necha joyini snaryad parchalari teshib yubordi. Uchuvchi yana bir necha marta yaralandi. Lekin Aliyev bu safar ham sarosimaga tushmay samolyotini boshqarib boraverdi va uni o'z aerodromiga eson-omon qo'ndirdi. Samolyot kabinasi ochilganda uchuvchi o'lgan edi. U ikki qo'lidan, oyog'idan, kuragidan, yelkasidan, orqasidan, jag'idan va boshidan yaralangan edi. Vrachning aniqlashishicha, og'ir yarador bo'lgan Aliyevning bu holda ucha olishi sira mumkin emas edi. Ammo Aliyev samolyotini boshqarib, aerodromga to'g'ri qo'na olgan. Uchuvchining irodasi va o'zini tuta bilishi tufayli o'qning yemiruvchi kuchlaridan g'olib kelib, umrining so'nggi daqiqalarini cho'zishga erisha oldi.

Sabot-matonatli chidamli va toqatli kishilar maqsadga yetishishda va qiyinchiliklarga qarshi kurash jismoniy va ruhiy azoblarga hamda boshqa mashaqqatlarga chiday oladilar. Ular har qanday vaziyatda o'zlarini tuta oladilar, jasurlik, mardlik, botirlik, qat'iyat ko'rsata oladilar.

Bunday xarakterli kishilarga optimallik kayfiyati, hayotga quvnoqlik bilan qarash, porloq kelajakka doim ishonch bilan boish, boshqa kishilarga o'z kuchlari va mehnat imkoniyatlariga yetishish kabi xislatlar xosdir.

O'zini tuta bilish jasurlik sabot-matonat, chidam va toqatda ko'rinadigan kuchli iroda mardlik deb ataladi. Shu sifatlar bilan farq qiladigan kishilar esa **mard kishilar** deb ataladi.

Kishilarning hayoti va faoliyatida shunday hollar ko'p bo'ladiki, bunda odam zarur paytida o'zini tuta olmay qoladi, jasurlik, sabot-matonat, intizomlilik ko'rsata olmaydi. Xarakter xislati irodasiz kishilar mavjud, bunday kishilar irodasi kuchsiz yoki **irodasiz kishilar** deyiladi.

Bunday kishilar irodasi kuchsiz yoki **chidamsiz kishilar** deyiladi. Bular xatto arziyas qiyinchilik va to'sqinliklarni ham bartaraf qila olmaydigan kishilardir. Bular salgina muvaffaqiyatsizlik yoki qiyinchilik kelib chiqqanda ham o'z oldiga qo'ygan maqsaddan voz kechib ish harakatini to'xtatadigan, o'z qarorini bekor qiladigan yuraksiz, qo'rqqoq kishilardir. Ular vaziyat talab qilganda zarur jasurlik sabot-matonat, chidam, toqat, qat'iyat ko'rsatmaydilar. Bular cho'chima, yalqov joni paxta kishilardir. Bunday kishilarning xatti-harakatlari odatda ularning o'zidan ko'ra tashqi sharoitga bog'liq bo'ladi.

Bunday xarakter xislatlarga ega bo'lgan kishilar pessimistik kayfiyatda bo'lib, dunyoga va hayotga umidsizlik bilan qaraydilar. Ular doimo barcha kishilarning salbiy, yomon tomonlarini ko'radilar, bu kishilarning fikricha, o'zlarining barcha kamchiliklari va muvaffaqiyatsizliklarining sababchisi boshqa kishilardir. Bu xildagi ba'zi kishilar passiv beparvo kayfiyatda bo'ladilar.

Irodaning mustaqilligi. Kishilarning irodaviy harakatlariga ularning mustaqillik darajasiga qarab ham baho beriladi. Irodaviy harakatlarning mustaqilligi kishining avvalo tashabbuskorligida ko'riladi. Tashabbuskorlik biror bir ishni

shaxsan boshlab yuborish demakdir. Tashabbuskorlik odatda tevarak-atrofdagi sharoit hamda ijtimoiy hayot talablarini epchillik, mohirlik bilan hisobga olish va ko'pincha kelajakni, yangilikni oldindan ko'ra bilish qobiliyati bilan bir vaqtda namoyon bo'ladi.

Tashabbuskor kishi shaxsiy hayotida ham, ijtimoiy faoliyatida ham vaziyat va turmush talablarini hisobga ola biladi, shu bilan bir vaqtda vazifalarni ilgari suradi, qo'yilgan vazifalarni amalga oshirish uchun yo'l va vositalari tanlaydi va bu vazifalarni hal etishda faol ishtirok etadi. Mustaqillik qilinilmagan va qilinilgan ish-harakatlar uchun javobgarlik sezishda ko'rinadi. Javobgarlikni sezish ayni harakatlarning to'g'riligiga, maqsadga muvofiq ekanligiga va zarurligiga ishonch hosil qilish demakdir.

Irodaning mustaqilligi yana boshqa kishilarning fikr, maslahat va takliflarini tanqidiy ko'z bilan mulohaza qilib chiqishda ham ko'rinadi.

Tanqidiy ko'z bilan mulohaza yuritish xarakter xislati bo'lib, boshqa kishilarning birga maslahat va takliflarini diqqat bilan tahlil qilishda ko'rinadi, xarakterning shu xislati bo'lgan kishi boshqa kishilarning fikr va maslahatlariga e'tibor bilan quloq soladi, ularga muayyan tamoyillar nuqtai nazaridan baho beradi, ijobiy foydali narsani qabul qilib undan foydalanadi, salbiy befoyda narsani dalillar bilan rad etadi.

Ayrim kishilarning iroda mustaqilligi ba'zan qaysarlik kabi maxsus holatda ko'rinadi.

Bu holat shundan iboratki, odam boshqa kishilarning aytgan hamma gaplariga, maslahat, iltimoslariga qarshilik ko'rsatadi. qaysarlik qilayotgan odam yo buyurilgan ishni qilmasdan, o'z bilganini qilaveradi yoki buyurilgan ishni teskarisini qiladi.

Intizomlilik - xarakter xislati bo'lib, jamiyat talablariga ongli ravishda o'z ixtiyori bilan bo'ysina bilishda ko'rinadi. Intizomlilik, jumladan, belgilangan tartibga aniq rioya qilishda,

olingan va'dani vijdonan bajarishda, o'z burchiga ongli ravishda bo'ysinishda o'z ifodasini topadi.

Intizomli kishi mustaqil tashabbuskor bo'lib, ayni vaqtda qabul qilingan qarorlarni so'zsiz ijro etadi, jamiyat manfaatlariga va axloq tamoyillariga itoat qila biladi.

Mustaqillik ayni vaqtda irodaning kuchli ekanligini ham ko'rsatadi. Iroda kuchi katta to'sqinliklarni bartaraf qila olish qobiliyati bilangina ifodalanmay, tashabbuskorlik ko'rsatish, mustaqillik, dadillik ko'rsatish va qabul qilingan qarorlar uchun, o'z xatti-harakatlari uchun mas'uliyat sezish bilan ham ta'riflanadi.

Irodaning axloqiyligi hayot va faoliyatda iroda kuchi, uning mustaqilligiga ijobiy yoki salbiy baho berganda qanday to'sqinlik va qiyinchiliklar bartaraf qilinganligini nazarda tutish bilangina cheklanib qolmay, asosan kishining axloqiy qiyofasi irodaviy harakatlarda qanchalik ifodalanishi, biron odamning irodasi naqadar axlohiy ekanligi ham nazarda tutiladi.

Irodaning axloqiyligi deganda odatda kishi o'z oldiga qanday maqsadlar qo'yilishi, bu maqsadlarga qanday vositalar bilan erishishi, irodaviy intilishlar (xohishlar) qanday mayllar tufayli kelib chiqishi va ma'lum bir qarorga kelishida qanday tamoyillarga amal qilishni nazarda tutamiz.

Irodaviy harakatlarda kishining axloqiy xislatlari namoyon bo'lsa, iroda kuchi ijobiy ahamiyatga ega deb hisoblaymiz. Ikkinchidan, kishilarning axloqiy hislarlari haqida fikr yuritilganda aytilgan so'zlarni emas, balki ularning ma'naviy qiyofasini ko'rsatadigan irodaviy harakatlarni nazarda tutamiz.

Shuning uchun kuchli irodaning mardlik, o'zini tuta bilish, sabot-matonat, chidam va jasurlik kabi xususiyatlari irodaning axloqiy sifatleri deb hisoblaymiz.

Kishi biror qarorga kelishda o'z qarori va harakatlari uchun axloqiy mas'uliyat sezsa, uning irodasi axloqiy hisoblanadi.

Kishining chinakam axloqiyligi ma'naviy qiyofasi, so'zida va muhokamalarida emas, balki faoliyatida, ishida va asosan mehnatda, ya'ni mehnatga va ishning o'ziga mehr qo'yishida namoyon bo'ladi.

O'zining intilish (mayllarida), qaror va harakatlarida har doim axloq tamoyillariga amal qiladigan kishilarni axloqli kishilar deb ataymiz.

Iroda borasidagi nazariyalar

Irodaning tadqiqoti uzoq tarixga ega bo'lib, u inson ongining mohiyatini kashf qilishdan boshlanib, muayyan bilimlar to'planishi tufayli shaxsning irodasi tabiatini tushunishga ilmiy yondashuv vujudga kelgan davrgacha bo'lgan tarixiy yo'lni bosib o'tgan.

Arastu o'z davrida irodani jon haqidagi fanning muhim tushunchasi deb e'tirof etgan. Uning fikricha, iroda inson xulq-atvorini o'zgartirishini boshqarish imkoniyatiga ega bo'lgan omil hisoblanadi.

Gumanitar yo'nalish, ya'ni inson muammolariga e'tiborning ortishi bilan o'z-o'zidan irodani o'rganish ham dolzarb masalaga aylanib bormoqda. XVIII-XIX asrlarda bu muammo eng markaziy psixologik tadqiqot masalalaridan biri edi. Biroq psixologiya fanida XX asr boshlarida ro'y bergan inqiroz tufayli u ikkinchi rejaga o'tib qoldi, uni mutlaqo inkor etish mumkin emas.

XVII asrdayoq **Gobbs** va **Spinozalar** ta'kidlab o'tganlaridek, faollik manbaini bemahsul sohaning paydo bo'lishi, deb tushuntirish mumkin emas, chunki uning shaxsiy kuch-quvvatini hissiy intilish bilan uzviylikda qarash lozim. Spinozaning fikricha, iroda bilan aql aynan bir narsadir.

Unga bunday yondashish irodaning ilmiy nuqtai nazardan tushuntirishni shakllantirgan bo'lsa, ikkinchi bir tomondan u mustaqil substansiya sifatida tan olindi. **V.Vundtning** mulohazasicha, irodaning negizida appersepsiya aktining

subyekti tomonidan ichki faollik uniki ekanligini his etish yotadi. Uning bu konsepsiyasi emotsional yoki affektiv nom bilan psixologiya faniga kirib keldi. **U.Djeymsning** tan olishicha, irodaviy harakatlar boshqa ruhiy jarayonlarga qorishtirib bo'lmaydigan birlamchi xususiyatga egadirlar.

Har qanday g'oya dastlab dinamik tendensiyaga ega bo'lganligi tufayli irodaviy aktning vazifasi diqqat yordami bilan bir g'oyaning boshqasi ustidan ustuvorligini ta'minlashdan iboratdir.

Etarli darajada qat'iy fikr qaror topganligi, iroda - bu insonning qo'yilgan maqsadlariga erishish uchun qilgan faolligidir. Iroda tushunchasi mohiyatiga inson tomonidan maqsad g'oya olish kabi shaxsiy g'aydasini va xulqini idora qilish ham kiritiladi. **I.V.Selivanov** irodani tadqiq etish negizidan kelib chiqqan holda ayrim xulosalarni chiqaradi:

a) *iroda*-bu shaxsning o'z faoliyatini va olamdagi o'zini-o'zi boshqarish shakllarini anglashning tavsifidir;

b) *iroda*-inson yaxlit ongining bir tomoni hisoblanib, u onging barcha shakl va bosqichlariga taalluqlidir;

v) *iroda*-bu amaliy ong, o'zgaruvchi va qayta quriluvchi olam, shaxsning o'zini ongli idora qilishlikdir;

g) *iroda*-bu shaxsning hissiyoti va aql-zakovati bilan bog'liq bo'lgan xususiyatidir, ammo qaysidir harakatining motivi, turtkisi hisoblanadi.

V.I.Selivanov irodaning psixologik jabhalarini yoritayotib, u shunday g'oyani ilgari suradi, insonning ongini jarayonlar, holatlar, xislatlarni o'zida mujassamlashtiruvchi yaxlit tizim sifatida tasavvur qilish mumkin.

Shaxsning u yoki bu ongli harakati o'zining tuzilishiga ko'ra bir davrning o'zida ham aqliy, ham hissiy, ham irodaviy hisoblanadi.

Tadqiqotchi **V.I.Ivannikov** esa irodani motivatsiyaning ixtiyoriy shakli sifatida tushunadi. Shuningdek, harakat ma'nosining o'zgarishi hisobiga tarmoqllovchi yoki qo'shimcha turini yaratuvchi imkoniyat yangi real motivlarni harakat bilan

birlashtiruvchi, yoki vaziyatning tasavvur motivi tariqasida talqin qiladi. Irodaviy boshqaruv esa harakatni "ixtiyoriy boshqaruv ko'rinishlarining bittasi sifatida" tushuniladi, bunda boshqaruv motivatsiyaning ixtiyoriy o'zgarishi orqali amalga oshirilishi sifatida qaraladi.

Keltirilgan mulohazalardan ko'rinib turibdiki, psixologiya fanida irodani tushunish, ta'riflash bo'yicha bir xil munosabat yaratilmaganday, irodaviy sifatlarning ma'naviy asosini tahlil qilish yuzasidan ham umumiylik, mustaqillik, qat'iyatlilik, sabr-toqatlilik, intizomlilik, dadillik, jasoratlilik va tirishqoqlilikni kiritadi.

P.M.Yakobson bo'lsa, irodaning muhim sifatlari sifatida mustaqillik, qat'iylik, tirishqoqlik o'zini uddalashni ko'rsatadi. Insonda namoyon bo'ladigan irodaviy sifatlarni sarasiga **A.I.Shcherbakov** quyidagilarni kiritadi: sobitqadamlik va tashabbuskorlik, tashkillashganlik va intizomlilik, urinchoqlik va qat'iyatlilik, chidamlilik va o'zini uddalashlik, botirlik va jasoratlilik.

Iroda borasidagi tadqiqotlarda "ishonch" atamasi qo'llanilishi kamdan-kam hollarda qo'llaniladi. Shunga qaramasdan ishonch, iroda sifati tariqasida tadqiq etilishga haqlidir.

Buning uchun **A.I.Shcherbakov** tomonidan quyidagicha tadqiqot ishi amalga oshirilgan. Tadqiqotchining ta'kidlashicha, bir talabaga qisqa vaqt (fursat) ichida insitutni tugatish taklif qilingan, lekin sinaluvchi bu ishni uddasidan chiqarolmaslikni oshkora bildirgan.

Shundan so'ng tadqiqotchi talabada o'z kuchiga ishonch uyg'otishni maqsad qilib qo'ygan va unda irodaviy zo'r berish, qiyinchiliklarni yengish vositalarini shakllantirgan.

Buning natijasida talaba o'z maqsadiga erishishga musharraf bo'lgan. Xuddi shu bois hozirgi zamon psixologiyasining irodaga oid nazariyasi zaifligi tufayli irodaviy sifatlarni tasniflashning asosiy tamoyili ishlab chiqilmagandir.

Tayanch iboralar

Abuliya (yunon. Abule - irodani inkor etmoq) - eng oddiy, osongina masalalar bo'yicha ham ma'lum qarorga kelish qobiliyati yo'qligida namoyon bo'ladigan o'ta irodasizlik.

Iroda erkinligi - falsafiy - ahloqiy kategoriyani ifoda etuvchi tushuncha. U o'z - o'zini aniqlash jarayonida kishi irodasining moslashishiga bog'liq.

Lokus nazorat (lot. lokus joy) - odamning o'z faoliyati natijalariga javobgarligini tashqi kuchlardan ko'rish (eksternal, tashqi lokus nazorati) yoki o'zining qobiliyatlarini intilishlardan ko'rish xislati (internal, ichki lokus nazorati).

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular

1. Iroda haqida tushuncha.
2. Irodaviy faoliyatning umumiy xususiyatlari.
3. Iroda nazariyalari.
4. Irodaviy akt va uning tuzilishi.
5. Shaxsning irodaviy sifatleri.
6. Irodani tarbiyalash.
7. Irodaning individual xususiyatlari.

Test topshiriqlari

1. Qaysi qatorda iroda tushunchasiga to'g'ri ta'rif berilgan?

- A) maqsadga erishish uchun zarur bo'lgan irodaviy zo'r berish
- B) muammoning hal etishning biror usulini tanlash
- V) ong tomonidan to'liq nazorat qilinmaydigan va beixtiyor tarzda bajariladigan harakatlar
- G) maqsadga erishish yo'lida turgan qarama-qarshiliklarni bartarf qilish uchun zo'r berish bilan bog'liq bo'lgan va ma'lum maqsadga yo'naltirilgan ongli harakatlar

D) ichki va tashqi qiyinchiliklarni yengish uchun xatti-harakatlarni tanlash imkoniyatida namoyon bo'ladigan ruhiy aks ettirish shakli

2. Qaysi qatorda irodaviy harakat tushunchasining mazmuni keltirilgan?

- A) maqsadga erishish uchun zarur bo'lgan irodaviy zo'r berish
- B) muammoning hal etishning biror usulini tanlash
- V) ong tomonidan to'liq nazorat qilinmaydigan va beixtiyor tarzda bajariladigan harakatlar
- G) maqsadga erishish yo'lida turgan qarama-qarshiliklarni bartarf qilish uchun zo'r berish bilan bog'liq bo'lgan va ma'lum maqsadga yo'naltirilgan ongli harakatlar
- D) ichki va tashqi qiyinchiliklarni yengish uchun xatti-harakatlarni tanlash imkoniyatida namoyon bo'ladigan ruhiy aks ettirish shakli

3. Qaysi qatorda iroda kuchi tushunchasining mazmuni keltirilgan?

- A) maqsadga erishish uchun zarur bo'lgan irodaviy zo'r berish
- B) muammoning hal etishning biror usulini tanlash
- V) ong tomonidan to'liq nazorat qilinmaydigan va beixtiyor tarzda bajariladigan harakatlar
- G) maqsadga erishish yo'lida turgan qarama-qarshiliklarni bartarf qilish uchun zo'r berish bilan bog'liq bo'lgan va ma'lum maqsadga yo'naltirilgan ongli harakatlar
- D) ichki va tashqi qiyinchiliklarni yengish uchun xatti-harakatlarni tanlash imkoniyatida namoyon bo'ladigan ruhiy aks ettirish shakli

4. Qaysi qatorda impulsiv harakat tushunchasining mazmuni keltirilgan?

A) maqsadga erishish uchun zarur bo'lgan irodaviy zo'r berish

B) muammoning hal etishning biror usulini tanlash

V) ong tomonidan to'liq nazorat qilinmaydigan va beixtiyor tarzda bajariladigan harakatlar

G) maqsadga erishish yo'lida turgan qarama-qarshiliklarni bartarf qilish uchun zo'r berish bilan bog'liq bo'lgan va ma'lum maqsadga yo'naltirilgan ongli harakatlar

D) ichki va tashqi qiyinchiliklarni yengish uchun xatti-harakatlarni tanlash imkoniyatida namoyon bo'ladigan ruhiy aks ettirish shakli

5. Insondagi irodaviy harakat qanday tamoyilga asoslanadi?

A) ong va faoliyat birligi

B) ongni faoliyatda rivojlanishi

V) determinizm

G) evolyutsion qonuniyatga

D) hech qanday tamoyilga

6. Iroda erkinligi ta'limotiga ko'ra

A) irodaviy harakatlar odamga irsiy yo'l bilan beriladi

B) irodaviy harakatlar inson shaxsiga ongiga bog'liq emas

V) irodaviy harakatlar ilohiy kuchga bog'liq

G) odamning irodasi azaldan belgilangandir

D) irodaviy harakatlar hech qanday sababga bog'liq emas

7. Irodaviy harakatlarning nerv fiziologik asosini nima tashkil qiladi?

A) bosh miya katta yarim sharlari po'stining shartli reflekslari va ikkinchi signallar tizimi

B) ikkinchi signallari tizimi

V) oliy nerv faoliyati tiplari

G) shartsiz va shartli reflekslar

D) dinamik stereotip

8. Iroda inson xulq-atvorini o'zgartirishga boshqarishga imkoniyatiga ega bo'lgan omil hisoblanadi. Mazkur fikr muallifi qaysi qatorda ko'rsatilgan?

A) Aflotun

B) Arastu

V) Suqrot

G) V.A. Ivannikov

D) V.I. Selivanov

9. Iroda borasidagi tadqiqotlar qachondan boshlandi?

A) inson ongining mohiyatini kashf qilinishi

B) iroda borasidagi muayyan bilimlarni to'planganligi

V) inson ongining mohiyatini kashf qilinishi va iroda borasidagi muayyan bilimlarni to'planganligi

G) shaxs muammosiga qiziqishning ortib borishi bilan

D) barcha javoblar to'g'ri

10. Iroda va aql aynan bir narsadir. Mazkur fikr muallif qaysi qatorda keltirilgan?

A) Gobss

B) Spinoza

V) U.Djems

G) V.Vundt

D) V.I. Selivanov

11. Irodani negizida appersepsiya aktining subyekt tomonidan ichki faollik uniki ekanligini his etishi yotadi. Mazkur fikr muallifi qaysi qatorda keltirilgan?

A) Gobss

B) Spinoza

V) U.Djems

G) V.Vundt

D) V.I. Selivanov

12. Irodaviy harakatlar boshqa ruhiy jarayonlarga qorishtirib bo'lmaydigan birlamchi xususiyatga egadirlar. Mazkur fikr muallifi qaysi qatorda keltirilgan?

- A) Gobss
- B) Spinoza
- V) U.Djems
- G) V.Vundt
- D) V.I. Selivanov

13. V.Vundt tomonidan iroda borasidagi konsepsiyasi qanday nom bilan nomlanadi?

- A) tarixiy madaniy
- B) aqliy harakatlarni bosqichma bosqich shakllantirish nazariyasi
- V) emotsional
- G) emotsional yoki affektiv
- D) affektiv kognitiv

14. V.I. Selivanov tomonidan iroda borasidagi xulosasi qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) iroda - bu shaxsning o'z faoliyatini va tashqi olamdagi o'zini-o'zi boshqarish shakllarini anglashning tavsifidir
- B) iroda - insonning yaxlit ongining bir tomoni hisoblanib u ongning barcha shakl va bosqichlariga taalluqlidir.
- V) iroda - bu amaliy ong o'zgaruvchan va qayta quriluvchi olam shaxsning o'zini ongli idora qilishlikdir
- G) iroda - bu shaxsning hissiyoti va aql-zakovati bilan bog'liq bo'lgan xususiyatidir, omma qaysidir harakatning motivi (turtkisi) hisoblanadi
- D) barcha javoblar to'g'ri

15. Iroda ongli bajarilishi maqsadga yo'naltirilgan harakatni amalga oshirish uchun ichki va tashqi qiyinchiliklarni yengib ketish imkoniyati borligini bilish

deb ta'riflanadi. Mazkur ta'rif muallifi qaysi qatorda keltirilgan?

- A) V.A. Selivanov
- B) V.A. Ivannikov
- V) V.A. Kruteskiy
- G) P.M. Yakobson
- D) A.I. Shcherbakov

16. Iroda - inson xulq-atvoridagi reaktivlik va faollikning o'zaro ko'rinishidir. Mazkur fikr muallifini aniqlang?

- A) V.A. Selivanov
- B) V.A. Ivannikov
- V) V.A. Kruteskiy
- G) P.M. Yakobson
- D) A.I. Shcherbakov

17. Qaysi olim o'z asarlarida irodaviy sifatlar tarkibiga sobtqadamlik mustaqillik qati'yatlilik sabr-toqatlilik intizomlilik dadillik jasoratlilik va tirishqoqlikni kiritadi?

- A) V.A. Selivanov
- B) V.A. Ivannikov
- V) V.A. Kruteskiy
- G) P.M. Yakobson
- D) A.I. Shcherbakov

18. Qaysi olim irodaning muhim sifatlariga mustaqillik qat'yatlilik tirishqoqlik o'zini uddalashlarni kiritadi?

- A) V.A. Selivanov
- B) V.A. Ivannikov
- V) V.A. Krutetskiy
- G) P.M. Yakobson
- D) A.I. Shcherbakov

19. Irodaviy sifatlar muammosiga turlicha yondashib quyidagi sifatlarga ajratgan psixolog olimni aniqlang, ya'ni irodaviy sifatlarga sobitqadamlik va tashabbuskorlik tashkillashganlik va intizomlilik urinchoqlik va tirishqoqlik dadillik va qat'iyatlilik chidamlilik va o'zini uddalashga botirlik va jasoratlik va boshqalar.

- A) V.A. Selivanov
- B) V.A. Ivannikov
- V) V.A. Kruteskiy
- G) P.M. Yakobson
- D) A.I. Shcherbakov

20. Qaysi olim tomonidan iroda sifatlarini tasniflashni amalga oshirilgan?

- A) V.A. Selivanov
- B) V.A. Ivannikov
- V) V.K. Kalin
- G) P.M. Yakobson
- D) A.I. Shcherbakov

21. "Tirishqoqlik - qiyinchilikka va muvaffaqiyatsizlikka qaramasdan maqsadga erishish yo'lida uzluksiz ravishda intilishning paydo bo'lishidir". Mazkur fikr muallifini aniqlang?

- A) Ye.P. Ilin
- B) V.A. Ivannikov
- V) V.A. Kruteskiy
- G) P.M. Yakobson
- D) A.I. Shcherbakov

22. Psixologiyada irodani ekspremental usulda o'rgangan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) V.A. Selivanov
- B) V.A. Ivannikov
- V) V.A. Kruteskiy

- G) P.M. Yakobson
- D) Ye.I. Ignatev

23. Iroda sifatlarini tadqiq qilishda test o'rniga gimnastik stoldan foydalangan psixolog olimni aniqlang?

- A) V.A. Selivanov
- B) V.I. Markova
- V) V.A. Kruteskiy
- G) P.M. Yakobson
- D) A.I.S hcherbakov

24. Irodaviy faoliyatning xususiyatlari nimalardan iborat?

- A) irodaviy harakatlarni shaxs hamisha ularning subyekt sifatida amalga oshiradi
- B) irodaviy akt harakat shaxs to'la to'kis ma'sullikni zimmasiga olgan ish amal sifatida ichdan kechiriladi.
- V) irodaviy faoliyat tufayli inson ko'p jihatdan o'z-o'zini shaxs sifatida anglaydi
- G) irodaviy faoliyat sababli shaxs o'z hayot yo'li va taqdirini o'zi belgilashni tushunib yetadi
- D) barcha javoblar to'g'ri

25. Insonning shaxsiy faoliyati natijalari uchun ma'suliyatni tashqi kuchlarda va sharoitlarda qayd qilish shuningdek shaxsiy kuch va g'ayratiga moyillikni anglaydigan mezonlar.....deb ataladi?

- A) impulsiv harakatlar
- B) nazoratni lokallashtirish
- V) nazorat lokusi
- G) iroda kuchi
- D) motivlar kurashi

26. Shaxsning individual faoliyati natijalari uchun ma'suliyatni tashqi kuchlarda va sharoitlarda qayd

qilinishi shuningdek ularning kuch g'ayratiga moyilligini belgilaydigan sifatlar majmui..... deb ataladi?

- A) impulsiv harakatlar
- B) nazoratni lokallashtirish
- V) nazorat lokusi
- G) iroda kuchi
- D) motivlar kurashi

27.Nazoratni lokallashtirish qanday turlarga ajratiladi?

- A) 2 ta ekstravert va interovert
- B) 3 ta ichki, tashqi va oraliq
- V) 3 ta keng, tor, aralash
- G) 2 ta ekstrenal, internal
- D) 2 ta yuzaki, chuqur

28.Inson xulq-atvorining irodaviy boshqarilishi qanday amalga oshiriladi?

- A) ixtiyorsiz xatti-harakatlarni ixtiyoriy harakatlarga qayta o'zgartirish
- B) o'z xatti-harakatlari ustidan nazorat o'rnata olish
- V) shaxsning irodaviy sifatlarini tarbiyalash
- G) barcha javoblar to'g'ri
- D) to'g'ri javob berilmagan

29. Amalga oshirishning xususiyatlaridan biri bo'lib bu bajarilayotgan harakatlarning erkin ekanligini shaxs tomonidan anglashdan iborat jarayon bu.....

- A) impulsiv harakatlar
- B) nazoratni lokallashtirish
- V) nazorat lokusi
- G) iroda kuchi
- D) iroda akti

30.Miya tuzilishini shikastlanishi tufayli yuzaga keladigan harakatlar maqsadga muvofiqligini murakkab buzilishidan iborat psixopatalogik holatdir. Mazkur tushunchaning nom qaysi qatorda to'g'ri ko'rsatilgan.

- A) abuliya
- B) apraksiya
- V) aleksiya
- G) yalqovlik
- D) agrofiya

Nazorat savollari

- 1.Iroda tushunchasining mazmunini izohlang.
- 2.Irodaviy faoliyatning umumiy xususiyatlari nimalarda ko'rinadi?
- 3.Iroda nazariyalarining mohiyatiga ta'rif bering?
- 4.Irodaviy akt va uning tuzilishini mazmunini ko'rsating.
- 5.Shaxsning irodaviy sifatlariga nimalar kiradi?
- 6.Irodaning individual xususiyatlarining mazmunini izohlang.

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan adabiyotlar

- 1.Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии. — М.: «Просвещение», 1986.
- 2.Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учебное пособие для вузов. — М.: ЧеРо, 1997.
- 3.Davletshin M. G. Umumiy psixologiya. — T.: 2002.
- 4.Джемс В. Психология. — М.: 1991.
- 5.Зимин П. П. Воля и ее воспитание у подростков. — Ташкент, 1985.
- 6.Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции. — М.: 1998.
- 7.Ильин Е. П. Психология воли. — СПб.: Питер, 2000.
- 8.Karimova V. M. Psixologiya. — T.: 2002.

9.Маклаков А. Г. Общая психология. — М.; "Питер", 2003.

10. Немов Р.С Психология 1-китоб. — М.: 1999.

11.Общая психология: Курс лекций/ Сост. Е. И. Рогов. — М.: Владос, 1995

11. Psixologiya qisqacha izohli lug'at. — T.: 1998.

12. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: Питер, 1999.

13. Turg'unov Q. Psixologiya terminlarining ruscha-o'zbekcha izohli lug'ati. — T.: «O'qituvchi» nashriyoti, 1975.

14. Umumiy psixologiya (A.V. Petrovskiy tahriri ostida). — T.: «O'qituvchi», 1992.

15. G'oziyev E. G'. Umumiy psixologiya 1-2 kitob. — T.: 2002.

MOTIVATSIYA

Motiv va motivatsiya tushunchasining mazmuni

Garchand psixologik adabiyotlarda ayniqsa yosh va pedagogik psixologiyaga oid manbalarda motiv va motivatsiya masalasi ko'p bora ko'tarilgan bo'lsa-da, batafsil yoritilmagan. Masalan, ayrim psixologlar maktabgacha yoshda ayrim tarqoq situasion mayllar ma'lum motivlar tizimlariga aylanib borishini qayd etadilar. Biroq bu fikr atroficha chuqurroq o'rganilmagan. Shunga muvofiq adabiyotlarda psixologlar tomonidan olib borilgan tadqiqotlar asosida motiv va motivatsiya tushunchasi turlicha talqin qilingan.

Eng keng tarqalgan ta'riflarga ko'ra, **motiv** - bu kishini faoliyatga undovchi kuch, sabab yoki ehtiyojlar yig'indisidan iboratdir.

Motiv tushunchasiga olimlar tomonidan quyidagicha ta'rif beriladi:

A.Maslouning fikricha, **motiv** bu ehtiyojlar yig'indisidir.

S.L.Rubinshteynning ta'kidlashicha, **motiv** bu ehtiyojning his qilinishi va qondirilishi.

S.L.Rubinshteyn. "**Motivatsiya** - bu psixika orqali amalga oshuvchi determinasiyadir".

A.N.Leontev - **motivni** inson faoliyatiga yo'nalgan aniq ehtiyojlar va uni qo'zg'atadigan voqelik deb hisoblaydi.

Motiv -ma'lum ehtiyojlarni qondirish bilan bog'liq faoliyatga undovchi sabab.

Motivatsiya keng ma'noda inson hayotining (uning xulq-atvori, faoliyatining) murakkab ko'p qirrali boshqaruvchisi deb qaraladi.

Motivatsiya - insonni faoliyatga undashning murakkab, ko'p darajali tizimi bo'lib, u o'zida ehtiyojlarni, motivlarni, qiziqishlarni, ideallarni, intilishlarni, ustanovkalarni, emotsiyalarni, normalarni, qadriyatlarini mujassamlashtiradi.

Motivatsiya - murakkab tuzilma, faoliyatni harakatlantiruvchi kuchlar majmuasi bo'lib, u o'zini mayllar, maqsadlar, ideallar ko'rinishida namoyon qiladi va inson faoliyatini bevosita aniqlab, boshqarib turadi.

Motivatsiya - odamni faol faoliyatga undovchi sabablar majmuidir.

V.S.Merlin motivlar tizimlarining ayrim jihatlarini ancha batafsil yoritib bergan. U motivlar tizimlarining shakllanish jarayonini quyidagicha tasavvur etadi: "turli motivlar bora-bora o'zaro bog'liq va bir-biriga tobe bo'lib boradi hamda oxir oqibatda motivlarning yaxlit tizimi vujudga keladi". V.S.Merlin fikricha, motivlar tizimining shakllanishi jarayonida nafaqat motivlar barqarorligi, balki motivlarni anglash kabi shartlar bajarilishini talab etiladi.

Demak, V.S.Merlin bo'yicha motivlari tizimlari o'zaro bog'liq va bir-biriga tobe shaxs motivlarining bir butun yig'indisidan iborat. Ammo V.S.Merlin garchi motivlar tizimlarining ayrimlarini haqiqatdan ham muhim jihatlarini ko'rsatib o'tgan bo'lsa ham, motivlar o'rtasidagi tizimli munosabatlarni motivlar tizimlari va faoliyat ko'rsatish muammosini tadqiq etmagan.

Chet el psixologlari orasida **A.Maslou** ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasi bilan mashhurdir. O'z nazariyasida A.Maslou ehtiyojlarning quyidagi ierarxik qatorini ajratadi: fiziologik ehtiyojlar, xavfsizlikka bo'lgan ehtiyoj, muhabbat va boshqalar bilan bog'liq bo'lish ehtiyoji, hurmatga bo'lgan ehtiyoj, insonning o'z yashirin imkoniyatlarini to'laro namoyon etish va ro'yobga chiqarish ehtiyoji va boshqalarni kiritadi. A.Maslou fikricha, muayyan ehtiyojning qondirilishi uchun avval ierarxik qatorda undan oldingi ehtiyoj qondirilgan bo'lishi talab etiladi. Boshqacha qilib aytganda, A.Maslou konsepsiyasida ierarxiyada yuqori o'rinni egallovchi ehtiyojlar quyi o'rindagi ehtiyojlarga tobedir. A.Maslou konsepsiyasida motivasion jarayonlar boshqaruvida odam ongining ishtiroki, boshqaruvdagi roli e'tiborsiz qoldirilgan. Olim ehtiyojlar

ierarxiyasidagi vertikal munosabatlarni tahlil qilib, bir darajada joylashgan ehtiyojlar orasidagi gorizantal munosabatlar esa o'rganilmagan.

Mashhur nemis olimi **Kurt Levin** motivlar muammosi, ayniqsa, shaxsdagi ijtimoiy xulq motivlari borasida katta, keng qamrovli tadqiqotlar olib borib, shu narsani aniqlaganki, har bir odam o'ziga xos tarzda u yoki bu vaziyatni idrok qilish va baholashga moyil bo'ladi.

Motivatsiya tushunchasini turlicha ifodalash, motivatsiyaning mazmuni va energetik tomoni haqidagi muhim savol psixologlar tomonidan ifodalab berildi. Xorij psixologlari uchun motivatsiya tushunchasini xarakterli aniq bir tomonlama energetik faollik manbai sifatida qaraladi, ular mazmunli tomoniga e'tibor bermay, aniq mexanizmlar sifatida energiya, boshqaruv va xulq-atvorga taqsimlaydilar.

Ierarxik, darajaviy tuzilish - bu tizimlilik xususiyatiga ega bo'lgan hodisalarning bir jihatidir. Shu tufayli shaxs motivasion sohasining ierarxiyasini samarali tadqiq etish uchun uni motivasion hodisalarning boshqa jihatlar bilan aloqadorlikda o'rganish zarur bo'ladi. Motivasion hodisalar tizimlilikini tadqiq etishda asosiy e'tibor esa bu hodisalar o'rtasidagi tizimli munosabatlarni o'rganishga qaratilishi kerak. Bu borada **R.S.Vaysmanning** shaxs motivasion sohasining tizimlili haqida bildirilgan fikri alohida e'tiborga loyiq. Uning yozishicha, "Motivasion sohaning tizimlili - motivasion o'zgaruvchilar o'rtasidagi aloqadorlik, xilma-xil munosabatlar mavjudligida namoyon bo'ladi. Shunday munosabatlardan biri ierarxik munosabatdir. Yana bir turdagi munosabatni "ro'yobga chiqarish" munosabati deb atash mumkin. Bu munosabat shuni anglatadiki, har bir ehtiyojning qondirilishida turli motivlar yig'indisining ro'yobga chiqarilishi mumkin. Uchinchi turdagi munosabat shunda namoyon bo'ladiki, har xil ehtiyojlarning qondirilishida bir motiv ishtirok etadi yoki aksincha, bir ehtiyoj qondirilishida turli motivlar qatnashadi. Bunday munosabat "o'zaro tobelik" munosabati nomini oldi.

R.S.Vaysman shaxs motivasion sohasidan tizimli munosabatlarning juda qiziq tasnifini keltiradi. Ammo ajratilgan munosabatlar qatorini boshqaruv, tartiblashtirilganlik va shu kabi munosabatlar bilan to'ldirish mumkin bo'ladi. Qolaversa, R.S.Vaysman motivasion o'zgaruvchilar o'rtasidagi tizim hosil qiluvchi asosiy munosabatni ajratmagan, bir turdagi va har xil turdagi motivasion hodisalarni bir-biridan farqlamagan.

Chet el olimlarining motivatsiya sohasidagi tadqiqotlari orasida **G.Olportning** motivlar funksional avtonomiyasi nazariyasi alohida o'rin egallaydi. Bu nazariyada motivlar transformatsiyasi, tizimli rivojlanishi jarayon sifatida talqin etiladi. G.Olport o'z konsepsiyasida tizimlarning umumiy nazariyasi g'oyalaridan, ayniqsa, ochiq tizimlar haqidagi g'oyadan keng foydalangan. Olimning fikricha, shunday motivlar borki, ular yarim yopiq tizimlarning tabiatiga monand faoliyat ko'rsatadi va rivojlanadi, ya'ni funksional avtonomiyaga ega. Bir tizimga kiruvchi motivlarni G.Olport reaktiv, tashqi undovga muhtojlik qonunlariga bo'ysunuvchi motivlar, deb ataydi. Ammo G.Olportning ta'kidlashicha, shaxs ochiq tizimlar kabi o'zgaruvchi va rivojlanuvchi motivlar bilan tavsiflanadi, degan fikr haqiqatga yaqinroqdir. Agar avvalgi tizim motivlarning perseverativ funksional avtonomiyasi, deb atalgan bo'lsa, keyingi tizimni G.Olport propriativ funksional avtonomiya, deb ataydi. Ochiq, yopiq va yarim ochiq tizimlar haqida to'xtalar ekan u yopiq tizim modelini shaxs va uning motivatsiyasiga qo'llab bo'lmasligini ta'kidlagandi. Ochiq funksional tizim taraqqiyot uchun zamin hozirlaydi, uni esa undovchi muhtojlik doirasida tushuntirib bo'lmaydi.

G.Olport tomonidan shaxs motivlarining ochiq tizimlar sifatida tahlil etilishi, shaxs va shaxs motivlari taraqqiyoti chegarasiz jarayon ekanligini ta'kidlash uchun imkoniyat beradi.

Shunday qilib, biz shaxs motivasion sohasi haqidagi turli qarashlar, ularda tizimli yondashuv g'oyalarining aks etishi

masalasini ko'rib chiqdik. Mazkur qarashlar motivatsiya sohasidagi zamonaviy tadqiqotlarning ajralmas qismiga aylandi. Ko'rsatib o'tilganidek, psixolog olimlar tomonidan motivasion soha tizimlilikiga oid turli jihatlarni qayd qilinmoqda. Ayni damda motivasion mexanizmlar haqidagi tizimli yondashuvga asoslangan tasavvurlar turli yo'nalishlarda tadqiq etilmoqda. Biroq tadqiqotlarning barchasini bir yo'nalish - motivasion hodisalar o'rtasidagi ma'no hosil qiluvchi aloqa va munosabatlarni tadqiq etish atrofida birlashtirish mumkin.

Ko'pchilik psixologlar fikricha, motivatsiya muammosi shaxs psixologiyasining markaziy muammosidir. Shaxs psixologik tuzilishining butunligi, xulq-atvor va uni harakatga keltiruvchi kuchlar o'rtasidagi aloqadorlik motivatsiya muammosini o'rganishda tizimli yondashuvni qo'llash uchun keng imkoniyat yaratib yeradi.

Xorij psixologlaridan neofreydistlar hisoblanmish **A.Adler**, **K.Yung** kabilar tomonidan ilgari surilgan motiv va motivatsiya borasidagi nazariyalarga asosiy e'tiborni qaratamiz. A.Adlerning fikricha, insonni harakatga undovchi asosiy kuch uning faoliyati maqsadini aniqlovchi, ularga erishish yo'llari manbai hisoblanadi. **Xorning** ta'kidlashicha, inson xulqi motivatsiyasini boshqa motivlar yordamida aniqlash mumkin. Jumladan, birlamchi bezovtalanish atrof-muhitga nisbatan dushmanlik hissini tug'diradi, xavfsizlikka ehtiyoj esa insonni boshqa odamlar tomonidan baholash va o'z-o'zini baholashga nisbatan ichki intilishini vujudga keltiradi. **E.Fromm** ham o'z qarashlarida libido masalasiga katta e'tibor bermaydi, chunki uni qiziqtirgan muammo inson xulqi jabhalarida ijtimoiy va psixologik omillarning o'zaro ta'sir o'tkazish jarayonidir.

Geshtalt psixologiya maktabi namoyondalari uchun motivatsiya o'ziga xos talqinga ega bo'lib, uning mohiyatini eksperimental tarzda o'rganishga nisbatan intilish yuqori ko'rsatkichga ega ekanligi bilan boshqalardan ajralib turadi.

K.Levin (1890-1947) motivlarni eksperimental o'rganish metodikasini ishlab chiqib, ularni mutlaqo mustaqil holat sharoitida tushuntirishga harakat qilgan va bu borada muayyan muvaffaqiyatlarga erishgan. Geshtalt psixologiya maktabining namoyondalariga obraz tushunchasi qanchalik o'ta ahamiyatli bo'lsa, K.Levinning maydon nazariyasi uchun motiv kategoriyasi xuddi shunday muhim ahamiyat kasb etadi. Obraz va motiv o'zaro aloqasiz hukm surishi ta'kidlanadi, motivatsiyani amalga oshiruvchi vaziyatning predmetli ma'noviy mazmuni esa inkor qilinadi.

K.Levin motivni quyidagicha ifodalaydi: **motiv** - muayyan muvaffaqiyatli mikrintervalda shaxsning bevosita yaqqol muhit bilan munosabatlaridan kelib chiquvchi voqelikdir. Uning mazkur nazariyasida insonda har xil ma'no anglatuvchi ikkita motivasion o'zgarish hukm surishi tan olinadi. Geshtalt psixologlarning asarlarida shunday qolatlar ham mavjudki, ularda xulq motivatsiyasi muammolari shaxsning muhim xususiyatlarini tahlil qilish negizidan kelib chiqib qaraladi. Ushbu holat G.Olport konsepsiyasida yaqqol ko'zga tashlanadi. Uningcha, eng muhim jihat bu inson xulqini o'zgarish sabablarini ochishdir. Shuning bilan birga mazkur vaziyatga olib keluvchi motivlar omillarini tekshirishlari ham alohida ahamiyatga ega ekanligini anglab yetish qiyin emas.

Rus psixologlari orasida **V.G.Aseevning** tadqiqotlarida motivasion tizim masalasi ancha chuqur o'rganilgan. Uning fikricha, inson motivasion sohasining ontogenetik taraqqiyoti davomida bu soha tizimli rivojlanishga nisbatan moyillikni namoyon etadi. Bu moyillik V.G.Aseev ko'rsatishicha, stixiyali shakllanuvchi, undovchi kuchlarning kattaroq motivasion birliklarni o'zaro qo'shib hosil qilishda namoyon bo'ladi. Motivasion tizimning birligi sifatida V.G.Aseev undovchi kuchlarni qayd etadi. Bu tushuncha doirasiga u motiv, ehtiyoj, qiziqish, intilish, maqsad, ideal, mayl, motivasion ustanovka va boshqalarni kiritadi. Shunday qilib, V.G.Aseev turli motivasion hodisalar, mayl turlari o'rtasida tizimli munosabat mavjud deb

hisoblaydi. Demak, bunday yondashuvda motivasion tizim komponenti mayl bo'lib hisoblanadi.

V.G.Aseev shaxs motivasion sohasining tuzilishi muammosiga ham katta e'tibor beradi. Uning qayd etishicha, inson motivasion sohasining tuzilishi quyidagi xususiyatlarga ega: situasion va impulsiv undovchilarning yonma-yon joylashganligi, shaxsiy mayllarning mazmun va dinamik sifatlariga ko'ra bir-biriga yaqinligi. Bu xususiyatlar motivatsiyaning tizimli sifatlarini o'rganishda katta ahamiyatga ega.

Ayrim tadqiqotchilar masalan, **V.E.Chudnovskiy**, **V.I.Kovalev** motivlar tizimi va shaxs yo'nalishi o'rtasida aloqadorlik mavjudligini qayd etmoqda. **P.T.Yakobson** esa xulq-atvor motivatsiyasi muayyan qadriyatlar tizimlari bilan bog'liqligini ta'kidlab, motivlarni shaxs qadriyatlari orientatsiyasiga tobe birliklar sifatida o'rganishni taklif etadi. Uning fikricha, bunday izlanish ijtimoiy psixologik yo'nalishda amalga oshirilishi kerak.

Motivlar tizimi tushunchasiga berilgan ancha keng ta'riflarni adabiyotlarda uchratish mumkin. Jumladan, V.S.Morozovning qayd etishicha, "Shaxs motivlar tizimini uning subyektiv ehtiyojlari, maqsadlari, g'oyalari, qarashlari, tasavvurlari shuningdek, intilishlari, shakllari va boshqalar tashkil etadi". Bunday ta'rifda "tizim" tushunchasi qanday ma'noda qo'llanilayotgani ancha noma'lum. Uni aniqlashtirish talab etiladi.

Yuqorida tilga olingan muammolar bilan shaxs motivasion sohasining darajaviy tuzilishi muammosi bevosita bog'liq. Psixik hodisalarning darajaviy tuzilishi g'oyasi psixologiyada keng tarqalgan va tadbiiq etib kelinmoqda va bu bejiz emas, zero darajali tuzilish haqidagi tasavvurlar turli psixik hodisalarning muayyan tizimga keltirilgan modellarini hosil qilish imkoniyatini beradi. Shaxs motivasion sohasida o'z darajasi va murakkabligiga ko'ra turlicha bo'lgan motivasion hodisalarning mavjudligi darajaviy tuzilishi haqidagi

g'oyalarning bu yo'nalishda ham samarali qo'llash uchun sharoit yaratadi.

Inson motivasion sohasining ierarxik darajaviy tuzilishi masalasi motivatsiya bilan bog'liq eng o'tkir va keskin bahslarga sabab bo'luvchi muammolardan biridir. hozirgacha alohida olingan motivasion hodisalarning ierarxik tuzilishi ehtiyojlar ierarxiyasi va boshqalar tadqiq etib kelingan. Ammo barcha motivasion hodisalarning yagona ierarxik tuzilishi haqidagi masala etarlicha o'rganilmagan.

Rus psixologlari orasida motivlar ierarxiyasi masalasi **A.N.Leontev, L.I.Bojovich** va boshqalar tomonidan o'rganilgan. A.N.Leontev XX asrning 40-yillarida maktabgacha yosh davrida shaxs shakllana boshlashini ta'kidlar ekan, bu jarayon bolada motivlar ierarxiyasi tarkib topishi bilan bog'liqligini uqtirgan edi.

A.N.Leontev fikricha, subyektning tashqi olam bilan birga munosabatlari kengayib borgan sayin motivlarning o'zaro solishtirilishi yuz beradi, buning oqibatida esa ular o'rtasida ierarxik munosabatlar shakllanadi.

Motivlar ierarxiyasi olimning fikriga ko'ra, motivlar funksiyalari bilan belgilanadi. Boshqacha qilib, aytganda ierarxiyada yuqori o'rinni, ma'no hosil qiluvchi funktsiyani bajaradigan motivlar quyi o'rinni esa stimul motiv egallaydi.

Demak, A.N.Leontev motivlar funksiyasining ikki darajasini: ma'no hosil qiluvchi va stimul darajalarini ajratadi. Ammo A.N.Leontev o'z nazariyasida motivlar ierarxiyasining shakllanish jarayonida shaxsning subyektiv, faol roli qanday bo'lishini ko'rib chiqmaydi.

L.I.Bojovich tadqiqotlarida, shuningdek, ayrim boshqa ilmiy izlanishlarda motivlar ierarxiyasining shakllanishi dominant motivlarning hosil bo'lishi bilan bog'lanadi. Har xil yosh bosqichlarida turli motivlar dominantlik qiladi. Ayrim motivlarning ustunlik qilishi shaxsning yo'nalishini belgilab beradi. Bunday yo'nalish shaxs motivlari o'rtasida nafaqat

subordinasion, balki koordinasion munosabatlar ham hukm surishini taqozolaydi.

Shaxsning jamiyatdagi ijtimoiy xulqi va o'z-o'zini qanday tutishi egallagan mavqei ham sababsiz o'z-o'zidan ro'y bermaydi. Faoliyatning amalga oshishi va shaxs xulq-atvorini tushuntirish uchun psixologiyada "motiv", "motivatsiya" tushunchalari ishlatiladi.

Shaxsning jamiyatda odamlar orasidagi xulqi va o'zini tushunishi sabablarini o'rganish tarbiyaviy ahamiyatga ega bo'lgan narsa bo'lib, masalani yoritishning ikki jihati farqlanadi: a) ichki sabablar, ya'ni holati, harakat egasining subyektiv psixologik xususiyatlari nazarda tutiladi (motivlar, ehtiyojlar, maqsadlar, mo'ljallar, istaklar, qiziqishlar va hokazolar); b) tashqi sabablar - faoliyatning tashqi shart-sharoitlari va holatlari, ya'ni bular aynan aniq holatlarni keltirib chiqarishga sabab bo'ladigan tashqi stimullardir.

Har qanday motivlarning asosida shaxsning ehtiyojlari yotadi, ya'ni maqsadli hayotda shaxsda avval u yoki bu ehtiyojlar bo'ladi va aynan ularning tabiat va zaruriyatiga bog'liq tarzda xulq motivlari namoyon bo'ladi.

Masalan, talabaning o'quv faoliyatini olish mumkin. Bilim olish maqsadi bilim, ilm olish, qizuquvchanlik ehtiyojini paydo qiladi.

Bu ehtiyoj taraqqiyotning ma'lum bir davrida, masalan, boqcha yoshidan boshlab qondirila boshlaydi. Bolaga sotib olib berilgan kitoblar, daftar va boshqa o'quv qurollari, ma'lum ta'lim maskanida tashkil etilgan shart-sharoitlar va u yerdagi bevosita bilim olishga qaratilgan faoliyatning o'zi bola uchun motiv o'rnini bosadi.

Rus olimi **R.Nemov** shaxsdagi motivasion sohani quyidagicha tasavvur qiladi.

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

1. Biologik ehtiyojlar - fiziologik, jinsiy moslashuv ehtiyojlari.

2. Ijtimoiy ehtiyojlar - bu mehnat qilish bilan estetik va ahloqiy, ma'naviy ehtiyojlar.

Ehtiyojlarni biologik hamda ijtimoiy turlarga bo'lgani bilan shu narsani unutmashimiz lozimki, shaxsdagi har qanday ehtiyojlar ham ijtimoiylashgan bo'ladi, ya'ni ular o'sha jamiyat va muhitdagi qadriyatlar, madaniy normalar va insonlararo munosabatlar xarakteriga bog'liq bo'ladi.

Xorij psixologiyasida o'qish motivlarining nazariy tahlili

O'qish, o'quv faoliyati motivlari haqidagi chet el olimlarining asarlarida ilgari surilgan g'oyalarini tahlil qilar ekanmiz, quyidagilarga e'tiborni qaratish joizdir. Jumladan, nemis olimi **Z.Freyd** va **U.Makdaugall** motivasion omil sifatida hayvonlardagi organik ehtiyojlarni, ya'ni instinktni odamlarga nisbatan qo'llay boshlashdi va inson fe'l-atvoriga bo'lgan qarashlar ichida birinchi nazariya sifatida maydonga chiqdi.

Bulardan tashqari XX asr boshlarida yana ikki yangi yo'nalish paydo bo'ladi, bu motivatsiyaning xulq nazariyasi va oliy asab faoliyati nazariyasidir.

Inson xulqi affektiv kognitiv determinasiyasi muammosini tahlil qila turib, kognitiv psixologiyaning boshqa vakili **X.Xekxaufen** shunday xulosaga keladi-ki, faoliyat determinasiyasi kognitiv (bilish) va affektiv jihatlari bir-biri bilan chambarchas bog'liq ekan, ulardan qaysi biri rag'batlantiruvchi kuch ekanligi haqidagi savol o'z ma'nosini yo'qotmadi.

Ta'lim-tarbiya jarayonida o'qish motivatsiyasining o'rni butun dunyo olimlari tomonidan tan olingan va har tomonlama o'rganilgan. O'quv samaradorligini oshirishda o'quv motivatsiyasining rolini chet el olimlari o'z tadqiqotlarida tadqiq qildilar. Shu nuqtai nazardan turib, qo'zg'atuvchilardan tashqarida sodir bo'ladigan xatti-harakatlarni tushuntirish bo'yicha bir talay modellar ishlab chiqilgan bo'lib, ularni ko'rib chiqish ichki motivatsiyaning mexanizmlarini tahlil qilishda

qo'l keladi. Shunday modellardan birini **Olport** taklif qiladi. Olport ichki motivatsiya bilan bog'liq bo'lgan uchta motivasion tushunchalarni tahlil qiladi: funksional avtonomiya, yetarli darajadagi harakat va "Men"ning jalb qilinganligi. U funksional avtonomiya tamoyilini faoliyat dastavval boshqa sabab bo'yicha paydo bo'lishi mumkin bo'lgan holda, o'zi uchun maqsadga aylanishi holatini tushuntirish uchun kiritadi.

E.Torndayk tajribalarining alohida tomoni ularning juda tor va cheklangan xarakterga ega ekanligidadir: ular real o'quv jarayoni bilan juda oz darajada bog'langandir.

Amerikalik mualliflar ko'proq o'quv jarayoni anglab yetilgan motivlari bilan emas, balki ayrim jihatlari kamroq fahmlanadigan ko'rinishda bo'lib, o'quv jarayoniga mayl-istak uyg'otadigan muammo o'qishni motivlashtirish masalalari bilan shug'ullanadilar. Bunday ilmiy ishlarning mualliflari, masalan, o'quvchining sonlarni yodlashiga, alohida xatti-harakatlariga qaysi psixologik jihatlari ta'sir ko'rsatishlarini o'rganadilar va shu yo'l orqali motivlashtirishning ayrim komponentlarini aniqlashga harakat qiladilar. Bu sohada ular **E.Torndayk**ning izdoshlari hisoblanadilar.

E.Torndayk o'quv jarayonini shunday ta'riflaydi: "O'quv jarayoni u yoki bu javob reaksiyasining ma'lum holati bilan muayyan bo'shliqlikda, ya'ni ushbu reaksiya hamda vaziyat o'rtasida ma'lum aloqa o'rnatilishi bilan izohlanadi.

Torndayk kishi o'zi hohlagan reaksiyaning takrorlanishiga nisbatan ro'yxushlikning hamda o'zi hohlagan reaksiyaga nisbatan bo'lgan maylning ta'sirini o'rganishga harakat qiladi va shunday xulosaga keladi: "Bir xil sharoitda yuzaga kelgan jazolash omillari rag'batlantirish omillaridan ancha bo'sh va kuchsizdir". Keyingi kitobida esa: "Rag'batlantirish umuman o'ziga eltuvchi barcha aloqalarni yoqlash va kuchaytirish an'anasiga ega, jazolash esa tez-tez (lekin har doim ham emas) aloqalarni muayyandan noaniqqa o'zgartirish xususiyatiga egadir", - deb yozadi.

Bruner ham o'qishni motivlashtirish masalasiga E.Torndaykdan boshqacha qaraydi. "O'quv jarayoni" nomli izlanishlarida Bruner o'quvchining real, yetarli darajada uzoq davom etadigan o'qish jarayoni tufayli tug'iladigan amaliy va nazariy muammolarni izohlashga harakat qiladi. Bruner o'qishni motivatsiyalash, yoki o'qish jarayoniga nisbatan o'quvchilarning moyilligini orttiruvchi omillar haqida emas, balki uning bilan birga, o'quvchining motivlari haqida ham fikr yuritadi. Garchi uning fikrlari umumiy xarakterda bo'lsa ham, ulardagi ayrim yo'nalishlari diqqatga sazovordir. Bu birinchi galda, o'qish jarayonida bilish xarakteridagi motivlarning ahamiyati va yangi narsani bilishdan paydo bo'ladigan ichki qanoat hissi, himoya masalalarining qo'yilishidir.

Ta'lim berishda rag'batlantirish va jazolashning roli haqida juda ko'p yozilgan, lekin "yangilikni ochish"da qiziqishning, ichki kechinmalarining ahamiyati haqida juda kam gapirilgan. Agar biz pedagog sifatida bolalarni borgan sari kattaroq o'quv mavzularini egallashga o'rgatishni istasak, aftidan, o'quv dasturini puxta maydalab o'rganishda ko'proq ichki "ra'batlantirishni" qo'llashimiz lozim. Keyingi paytlarda muhokama etilayotgan predmetning murakkab bo'limlarini o'rganish usullaridan biri shundaki, o'quvchilarning imkoniyatlari hisobga olinsin, ularning o'z qobiliyatlari va kuchlarini yetarli darajada sarflay olishlari uchun sharoit yaratilsin, toki ular samarali mehnat faoliyatidan qoniqish hosil qilsinlar. Tajribali pedagoglar bunday mehnat gashtining kuchini yaxshi biladilar. Biron-bir muammoni hal qilishga chuqur sho'ng'ib ketgan kishi nimalarni his qilishini o'quvchilar bilishi lozim.

Murakkab o'quv materialini o'zlashtirishda ichki motivning moyillik uyg'otuvchi kuch sifatidagi ahamiyati haqida Bruner shunday deb yozadi: "Shubhasiz, masalan, mavzu o'rganilishi jihatidan qanchalik davomli va materiali jihatidan keng bo'lsa, o'quvchi shunchalik ko'p intellektual "rag'batlantirish" olishi kerakki, ana shunda u keyingi mavzuni

yetarli qiziqish bilan o'rganishga kirishadi. O'quvchi uchun materialni u qadar chuqur tushunmaslik, deylik, navbatdagi sinfga ko'chish singari tashqi jihatlar rag'batlantirish bo'lib xizmat qilgan hollarda, navbatdagi bilimlarni egallash uchun bo'lgan intilish bola sinfdan-sinfga ko'chishni tark etganda, ya'ni maktabni tugatganda to'xtaydi".

O'quvchining ta'limini motivatsiyalash va diagnostika qilish haqida fikr yuritgan olimlar **G.Levald** (1985) va **G.Rozenfeldlarning** fikricha, bu ish amalga oshiriladigan vaziyatni ham hisobga olish kerak, chunki bu ta'lim motivasion diagnostikasi uchun muhimdir.

G.Levald (1985) ta'lim diagnostikasi vaziyatni, yo'nalishni hisobga oladigan yoki tabiiy sharoitga mos bo'lishi lozim, - deydi. Masalan, rag'batlantiruvchi material haqiqiy hayotga mos kelishi lozim, chunki sun'iy shart-sharoit, muhit shaxsiy xususiyatlarning yuzaga chiqishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Vaziyat nazariyasini diagnostika qilish vazifalarini tadbiq qilgan G.Rozenfeld (1975) ko'rsatadiki, vaziyat atrof-borliqning vaqtinchalik va fazoviy tavsifidir va u subyekt bilan obyektning integrasiyasi tomonidan belgilanadi.

O'quv motivlari - bu o'quvchilarni o'quv faoliyatining turli tomonlariga yo'naltirishdir. Masalan, o'quvchining o'zi o'rganayotgan obyekt bilan bajaradigan ishiga qaratilgan bo'lsa, ularni bilish motivlari deb atash mumkin. Agar o'quv faoliyati o'quv jarayonida turli kishilar bilan to'g'ri muloqot qilishga yo'naltirilgan bo'lsa, ijtimoiy motivlar namoyon bo'ladi. Boshqacha qilib aytganda, ba'zan o'quvchilarda bilish jarayoni, qolganlarida esa boshqalar bilan muloqot o'qish faoliyatini motivlashtirib turadi.

A.K.Markova motivlarni 2 ta katta guruhlariga ajratgan.

1. O'quv faoliyatining mazmuni va uni bajarish bilan bog'liq bilish motivlari.
2. O'quvchining boshqa kishilar bilan o'zaro ijtimoiy (sosal) motivlari.

Bu motiv turlari psixologik adabiyotlarda keng o'rganilgan.

Psixologlar tomonidan o'quv motivatsiyasining salbiy va ijobiy tomonlari mavjudligi ta'kidlab o'tilgan. Salbiy motivlar o'quvchi tomonidan agar u o'qimasa, ko'ngilsizlik, noqulayliklar va noaniqliklarni vujudga kelishi bilan bog'liq holda anglangan undovchilardir.

Ijobiy motivlar o'qish bilan bog'liq ijtimoiy ahamiyatga ega burchni bajarish, muvaffaqiyat qozonish, bilim egallashning yangi usullarini o'zlashtirib olish, atrofdagilar bilan yaxshi munosabat o'rnatishda o'z aksini topadi. Motivlarning yana bir xususiyati uning vujudga kelishi tezligi va kuchida o'z aksini topadi. Bu xususiyat o'quvchi qancha vaqt mobaynida ushbu motiv tomonidan undalgan o'quv faoliyati bilan shug'ullana olishida namoyon bo'ladi. O'qituvchining diqqat markazida o'quv motivlarining namoyon bo'lish shakllari turishi kerak. Bu asosda o'qituvchi o'quvchi faoliyatining motivlari haqida dastlabki tasavvurga ega bo'ladi. Shundan so'ng motivlarning ichki xususiyatlari salbiy modallikka ega bo'lgan ko'ngilsizlikdan qochish kabi beqaror motivlarga e'tibor berishimiz lozim.

Psixologik ma'lumotlarga ko'ra, har qanday faoliyat muayyan motivlar ta'sirida vujudga keladi va yetarli shart-sharoitlar yaratilgandagina amalga oshadi. Shuning uchun ham ta'lim jarayonida o'zlashtirish, bilimlarni egallash va o'rganishni amalga oshirishni ta'minlash uchun o'quvchilarda o'quv motivlari mavjud bo'lishi shart. Bilish motivlari shaxsning (subyektning) gnesologik maqsad qo'yish sari, ya'ni belgilangan maqsadni qaror toptirishga, bilim va ko'nikmalarni egallashga yo'naltiriladi. Odatda bunday turdosh va jinsdosh motivlar nazariy ma'lumotlarning ko'rsatishicha, tashqi va ichki nomlar bilan atalib, muayyan toifani yuzaga keltiradi.

Tashqi motivlar jazolash, taqdirlash, xavf-xatar va talab qilish, guruhiy tazyiq, ezgu niyat, orzu-istak kabi qo'zg'atuvchilar ta'sirida vujudga keladi. Bularning barchasi

bevosita o'quv maqsadiga nisbatan tashqi omillar, sabablar bo'lib hisoblanadi. Mazkur holatda bilimlar va malakalar o'ta muhimroq boshqa hukmron (etakchi) maqsadlarni amalga oshirishni ta'minlash vazifasini bajaradi (yoqimsiz holat va kechinmalar yoki noxush, noqulay vaziyatdan qochish ijtimoiy, yoki shaxsiy muvaffaqiyatga erishish; muvaffaqiyatga erishuv muddaosi mavjudligi va hokazo).

Bu turdagi yoki jinsdagi tashqi motivlar ta'sirida ta'lim jarayonida bilim va ko'nikmalarni egallashda qiyinchiliklar kelib chiqadi va ular asosiy maqsadni amalga oshirishga to'sqinlik qiladi. Masalan, kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning asosiy maqsadi o'qish emas, balki ko'proq o'yin faoliyatiga moyillikdir. Mazkur vaziyatda o'qituvchining o'qishga ularni jalb qilish niyati o'quvchilarning o'yin maqsadining ushalishiga halaqit berishi mumkin, lekin bunga izoq, talab dalillar yetishmaydi.

Motivlarning navbatdagi toifasiga, ya'ni ichki motivlar turkumiga individual xususiyatli motivlar kiradiki, ular o'quvchi shaxsida o'qishga nisbatan individual maqsadni ruyobga chiqaruvchi qo'zg'alish negizida paydo bo'ladi. Chunonchi bilishga nisbatan qiziqishning vujudga kelishi shaxsning ma'naviy (madaniy) darajasini oshirish uchun undagi intilishlarning yetilishidir. Bunga o'xshash motivlarning ta'sirida o'quv jarayonida nizoli, ziddiyatli holatlar (vaziyatlar) yuzaga kelmaydi.

Albatta, bunday toifaga taalluqli motivlar paydo bo'lishiga qaramay, ba'zan qiyinchiliklar vujudga kelishi ehtimol, chunki bilimlarni o'zlashtirish uchun irodaviy zo'r berishga to'g'ri keladi. Bunday xossalarga ega bo'lgan irodaviy zo'r berishlar tashqi halaqit beruvchi qo'zg'atuvchilar (qo'zg'ovchilar) kuchi va imkoniyatini kamaytirishga qaratilgan bo'ladi. Pedagogik psixologiya nuqtai nazaridan ushbu jarayonga yondashilganda, muloqotli vaziyatgina optimal (oqilona) deyiladi.

Hozirgi davrda o'qish motivatsiyasini diagnostika qilishning boshqa yo'llari tavsiya qilinayapti: laboratoriya

eksperimentlarini pedagogik tajribalar bilan (tabiiy diagnostika uslublarini qo'llash), shuningdek real o'quv jarayoni sharoitida o'quvchining ijtimoiy xulqini uzoq muddat o'rganish bilan to'ldirish mumkin (A.K.Markova), bu o'qish motivatsiyasini diagnostika qilish natijalarini tekshirish sifatida xizmat qilishi mumkin deb ta'kidlaydi.

O'qish motivatsiyasini diagnostika qilish uni o'tkazish uchun uslub tanlash tamoyillarini aniqlashtirishni talab qiladi. Ta'lim motivatsiyasini diagnostika qilishga bo'lgan zamonaviy yondashuvlardan kelib chiqqan holda, eng kamida, quyidagilarni ajratish mumkinligi N.E.Efimova tomonidan tavsiya qilingan, biz ularni quyida keltiramiz.

1. *Diagnostika o'tkazish uchun asos bo'ladigan ta'lim motivatsiyasi ko'rsatkichlarini belgilash.*

2. *Uch toifadagi diagnostika uslublarini tanlash, bevosita loyihaviy va bilvosita-ta'lim motivatsiyasi ko'rsatkichlarini diagnostika qilishga yo'naltirilgan uslublar.*

3. *Har bir uslubning ajratilgan ko'rsatkichlarga bo'lgan diagnostikaviy imkoniyatlarini aniqlash.*

4. *Mazkur metodika natijalarini namoyon qilish chog'ida hisobga olinadigan nazariyani uslubning metodologik asosini hisobga olish.*

5. *Metodika matnlarining o'quvchilar yosh xususiyatlariga mosligi.*

6. *O'quvchilar shaxsiy xususiyatlarini hisobga olish.*

7. *Diagnostikani o'tkazish*

Agar ijtimoiy motivlar ham ta'lim faoliyati uchun yetakchi hisoblansa, bir qator mualliflar (P.Ya.Galperin va boshqalar) ta'lim faoliyatiga nisbatan ularga tashqi motivlar sifatida qarashadi.

P.Ya.Galperin fikricha, tashqi motivlar ta'lim jarayoni va predmetiga nisbatan "amaliy" munosabatda namoyon bo'ladi, bunda bilim keyingi faoliyat uchun tashqi shart-sharoit sifatida qaraladi va u ichki ta'limga bo'lgan barqaror qiziqish bilan bog'liqdir. Tashqi motivlar ichida aynan tashqi yoki utilitar

motivlar (bunda harakatning shakllanishi, subyekt moyil bo'lgan faoliyatni amalga oshiradigan shart-sharoit hisoblanadi) va musobaqaviy motivlar ajratiladi, bunda subyekt: boshqalarga va o'z-o'ziga o'zining oldingi muvaffaqiyatlarini qiyoslagan holda muvaffaqiyatlarga intiladi.

P.M.Yakobson ta'lim jarayoni bilan bog'liq bo'lmagan ijobiy yoki salbiy motivlarni tashqi motivlar deb, ta'lim jarayoniga singdirilgan motivlarni esa ichki motivlar deb hisoblaydi.

Ammo bir qator zamonaviy tadqiqot mualliflari, mazkur motivlarning o'qish sharoiti uchun ahamiyatini tushunishdan kelib chiqqan holda, o'qishning ijtimoiy motivlariga nisbatan "tashqi" degan terminni ishlatishdan qochadilar. Masalan, **A.K.Markova** bilish motivlari ichida keng ta'limiy (yangi bilimlarni o'zlashtirishga yo'naltirilgan), o'quv-bilim (bilim olish usullarini egallashga yo'naltirilgan) motivlarni farqlaydilar.

Ijtimoiy motivlar ichida: keng ijtimoiy (jamiyatga foyda keltirish uchun bilim olishga intilish), pozitsiyaviy (atrofdagilarning ma'qullashiga va obro' orttirishiga intilish), o'qish davomida boshqalar bilan hamkorlik motivlari farqlanadi.

M.V.Matyuxina ham o'qsh faoliyati jarayoniga singdirilgan quyidagi ikki toifa motivlarni ajratadi:

A) mazmun vositasida motivlashish (uchta darajasi mavjud, qiziqish-qiziqarlilik, dalillarga bo'lgan qiziqish, voqealar mohiyatining kelib chiqishiga qiziqish):

B) jarayon vositasida motivlashish (uchta darajasi mavjud, ijrochilik faoliyatini bajarish sifatida, qidiruv ijrochilik qoidalarini keltirib chiqarish sifatida, ijodiy-mustaqil ravishda masalalar tuzish).

O'quv faoliyatidan tashqarida mavjud bo'lgan motivlar:

A) ke -ijtimoiy;

B) t -shaxsiy;

V) salb .

O'qish motivlarini ichki va tashi motivlarga bo'lishga kelsak, bu bo'linish funksional tabiatga ega va o'qish harakatlari va ular o'rtasidagi tuzilish jihatidan tahlil qilishni talab qiladi: ular orasida bevosita aloqa bo'lsa, tashqi motiv haqida gapirish mumkin.

A.N.Leontevning fikricha, biz "faqat tushuniladigan" va real harakatdagi motivlarga duch kelamiz. Bola ko'pincha qancha o'qish zarurligini yaxshi tushunadi (anglaniladigan motivlar), lekin bu narsa ham unga o'quv faoliyati bilan shug'ullanish uchun turtki bo'la olmaydi.

Bu bilim mayl shaklini olsagina, biz real harakatda motiv bilan ish ko'rgan bo'lamiz. Faqat tushuniladigan motivlarga ma'lum sharoitda harakatdagi motivlar shaklini oladi. Bu narsa motivatsiyani qayta qurish uchun jiddiy ahamiyatga egadir. Maktabning vazifasi ham bola motivatsiyasini qayta qurishdan iboratdir.

Ta'kidlash kerakki, A.N.Leontev nazariy tafakkurga ega bo'lish, asos sifatidagi bilish motivlarining rivojlanish masalasiga katta e'tiborni qaratgan. U psixik jarayonlarining shunday dinamikasini ochishga harakat qildiki, bunday dinamika motivatsiya rivojlanishi asosida o'quvchilarni bilimlarni egallashga olib keladi.

L.N.Bojovich ta'limni motivatsiyalash muammosi bo'yicha o'z oldiga o'quvchilarning o'qishga bo'lgan munosabati, psixologik jihatlari qanday maydonga chiqadi degan masalani hal qilishni maqsad qilib qo'yadi. Bu munosabatning psixologik mohiyatini ochadigan muhim jihatlardan biri "o'quvchilar o'qish faoliyati"ni belgilaydigan motivlarning yig'indisi hisoblanadi. Bunda ta'lim motivlari deganda, biz bola nima uchun o'ishga majbur bo'lishini tushunamiz".

L.N.Bojovich ta'kidlashicha, o'qish motivlari bolaning asosiy munosabatlari bilan, uning ehtiyojlari va intilishlari bilan ichki aloqada bo'ladi. Aynan shu tufayli ular yetarli majburlash kuchiga ega bo'ladi.

O'zbekiston psixologlari tadqiqotlarida motiv va motivatsiya muammosi

O'quv faoliyati motivatsiyasi muammosi hamdo'stlik davlatlari qatori respublikamizda ham ilmiy tadqiqot olib borayotgan olimlar tomonidan keng miqyosda o'rganib kelinmoqda. Jumladan, keyingi yillarda mazkur ilmiy muammolarning turli jabhalariga nisbatan qiziqish yanada kuchayib bormoqda. Bunga yaqqol misol sifatida respublikamiz miqyosida ushbu muammo yuzasidan tadqiqot ishlarini olib borayotgan taniqli psixolog olimlarni ta'kidlab o'tish joizdir. Bular sirasiga respublikamizda psixologiya fanining rivojlanishiga amaliy va nazariy hissasini qo'shib kelayotgan M.G.Davletshin rahbarligidagi uning shogirdlari A.Q.Saitova, F.I.Haydarovlar hamda E.G.G'oziyev va E.Z.Usmonova, V.A.Tokareva, A.A.Fayzullayev, R.Asomova, U.Jumayev va boshqalarning ushbu muammo yuzasidan olib borgan tadqiqotlarini kiritishimiz mumkin.

Keyingi o'n yilliklar mobaynida **M.G.Davletshin** rahbarligida ushbu muammo yangicha ilmiy asosda talqin qilinib, keng ko'lamda o'rganilmoqda. M.G.Davletshinning fikrlariga ko'ra, O'zbekiston kelajagi bo'lgan yoshlar har xil sohaning mazmuniga ongli ravishda yondashuvi orqali, ularni mumkin qadar ertaroq, to'g'ri va oqilona tasavvur qiladi. M.G.Davletshin konsepsiyasidan kelib chiqqan holda olib borilgan tadqiqotlardan biri **A.Q.Saitovanning** "O'smir yoshidagi o'quvchilarning o'quv motivlarini va qadriyatlarini o'rganishga" bag'ishlangan ishidir. Bu ishda muallif o'smir yoshining xususiyatlariga tayangan holda bir qator xulosalarga kelgan. Xususan tadqiqotchi fikriga ko'ra, o'smirlar o'quv faoliyatida potensial hisoblangan motiv o'z-o'zini namoyon qilish motividir; o'quv faoliyati o'smir o'quvchilarda o'z-o'zini takomillashtirishga, bu esa o'quv faoliyati bilan bog'liqdir. Muallif tomonidan olib borilgan ilmiy izlanishlarda shaxsdagi

qadriyatlar yo'nalganligining o'quv faoliyatga bog'liqligi masalalari tadqiq qilinadi.

V.A.Tokarevaning "Kichik maktab yoshidagi bolalarning ijtimoiy burchga nisbatan shakllanish psixologiyasiga" bag'ishlangan tadqiqotlarida o'quvchilar o'quv faoliyati motivlarini o'rganish borasida olib borilgan tadqiqotlarda va izlanishlarida burch motivini shakllanishiga jamiyatning ta'sirini o'rganish muhim sanalishi ko'rsatib o'tiladi

E.G'.G'oziyev tadqiqotlarida o'smir o'quvchilarning o'quv faoliyatini boshqarish xususiyatlari o'quv faoliyatini rejalashtirish, o'z-o'zini nazorat qilish, o'z-o'zini baholash jarayonlari haqida mulohaza yuritiladi. Tadqiqotchi o'quv faoliyatini boshqarishning diagnostik metodini ishlab chiqib, psixologiya fanining kam o'rganilgan sohalaridan biri bo'lgan o'qish faoliyatini boshqarish muammosining nazariy va amaliy, empirik tomonlarini yoritib beradi. Shuningdek, mazkur tadqiqotlarda o'qish va o'qitish jarayoni uchun tavsianoma ishlab chiqilgan, o'z-o'zini anglash bosqichlari to'g'risida ma'lumot berilgan.

A.A.Fayzullayev ilmiy tadqiqotlarida shaxsning motivasion o'z-o'zini boshqarishning turli-tuman omillari ham ko'rib chiqilgan. Aniqlangan bu omillar shaxs motivatsiyasining xususiyatlariga motivasion boshqarishning amalga oshirish usullari va natijalariga tegishlidir. Bundan tashqari motivasion tuzilmalarning shaxs tomonidan obyektivlashtirish va o'z motivatsiyasini boshqarishdagi turli psixologik strategiya va usullari masalalari ham aniqlab berilgan. Shaxsning hayot faoliyatida motivasion o'z-o'zini boshqarishning boshqa bir qator sohaları ham o'rganilgan.

E.Z.Usmonovanning ilmiy tadqiqotida o'quvchilarning o'quv faoliyati jarayonidagi qarama-qarshilik, motivatsiya, ijod va shaxs muammolari o'rganilgan. Tadqiqot davomida ikki asosiy motivatsiya toifasining munosibligini tushunish muhim bo'lgan, muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasini odamda tashqi motivatsiyaga kiritiladi.

F.I.Haydarovning "Qishloq maktabi o'quvchilarida o'qish motivlarining shakllanishi" nomli ilmiy izlanishlarida o'quv motivlari ularning xususiyatlari, o'qitish jarayonida ijobiy va salbiy motivlarning ta'siri keng qamrovda o'rganilgan. Shuningdek, muallif o'quvchilarning yosh xususiyatlariga bog'liq holda o'qish motivlarini namoyon bo'lishining regional tafovutlarni o'rganishga asosiy e'tiborni qaratgan. Muallifning ishlariga nazar tashlar ekanmiz, o'qish motivlarini bir qator turkumlarga ajratgani, ya'ni obro'ga intilish, kasbga qiziqish, muvaffaqiyatga erishish va boshqalarni yuzaga kelishiga ta'sir ko'rsatuvchi obyektiv, subyektiv omillarni, shuningdek rivojlanish mexanizmlarini ishlab chiqqanligini ko'ramiz. u esa ta'lim faoliyatida o'quvchiga samarali yondashish mezonini hisoblanadi.

Tayanch tushunchalar

Motiv (lot. movere - harakatga keltirmoq) - ma'lum ehtiyojlarni qondirish bilan bog'liq faoliyatga undovchi sabab.

Motivatsiya - odamni faol faoliyatga undovchi sabablar majmui.

Motivlar kurashi (lot. motivus - harakatchan) - qaror qabul qilish bilan bog'liq irodaviy harakatlar bosqichi.

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan mavzular

1. Motiv tushunchasining mohiyati.
2. Motivatsiya tushunchasining mazmuni
3. Motivatsiya va motivlarning nazariy muammolari.
4. Motiv muammosiga doir mulohazalar.
5. Shaxs shakllanishida motivatsiyaning roli.

Test topshiriqlari

1. Motivatsiya - bu psixika orqali hosil bo'ladigan determinasiyadir.

Mazkur fikr muallifi qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) Z.Freyd
- B) A.G.Kovalev
- V) A.Adler
- G) K.Yung
- D) S.L.Rubinshteyn

2. Motiv - bu shaxs xulq-atvorining kognivistik jarayonini bevosita tashqi olam bilan bog'lovchi subyektiv tarzda aks ettirish demakdir. Mazkur fikr muallifini aniqlang?

- A) Z.Freyd
- B) A.G.Kovalev
- V) A.Adler
- G) K.Yung
- D) S.L.Rubinshteyn

3. Psixolog olim Ollport tomonidan ichki motivatsiya bilan bog'liq bo'lgan uchta motivasion tushunchalarni tahlil qilgan ular qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) funksional avtonomiya
- B) yetarli darajadagi harakat
- V) "Men" ning jalb qilinganligi
- G) to'g'ri javob berilmagan
- D) barcha javoblar to'g'ri

4. "Qiziqish- motivatsiyaning o'ta teran darajalarida qatnashadi". Mazkur fikr muallifi qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) Z.Freyd
- B) A.G.Kovalev

- V) G.Olport
- G) K.Yung
- D) S.L.Rubinshteyn

5. O'quv faoliyati jarayonidagi qarama-qarshilik, motivatsiya ijod va shaxs muammolari qaysi olim tomonidan o'rganilgan?

- A) A.A.Fayzullayev
- B) V.I.Ivannikova
- V) S.L.Rubinshteyn
- G) M.G.Davletshin
- D) E.Usmonova

6. O'smir yoshidagi o'quvchilarning o'qish motivlarini va qadriyatlarini o'rganishga bag'ishlangan tadqiqot ishi qaysi olim tomonidan olib borilgan?

- A) A.A.Fayzullayev
- B) A.Saitova
- V) S.L.Rubinshteyn
- G) M.G.Davletshin
- D) E.Usmonova

7. Kichik maktab yoshidagi bolalarning ijtimoiy burchni shakllanishi o'quv motivlariga bog'liqligi masalasi qaysi olim tadqiqotlarida uchraydi?

- A) A.A.Fayzullayev
- B) V.I.Ivannikova
- V) V.A.Tokareva
- G) M.G.Davletshin
- D) E.Usmonova

8. Qaysi olim tadqiqotida shaxsning motivasion o'z-o'zini boshqarishning turli-tuman omillari aniqlangan va ko'rib chiqilgan?

- A) A.A.Fayzullayev

- B) V.I.Ivannikova
- V) S.L.Rubinshteyn
- G) M.G.Davletshin
- D) E.Usmonova

9.O'smir o'quvchilarning o'quv faoliyatini boshqarish xususiyatlari o'quv faoliyatini rejalashtirish, o'z-o'zini nazorat qilish, o'z-o'zini baholash haqida tadqiqot olib borgan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) A.A.Fayzullayev
- B) V.I.Ivannikova
- V) E.G'oziyev
- G) M.G.Davletshin
- D) E.Usmonova

10.Psixologiyada motivlar qanday kategoriyalarga ajratiladi?

- A) 3 ta tabiiy, ijtimoiy, bilish
- B) 3 ta keng, tor, bilish
- V) 2 ta ichki va tashqi
- G) 2 ta tabiiy va ma'naviy
- D) 2 ta ma'naviy va madaniy

11.Qaysi qatorda motiv tushunchasiga to'liq ta'rif berilgan?

- A) odamni faoliyatga undovchi asosiy sabab
- B) odamni muayyan xatti-harakatga undaydigan bosh sabab
- V) shaxsning rivojlanishida eng ajoyib ko'rinishlaridan biri
- G) intilish maqsad ehtiyojlarni hali yuzaga chiqmagan kelajak holatlariga intilish
- D) barcha javoblar to'g'ri

12.Motivlar orasida qaysi jarayon muhim o'rin egallaydi?

- A) mayl
- B) ishtiyoq
- V) qiziqish
- G) ehtiyoj
- D) maqsad

13.Qaysi qatorda motivatsiya tushunchasiga to'g'ri ta'rif berilgan?

- A) odamni muayyan xatti-harakatlarga undaydigan bosh sabab
- B) motivlar yig'indisi
- V) intilish maqsad ehtiyojlarni hali yuzaga chiqmagan kelajak holatlarga intilish holati
- G) shaxsning nima uchun ma'lum vaqt boshqa fikr va harakatlarni emas aynan shu fikr va harakatni bajarishga qaror qilganligini asoslab berishdan iborat mantiqiy jarayon
- D) shaxsning rivojlanishida eng ajoyib ko'rinishlardan biridir.

14."Motivni u yoki bu mayl zarurat qiziqish inson uchun maqsad bilan munosabatda harakat motiviga aylanadi". Mazkur fikr muallif qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) L.I.Bojovich
- B) P.M.Yakobson
- V) S.L.Rubinshteyn
- G) A.N.Leontev
- D) N.E.Efimova

15.Hozirgi kunda o'qish motivatsiyasi qanday yo'llar bilan diagnostika qilinmoqda?

- A) testlar turli psixodiagnostik metodikalar
- B) turli laboratoriyalarda maxsus asboblarni yordamida
- V) laboratoriya eksperimentlarini pedagogik tajribalar bilan
- G) real o'quv jarayoni sharoitida o'quvchining ijtimoiy xulqini uzoq muddat o'rganish bilan

- G) proektiv metodikalar va testlar asosida
D) barcha javoblar to'g'ri

16. Ta'lim jarayoni bilan bog'liq bo'lmagan ijobiy yoki salbiy motivlarni tashqi motivlar deb ta'lim jarayoniga singdirilgan motivlarni esa ichki motivlar deb hisoblaydilar. Mazkur fikr muallifi qaysi qatorda keltirilgan?

- A) L.I.Bojovich
B) P.M.Yakobson
V) S.L.Rubinshteyn
G) A.N.Leontev
D) N.E.Efimova

17. Psixologiyada motivlar ierarxiyasi qaysi olimlar tomonidan o'rganilgan?

- A) M.V.Matyuxina, A.K.Markova
B) S.L.Rubinshteyn, P.Ya.Galperin
V) A.N.Leontev, L.I.Bojovich
G) A.N.Leontev, S.L.Rubinshteyn
D) L.I.Bojovich, P.Ya.Galperin

18. Psixologiyada motivasion soha doirasida tadqiqot ishini olib borgan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) A.Adler
B) K.Xoll
V) E.Torndayk
G) Dj.Uotson
D) B.Skinner

19. Motivlar mutassil shakllanadi va shaklini o'zgartiradi. Mazkur fikr muallifi qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) Berlayn
B) Ollport

- V) A.Maslou
G) Z.Freyd
D) V.Vudvors

20. Ichki motivatsiya borasida tadqiqot ishi olib borgan olimni aniqlangan?

- A) Berlayn
B) Ollport
V) A.Maslou
G) Z.Freyd
D) V.Vudvors

21. Qaysi olim tomonidan motivatsiya borasida olib borgan tadqiqotlari natijasiga ko'ra qiziqishlar nazariyasini ishlab chiqdi?

- A) Berlayn
B) Olport
V) A.Maslou
G) Z.Freyd
D) V.Vudvors

22. Yangi paydo bo'ladigan motivlarni hamisha asosiy tug'ma holda berilgan biologik instinktning xatolari deb hisoblashadi. Mazkur nazariya qaysi yo'nalish namoyondalari tomonidan ishlab chiqilgan?

- A) Freydizm
B) Bixevioral
V) Kognitiv
G) Psixoanalitik
D) Nofreydistlar

23. XX asrning 20-yillarida instinktlar nazariyasini o'rniga qanday konsepsiya yuzaga keldi?

- A) evolyutsion rivojlanish
B) instinkt va ehtiyojlar o'rtasidagi irrasional farqlar

- V) ekologik o'zgaishlar
- G) biologik ehtiyojlarga tayangan holda inson tabiatini tushuntiruvchi
- D) affektiv-kognitiv

24.Xorij psixologiyasida o'quv motivlari muammosiga bag'ishlangan tadqiqotlar qaysi olim nomi bilan bog'liq?

- A) J.Nyutten
- B) K.Xoll
- V) E.Torndayk
- G) Dj.Uotson
- D) B.Skinner

25.Quyida keltirilgan o'quv jarayoni borasidagi ta'rif qaysi olim tomonidan ilgari surilgan. "O'quv jarayoni u yoki bu javoblar reksiyauning ma'lum holati bilan muayyan bog'liqlikda ya'ni ushbu reaksiya hamda vaziyat o'rtasida ma'lum aloqa o'rnatilishi bilan izohlanadi".

- A) J.Nyutten
- B) K.Xoll
- V) E.Torndayk
- G) Dj.Uotson
- D) B.Skinner

26.Motivlarni ekspremental o'rganish metodikasi qaysi olim tomonidan ishlab chiqildi?

- A) J.Nyutten
- B) K.Xoll
- V) E.Torndayk
- G) Dj.Uotson
- D) K.Levin

27.Motiv borasidagi quyidagi fikr qaysi olim tomonidan ilgari surilgan. "Insonni harakatga undovchi

asosiy kuch uning faoliyati maqsadini aniqlovchi ularga erishishi yo'llari hukumat va qudratga ega erkdir".

- A) A.Adler
- B) K.Xoll
- V) E.Torndayk
- G) Dj.Uotson
- D) B.Skinner

28."Motivatsiyauning manbai instinkt, u, tur va individning saqlanish shartidir". Mazkur g'oya muallifi qaysi qatorda keltirilgan?

- A) A.Adler
- B) K.Xoll
- V) E.Torndayk
- G) Z.Freyd
- D) B.Skinner

29.Shaxsning munosabati pozisiyaga asoslangan holda motivlar muammosi bilan shug'ullangan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

- A) L.I.Bojovich
- B) P.M.Yakobson
- V) S.L.Rubinshteyn
- G) A.N.Leontev
- D) V.N.Myasishchev

30.Motivga shaxsning ehtiyoji bilan uyg'unlashuvi nuqtai nazaridan yondashadi va ularning o'zaro ta'siri o'rin almashuvi tenglashuvi mumkinligi to'g'risidagi mulohaza qaysi olim tomonidan ilgari surilgan?

- A) L.I.Bojovich
- B) P.M.Yakobson
- V) S.L.Rubinshteyn
- G) A.N.Leontev
- D) A.G.Kovalev

Nazorat savollari

1. Motivatsiya va motivlarning nazariy muammolarini izohlang.
2. Motiv muammosi ni nazariy o'rganishga doir tadqiqotlarini bilasizmi?
3. Shaxs shakllanishida motivatsiyaning rolini ko'rsating.
4. Motivatsiya tushunchasining mohiyatini asoslang.
5. Motiv tushunchasining mazmuni nimalar bilan belgilanadi?
6. Shaxs shakllanishida motivatsiyaning o'rnini qanday baholaysiz?

Mustaqil ishlash uchun tavsiya etilayotgan adabiyotlar

1. Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии. — М.: «Просвещение», 1986.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учебное пособие для вузов. — М.: ЧеРо, 1997.
3. Davletshin M. G. Umumiy psixologiya. — T.: 2002.
4. Джемс В. Психология. — М.: 1991.
5. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. — СПб.: Питер, 2000.
6. Karimova V. M. Psixologiya. — T.: 2002.
7. Маклаков А. Г. Общая психология. — М.: «Питер», 2003.
8. Немов Р. С. Психология: Учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3-х кн. Кн. 1: Общие основы психологии. — 2-е изд. — М.: Владос, 1998.
9. Общая психология: Курс лекций/ Сост. Е. И. Рогов. — М.: Владос, 1995.
10. Psixologiya qisqacha izohli lug'at. — T.: 1998.
11. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: Питер, 1999.

12. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: «Питер», 1999.
13. Теплов Б. М. Избранные труды: в 2-х т. Т. 1. — М.: Педагогика, 1985.
14. Turg'unov Q. Psixologiya terminlarining ruscha-o'zbekcha izohli lug'ati. — T.: «O'qituvchi» nashriyoti, 1975.
15. Umumiy psixologiya (A.V.Petrovskiy tahriri ostida). — T.: «O'qituvchi», 1992.
16. Xaydarov F. I. O'quv faoliyati motivatsiyasi. — T.: "Fan", 2005.
17. G'oziyev E. G., Jabborov A. Faoliyat va xulq-atvor motivatsiyasi. — T.: 2003.
18. G'oziyev E. G'. Umumiy psixologiya 1-2 kitob. — T.: 2002.

MUNDARIJA

3-BO'LIM. BILISH JARAYONLARI.....	3
DIQQAT.....	3
SEZGI.....	40
IDROK.....	73
XOTIRA.....	104
TAFAKKUR.....	145
XAYOL.....	197
4-BO'LIM. SHAXSNING HISSIY- IRODAVIY-MOTIVASION SOHASI.....	218
HISSIYOT.....	218
IRODA.....	253
MOTIVATSIYA.....	297

F.I. XAYDAROV, N.I. XALILOVA

UMUMIY PSIXOLOGIYA

Darslik

2-KITOB

Toshkent: "METODIST NASHRIYOTI" - 2023

Muharrir: Xalilova N.I.
Bosishga 01.05.2023. da ruxsat etildi.
Bichimi 60x90. "Cambria" garniturasini.
Ofset bosma usulida bosildi.
Shartli bosma tabog'i 21. Nashr bosma tabog'i 20,62.
Adadi 280 nusxa.

"Metodist nashriyoti" matbaa bo'limida chop etildi.
Manzil: Toshkent shahri, Yakkasaroy ko'chasi, 5-uy.

Nashriyot roziligisiz chop etish ta'qiqlanadi.

ISBN 978-9943-9629-6-5



9 789943 962965



"METHODIST NASHRIYOTI"