

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

O‘ZBEKISTON DAVLAT SAN’AT VA MADANIYAT INSTITUTI

Oybek DAVLATOV

UMUMIY PSIXOLOGIYA

DARSLIK

TOSHKENT – 2026

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

O‘ZBEKISTON DAVLAT SAN’AT VA MADANIYAT INSTITUTI

Oybek DAVLATOV

UMUMIY PSIXOLOGIYA

DARSLIK

60211700 – Xalq ijodiyoti (turlari bo‘yicha) an’anaviy xonandalik, folklor ijrochiligi, cholg‘u ijrochiligi, vokal ijrochiligi yo‘nalishlarida tahsil olayotgan talabalar uchun darslik sifatida tavsiya etiladi

Toshkent – 2026

MUNDARIJA

KIRISH.....	4
I BOB. PSIXOLOGIYA FANINING NAZARIY-METODOLOGIK ASOSLARI VA BILISH JARAYONLARI	
1.1. Psixologiyaning predmeti, rivojlanish tarixi.....	7
1.2. Psixologiya sohalari va tadqiqot metodlari.....	23
1.3. Xulq-atvorning psixofiziologik asosi . Ong taraqqiyoti va ongsizlik.....	42
1.4. Shaxsning bilish jarayonlari. Diqqat va sezgi.....	57
1.5. Idrok va hayol.....	69
1.6. Xotira va tafakkur.....	81
1.7. Shaxs psixologiyasi.....	97
1.8. Shaxs to'g'risidagi asosiy psixologik nazariyalar	110
II BOB. SHAXS PSIXOLOGIYASI, INDIVIDUAL XUSUSIYATLAR VA ONTOGENEZ	
2.1. Faoliyat va motivatsiya.....	124
2.2. Muloqot psixologiyasi.....	137
2.3. Shaxsning hissiy va irodaviy sohasi.....	148
2.4. Shaxsning individual psixologik xususiyatlari. Temperament.....	162
2.5. Xarakter.....	173
2.6. Qobiliyat va iqtidor.....	181
2.7. Ontogenez psixologiyaning vazifalari va tadqiqot metodlari.....	191
2.8. Psixik rivojlanish va uni davrlashtirish muammosi.....	201
2.9. Maktabgacha yosh davrida psixik rivojlanish xususiyatlari.....	209
2.10. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning psixologik xususiyatlari.....	225
2.11. O'smirlik davri.....	238
2.12. Ilk o'spirinlik va talabalik davrining psixologik xususiyatlari.....	248
2.13. Yetuklik davrining psixologik xususiyatlari.....	257
2.14. Gerontopsixologiya.....	267
2.15. Ta'lim va tarbiya psixologiyasi.....	283
XULOSA.....	296
TESTLAR.....	301
GLOSSARIY.....	310
FOYDALANILGAN ADABIYORLAR.....	319

KIRISH

Insoniyat tarixining har bir sahifasi o'zini anglashga bo'lgan tinimsiz intilishlardan iboratdir. Umumiy psixologiya inson psixikati va koinotning eng murakkab va sirli mo'jizasi bo'lmish shaxs ma'naviy olamiga ochilgan ilmiy-ma'rifiy darvozadir. Mazkur darslik talabani inson ichki dunyosining qonuniyatlari, uning tafakkur parvozi va hissiyotlar silsilasi bilan tanishtiruvchi qo'llanma bo'lishni maqsad qilgan. Psixologiya fani fundamental asoslarga tayangan holda, insonning sezgi, idrok, xotira va nutq kabi bilish jarayonlarini biologik hodisa hamda ijtimoiy-madaniy taraqqiyot mahsuli sifatida tadqiq etadi. Ushbu darslikda har bir mavzu zamonaviy ilmiy qarashlar hamda inson qalbining nozik tebranishlarini aks ettiruvchi badiiy-falsafiy mushohadalar bilan boyitilgan. Sababi, psixikani o'rganish tirik ruhning go'zalligi va murakkabligini ilmiy metodlar orqali kashf etishdir.

Xronologik jihatdan, psixologiya fani haqida ikki xil ta'rif, eng ahamiyatga ega ta'rif bo'lib kelgan – deydi, nemis psixologi V.Vundt. Birinchisiga ko'ra, psixologiya – “aql haqidagi fan”: bunda psixik jarayonlar asosiy metafizik aql-substansiyasining tabiatini anglatuvchi hodisalar sifatida qaraladi. Ikkinchisiga ko'ra, psixologiya – “ichki tajriba fani” (science of inner experience): bunda psixik jarayonlar tajribaning o'ziga xos shakli sifatida qaraladi va uning mazmuni “introspeksiya” (o'z-o'zini kuzatish) yoki tashqi sezgilar orqali idrok etishdan farqlanuvchi “ichki sezgi” yordamida aniqlanadi. Psixologiyaga “ichki tajriba fani” sifatida qaraydigan ushbu ikkinchi yoki empirik ta'rif yetarli emas, chunki u psixologiya “tashqi tajriba” deb ataladigan oktabrlardan butunlay farq qiladigan oktabrlar bilan shug'ullanadi, degan noto'g'ri tushunchaga sabab bo'lishi mumkin. Haqiqatan ham, tajribaning shunday mazmunlari borki, ular psixologik tadqiqot sohasiga tegishli bo'lib, tabiiy fanlar tomonidan o'rganiladigan oktabrlar va jarayonlar orasida uchramaydi: bular bizning tuyg'ularimiz, his-tuyg'ularimiz va qarorlarimizdir¹.

¹Wundt W. M., Judd C. H. Outlines of psychology. – Williams & Norgate, 1902.

V.Vundt tomonidan poydevori qo'yilgan ushbu fundamental qarashlar bugungi kun talablari bilan uyg'unlashganda, yangicha ahamiyat kasb etadi. Hozirgi globallashuv va shiddatli axborot asrida insonning psixik barqarorligi uning intellektual salohiyati bilan bevosita bog'liq bo'lgan omildir. Shu sababli, darslikda shaxsning shakllanishi, irodaviy sifatleri va individual-tipologik xususiyatlari shunchaki nazariy hodisa sifatida emas, milliy tarbiya mezonlari hamda umuminsoniy qadriyatlar uyg'unligida tahlil etiladi. Insonning o'zligini va ichki psixologik qonuniyatlarini chuqur anglamasdan turib, tashqi olamni to'g'ri idrok etishi va zamonaviy smart-jamiyatda o'z munosib o'rnini topishi imkonsizdir. Aynan mana shu ichki dunyo orqali tashqi borliqni anglash tamoyili darslikning o'zagini tashkil etadi.

Inson ichki olamining ushbu barqarorligi va muvozanati haqidagi qarashlar chuqur tarixiy ildizlarga ega bo'lib, o'rta asrlar Sharq psixikatshunosligida ham markaziy o'rinni egallagan. Abu Zayd al-Balxiy ta'kidlaganidek, inson ruhi xuddi uning tanasi kabi sog'lom yoki nosog'lom bo'lishi mumkin. Ruh sog'lom bo'lganda, uning barcha psixik quvvatlari uyg'un va muvozanatli faoliyat ko'rsatadi. Natijada biz sanab o'tgan g'azab, vahima, tushkunlik kabi salbiy psixologik holatlar namoyon bo'lmaydi. Ruhning ana shu xotirjam va muvozanatli holati uning sog'lom va osoyishta ekanligini ifodalaydi. Bu xuddi tananing salomatligi va xavfsizligi uning xiltari (mijozi) muvozanatida ekanligiga o'xshaydi: ya'ni qon, safro, savdo va balg'amning barchasi sokin va mo'tadildir, ularning hech biri boshqasidan ustun kelmaydi. Ruhning farovonligini ta'minlash uchun ham, agar u sog'lom bo'lsa, uning quvvatlari osoyishtaligini saqlash orqali salomatligini muhofaza qilish, agar bu salomatlik yo'qolgan bo'lsa, uni qayta tiklashdan boshlash kerak. Shunday ekan, o'z ruhining xotirjamligi va uyg'unligini asrashni istagan kishi uning quvvatlarini (ehtiroslarini) qo'zg'atishdan saqlanishi lozim².

²Al-Balkhi A. Z. Sustenance of the Soul: The Cognitive Behavior Therapy of a Ninth Century Physician [Text] / A. Z. Al-Balkhi ; translation and annotation by M. Badri. – Herndon : The International Institute of Islamic Thought, 2013. – 92 p.

Xulosa qilib aytganda, inson psixikati muttasil harakatdagi jarayon bo‘lib, u ham ilmiy qonuniyatlarga, ham ma’naviy muvozanatga tayanadi. Psixologiyada insonni anglash uning ichki dunyosi va tashqi borlig‘i o‘rtasidagi uyg‘unlikni topish demakdir. Bugungi kunda talabanning intellektual salohiyati ularning psixik barqarorligi va milliy tarbiya asosida shakllangan axloqiy irodasi bilan o‘lchanadi. Mazkur darslik sizga psixologiya fanining nazariy asoslarini o‘rgatish bilan birga, o‘z ichki “men”ingizni kashf etish, emotsional muvozanatni saqlash va zamonaviy dunyoda komil shaxs sifatida namoyon bo‘lishingiz uchun ilmiy mayoq bo‘lib xizmat qiladi. O‘z ruhining qonuniyatlarini anglagan insongina koinotning murakkab jarayonlarini idrok etishga va jamiyat taraqqiyotiga munosib hissa qo‘shishga qodirdir.

I BOB. PSIXOLOGIYA FANINING NAZARIY-METODOLOGIK ASOSLARI VA BILISH JARAYONLARI

1.1 -MAVZU. PSIXOLOGIYANING PREDMETI, RIVOJLANISH TARIXI

Reja:

1. Psixologiya fani haqida umumiy tushuncha.
2. Psixologiya fanining predmeti, maqsad va vazifalari.
3. Psixologiya va san'at.
4. Psixologik bilimlarning paydo bo'lish tarixi.
5. Psixologiyaning mustaqil fan sifatida shakllanishi.

Tayanch tushunchalar: psixologiya, psixikaning predmeti va obyekti, psixologiya fani, rivojlanish tarixi, psixologiya sohalari, tadqiqot usullari, metodikalar, kuzatish metodi, eksperiment metodi, psixik aks ettirish, psixofiziologik asoslar, oliy nerv faoliyati, ong, ongsizlik, ong taraqqiyoti, bilish jarayonlari, diqqat, sezgi, idrok, xayol, xotira, tafakkur, nutq, shaxs, individuallik, temperament, xarakter, qobiliyat, motivatsiya, faoliyat, muloqot, shaxs rivojlanishi, eksperiment, laboratoriya, kuzatish, suhbat, test, so'rovnoma, shaxs, individ, subyekt.

1.Psichologiya fani haqida umumiy tushuncha

“Psixologiya” (yunoncha) so‘z bo‘lib, “jon”, “ruh” haqidagi “fan, ta’limot” degan ma’no anglatadi. Biroq hozirgi davrda “jon” tushunchasi o‘rniga “psixika”ni qo‘llashda davom etmoqda. Psixologiyada “jon”, “psixika” tushunchalari aynan bir xil ma’noni bildiradi. Lekin “psixika” tushunchasi bugungi kunda “jon”dan kengroq ko‘lamga ega bo‘lib, ham ko‘zga ko‘rinuvchi, ham ko‘zga ko‘rinmovchi tomonlarini o‘zida aks ettiradi. Psixikaning tarkibiy qismlari faoliyat, xulq, muomala yaqqol namoyon bo‘lish xususiyatiga ega bo‘lsa, bilish jarayonlari, psixik holatlar, ichki kechinmalar, ijodiy rejalar, ilmiy farazlar miyada mujassamlashgani uchun ular ko‘zga ko‘rinmaydi. Psixologiya fanining keyingi davrdagi taraqqiyoti ular o‘rtasida bir talay tafovutlarni keltirib chiqardi. Psixika to‘g‘risida dastlabki tasavvurga ega bo‘lish uchun dastavval psixik hodisalar mohiyati bilan tanishamiz. Odatda, psixik hodisalar deganda ichki, subyektiv tajriba faktlarning (voqelikning) namoyon bo‘lishi tushuniladi,

boshqacha soʻz bilan aytganda, psixika hayotning sezgi, idrok, xotira, tafakkur, xayol kabi har biri alohida olingan yaqqol shakllaridan iboratdir. Ichki, subyektiv tajribaning oʻzi nimani anglatadi? Insondagi quvonch yoki zerikish tuygʻulari, uning nimalarnidir esga tushirishi, biron-bir xohish yoki intilish kechinmalari, xotirjamlik yoki hayajonlanish, hadiksirash hislarining barchasi shaxsning ichki dunyosini tarkibiy qismlaridir, yaʼni bularning hammasi subyektiv psixik hodisalar sanaladi.

Psixologiya – inson faoliyati va hayvonlar xatti-harakati jarayonida voqelikning psixik aks etishi, psixik jarayonlar, holatlar, hodisalar hamda xususiyatlar toʻgʻrisidagi fan. Psixologiyaning tadqiqot predmetiga sezgilar va idrok obrazlari, tafakkur va hissiyot, faoliyat va muomala kabi psixologik jarayonlar hamda kategoriyalar kiradi³. Sanʼat va psixologiya oʻrtasidagi bogʻliqlik uzoq yillardan beri ilmiy tadqiqotlarning muhim yoʻnalishlaridan biri hisoblanadi. Sanʼat insonning hissiyoti, tafakkuri, idroki va psixik holatiga kuchli taʼsir koʻrsatadi. Bugungi kunda ushbu bogʻliqlik neyroestetika va art-terapiya kabi zamonaviy yoʻnalishlar orqali yanada chuqur oʻrganilmoqda. Xususan, sanʼatni idrok etish jarayonida miyada yuz beradigan jarayonlar, uning inson kayfiyati va hissiy holatiga taʼsiri hamda psixik salomatlikni qoʻllab-quvvatlashdagi imkoniyatlari tadqiq etilmoqda. Shu jihatdan, sanʼat inson psixikatini anglash va psixologik holatni yaxshilashning muhim vositalaridan biri sifatida namoyon boʻladi. Shu bilan birga, art-terapiya neyroplastiklikni ragʻbatlantirish uchun ijodiy jarayonlardan foydalanadi va miyada hissiy halovatni hamda kognitiv chidamlilikni oshiradigan tarkibiy va funksional oʻzgarishlarga yordam beradi. Ushbu fanlar birgalikda sanʼatning ham subyektiv tajriba, ham ilmiy asoslangan terapevtik vosita sifatidagi ikki tomonlama ahamiyatini taʼkidlaydi. Estetik tamoyillarni psixologik aralashuvlarga tatbiq etish orqali mutaxassislar ham hissiy salomatlikni, ham kognitiv funksionallikni yaxshilaydigan vositalar va muhitlarni yaratishi mumkin.

³ <https://uz.wikipedia.org/wiki/Psixologiya>.

San'atning terapevtik va o'zgartiruvchi kuchidan foydalanadigan dalillarga asoslangan yondashuvlarni rivojlantirish uchun badiiy tajribalarning neyron asoslarini tushunish juda muhimdir. San'at va psixologiya o'rtasidagi bog'liqlik shunchaki fanlararo qiziqish emas, bir-birini to'ldiruvchi ko'plab yondashuvlarni o'z ichiga olgan mustahkam tadqiqot sohasidir. Neyrobiologik, psixologik va badiiy istiqbollarni birlashtirgan holda, ushbu tadqiqot mavzusidagi har bir maqola ijodkorlik va inson tajribasining o'zaro ta'siriga noyob nazar bilan qaraydi, ilmiy bahsni boyitadi va tadqiqotning yangi yo'nalishlarini taklif etadi. Shu bilan birga, turli fanlar uchrashadigan nuqta, inson ongi va uning ko'plab ko'rinishlari haqidagi tushunchamizga chuqur ta'sir ko'rsatishga qodir bo'lgan integral yondashuvning o'zgartiruvchi salohiyatini ham amalda namoyish etadi.

Neyrobiologik tadqiqotlarni hayotiy tajribalar bilan birlashtirgan multimedia spektakllari jamiyatdagi Parkinson va demensiya kabi neyrodegenerativ holatlar haqidagi noto'g'ri tasavvurlarga zarba beradi. Ushbu yondashuv ilmiy ma'lumotlarni badiiy vositalar bilan birlashtirish qanday qilib hamdardlik va tushunishni kuchaytirishini, hissiy jihatdan jalb qiluvchi va tushunarli hikoyalarni yuzaga keltirishini ko'rsatadi. Tomoshabinlarning fikr-mulohazalari empatiya va xabardorlik oshganini ko'rsatib, stigmaga qarshi kurashishda hamda jamoatchilik bilan aloqani yaxshilashda fanlararo hamkorlik samaradorligini namoyish etdi. Ushbu loyiha akademik bilimlar va xalqning tushunchasi o'rtasidagi tafovutni bartaraf etish uchun namuna bo'lib, axborot tarqatishning muqobil usullari kuchini ko'rsatib beradi. Xulq-atvor va psixofiziologik ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, kontekstual ma'lumotlar tushunishni osonlashtiradi va san'atning hissiy tajribasini chuqurlashtiradi. Ushbu tushunchalar san'atni idrok etishda kognitiv va hissiy javoblarning o'zaro ta'sirini ochib beradi hamda san'at bilan muloqotni optimallashtirishga intilayotgan pedagoglar va psixologlar uchun qimmatli yo'l-yo'riqlar beradi. San'at boshqalar hissini tuyish orqali hissiy intellektni mustahkamlaydi va ijtimoiy aloqalarni osonlashtiradi. San'at hissiy tartibga solish

va ijtimoiy o'rganish uchun muhim vosita sifatida baholanadi. Bu uning barcha madaniyatlar va davrlardagi umuminsoniy jozibasini izohlaydi⁴.

2.Psixologiya fanining predmeti, maqsad va vazifalari.

Psixologiya asosiy vazifalari – psixika qonuniyatlarini, inson psixik holatlarining shakllanishini filogenetik va ontogenetik taraqqiyot birligida ochib berishdan iborat. Mazkur vazifalarni hal etishda psixologiya bir tomondan biologiya fanlari, jumladan fiziologiya bilan, boshqa tomondan esa sotsiologiya, pedagogika, madaniyat tarixi, mantiq hamda boshqa ijtimoiy fanlar bilan uzviy aloqada rivojlanadi. Psixologiya, eng avvalo, psixikaning insonga xos shakli bo'lgan ong va o'zini o'zi anglashni tadqiq etadi⁵. Antik davrdan boshlab psixologik bilimlar falsafa va tibbiyot fanlari negizida rivojlanib kelgan. Yunon shifokorlari Gippokrat va Erasistrat psixikaning organi miya ekanligini bilganlar hamda inson jonini koinotning ashyoviy bo'lagi sifatida talqin qilganlar. Ularning g'oyalari Platonning jon abadiyligi to'g'risidagi ta'limotiga qarama-qarshi qo'yilgan. Aristotel esa "Jon to'g'risida" asarida psixologik tushunchalar tizimini ishlab chiqdi.

O'rta asrlarda psixikaga nisbatan turli xil g'ayritabiiy qarashlar hukmronlik qildi. Shu sababli psixologik bilimlarning rivoji sekinlashdi. Biroq ayrim faylasuflar va shifokorlar, jumladan Ibn Sino asarlarida bu sohada muhim fikrlar ilgari surildi. Inson xususiyatlari to'g'risidagi ma'lumotlar qadimgi qo'lyozmalar va yodgorliklarda ham o'z aksini topa boshladi. Turli mamlakatlar va shaharlarda tashkil etilgan akademiyalarda (Xorazm, Samarqand, Kiyev, Moskva va boshqalar) psixologiya yuzasidan ham saboq berilgan.

Yevropa Uyg'onish davrida Leonardo da Vinchi, X. Vives kabi olimlar psixologiya rivojiga o'z hissalarini qo'shdilar. XVIII asrga kelib M. V. Lomonosov, A. N. Radishchev, G. S. Skovoroda, T. Gobbs, B. Spinoza, G. Leybnits, J. Lokk, K. A. Gelvetsiy, A. Golbax, D. Didro kabi mutafakkirlar psixologiyada qator ilmiy g'oyalarni ilgari surdilar va uni amaliy ma'lumotlar bilan boyitdilar.

⁴ De Simone F, Kourtesis P, Collina S, Nicolais F, Presta R and Montanari R (2025) Editorial: Psychology and art: exploring new ways of interaction. Front. Psychol. 16:1542235. doi: 10.3389/fpsyg.2025.1542235

⁵ Vohidov M. Maktabgacha tarbiya psixologiyasi, T., 1970.

Psixologiya XIX asrning ikkinchi yarmiga kelib mustaqil fan sifatida ajralib chiqdi. Nemis olimi V.Vundt 1879-yilda Leypsig shahrida dastlabki eksperimental psixologiya laboratoriyasini tashkil etdi. Psixologiya taraqqiyotida, umuman olganda, XIX asrdagi eksperimentlar alohida ahamiyat kasb etdi. Bu davrda psixologik voqelikni o'rganish uchun turli metodlar qo'llanila boshlandi: kuzatish, laboratoriya eksperimenti, tabiiy eksperiment, faoliyat natijalarini tahlil qilish, psixik jarayonlarni modellashtirish, genetik metod, test, ekspert baholash, intervyu, anketa, so'rovnoma, tarjimai hol usuli va boshqalar.

XIX asr oxiri - XX asr boshlarida qator psixologik ilmiy maktablar va yo'nalishlar vujudga keldi; bixeviorizm, geshtaltpsixologiya, personalizm, freydizm va boshqalar. Yuqorida ta'kidlangan strukturalizm, funksionalizm, bixeviorizm, freydizm oqimlari jahon psixologiya ilmining shakllanishiga asos bo'lgan bo'lsa, ular ta'sirida shakllangan boshqa o'nlab yo'nalishlar – assosiativ psixologiya, geshtaltpsixologiya, gumanistik psixologiya, ekzistensial psixologiya, kognitivizm, ramziy interaksionizm kabi yo'nalishlar ham uning qator masalalarini hal qilishga o'z hissasini qo'sha oldi.

Eng muhimi, XX asrga kelib psixologiyaning tatbiqiy sohalari paydo bo'ldi. Endi qo'lga kiritilgan yutuqlar bevosita ta'lim, tarbiya, sanoat, biznes, marketing xizmatlari, boshqaruv, sog'liqni saqlash, huquqbuzarliklarning oldini olish kabi sohalarga dadil joriy etila boshlandi⁶.

Psixologiyaning rivojiga I.M.Sechenovning psixikaning reflektor tabiati haqidagi ta'limoti hamda I.P.Pavlovning oliy nerv faoliyati haqidagi ta'limoti muhim hissa qo'shdi. Rossiyada V.M.Bexterev tomonidan Qozonda 1885-yilda eksperimental laboratoriya tashkil etildi. Shuningdek, Xarkov universitetida, N.N.Lange tomonidan Odessada, G.Chelpanov tomonidan Kiyevda, S. Korsakov tomonidan Moskvada, keyinchalik Peterburgda V. M. Bexterev, A. Lazurskiy, A. Nechayev, Yuryev (Tartu, Estoniya) shahrida V. Chij tomonidan tashkil etilgan laboratoriyalar psixologiya taraqqiyotiga katta ta'sir ko'rsatdi. 1912-yilda Moskva

⁶ Fayziyeva U., Jumayev N. Umumiy psixologiya. – Buxoro, 2021. – 219 b.

universitetida Psixologiya instituti ochildi. Shu yili I.A.Sikorskiy tomonidan Kiyevda jahonda birinchi marta Bolalar psixologiyasi instituti tashkil qilindi. XX asrning birinchi yarmida Rossiyada K.N.Kornilov, P.P.Blonskiy va boshqalar dialektik asosga ega ilmiy psixologiyani rivojlantirishga kirishdilar.

Hozirgi zamon psixologiyasi ko'p tarmoqli psixologik bilimlar tizimidan iborat fan hisoblanadi. U o'zining tadqiqot predmetiga ega bo'lgan ko'plab sohalaridan tashkil topgan. Jumladan: umumiy psixologiya, aviatsiya psixologiyasi, harbiy psixologiya, differensial psixologiya, psixofiziologiya, muhandislik psixologiyasi, kosmik psixologiya, huquq psixologiyasi, tibbiyot psixologiyasi, neyropsixologiya, patopsixologiya, pedagogik psixologiya, mehnat psixologiyasi, sport psixologiyasi, maxsus psixologiya, ijod psixologiyasi, menejment psixologiyasi, marketing psixologiyasi, ijtimoiy psixologiya, yosh psixologiyasi, tashkiliy psixologiya, din psixologiyasi, oila psixologiyasi, psixologiya tarixi, genetik psixologiya, amaliy psixologiya, eksperimental psixologiya, kasb psixologiyasi, psixolingvistika, siyosiy psixologiya va boshqa sohalar mavjud.

Psixologiyaning tarmoqlarga ajralishining asosiy sababi uning tarkibida ko'plab tatbiqiy yo'nalishlarning vujudga kelganligidir. Psixologiya sanoatda, jamiyat boshqaruvida, ta'lim tizimida, sog'liqni saqlashda, madaniyat, sport, transport, radio, televideniye va boshqa sohalarda muhim masalalarni hal etishda faol ishtirok etmoqda.

3.Psixologiya va san'at

So'nggi o'n yilliklarda turli mamlakatlar va sohalar olimlarining san'at psixologiyasi hamda ijodiy jarayonga bo'lgan qiziqishi tez sur'atlar bilan o'sib bormoqda. Bu esa ko'plab turli omillar bilan bog'liq. Bu qiziqish, birinchi navbatda, bugungi metasivilizatsiyani o'zgartirayotgan tamoyillar: texnogen davrning kengayishi (robotlashtirish, sun'iy intellekt, axborot texnologiyalari) va medianing ortib borayotgan qudrati bilan aloqador. Ushbu tendensiyalar gumanitar soha mutaxassislarini inson ijodkorligining asosiy evristik jihatlarini hamda shaxsiy ijodkorlikni rag'batlantiruvchi yoki cheklovchi eng muhim omil va motivlarni chuqurroq tushunishga undamoqda.

San'at psixologiyasi va uning tarkibiy qismi bo'lgan ijodiy jarayon psixologiyasining ahamiyati ortib borishi, shuningdek, postmodern tijoratlashgan ommaviy madaniyatga nisbatan o'ziga xos reaksiya sifatida ham yuzaga keldi; tanqidiy fikrlovchi ijodkorlar uning bir xillashtiruvchi ta'siridan xalos bo'lishga intilmoqdalar. Bugungi postmodern madaniyatda yangi gumanistik tamoyillarning yoyilishi hamda ijodkor shaxs, uning salohiyati va ijodiy xususiyatlariga bo'lgan qiziqishning ortishi ham ushbu reaksiya bilan bevosita bog'liqdir.

Ijodkor shaxs psixologiyasi va san'at olamini tadqiq qilishning ushbu dolzarb sohasi uzoq vaqt davomida G'arbning haddan tashqari ratsionalistik klassik metafizikasi tomonidan asossiz ravishda e'tibordan chetda qoldirib kelindi. Shu sababli, ko'plab mamlakatlarda u hozirga qadar ilmiy tadqiqot sohasi sifatida yetarlicha qadrlanmay kelmoqda. Ushbu muammolarga bo'lgan e'tibor muayyan millat erishgan madaniy rivojlanish darajasining ishonchli ko'rsatkichidir. San'at psixologiyasi g'oyalarini ishlab chiqish va o'qitish zarurligini tushunadigan mamlakatlar oliy ta'limda, estetik rivojlanishning turli sohalarida va badiiy madaniyatda yaxshi natijalarga erishmoqdalar. Ijodiy jarayonning psixologik nozik jihatlarini biladigan ijodkorlar, odatda, ularning o'z faoliyati uchun hamda ijodiy ishning ichki stimullari va mexanizmlarini yaxshiroq tushunish uchun muhimligini e'tirof etadilar.

Bundan tashqari, san'at psixologiyasi va u bilan genetik bog'liq bo'lgan boshqa ijtimoiy va gumanitar fanlar majmuasi shubhasiz amaliy ahamiyatga ega, chunki ular iste'dodlarni tanlash, ularni maqsadli tarbiyalash, mahoratini oshirish va hatto turli san'at maktablariga kiruvchilarga tashxis qo'yishda yordam beradi. Qolaversa, san'at psixologiyasi va ijodiy jarayonning nozik jihatlariga qiziqqan ijodkorlar, odatda, ichki ijodiy impuls, imkoniyatlar va ijodiy jarayon qonuniyatlarini yaxshiroq rivojlantirishda ushbu bilimlar muhimligini tan oladilar. Nihoyat, noyob san'at asarlarini yaratgan va favqulodda o'ziga xosligi bilan ajralib turadigan ko'plab daho shaxslar ko'pincha g'ayritabiiy, psixik kasal deb hisoblangan yoki haqiqatan ham psixiatrik kasalliklardan aziyat chekkanlar.

San'at psixologiyasi va uning tarkibiy qismi bo'lgan ijodiy jarayonga nisbatan yuzaki munosabat, shuningdek, ular haqida obyektiv bilim olish imkonsiz degan chuqur ildiz otgan ishonchdan kelib chiqqan. Badiiy ijod sirlari go'yoki o'ta yopiq bo'lib, ratsional va tizimli ilmiy tahlilga bo'ysunmaydi deb hisoblanadi.

Biroq, vaqt o'tishi bilan ilmiy bilimlar to'xtovsiz ravishda olg'a siljidi. XX asrda san'at psixologiyasi sohasidagi yutuqlarning jadallashishi natijasida ilgari sirli va bilib bo'lmas deb hisoblangan hodisalarning yangi va kutilmagan qirralari namoyon bo'ldi. Psixologiya san'atni o'rganuvchi boshqa fanlar bilan o'zaro aloqaga kirishishi natijasida yangi fanlararo ilmiy sohalar aniq tizim sifatida shakllandi. Turli tadqiqot strategiyalari va usullari bilan qurollangan ushbu soha vakillari o'z tadqiqot obyektlari hamda muammoli yo'nalishlarini tobora chuqurroq o'rganib, kognitiv vositalarini muntazam takomillashtirib bordilar. Shunday qilib, ilgari ilmiy tadqiqotlarning chekkasida bo'lgan ko'plab munosabatlar – ijodkorning ijodiy salohiyati, ijodiy jarayon psixologiyasi, daholik, yaratuvchanlik va psixopatologiya hamda san'at psixologiyasining boshqa ko'plab muammolari o'zining sirli pardasini yo'qotdi.

Aynan XX asrda psixologiya hamda ijtimoiy-gumanitar fanlarning turli kognitiv sohalarida o'rtasidagi o'zaro ta'sir natijasida san'at psixologiyasida turli nazariy va metodologik yondashuvlarga ega bo'lgan hozirgi ustuvor yo'nalishlar va konsepsiyalarning asosiy spektri rivojlandi. Uzoq vaqt davomida G'arb estetikasi faqatgina yunon, rim va boshqa G'arb madaniyatlari hamda ularning san'atidan meros bo'lib qolgan bir nechta asosiy g'oyalarga tayanib keldi. Sharq va G'arbda san'at psixologiyasining shakllanish jarayonlarini qiyoslaganimizda, antik davrning boshlarida Sharq sivilizatsiyalari ushbu muammoga salmoqliroq hissa qo'shgan degan taassurot uyg'onadi. Turli sivilizatsiyalarda psixologiya va san'at psixologiyasi g'oyalari hamda tushunchalarining yuzaga kelishidagi o'ziga xos yo'llar ularning individual madaniy rivojlanish xususiyatlari – birinchi navbatda, subyekt (ijodkor) va uni o'rab turgan obyekt (tabiiy olam) o'rtasidagi turli hukmron munosabatlar bilan belgilangan.

Falsafiy, estetik, san'atshunoslik va psixologik tafakkurni shakllantirgan Sharq va G'arb an'alariga nazar tashlaganimizda, Yevropada antik davrdan boshlab, Osiyodagi buyuk sivilizatsiyalarga qaraganda, ratsionalistik munosabatlar kuchliroq bo'lganini ko'ramiz. Hissiyotga moyillik, insonning ichki olamiga chuqur kirib borish va jahon sivilizatsiyasi rivojlanishining erta bosqichida Osiyo buyuk sivilizatsiyalarining ustunligi bular san'at psixologiyasining ilk shakllanish davrida Sharq sivilizatsiyalarining o'zlarining estetik va san'at tarixiga oid psixologik konsepsiyalari bilan yetakchi bo'lishiga sabab bo'lgan omillardir.

Masalan, hind estetik an'anasi eng yuksak va eng universal san'at deb hisoblagan drama, aynan badiiy ijod psixologiyasining murakkab muammolari, ijodiy jarayon haqidagi mulohazalar va san'at asarlarini idrok etish masalalari birinchi o'ringa chiqqan soha edi. Unda ijodiy jarayon psixologiyasi muhokamasiga alohida ahamiyat berilgan bo'lib, bu yo'nalish keyinchalik hind psixologik estetikasining butun an'anasi davomida izchil rivojlantirildi.

Xitoy estetikasi va san'at psixologiyasi buyuk sivilizatsiyaning ma'naviy qadriyatlari tomonidan yaratilgan favqulodda o'ziga xos madaniy hodisadir. Xitoy – Uzoq Sharq estetikasi, san'at psixologiyasi va san'atining asosiy xususiyatlarini belgilab bergan ko'plab fundamental g'oyalar shakllangan makondir. Xitoy estetikasi va san'at psixologiyasini boshqa buyuk Sharq sivilizatsiyalari bilan qiyoslaganimizda, ba'zi xarakterli xususiyatlarni ajratib ko'rsatishimiz mumkin. Avvalo, Xitoy va Hindiston san'at psixologiyasi ma'naviy madaniyat rivojida teng darajada boy va uzluksiz an'alar bilan belgilangan g'oyaviy davomiylik orqali bog'langan. Boshqa tomondan, she'riyat va dramaturgiya bo'yicha normativ risolalar ustun bo'lgan Hindistondan farqli o'laroq, Xitoyda – iyeroglif madaniyatga xos bo'lgan voqelikni vizual-assotsiativ idrok etish tufayli rangtasvir va xattotlikka oid estetik asarlar ajralib turadi. Yaponiyada estetika va san'at psixologiyasi haqidagi tafakkur tashqi ta'sirlarga nisbatan sezgirroq, ko'proq transformatsiyalarni boshdan kechiradi va innovatsiyalarni osonroq qabul qiladi.

Xitoyda esa estetika, san'at psixologiyasi va san'atda asrlar davomida shakllangan an'alarining beqiyos darajada kuchli ta'sirini ko'rishimiz mumkin.

Xitoyda kristallashgan madaniy, estetik, psixologik va badiiy qatlamlar, harakatlar va mavzular go'yoki to'liqlik o'zgarish qonuniga bo'ysunardi. Bu yerda an'anaviylik, yangilik izlash va o'tmishning madaniy qatlamlarini doimiy ravishda qayta ko'rib chiqish har doim birga rivojlangan. Madaniy an'ana ochiq, plastik va dinamik bo'lib, davr ehtiyojlariga moslashishga yetarli darajada kuchli edi. U yangi shakl, mavzu va motivlarni, shu bilan birga, ma'naviy madaniyatning butun ijtimoiy muhim qatlamlarini ham integratsiya qilishga qodir edi. Terminologiya va asosiy tushunchalarning rivojlanishi g'oyalar orqali amalga oshiriladigan G'arb estetika va san'at psixologiyasi an'anasidan farqli o'laroq, Xitoyda bu muhim funksiyani odatda turli situatsion va kontekstual kategoriyalar bajaradi.

Sharqiy Osiyoda, xuddi Hindiston subkontinentida bo'lgani kabi, daoizm, chan va dzen estetik an'analari ta'sirida, rassomning ijodiy salohiyati va ijodiy jarayon muhokamalarida rassomning psixologik tayyorgarligi va ijodiy jarayonga kirish bilan bog'liq bo'lgan meditatsiya amaliyotlarining turli muammolariga alohida e'tibor qaratilgan. She'riyat va drama kulti xarakterli bo'lgan Hindistondan farqli o'laroq, Xitoy va Yaponiyada san'at iyerarxiyasida (ularning o'z rni turli tarixiy davrlarda o'zgarib turgan bo'lsa-da) "uchta buyuk san'at" – xattotlik, rangtasvir va she'riyat hukmronlik qilgan. Ularning o'zaro bog'liqligi va bir-biriga kirib borishi an'anaviy Xitoy estetikasida o'ziga xos tarzda namoyon bo'lgan bo'lib, unda rassomning ijodiy salohiyatini egallashi, uning tabiat bilan munosabati, ijodiy jarayonning fundamental psixologik muammolari va turli meditatsiya tamoyillariga alohida e'tibor berilgan.

Yaponiyaning psixologik yondashuvga asoslangan estetikasi, Hindiston va Xitoydan farqli o'laroq, bunday ming yillik an'analarga ega emas edi. Xitoy sivilizatsiyasidan davriy ravishda kuchli impulslarni qabul qilgandan so'ng, yapon madaniyati o'z yo'lidan bordi va madaniyatning, estetik tafakkurning va san'atning ko'plab noyob shakllarini yaratdi. Ularning nafisligi ko'pincha sobiq o'qituvchilarining yutuqlaridan o'zib ketdi.

Yapon estetiklari, odatda, intellektning tahliliy quvvatiga va umuman logos (mantiq) tamoyiliga ishonchsizlik bilan qaraydilar. Ular estetik tajriba va san'atning

eng murakkab shakllarini bilishda ratsional aql va mavhum nazariyalarning cheklanganligini tushunadilar. Ushbu munosabat ularning ratsional aqlni go‘zallik dunyosining birlamchi butunligini konstruksiya va dekonstruksiya qiluvchi (quruvchi va parchalovchi) asbob sifatidagi qarashlarini belgilab berdi. Go‘zallikning tub mohiyati, yaponlar ishonchiga ko‘ra, aql bilan emas, intuitsiya va ratsional og‘zaki tavsifga bo‘ysunmaydigan eng nozik hissiy kechinmalar orqali anglanadi. Shu sababli, yapon estetik baholashlari sensualizm (hissiy idrok) hamda san’at psixologiyasi va estetik idrok muammolariga alohida e’tibor qaratilishi bilan ajralib turadi.

Kunchiqar mamlakatda estetik tafakkurning psixologik talqini rivojlanishi natijasida hissiy kategoriyalar olami, shuningdek, estetik idrok va badiiy baholashning o‘ziga xos tamoyillari shakllandi. Boshqa hech bir mamlakatda estetik tuyg‘ular va badiiy qadriyatlar insonlarning kundalik hayotiga Yaponiyadagidek chuqur singib ketmagan. Yapon madaniyati va estetik ongining eng o‘ziga xos jihatlaridan biri shundaki, boshqa madaniyatlarda ikkinchi darajali deb qaraladigan ayrim ijodiy ifoda shakllari Yaponiyada alohida qadrlanadi hamda estetik tafakkur, psixologik mushohada va badiiy ijodning markaziy unsuriga aylangan. Yapon estetik ideallari aniq chegaralangan tushunchalar orqali emas, balki vaziyat va kontekstga bog‘liq, nozik psixologik mazmunga ega kategoriyalar orqali ifodalanadi.

G‘arbda san’at psixologiyasi Sharq mamlakatlaridagidan farqli ravishda nisbatan kechroq shakllandi. U estetika, san’at falsafasi, fiziologiya, psixiatriya, adabiyot va musiqa nazariyasi, eksperimental estetika, eksperimental va umumiy psixologiya, psixoanaliz hamda san’atshunoslik kabi fanlar tutashgan nuqtada vujudga kelgan fanlararo bilim sohasi hisoblanadi. Shu sababli G‘arb san’at psixologiyasining shakllanishi va rivojlanishini mazkur fanlarning tarixiy taraqqiyotidan ajratib ko‘rib bo‘lmaydi. XX asrga kelib san’at psixologiyasi nisbatan mustaqil ilmiy yo‘nalish sifatida shakllandi. Bu davrda uning nazariy va metodologik asoslari ratsionalistik, eksperimental hamda psixoanalitik yondashuvlar ta’sirida rivojlandi. Natijada san’at asarini idrok etish, estetik

kechinmalar, ijodiy faoliyat va badiiy tafakkurning psixologik mexanizmlarini o'rganishga qaratilgan zamonaviy ilmiy konsepsiyalar vujudga keldi.

San'at psixologiyasi g'oyalari, fundamental kategoriyalari va muammolari yuzaga kelishining ilk bosqichi estetika va san'at falsafasining psixologiyalashtirilishi hamda ularning izdoshlari tomonidan ijodkorning ichki olami, uning hissiy kechinmalari, ijodiy salohiyati, badiiy ifoda shakllari, ijodiy jarayon va badiiy ijod mahsullarini idrok etish muammolariga qiziqish ortishi bilan bog'liq edi. Kant va Hegel ratsionalizmiga zid ravishda bu tendensiyalar noklassik yoki irratsionalistik estetika va san'at falsafasida namoyon bo'ldi. Ularda voluntarizm, daholik fenomeni, ijodkorning ijodiy salohiyati va ijodiy jarayon, shuningdek, badiiy faoliyatning turli psixopatologik jihatlariga qiziqish tobora kuchayib bordi. Romantiklar allaqachon jinnilikni daholik belgisi va haqiqiy badiiy ijodning asl manbai deb hisoblar edilar.

Ularning qarashlariga qo'shilgan holda, Shopengauer estetik sohani psixologiyalashtirishda katta ishlarni amalga oshirdi. U daho-san'atkorning o'ziga xosligi va psixopatologiyalar o'rtasida bevosita bog'liqlikni ko'rdi hamda daho o'zining barcha faoliyati va xulq-atvorida psixik bemorga o'xshashligini ta'kidladi. Chunki ikkala holatda ham odatiy ijtimoiy aloqalar yo'qolgan va ular go'yoki boshqa sayyoradan kelgan begonalaridir. Ular o'ta sezgir bo'lib, atrof-muhitni o'tkirroq idrok etadilar. Voluntarizm asoschisi shunday degan edi: "Daholik va jinnilik bir-biri bilan chegaradosh, hatto bir-biriga qo'shilib ketadigan jihatlariga ega...".

San'at psixologiyasining shakllanish tarixini tahlil etishda psixologiyaning mustaqil ilmiy fan sifatida qaror topishi va universitetlarda o'quv hamda tadqiqot sohasi sifatida e'tirof etilishi masalasiga ham alohida e'tibor qaratish lozim. Eksperimental tadqiqotlar asosida rivojlangan umumiy psixologiya san'at psixologiyasi hamda psixologiyaning boshqa tarmoqlari uchun fundamental kategoriyalar, tushunchalar va metodologik tamoyillarni shakllantirdi. Biroq vaqt o'tishi bilan estetikaning psixologik yo'nalishi va umumiy psixologiyada

pozitivistik metodologiyaga asoslangan nazariyalarning ayrim cheklovlari hamda kamchiliklari yaqqol namoyon bo'la boshladi.

San'atni bilish bo'yicha kontsepsiyalarning ortib borayotgan differentsiatsiyasi va plyuralizmning kuchayishi, san'atni tizimli tahlil qilishda tamoyillar inqiroziga sabab bo'ldi. Tizim yo'qolishi bilan san'at psixologiyasi muammolarini empirik o'rganish aniq metodologik asosdan mahrum bo'ldi. Estetika va san'at falsafasining klassik hamda barchani qamrab oluvchi psixologiyalashtirilgan tizimlari o'rniga bir-biriga zid bo'lgan ko'plab nazariyalar shakllana boshladi⁷.

4. Psixologik bilimlarning paydo bo'lish tarixi.

Psixologiya erishgan yutuqlar shaxs imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish va ularni harakatga keltirishda muhim ahamiyat kasb etadi hamda mehnat samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Zamonaviy psixologiyada elektron-hisoblash texnikasi, elektr va kimyoviy vositalar yordamida psixik jarayonlarni chuqur o'rganish imkoniyatlari kengaymoqda. Bugungi kunda jahon miqyosida AQSh, Angliya, Fransiya, Germaniya, Rossiya, Shvetsariya kabi mamlakatlarning ilmiy tadqiqot institutlari, markazlari va universitetlarida psixologik izlanishlar keng ko'lamda olib borilmoqda⁸.

XXI asr bo'sag'asida juda ko'plab davlatlarda bo'lgani kabi, dunyo xaritasida munosib o'rin egallagan mustaqil O'zbekistonda ham barcha sohalarda tub islohotlar boshlandi. Bu islohotlarning barchasi inson omilini har qachongidan ham yuqori saviyaga ko'tarib, uning kuchi, idroki, salohiyati, psixik hamda ma'naviy barkamolligini bevosita taraqqiyot, rivojlanish va sivilizatsiya bilan uzviy bog'ladi⁹.

Natijada inson va uning mukammalligi, o'z ustida ishlashi, o'z kamoloti haqida qayg'urishi muammosi har qachongidan ham dolzarb masalaga aylandi. Fanda yangi yo'nalishlar va yangicha yondashuvlar paydo bo'ldi. Masalan, sinergetik yondashuv

⁷ Andrijauskas A. The Sources of the Psychology of Art and Its Place among the Disciplines That Study Art and Creativity. *Arts* 2022, 11, 96. <https://doi.org/10.3390/arts11050096>

⁸ Аристова И. Л. Общая психология // Мотивация, эмоции, воля: Учебное пособие. Владивосток: ТИДОТ ДВГУ. – 2003.

⁹ Fayziyeva U., Jumayev N. Umumiy psixologiya. – Buxoro.: Durdona nashriyoti, 2021. 194 b.

barcha fanlarda bo'lgani kabi psixologiya, uning tarmoqlari hamda u bilan turdosh bo'lgan fanlar misolida ham yaqqol namoyon bo'la boshladi. Eslatib o'tamiz, "sinergetika" so'zi grekcha "synergetes" – xodimlar, sheriklar so'zidan olingan bo'lib, sinergiya hamkorlikdagi, hamjihatlikdagi harakat ma'nosini anglatadi¹⁰.

Ya'ni inson va uning psixologiyasini o'rganish hamda unga ta'sir ko'rsatishda gumanitar fanlarning hamkorlikda rivojlanishi, boshqacha aytganda, ushbu fanlar maqsadlarining mushtarak uyg'unlashuvi shaxs iqtidori va qobiliyatlarini rivojlantirishning ishonchli vositasi sifatida qaraladi. Bundan tashqari, yangi davr fanlarini rivojlantirishda akmeologik yondashuv ham mavjud. Unga ko'ra, har bir fanning inson uchun ahamiyati va o'рни o'sha fanlarning shaxs kamolotiga qo'shadigan hissasining salmog'ini belgilash va baholashni taqozo etadi. (Akmeologiya grekcha "akme" – cho'qqi, yuqori pog'ona, yuksalish ma'nolarini bildiradi. Uning predmeti deganda insonning o'z-o'zini rivojlantirish va o'zligini anglashning yuqori darajalariga yetishga o'rgatuvchi fanlar majmui tushuniladi).¹¹

Shaxs psixologiyasini bilish, o'z taraqqiyoti va iqtidorini to'g'ri tashkil etishni anglash, har qanday yosh davrida ham optimal ravishda ishga yaroqlilikni saqlash, turli o'zgarishlarga psixologik jihatdan tayyorlikni ta'minlash, yangicha fikrlash va tafakkur qilish, ro'y berayotgan jarayonlarni obyektiv hamda to'g'ri idrok etish qobiliyatini rivojlantirish kabi masalalar ilgari surildi. Shunday qilib, yangi davr har bir insondan o'z ichki imkoniyatlarini to'g'ri baholashni, shu bilimlar yordamida yaqinlari va hamkasblarining psixik dunyosini ham anglashni talab qilmoqda. Buyuk Suqrot o'z davrida "O'z-o'zingni bil!" degan shiorni ilgari surgan edi. Yangi davr esa bu bilimlar qatoriga "Atrofdagilarni ham bil va ularning faoliyatini tushun" degan g'oyani ham dolzarb masala sifatida qo'shdi.

Ayni shu muammoni hal etishda hozirgi zamon psixologiya ilmi va amaliyotining roli nihoyatda kattadir. An'anaga aylangan holatlardan biri shuki, psixologiya va u o'rganadigan hodisalarni faqatgina ushbu fan bilan bevosita

¹⁰ <https://www.yumpu.com/xx/document/view/65711929/umumiy-psixologiya>.

¹¹ Tillayeva G. H. Akmeologiyaning axloqiy jihatlarini // "Yosh olimlar axborotnomasi" – «Bestnik molodix uchenix». – 2025. – T. 1. – S. 147-153.

shugʻullanadigan mutaxassislar oʻrganib kelishgan. Aslida esa psixologik hodisalar bilan har qanday inson tanish boʻlishi va ular inson hayotining muhim asosini tashkil etishi kerak. Yangi davr va uning oʻzgarishlarga boy hayoti endi har bir kishidan psixik hodisalar qonuniyatlarini bilishni hamda shu asosda oqilona va samarali faoliyat yuritishni talab qilmoqda.

5.Psixologiyaning mustaqil fan sifatida shakllanishi

Psixologiya insonning psixik jarayonlari, holatlari, shaxs xususiyatlari va xulq-atvorining qonuniyatlarini oʻrganuvchi fan sifatida uzoq tarixiy taraqqiyot jarayonida shakllangan. Dastlab psixologik bilimlar falsafa tarkibida rivojlangan. Qadimgi yunon mutafakkirlari Aristotel, Aflotun inson ruhi, tafakkuri, xotirasi va hissiy holatlari haqida muhim fikrlarni ilgari surganlar. Keyinchalik, Rene Dekart psixik va fiziologik jarayonlar oʻrtasidagi munosabatni, Jon Lokk esa, inson tajribasining bilim va psixik rivojlanishdagi ahamiyatini asoslashga harakat qilgan.

XIX asrga kelib, tabiiy fanlar, ayniqsa fiziologiya va psixofizikaning rivojlanishi psixologik hodisalarni tajriba asosida oʻrganish imkoniyatini yaratdi. Gustav Fexner sezgi kuchi bilan fizik qoʻzgʻatuvchilar oʻrtasidagi munosabatni oʻrgandi. Uning psixofizik tadqiqotlari psixik hodisalarni miqdoriy jihatdan oʻrganish imkoniyatlarini kengaytirdi. Psixologiyaning mustaqil fan sifatida shakllanishida V.Vundtning ilmiy faoliyati alohida ahamiyatga ega. U 1879-yilda Leypsig universitetida eksperimental psixologiya laboratoriyasini tashkil etdi. Vundt psixologik jarayonlarni tajriba, kuzatish va oʻlchash orqali oʻrganishga eʼtibor qaratdi. Shu sababli 1879-yil koʻpincha eksperimental psixologiyaning mustaqil fan sifatida shakllanishidagi muhim sana sifatida qaraladi.

Keyingi davrda psixologiyada turli ilmiy maktab va yoʻnalishlar yuzaga keldi. U.Jeyms funksionalizm yoʻnalishida psixik jarayonlarning inson faoliyatidagi vazifalarini oʻrgandi. Z.Freyd psixik hayotda ongsiz jarayonlarning ahamiyatini asoslab, psixoanalitik yoʻnalishga asos soldi. J.Uotson bixeviorizm doirasida kuzatiladigan xulq-atvorni ilmiy tadqiq etishga urgʻu berdi. M. Vertgeymer va boshqa geshtaltpsixologlar psixik hodisalarni yaxlit tizim sifatida oʻrganish zarurligini taʼkidladilar. Psixologiyaning rivojlanishida L.Vigotskiyning madaniy-

tarixiy yondashuvi ham muhim o‘rin tutadi. U inson psixikasining rivojlanishida ijtimoiy muhit, ta’lim, faoliyat va muloqotning ahamiyatini asoslab berdi. Jan Piaje esa bolalar tafakkuri va intellektual rivojlanishining qonuniyatlarini tadqiq etib, rivojlanish psixologiyasining taraqqiyotiga katta hissa qo‘shdi.

Psixologiyaning mustaqil fan sifatida shakllanishi falsafiy qarashlardan eksperimental va empirik tadqiqotlarga bosqichma-bosqich o‘tish jarayoni bilan bog‘liq. Falsafa psixologiyaning nazariy asoslarini yaratgan bo‘lsa, fiziologiya, psixofizika va eksperimental tadqiqotlar uning mustaqil ilmiy fan sifatida shakllanishiga zamin yaratdi. V.Vundt laboratoriyasining tashkil etilishi esa ushbu tarixiy jarayonning muhim bosqichlaridan biri bo‘ldi.

J.Piaje esa, bolaning intellektual rivojlanishi va tafakkurining shakllanish qonuniyatlarini eksperimental hamda kuzatuv metodlari asosida o‘rgandi. Uning tadqiqotlari rivojlanish psixologiyasining mustaqil ilmiy yo‘nalish sifatida takomillashishiga katta ta’sir ko‘rsatdi. Lev Vygotskiy psixikaning rivojlanishini ijtimoiy-madaniy muhit, faoliyat va muloqot bilan uzviy bog‘liq holda tushuntirdi. Uning madaniy-tarixiy yondashuvi psixik rivojlanishda ijtimoiy muhit va ta’limning rolini ilmiy asoslashga imkon berdi.

Mavzu bo‘yicha savollar.

1. Psixologiya fani nimani o‘rganadi?
2. Psixologiyaning predmeti nimalardan iborat?
3. Psixologiya fanining asosiy vazifalari qanday?
4. Psixologiya qaysi fanlar bilan uzviy bog‘liq?
5. Psixologiya fanining paydo bo‘lishi qaysi davrlarga borib taqaladi?
6. Psixologiyada eksperimental tadqiqotlarning ahamiyati nimada?
7. XIX-XX asrlarda paydo bo‘lgan asosiy psixologik maktablar qaysilar?
8. Bixeviorizm, geshtaltpsixologiya va freydzizm yo‘nalishlarining mohiyati nimada?
9. Hozirgi zamon psixologiyasining asosiy tarmoqlari qaysilar?
10. Zamonaviy psixologiyaning jamiyatdagi ahamiyati nimadan iborat?

1.2 -MAVZU. PSIXOLOGIYA SOHALARI VA TADQIQOT METODLARI

Reja:

1. Psixologiya fanining sohalari va asosiy tarmoqlari.
2. Psixologiya fanining tadqiqot metodlari haqida umumiy tushuncha.
3. Psixologiyada kuzatish metodi.
4. Psixologiyada eksperiment metodi.
5. Psixologiyada so‘rov, anketa va test metodlari.
6. Psixologik tadqiqot metodlarining ahamiyati.
7. Madaniy va kross-madaniy psixologiya.

Tayanch tushunchalar: Zamonaviy psixologiya, psixologiya tarixi, umumiy psixologiya, yosh psixologiyasi, pedagogik psixologiya, ijtimoiy psixologiya, mehnat psixologiyasi, tibbiy psixologiya, sport psixologiyasi, tadqiqot metodlari, kuzatish, eksperiment, suhbat, so‘rovnoma, test, proyektiv testlar, sotsiometriya, biografik metod, psixologik diagnostika, tadqiqot metodikasi, tadqiqot bosqichlari, ilmiylik, obyektivlik, tizimlilik, ijtimoiy-tarixiy, psixologik tadqiqot, verbal, noverbal.

1.Psixologiya fanining sohalari va asosiy tarmoqlari

Psixologiya va san’at insonning psixik olami hamda ijodiy faoliyatini yorituvchi ikki muhim bilim sohasi bo‘lib, ularning o‘zaro aloqalari ko‘p asrlik tarixga ega. Nima uchun insonlar san’at bilan shug‘ullanadi yoki ijodiy faoliyatni hayotining muhim qismiga aylantiradi? Nima sababdan bir xil san’at asari turli insonlarda turlicha taassurot va talqinlarni uyg‘otadi? Masalan, mavhum tasviriy asarda bir kishi ot obrazini ko‘rsa, boshqasi unda ajdaho timsolini ko‘rish mumkin. Nega ayrim ranglar, uslublar va shakllar boshqalariga nisbatan bizda kuchliroq hissiy ta’sir uyg‘otadi? Ana shunday savollar inson psixikati va bilish jarayonlarini o‘rganuvchi psixologlarni uzoq yillardan buyon qiziqtirib kelmoqda.

Har bir insonning estetik didi, hissiy kechinmalari va ijodiy tafakkuri o‘ziga xos bo‘lgani sababli san’atni idrok etish va talqin qilish ham individual xususiyat kasb etadi. Shu bois san’atni idrok etish hamda badiiy ijodning psixologik mexanizmlarini qanday tushunish mumkin, degan savol tabiiy ravishda yuzaga

keladi. Bu savolga oddiy javob mavjud emas. Biroq san'at psixologiyasi fanlararo bilim sohasi sifatida san'atni yaratish, idrok etish va baholash jarayonlarining psixologik qonuniyatlarini o'rganadi hamda ularni nazariy va empirik jihatdan izohlaydi.

O'z mohiyatiga ko'ra, san'at psixologiyasi san'atni yaratish va uni idrok etish jarayonlari, ularda namoyon bo'ladigan psixik xususiyatlar, kognitiv jarayonlar hamda inson psixik faoliyatining qonuniyatlarini o'rganadi. Mazkur masalaga san'atshunoslik va psixologiya nuqtayi nazaridan turlicha yondashish mumkin. San'atshunoslik asosan badiiy asarning mazmuni, shakli va estetik qiymatini tahlil qilsa, psixologiya uning yaratilishi va idrok etilishining psixologik mexanizmlarini tadqiq etadi. Shu bois san'at va psixologiya o'zaro chambarchas bog'liq bo'lsa-da, ularning tadqiqot obyekti va metodologik yondashuvlari o'ziga xos xususiyatlarga ega. San'atning ayrim jihatlari bugungi kunda ham to'liq izohlanmagan bo'lib, ular san'at psixologiyasining dolzarb ilmiy muammolaridan biri bo'lib qolmoqda.

Psixologiyada keng qo'llaniladigan proyektiv metodlardan biri Rorshaxning siyoh dog'lari testidir. Ushbu metodda ishtirokchilarga turli shakldagi simmetrik siyoh dog'lari ko'rsatiladi va ulardan tasvirlarda nimani ko'rayotganini izohlash so'raladi. Test natijalari shaxsning ongsiz kechinmalari, motivlari, istaklari hamda hissiy xususiyatlarini aniqlash va baholashda qo'llaniladi. XX asr oxiriga kelib Rorshax testi amaliy psixologiyada eng ko'p foydalanilgan proyektiv metodlardan biri bo'lib qoldi. Jumladan, 1995-yilda AQSh psixologlari o'rtasida o'tkazilgan so'rov natijalariga ko'ra, mutaxassislarning qariyb 82 foizi ushbu testdan o'z amaliyotida kamida vaqti-vaqti bilan foydalangan.

Rorshax siyoh dog'larini talqin qilish orqali inson shaxsining yashirin jihatlarini aniqlash mumkinligini ilgari surgan birinchi olim emas edi. U psixik kasalligi bo'lgan bemorlar yaratgan san'at asarlarini tahlil qiluvchi ilmiy maqolalar e'lon qilib, badiiy ijod mahsullari orqali ularning shaxsi, hissiy kechinmalari va psixik holati haqida muhim ma'lumotlar olish mumkinligini ta'kidlagan. Keyinchalik san'at terapiyasi (art-terapiya) psixologik yordam ko'rsatishning samarali usullaridan biri sifatida keng rivojlandi. Analitik art-terapiya psixoanalitik

yondashuvga asoslanib, terapevt, mijoz va ular o'rtasidagi muloqotning badiiy ifodasi orqali yuzaga keladigan psixologik mazmunni tahlil qiladi. Psixoterapevtlar mijoz yaratgan san'at asarlarini tahlil qilish orqali uning hissiy holati, ichki kechinmalari va shaxsiy xususiyatlari haqida qo'shimcha ma'lumotga ega bo'lishlari mumkin. Bu usul, ayniqsa, nutqiy muloqotda qiyinchilikka duch keladigan yoki psixik travma tufayli o'z kechinmalarini og'zaki ifodalashda qiynaladigan bolalar bilan ishlashda samarali hisoblanadi. Bunday hollarda rasm chizish va boshqa ijodiy faoliyat turlari bolaga his-tuyg'ularini ramziy shaklda ifodalash hamda psixologik to'siqlarni yengib o'tishga yordam beradi.

Qaysi usul qo'llanilmasin, jarayon mohiyati bir xil: art-terapevt va mijoz har qanday vosita (ko'pincha bo'yoq, qog'oz, qalam yoki loy) yordamida ichki fikrlar va his-tuyg'ular olamiga birga sayohat qiladilar. Art-terapiya, shuningdek, o'zini namoyon qilish yoki psixik yengillik shakli sifatida ham ishlatilishi mumkin. U kognitiv va sensor-motor funksiyalarni, ijodkorlikni, o'z-o'zini anglashni, hissiy chidamlilikni, o'ziga bo'lgan ishonchni yaxshilashga yordam beradi hamda nizolarni hal qilish va shaxsiy o'sishda ko'maklashadi.

Shubhasiz, har bir san'atkor o'z ishidan zavqlanadi, aks holda u bilan shug'ullanmagan bo'lardi. San'at qalbdan oqib chiquvchi o'ziga xos meditatsiyadir. Biz san'atni o'z shaxsiy qarashlarimiz asosida hurmat qilishimiz va undan zavqlanishimiz kerak. Har birimiz san'atda nimani ko'rishimiz yoki ko'rmasligimiz haqida boshqalar bilan turlicha fikrda bo'lishimiz tabiiy. Har bir insonning o'ziga xos sevimli san'at asari bor. Hech qachon ikki kishi bir asarni aynan bir xil ko'rmaydi. Har birimizning miyamiz turlicha va san'atni o'ziga xos tarzda talqin qiladi. Biz shunchaki san'atni sevishimiz va undan zavq olishimiz kerak, boshqa hech narsa talab etilmaydi¹².

Psixologiya inson psixikasini, psixik jarayonlarni hamda xulq-atvor qonuniyatlarini o'rganuvchi fan sifatida ko'plab yo'nalish va tarmoqlarga ega. Jamiyat taraqqiyoti, ilmiy bilimlarning kengayishi hamda inson faoliyatining

¹² Fiona van Buren. Art and Psychology // Arte & Lusso: Online Magazine on Art, Fashion and Luxury Lifestyle in UAE and Italy. URL: <https://arte8lusso.net/art/art-and-psychology/>

murakkablashuvi natijasida psixologiya fanining sohalari tobora ko'payib bormoqda. Har bir yo'nalish inson hayotining ma'lum jihatlarini tadqiq etish, psixik jarayonlarning o'ziga xos xususiyatlarini aniqlash va amaliy hayotda ulardan samarali foydalanishga xizmat qiladi¹³.

Psixologiya fanining markazida inson psixikasi turadi. Shu sababli psixologik tadqiqotlar sezgi, idrok, tafakkur, xotira, hissiyot, iroda, shaxs xususiyatlari kabi psixik hodisalarni o'rganishga qaratilgan. Mazkur jarayonlarni chuqur tahlil qilish psixologiyaning turli tarmoqlarga ajralishiga olib kelgan. Ushbu tarmoqlar umumiy, amaliy hamda maxsus yo'nalishlarga bo'linadi. Umumiy psixologiya psixika qonuniyatlarini, psixik jarayonlar tuzilishini hamda shaxsning psixologik xususiyatlarini umumiy nazariy asosda o'rganadi. Bu yo'nalish boshqa psixologik sohalar uchun metodologik poydevor vazifasini bajaradi. Umumiy psixologiya doirasida bilish jarayonlari, emotsional holatlar, motivatsiya, xarakter, temperament kabi masalalar keng tahlil qilinadi. Mazkur soha psixologiya fanining nazariy asoslarini shakllantiradi hamda boshqa tarmoqlarning rivojlanishiga xizmat qiladi.

Yosh davrlar psixologiyasi insonning tug'ilishidan boshlab butun hayot davri davomida psixik rivojlanish bosqichlarini o'rganadi. Ushbu yo'nalishda bolalik, o'smirlik, yoshlik hamda yetuklik davrlariga xos psixologik xususiyatlar tahlil qilinadi. Yosh psixologiyasi tarbiya jarayonini samarali tashkil etish, shaxs kamolotini ta'minlash hamda rivojlanishdagi muammolarni aniqlashda muhim ahamiyatga ega.

Pedagogik psixologiya ta'lim hamda tarbiya jarayonida yuzaga keladigan psixologik qonuniyatlarni o'rganadi. Bu soha o'quvchilarning bilim olish jarayoni, o'qituvchi hamda o'quvchi o'rtasidagi munosabatlar, o'qitish metodlarining psixologik asoslarini tadqiq etadi¹⁴.

Pedagogik psixologiya ta'lim samaradorligini oshirish, o'quv jarayonini ilmiy asosda tashkil qilish hamda yosh avlodning intellektual rivojlanishini ta'minlashga xizmat qiladi.

¹³ Петровский А. В., Ярошевский М. Г. Психология //М.: Академия. – 2002. – Ташкент.: 6. – С. 512.

¹⁴Ivanov P.I. Zufarova M.Y. Pedagogika psixologiya "O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati" T.: 2008 yil. 480 b.

Ijtimoiy psixologiya insonlarning jamiyatdagi o‘zaro munosabatlarini, gupsixik jarayonlarni hamda ijtimoiy muhitning shaxs xulqiga ta’sirini o‘rganadi. Ushbu yo‘nalishda jamoa muhitidagi psixologik jarayonlar, muloqot madaniyati, liderlik, ijtimoiy ta’sir mexanizmlari kabi masalalar tahlil qilinadi. Ijtimoiy psixologiya jamoa faoliyatini samarali tashkil etish, insonlar o‘rtasidagi hamkorlikni mustahkamlash hamda ijtimoiy muammolarni hal qilishda muhim rol o‘ynaydi.¹⁵

Mehnat psixologiyasi insonning mehnat faoliyati jarayonidagi psixik jarayonlarni o‘rganadi. Bu soha kasbiy tanlov, ish samaradorligi, mehnat sharoitlarining psixologik ta’siri hamda ishlab chiqarish jarayonidagi inson omilini tadqiq etadi¹⁶. Mehnat psixologiyasi ishlab chiqarish samaradorligini oshirish, kasbiy moslashuvni ta’minlash hamda mehnat jarayonini takomillashtirishga yordam beradi.

Tibbiyot psixologiyasi kasalliklarning psixik holatga ta’siri, bemorlarning psixologik kechinmalari hamda davolash jarayonida psixologik omillarning rolini o‘rganadi¹⁷. Ushbu soha shifokor hamda bemor o‘rtasidagi muloqotni takomillashtirish, psixik qo‘llab-quvvatlash usullarini ishlab chiqish hamda sog‘liqni saqlash tizimida psixologik yordam ko‘rsatishga xizmat qiladi.

Zamonaviy psixologiya shuningdek sport, harbiy, huquq, muhandislik, menejment hamda marketing yo‘nalishlarini ham qamrab oladi. Har bir tarmoq inson faoliyatining muayyan sohasi bilan bog‘liq psixologik jarayonlarni o‘rganadi. Natijada psixologiya fani inson imkoniyatlarini chuqur anglash, shaxs rivojlanishini ta’minlash hamda jamiyat taraqqiyotiga xizmat qiluvchi muhim ilmiy yo‘nalish sifatida rivojlanib bormoqda. Psixologiyada tadqiqot metodlari psixik jarayonlar, xulq-atvor shakllari hamda shaxsning individual xususiyatlarini ilmiy jihatdan o‘rganishga xizmat qiladigan usullar majmuasini anglatadi. Har qanday ilmiy izlanish maqsadga muvofiq tashkil etilgan metodologik yondashuv orqali amalga oshiriladi. Shu sababli psixologik tadqiqotlar jarayonida qo‘llaniladigan metodlar

¹⁵ Ikromova S. A. Ijtimoiy psixologiyaning bugungi kundagi ahamiyati // Pedagogik tadqiqotlar jurnali. – 2024. – T. 2. – №. 1. – S. 193-196.

¹⁶ Карпов А. В. Психология труда. – 2014.

¹⁷ Менделевич В. Д. Клиническая и медицинская психология // М.: Медпресс. – 1999. – Т. 199. – №. 8.

muayyan tartib, qoidalar hamda ilmiy tamoyillarga asoslanadi. Mazkur usullar inson psixikasini chuqur tahlil qilish, psixik hodisalar o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash hamda nazariy xulosalar chiqarishda muhim ahamiyatga ega.

Tasviriy san'at uzoq vaqtdan beri psixologiya, biologiya va turdosh sohalarda katta qiziqish uyg'otib kelayotgan mavzu bo'lib, tadqiqotlar san'atni idrok etish va yaratish, ijodkorlik hamda ularning klinik psixologiya yoki reklamadagi tatbig'iga qaratilgan. Insoniyatda o'ta murakkab madaniyatlarning rivojlanishi hayotning asosiy biologik ehtiyojlariga bog'liq bo'lmagan o'z-o'ziga yo'naltirilgan faoliyat turlariga olib keldi. Erta insoniyat jamoalarida buyumlarning tashqi ko'rinishini yaxshilash uchun bezaklardan foydalanishga katta miqdorda energiya, resurs va texnik mahorat sarflangan. Mehnat qurollaridan foydalanishning ortishi ijro mahoratini qadrlash va uni mukammallikka qadar mashq qilish bilan bog'liq edi. Harakat, kognitiv va estetik ko'nikmalarning bunday o'zaro rivojlanishi, ehtimol, go'zal san'at asarlarini qadrlashning shakllanishiga asos bo'lgan.

Mashhur rassom, haykaltarosh, sozanda va shoir Markus Lyupertsning fikricha, san'atkor boshqa insonlardan farq qiladi. U o'ziga berilgan iste'dod va san'at yaratish missiyasi tufayli boshqacha hayot kechiradi. Genetika, oila va ustozlar tomonidan erta qo'llab-quvvatlash hamda badiiy ijod bilan jiddiy shug'ullanish – ularning barchasi badiiy mahoratni rivojlantirish uchun qulay sharoitlarni shakllantiradi deb hisoblanadi. Boshqa omillar sirasiga san'atkorning shaxsi, dunyoqarashi va o'z-o'zini anglashi kiradi. Tasviriy ifodaga (rasm chizishga) bo'lgan ishtiyoq ko'pincha maktab yillarida, zehning o'tkirligi va tez anglash kabi yuksak iste'dod belgilari bilan birga namoyon bo'lgan.

So'nggi tadqiqotlarga ko'ra, inson miyasi tarmoqlarining rivojlanishi ko'p jihatdan tajribaga, ya'ni muayyan faoliyat va xatti-harakatlar bilan doimiy shug'ullanishga bog'liq. Shu sababli, erta yoshdagi badiiy ijodga bo'lgan kuchli sadoqat badiiy mahorat asosida yotgan neyropsixologik mexanizmlarning muhim omili bo'lib ko'rinadi. Rassomlar orasida chapaqay insonlar ulushi boshqa kasb egalariga nisbatan yuqoriroq ekani kuzatiladi. San'at tarixida buning yorqin misollari sifatida Xans Xolbeyn, Leonardo da Vinchi, Uilyam Bleyk, Ogyust Renuar

hamda Kaspar David Fridrix kabi mashhur rassomlarni keltirish mumkin. Chapaqaylik umumiy aholining taxminan 10-15%ida uchraydi va miyaning o'ng yarim shari faolroq ekanligi bilan bog'liq. O'ng yarim shar vizual-fazoviy jarayonlar, intuitsiya va tasviriylar bilan bog'langan bo'lsa, chap yarim shar til va mantiqiy tafakkur bilan ko'proq aloqador. O'ng yarim shar faoliyatining ustunligi ichki tasvirlarni rangtasvir yoki haykaltaroshlikka ko'chirishni osonlashtirishi mumkin, bu esa ijodiy jarayonda ustunlik beradi. So'nggi paytlarda media mashhurligi va ommaviylar shaxs sifatida yashash bosimi ham kurashish qiyin bo'lgan qiyinchiliklarni keltirib chiqarmoqda. Miya faoliyatiga ta'sir qiluvchi nevrologik kasalliklar badiiy ifodaga chuqur ta'sir ko'rsatishi ma'lum. Ichki tasvirlar idrok, xotira va dunyo haqidagi umumiy bilimlar asosida shakllanadi. Bunday to'plangan vizual bilimlarning parchalanishi badiiy ifodadagi to'siqlarning yo'qolishiga va natijada yangi ekspressiv uslubning paydo bo'lishiga olib kelishi mumkin.

Ijodiy jarayonning o'zi haqida gap ketganda, san'atkorlar ko'pincha kuchli ichki turtki, badiiy ifodaga bo'lgan ehtiros, hatto vasvasa darajasidagi ishtiyoq haqida xabar berishadi. Joan Miro hissiylar stimullarning doimiy ta'siri, yangi ma'noli munosabatlar va kontekstlarni anglashga olib keladigan taassurotlar va assotsiatsiyalarning uzluksiz oqimini tasvirlab bergan. Mironing fikricha, san'at asari san'atkorning ichki dunyosiga ochilgan derazadir. Ijodiy jarayon ongda boshlanadi, qo'lga, mo'yqalamga va polotnoga o'tadi; bunda ongli kognitiv tahlil uchun joy juda kam qoladi. Muhim shaxsiylar tajribalar san'atkorning ishiga sezilarli darajada ta'sir qilishi ma'lum. San'at nafaqat bunday tajribalarni va ular bilan bog'liq ichki holatlarni aks ettiradi, hayotiy voqealar va travmalarni yengib o'tish jarayonini, shuningdek, chuqur tushunish va anglash hissini ham ifodalaydi.

So'nggi paytlarda san'at tashkiliylar psixologiya va biznes-konsalting sohalarida ham salmoqli harakatlantiruvchi kuch sifatida kashf etildi. Innovatsiyalar va noodatiylar yechimlar izlash bilan bog'liq bo'lgani sababli, san'at haqidagi mushohadalar o'zgarishlarni boshqarish kabi biznes muammolarida yangi g'oyalar uchun umumiy ochiqlik hissini uyg'otishi mumkin. San'at bilan shug'ullanish orqali

o'rganish mumkin bo'lgan narsa noodatiy qarashlarga e'tibor qaratish, vaziyatga boshqa burchakdan qarash yoki nozik jihatlarni payqash orqali barcha oddiy deb qabul qiladigan holatlarni shubha ostiga olishdir. San'at insonni bir necha ma'noda ko'rishga, sifat va mahoratni qadrlashga o'rgatadi. San'at bilan shug'ullanish tasavvur va ijodkorlikni kuchaytirishi, shuningdek, noaniqlik va ko'p o'lchovli vaziyatlar bilan ishlash qobiliyatini oshirishi mumkin, bu esa ko'plab biznes vaziyatlarida variantlar rang-barangligini kashf etishga yordam beradi. Ish muhitiga san'atni olib kirish muloqotni yaxshilashi, ijobiy muhit yaratishi va umuman ishdan qoniqish darajasining oshishiga olib kelishi aniqlangan.

Art-terapiya deganda professional munosabatlar doirasida san'atdan terapevtik maqsadlarda foydalanish tushuniladi. Bunda san'at diagnostika va aralashuv vositasi hamda mijoz va terapevt o'rtasidagi muloqot shakli bo'lib xizmat qiladi. San'atga asoslangan yondashuvlar xulq-atvor yoki psixik salomatlik bilan bog'liq keng ko'lamli muammolarda, jumladan, shizofreniya, depressiya, post-travmatik stress buzilishi va rivojlanish nuqsonlarida qo'llaniladi. Rasm chizish ramziy nutq shakli bo'lib xizmat qilishi mumkin. Yaratilgan mahsulotlar tajribalar, his-tuyg'ular va ichki tasvirlarni aks ettiruvchi yuksak shaxsiy ma'noga ega bo'ladi va bu o'z navbatida holatni qayta baholashga sezilarli hissa qo'shadi. Kasallikdan sog'ayish yoki surunkali salomatlik muammolari bilan kurashish jarayonida san'at yaratishning terapevtik foydalari keng e'tirof etilgan¹⁸.

Amaliy tatbiqlar va ijtimoiy martaba yoki nufuz belgisi sifatidagi vazifasidan tashqari, shuni alohida ta'kidlash kerakki, odamlar san'atni shunchaki sevishadi. Markus Lyuperts aytganidek, san'atning eng muhim roli insonlarga yangi tushunchalarni shakllantirishga, yanada bag'rikeng, ochiq va sahovatli bo'lishga yordam berishdir.

2.Psixologiya fanining tadqiqot metodlari haqida umumiy tushuncha

Psixologik izlanishlar murakkab psixik jarayonlarni o'rganishga qaratilganligi sababli turli xil metodlardan foydalanishni talab etadi. Tadqiqot metodlari orqali

¹⁸Irene Daum (2016): Irene Daum: Psychology and Art. w/k-Between Science & Art Journal. <https://doi.org/10.55597/e1227>

olimlar inson faoliyati, bilish jarayonlari, emotsional holatlar, motivatsiya, shaxsiy fazilatlar kabi ko‘plab psixologik hodisalarni ilmiy asosda tahlil qiladilar. Mazkur usullar psixologik jarayonlarning yuzaga kelish sabablari, rivojlanish qonuniyatlari hamda tashqi omillar ta’sirini aniqlash imkonini yaratadi.

Psixologiyada metodlarni qo‘llash jarayonida obyektivlik, tizimlilik hamda aniqlik tamoyillari muhim o‘rin egallaydi. Obyektivlik tadqiqot natijalarining haqqoniyligini ta’minlasa, tizimlilik psixologik hodisalarni o‘zaro bog‘liq holda tahlil qilish imkonini beradi. Aniqlik esa olingan ma’lumotlarning ilmiy asoslangan xulosalar chiqarishga xizmat qilishini ta’minlaydi.¹⁹ Shu bois har bir tadqiqotchi o‘z izlanishida mos metodni tanlashga alohida e’tibor qaratadi. Ilmiy tadqiqotlar jarayonida metodlarning to‘g‘ri tanlanishi olingan natijalarning ishonchliligini oshiradi. Har bir usul ma’lum vazifani bajaradi hamda psixologik hodisalarni turli jihatdan yoritishga yordam beradi. Ba’zi metodlar inson xatti-harakatlarini kuzatishga, boshqalari esa ichki psixik jarayonlarni aniqlashga xizmat qiladi. Natijada turli metodlar o‘zaro uyg‘unlashgan holda qo‘llanib, psixik jarayonlarning murakkab tuzilishini har tomonlama o‘rganish imkoniyatini yaratadi. Zamonaviy psixologiya fanida tadqiqot metodlarining takomillashuvi ilmiy bilimlarning yanada chuqurlashishiga olib kelmoqda. Yangi texnologiyalar, statistik tahlil vositalari hamda zamonaviy ilmiy yondashuvlar psixologik izlanishlarning aniqligini oshirib, inson psixikasini yanada kengroq o‘rganishga sharoit yaratmoqda.

Shu tariqa psixologiyada qo‘llaniladigan metodlar ilmiy tadqiqotlarning muhim asosi sifatida katta ahamiyat kasb etadi.

Bu jarayonda metodlar turlicha bo‘lib, har biri psixik hodisalarni o‘ziga xos yo‘l bilan tahlil qiladi. Tadqiqot usullarining tarkibiy jihatdan to‘g‘ri tanlanishi nafaqat ilmiy xulosalarning haqqoniyligini ta’minlaydi, balki amaliyotga tatbiq qilinadigan natijalarni yanada aniqroq ko‘rsatishga imkon beradi. Psixologiyada qo‘llaniladigan metodlar o‘zaro uyg‘unlashgan holda insonning xatti-harakati, bilish jarayonlari, hissiy kechinmalari, motivatsiya va shaxs xususiyatlarini chuqur

¹⁹ Tretyakova A. N., Polebaya M. B. Psixologicheskie metody upravleniya personalom // Nauchnyi vestnik MGIT. – 2012. – №. 2. – S. 112-117.

anglashga xizmat qiladi. Shu nuqtayi nazardan metodlarni to'liq tushunish, ularning mohiyatini o'rganish psixologik tadqiqotning samaradorligini belgilovchi muhim omil hisoblanadi.

3.Psixologiyada kuzatish metodi

Psixologiyada kuzatish metodi inson faoliyati va xulq-atvorini tashqi ko'rinishida tahlil qilishga qaratilgan. Kuzatish jarayoni qat'iy rejalashtirilgan holda amalga oshiriladi va tadqiqot maqsadiga mos keladigan xatti-harakatlar, psixik holatlar yoki gupsixik munosabatlar haqida ma'lumot yig'ishga imkon beradi. Bu metod subyektiv fikrlash va baholashni minimallashtirishga qaratilgan bo'lib, shaxsiy tajriba yoki taxminlarga asoslanmaydi. Kuzatish jarayonida psixologlar hodisalarni tabiiy sharoitda yoki maxsus tashkil etilgan laboratoriya muhiti orqali kuzatadilar. Tabiiy sharoitda kuzatish subyektiv muhitning ta'sirini kamaytiradi, xulq-atvorning haqiqiy ko'rinishini ko'rsatadi. Shu bilan birga, laboratoriya sharoitidagi kuzatish nazorat ostida olib borilib, o'zgaruvchilarni aniq belgilash imkonini yaratadi. Kuzatishning samarali bo'lishi uchun kuzatuvchi aniqlik, qat'iylik va tizimlilik tamoyillariga rioya qilishi shart. Bu metod insonning ijtimoiy xulq-atvorini, kommunikatsion aloqalarni, guruh ichidagi o'zaro ta'sirlarni hamda individning shaxsiy fazilatlarini o'rganishda keng qo'llaniladi. Kuzatish metodining asosiy bosqichlari: kuzatish maqsadini belgilash; kuzatiladigan obyekt va holatlarni aniqlash; kuzatish rejasini tuzish; psixologik holat va xatti-harakatlarni qayd etish; olingan ma'lumotlarni tahlil qilish; natijalarni umumlashtirish.

4.Psixologiyada eksperiment metodi.

Psixologiyada eksperiment metodi tadqiqot natijalarining ilmiy ishonchliligini oshirishga qaratilgan asosiy yondashuvlardan biridir. Eksperimentning mohiyati shundaki, olim hodisalarni nazorat ostida yaratadi, sharoitlarni boshqaradi va o'zgaruvchilar orasidagi sabab-natija bog'liqligini aniqlaydi. Bu metod psixologik qonuniyatlarni aniqlash, turli xatti-harakat va psixik jarayonlar o'rtasidagi bog'lanishlarni kuzatishga imkon beradi. Eksperimentlar laboratoriya yoki tabiiy sharoitda tashkil qilinishi mumkin. Laboratoriya eksperimentlari o'zgaruvchilarni

aniq belgilash, shovqinni kamaytirish va natijalarni qayta ishlab chiqish imkonini beradi.

Tabiiy eksperimentlar hodisalarni real hayot sharoitida kuzatishga xizmat qiladi va psixik jarayonlarning amaliy ahamiyatini ko'rsatadi. Eksperiment metodining afzalligi shundaki, u subyektiv baholashni minimallashtiradi, natijalarni statistik tahlil qilishga imkon beradi va psixologik qonuniyatlarni aniqroq tasdiqlash imkonini yaratadi. Shu bilan birga, eksperiment metodining cheklanishi shundan iboratki, ba'zi psixik jarayonlarni laboratoriya sharoitida to'liq yaratish yoki boshqarish amaliy jihatdan imkonsiz bo'lishi mumkin.

5.Psixologiyada so'rov, anketa va test metodlari.

Psixologiyada so'rov, anketa va test metodlari tadqiqotchiga ko'p miqdordagi ma'lumotni qisqa vaqt ichida olish imkonini beradi. So'rov metodi subyektiv fikr, qarash va hissiyotlarni yozma yoki og'zaki shaklda aniqlashga xizmat qiladi. Anketa metodi, aksincha, standartlashtirilgan savol-javob shaklida ma'lumot yig'ishga imkon beradi va natijalarni statistik tahlil qilishni osonlashtiradi. Test metodlari esa, subyektiv baholashni kamaytirish va psixologik ko'rsatkichlarni aniq o'lchashga xizmat qiladi. Testlar intellektual salohiyat, xotira, e'tibor, motivatsiya, hissiy barqarorlik va shaxsiy fazilatlarini aniqlash uchun keng qo'llaniladi. Shu bilan birga, so'rov va anketa metodlari ijtimoiy psixologiya, pedagogik psixologiya va kognitiv tadqiqotlarda samarali vosita hisoblanadi. Psixologlar testlar yordamida shaxsning rivojlanish darajasini, kasbiy mosligini va individual xususiyatlarini baholash imkoniyatiga ega bo'ladi.

Psixologik tadqiqot metodlarining ahamiyati juda katta. Tadqiqot usullari orqali olimlar psixik jarayonlar va xulq-atvor qonuniyatlarini ilmiy jihatdan tasdiqlashadi, nazariy xulosalarni shakllantiradilar va ularni amaliyotga tatbiq qilish imkoniyatini yaratadilar. Har bir metod psixik jarayonning turli jihatlarini yoritadi: kuzatish hodisaning tabiiy ko'rinishini, eksperiment sabab-natija bog'liqligini, test va anketa esa shaxsiy fazilatlar va subyektiv qarashlarni aniqlashni ta'minlaydi. Shu

tariqa metodlarning uyg'un qo'llanilishi inson psixikasining murakkab tuzilishini har tomonlama o'rganishga yordam beradi.²⁰

Zamonaviy psixologiya fanida tadqiqot metodlarining takomillashuvi ilmiy izlanishlarni sifat jihatidan yangi bosqichga olib chiqmoqda. Elektron hisoblash texnologiyalari, statistik tahlil dasturlari, nevropsixologik diagnostika vositalari hamda zamonaviy eksperimental qurilmalar psixologik tadqiqotlarning aniqligi, ishonchliligi va obyektivligini sezilarli darajada oshirmoqda. Shu bilan birga, psixologik tadqiqot metodlari amaliy faoliyatning turli sohalariga keng tatbiq etilib, ta'lim tizimini takomillashtirish, sog'liqni saqlash xizmatlari samaradorligini oshirish, mehnat faoliyatini optimallashtirish, sport natijadorligini yuksaltirish hamda boshqaruv jarayonlarida inson salohiyatini to'laqonli ro'yobga chiqarishga xizmat qilmoqda.

Umuman olganda, kuzatish, eksperiment, so'rov, anketa va test metodlari psixologik tadqiqotlarning asosiy vositalari bo'lib, ularning uyg'un ishlatilishi psixik jarayonlar va xulq-atvorni chuqur anglash imkonini beradi. Tadqiqot usullarining ilmiy asoslanganligi nafaqat nazariy bilimlarni boyitadi, balki amaliyotda psixologik yondashuvlarning samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Shu tariqa, psixologik metodlar inson psixikasini o'rganish, shaxs rivojlanishini ta'minlash va jamiyat taraqqiyotiga hissa qo'shish borasida muhim ilmiy vosita hisoblanadi.

6.Psixologik tadqiqot metodlarining ahamiyati.

Psixologik tadqiqot metodlari, psixik hodisalar, jarayonlar va shaxs xususiyatlarini ilmiy jihatdan o'rganishning asosiy vositalaridan biridir. Psixologiya fanida insonning bilish jarayonlari, emotsional holatlari, xulq-atvori, individual-psixologik xususiyatlari hamda shaxs rivojlanishini o'rganishda turli tadqiqot metodlaridan foydalaniladi. Har bir metod, muayyan psixologik hodisani maqsadga muvofiq va tizimli ravishda o'rganish imkonini beradi. Psixologik tadqiqot metodlarining asosiy ahamiyati, psixologik jarayonlar to'g'risidagi ma'lumotlarni

²⁰ Серкин В. П. Методы психологии субъективной семантики и психосемантики // М.: Пчела. – 2008. – С. 277-280.

obyektiv, ishonchli va ilmiy asosda olish bilan belgilanadi. Tadqiqotchi, kuzatish, eksperiment, suhbat, so'rovnoma, test, sotsiometriya va boshqa metodlar orqali shaxsning psixologik xususiyatlarini aniqlaydi. Olingan ma'lumotlar, ilmiy tahlil qilinib, muayyan xulosalarni shakllantirishga xizmat qiladi, kuzatish metodi, shaxsning tabiiy sharoitdagi xatti-harakati va faoliyatini tizimli ravishda o'rganishga imkon beradi. Eksperiment metodi, psixologik hodisalar o'rtasidagi sababiy bog'lanishlarni aniqlash uchun maxsus sharoit yaratishni nazarda tutadi. Suhbat va so'rovnoma metodlari, shaxsning qarashlari, munosabatlari, qiziqishlari va kechinmalari haqida ma'lumot olishda qo'llanadi. Test metodlari, psixologik xususiyatlarni standartlashtirilgan topshiriqlar asosida baholash imkonini beradi,

Psixologik tadqiqot metodlarini to'g'ri tanlash, tadqiqotning ilmiyligi va natijalarning ishonchliligini ta'minlaydi. Metodni tanlashda, tadqiqotning maqsadi, vazifalari, obyekti, predmeti, ishtirokchilarning yosh va individual xususiyatlari hamda tadqiqot sharoitlari hisobga olinadi. Shu jihatdan qaralganda, bitta metod bilan cheklanib qolmasdan, bir nechta metodlarni o'zaro uyg'unlashtirish, psixologik hodisani yanada keng va chuqur o'rganish imkonini beradi. Psixologik tadqiqot metodlari, nazariy bilimlarni amaliy faoliyat bilan bog'lashda ham muhim ahamiyat kasb etadi. Ular yordamida ta'lim-tarbiya jarayonidagi psixologik muammolar, kasbiy faoliyatdagi shaxs xususiyatlari, muloqot jarayonlari, shaxslararo munosabatlar va rivojlanish qonuniyatlari o'rganiladi. Olingan ilmiy natijalar, psixologik diagnostika, maslahat, korreksiya, trening va profilaktik tadbirlarni tashkil etishda qo'llanadi.

7. Madaniy va kross-madaniy psixologiya

Madaniy psixologiya – madaniyat o'z a'zolarining ongi va xulq-atvorini qanday aks ettirishi va shakllantirishini o'rganuvchi fanlararo sohadir. Madaniy psixologiyaning asosiy pozitsiyasi shundan iboratki, ong va madaniyat bir-biridan ajralmasdir, ya'ni insonlar o'z madaniyati tomonidan shakllantiriladi va o'z navbatida madaniyat ham ular tomonidan shakllantiriladi. Bu haqida amerikalik taniqli madaniy antropolog va madaniy psixologiya sohasining asoschilaridan biri – Richard Allan Shweder shunday deydi: “Madaniy psixologiya – madaniy an'analar

va ijtimoiy amaliyotlar inson psixikatini qanday tartibga solishi, ifodalashi va o'zgartirishini o'rganishdir. Bu esa insoniyat uchun umumiy psixik birlikdan ko'ra ko'proq ong, o'zlik va hissiyotlardagi etnik farqlarga olib keladi²¹”.

Psixologik tadqiqotlarga madaniy nuqtayi nazarni kiritish biz olayotgan bilimlarning aniqroq bo'lishini va barcha insonlarni to'laroq tavsiflashini ta'minlashga yordam beradi. Psixologiyaning to'rtta maqsadi: xulq-atvorni tavsiflash, tushuntirish, bashorat qilish va nazorat qilishda (ta'sir o'tkazish) qo'llanilishi mumkin. Madaniyatlararo xulq-atvorni o'rganish orqali madaniy psixologiyada ham samarali qo'llaniladi. Madaniy psixologiya tadqiqotlari psixologiyaning bir qancha sohalari, jumladan ijtimoiy psixologiya, rivojlanish psixologiyasi va kognitiv psixologiya uchun muhim ma'lumotlar beradi.

Madaniy psixologiyani ko'pincha kross-madaniy psixologiya bilan adashtiradilar, ammo bular bir xil narsa emas. Kross-madaniy psixologiya madaniyatdan psixologik jarayonlarning universalligini tekshirish uchun foydalanadi. U madaniy amaliyotlar psixologik jarayonlarni qanday shakllantirishini aniqlashga qaratilmagan. Masalan, kross-madaniy psixolog Jan Piajening rivojlanish bosqichlari (masalan, sensor-motor, operatsiyagacha bo'lgan davr, konkret operatsiyalar va rasmiy operatsiyalar bosqichlari) barcha madaniyatlarda universal (bir xil) ekanligini ta'kidlaydi. Madaniy psixolog esa ma'lum bir madaniyatlar guruhining ijtimoiy amaliyotlari kognitiv jarayonlar rivojlanishini qanday qilib turlicha shakllantirishini o'rganadi.

Psixologiya sohasiga qo'shgan hissalariga qaramay, madaniy psixologiya madaniy stereotiplash va metodologik muammolar bilan bog'liq tanqidlarga uchrab turadi. Sharqiy osiyoliklar va Shimoliy amerikaliklar o'rtasidagi kognitiv psixologiya va ijtimoiy psixologiya sohalaridagi madaniy farqlarni o'rganuvchi ko'plab tadqiqotlar mavjud. Ba'zi psixologlarning ta'kidlashicha, bunday tadqiqotlar madaniy stereotiplarga asoslangan va shaxsning rolini kamaytirib ko'rsatadi.

²¹Shweder R. A. Thinking through cultures : expeditions in cultural psychology / R. A. Shweder. — Cambridge, Mass. : Harvard University Press, 1991. — 404 p.

Dunyoqarash va qadriyatlarni madaniyatlararo taqqoslashda faqat o'z-o'zini baholash ma'lumotlariga tayanish nisbatan beqaror va yakunda noto'g'ri ma'lumotlar hamda talqinlarga olib kelishi mumkin. Biz madaniyatga aniq ta'rif bermasdan turib, u haqida ko'p gaplashdik.

Vaziyatni yanada murakkablashtiradigan jihati shundaki, madaniyatning ko'plab ta'riflari mavjud va turli odamlar undan turlicha maqsadlarda foydalanishadi. Masalan, kimdir "Mening kompaniyamda raqobatbardosh madaniyat bor", desa-yu, boshqa biri "Farzandlarim madaniyatli bo'lishi uchun ularni muzeyga olib boryapman", desa, bular bir xil ma'noni anglatadimi? Ushbu modul doirasida biz madaniyatga quyidagicha ta'rif berishimiz mumkin.

Madaniyat avloddan-avlodga o'tadigan, to'planib boruvchi, o'zlashtirilgan va jamoaviy baham ko'riladigan xatti-harakatlar namunasidir²².

Patternlar (andozalar): madaniyat a'zolari orasida xulq-atvor yoki fikrlashning tizimli va bashorat qilinadigan usullari mavjud. Ushbu andozalar madaniy ma'lumotlarni moslashtirish, baham ko'rish va saqlash jarayonida yuzaga keladi. Andozalar turli madaniyatlarda o'xshash yoki farqli bo'lishi mumkin. Masalan, Kanada va Hindistonda ham mezbonning uyiga kichik sovg'a bilan borish odobdan hisoblanadi. Kanadada bir shisha vino olib borish va sovg'aning o'sha zahoti ochilishi odat tusiga kirgan. Hindistonda esa, aksincha, shirinliklar olib borish keng tarqalgan va ko'pincha sovg'a keyinroq ochish uchun chetga qo'yiladi.

Baham ko'rish (jamoaviylik): madaniyat – odamlarning bir-biri bilan o'zaro aloqasi mahsulidir. Insonlar o'z tarmoqlarining boshqa a'zolari bilan hamkorlik qiladilar, bilim va ko'nikmalarini baham ko'radilar. Ularning baham ko'rish usullari va mazmuni madaniyatni tashkil etishga yordam beradi. Masalan, yoshi kattalar uzoq masofali do'stlik aloqalari har bir necha oyda pochta orqali keladigan xatlar yordamida saqlangan vaqtni eslashadi. Zamonaviy yoshlar madaniyati esa aynan shu maqsadga smartfonlardagi tezkor xabarlar orqali erishadi.

²² Worthy L. D. Culture and psychology. – 2025.

O'zlashtirilgan (o'rganilgan): xatti-harakatlar, qadriyatlar va normalar inkulturatsiya (madaniyatni o'zlashtirish) deb nomlanuvchi jarayon orqali egallanadi. Bu jarayon ota-onalar va tarbiyachilardan boshlanadi, chunki ular yosh bolalarga birinchi navbatda ta'sir ko'rsatuvchi shaxslardir.

Tarbiyachilar bolalarga qanday o'zini tutish va dunyo qanday ishlashini ham bevosita, ham o'z shaxsiy namunalari orqali o'rgatishadi. Ular bolalarni odobli bo'lishga undab, masalan, "Rahmat" deyishni eslatib turishadi. Bolalarga ushbu madaniyatga mos ravishda kiyinishni o'rgatishadi. Madaniyat bizga turli vaziyatlarda qaysi xatti-harakatlar va hissiyotlar o'rinli yoki kutilayotgan ekanligini o'rgatadi. Ba'zi jamiyatlarda g'azabni yashirish to'g'ri deb hisoblanadi. Odamlar o'z tuyg'ularini ochiq ifoda etish o'rniga, lablarini tishlaydilar, qoshlarini chimiradilar va kam gapiradilar. Biroq, boshqa madaniyatlarda g'azabni ochiq bildirish o'rinli sanaladi. Bunday joylarda odamlar g'azablanganda tishlarini ko'rsatishi, qo'llari bilan ishora qilishi yoki baqirishi ehtimoli ko'proq.

To'planib boruvchi (kumulyativ): madaniy bilim – bu "saqlanadigan" ma'lumot bo'lib, o'rganish jarayoni avlodlar davomida o'sib boradi. Biz bugun dunyo haqida 200 yil oldingiga qaraganda ko'proq narsani tushunamiz, lekin bu qadimgi madaniyat butunlay o'chib ketganini anglatmaydi.

Uzatish (transmissiya): madaniyatning yangi bilimlari va an'analarning bir avloddan keyingisiga, shuningdek, boshqa madaniyatlarga o'tishi madaniy transmissiya deb ataladi. Kundalik hayotda madaniy normalar ko'pincha har bir shaxsning oilaviy hayoti doirasida uzatiladi. Har bir oila umumiy jamiyat yoki millat ichida o'zining alohida madaniyatiga ega. Har bir oilada yashab kelayotgan o'z an'analari mavjud. Oila a'zolarining boshqalar bilan muloqot qilish uslubi va hayotga bo'lgan umumiy qarashlari meros qilib qoldiriladi. Ota-onalar farzandlariga har kuni o'z harakatlari bilan qanday bo'lishni o'rgatadilar. Oiladan tashqarida esa madaniyat ibodatxonalar, maktablar va hatto savdo markazlari kabi ijtimoiy institutlarda ham uzatiladi va inkulturatsiya jarayoni davom etadi. Madaniyatni fikrlar va xatti-harakatlarning o'zlashtirilgan andozasi sifatida tushunish bir necha sabablarga ko'ra qiziqarlidir.

Birinchidan, bu guruhlar o'rtasida qanday qilib mojarolar kelib chiqishi mumkinligini tushuntiradi. Turli madaniyat a'zolari shunchaki turlicha yashash tarzini o'rganadilar. Masalan, bugungi o'smirlar smartfon kabi texnologiyalar bilan 40, 50 yoki 60 yoshdagi odamlardan butunlay farq qiladigan qoidalar asosida muloqot qilishadi. Yoshi kattalar yuzma-yuz suhbat o'rtasida xabar yozishni odobsizlik deb hisoblasalar, yoshlar ko'pincha bunda hech qanday yomon narsani ko'rmaydilar.

Ikkinchidan, madaniyatning o'zlashtiriladigan narsa ekanini tushunish juda muhim, chunki bu insonlar o'zinikidan farq qiladigan xatti-harakatlar namunalarini qadrlashni o'rganishi mumkinligini anglatadi. Nihoyat, madaniyatning o'rganiladigan jarayon ekanini anglash o'z-o'zini tushunish qobiliyatini rivojlantirishga yordam beradi. Insonlar o'zlari yashayotgan dunyoni moslashtirish va o'zgartirish uchun madaniyatdan foydalanadilar. Shuning uchun madaniyat so'ziga bir xil, o'zgarmas ta'rif sifatida emas, balki kontseptual vosita sifatida qarash kerak. Madaniyat shaxslar, ommaviy axborot vositalari va texnologiyalar bilan o'zaro ta'sir natijasida o'zgarib turadi. Madaniyat odatda ikki sababdan biriga ko'ra o'zgaradi: tanlanma transmissiya (uzatish) yoki o'zgaruvchan ehtiyojlarni qondirish uchun. Bu shuni anglatadiki, agar biror qishloq yoki madaniyat yangi qiyinchiliklarga duch kelsa (masalan, oziq-ovqat manbai yo'qolsa), ular yashash tarzini o'zgartirishlari shart. Bu, shuningdek, tashqi yoki ichki kuchlar tufayli ajdodlar yashagan hududlardan majburiy ko'chirilishni ham o'z ichiga olishi mumkin²³.

San'at ijod qilish bo'lib, bu insoniyatning yozma tarixidan ham uzoqroq o'tmishga borib taqaladigan xulq-atvor shaklidir. Darhaqiqat, g'or devorlaridagi rasmlar va haykallar kabi san'at asarlari ko'pincha inson faoliyatidan saqlanib qolgan yagona yodgorlik bo'lib xizmat qiladi. San'at bilan bog'liq faoliyat turlari ming yillar davomida inson xulq-atvorining asosiy harakatlantiruvchi kuchlaridan biri bo'lib kelgan. Vaholanki, bu faoliyat boshqa xulq-atvor shakllaridan olinadigan

²³ Worthy L. D. Culture and psychology. – 2025.

mukofotlar (oziq-ovqat, xavfsizlik, issiqlik, boshpana va hokazo) kabi yaqqol va tezkor foyda keltirmaydi. San'atning barcha davrlar va makonlarda mavjudligi bir savolni tug'diradi: nima uchun insonlar bunday ko'rinishidan foydasiz mashg'ulotga shunchalik ishtiyoq bilan berilishadi va qanday qilib ular san'atni bunchalik ko'p miqdorda yarata oladilar? Bu aynan psixologiya fani javob berishi kerak bo'lgan savollardir, chunki bu soha inson ongi va xulq-atvorini ilmiy o'rganishga ixtisoslashgan.

Londondagi Qirollik San'at Akademiyasi tashkil topganidan buyon har yili "Yozgi ko'rgazma" o'tkazib keladi. Ushbu ko'rgazma dastlab akademiya qoshidagi san'at maktabini qo'llab-quvvatlash uchun mablag' yig'ish maqsadida boshlangan. Ko'rgazmada namoyish etish va sotish uchun har kim o'z asarini taqdim etishi mumkin. 2018-yilda akademiyaning 250 yillik yubileyida keng jamoatchilikdan 19,800 ta ariza kelib tushgan. Ulardan 500 tasi akademiklar tomonidan yaratilgan shuncha miqdordagi asarlar bilan birga namoyish etish uchun tanlab olingan. Buyuk Britaniyadagi boshqa nufuzli san'at tanlovlari qatoriga "BP Portrait Award", "John Moores Painting Prize" va "Jerwood Drawing Prize" kiradi. Shuningdek, har yili butun Buyuk Britaniya va jahon bo'ylab mahalliy san'at tashkilotlari tomonidan kichik miqyosdagi ochiq ko'rgazmalar o'tkazib turiladi.

San'at yaratish va uni qadrlash asosiy hordiq chiqarish mashg'ulotlaridan biri bo'lib, u ko'p milliard funtlik professional san'at sanoatini qo'llab-quvvatlaydi. AQShda san'atda ommaviy ishtirok etish bo'yicha o'tkazilgan so'nggi so'rovnomalar shuni ko'rsatdiki, voyaga yetgan aholining taxminan 24 foizi (57 milliondan ortiq kishi) yiliga kamida bir marta san'at galereyasiga tashrif buyuradi. Voyaga yetgan amerikaliklarning taxminan 12 foizi badiiy maqsadda fotosuratlar oladi, 6 foizi (13 million kishi) esa rangtasvir va haykaltaroshlik kabi vizual san'at namunalarini yaratadi. Ayollar ushbu mashg'ulotlarning barchasida erkaklarga qaraganda ko'proq ishtirok etishga moyildirlar²⁴.

²⁴ Mather G. The psychology of art. – Routledge, 2020.

Madaniyat va san'at inson psixikatining ko'zgusi bo'lib, ular psixologiya bilan bir daryoning ikki qirg'og'idek hamohangdir. San'atkor mo'yqalami chizgan har bir chiziq yoki ajdodlardan meros qolgan har bir urf-odat shunchaki tashqi ko'rinish emas, balki qalbning chuqur qatlamlaridagi his-tuyg'ular va ongsiz intilishlarning moddiy shaklidir. Bu uchlikning birlashishi insoniyat hayotini ma'naviy uyg'unlik sari yetaklaydigan buyuk laboratoriyaga o'xshaydi. Madaniyat bizga dunyoni idrok etish uchun umumiy bir "til" bersa, san'at bu tilda eng nozik va shaxsiy kechinmalarni kuylaydi, psixologiya esa ushbu jarayonning ichki qonuniyatlarini tahlil qilib, inson tabiatini kashf etishga yordam beradi.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Psixologiya fanining asosiy tarmoqlari qaysilar?
2. Umumiy psixologiya va amaliy psixologiya o'rtasidagi farq nimada?
3. Yosh psixologiyasi insonning rivojlanishidagi qaysi jihatlarni o'rganadi?
4. Pedagogik psixologiya tadqiqotining obyekti nima?
5. Ijtimoiy psixologiya qaysi jarayonlarni tahlil qiladi?
6. Mehnat psixologiyasining amaliy ahamiyati qanday?
7. Tibbiyot psixologiyasida asosiy vazifalar nimalardan iborat?
8. Psixologiyada kuzatish metodi qanday amalga oshiriladi?
9. Eksperiment metodining mohiyati va afzalliklari nimada?
10. So'rov va anketa metodlarining psixologiyada qo'llanilishi qanday?
11. Test metodlari shaxsning qaysi xususiyatlarini aniqlashga xizmat qiladi?
12. Psixologik tadqiqot metodlarining amaliy ahamiyati nimadan iborat?
13. Zamonaviy texnologiyalar psixologik tadqiqotlarni qanday takomillashtirmoqda?

1.3-MAVZU. XULQ-ATVORNING PSIXOFIZIOLOGIK ASOSI. ONG TARAQQIYOTI VA ONGSIZLIK

Reja:

1. Psixofiziologiya fanining mohiyati, predmeti va vazifalari.
2. Psixikaning fiziologik asoslari va oliy nerv faoliyati.
3. Xulq-atvor va psixika o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik.
4. Ong tushunchasi, uning psixologik mohiyati va funksiyalari.
5. Ongsizlik tushunchasi va uning psixologik mazmuni.
6. Ongsiz psixik jarayonlar va ularning inson xulq-atvoriga ta'siri.

Tayanch iboralar: psixofiziologiya, psixika, xulq-atvor, xulq-atvorning psixofiziologik asoslari, nerv tizimi, markaziy nerv tizimi, bosh miya, bosh miya po'stlog'i, oliy nerv faoliyati, nerv jarayonlari, qo'zg'alish, tormozlanish, refleks, shartli refleks, shartsiz refleks, neyron, nerv impulslari, psixik jarayonlar, psixofiziologik holatlar, individual xususiyatlar, ong, ong taraqqiyoti, ongning tuzilishi, o'zini anglash, ijtimoiy ong, faoliyat, muloqot, tafakkur, nutq, ong va xulq-atvor, ongsizlik, ongsiz psixik jarayonlar, avtomatlashgan harakatlar, instinkt, motivatsiya, xulq-atvorni boshqarish.

1.Psixofiziologiya fanining mohiyati, predmeti va vazifalari

San'at asarlari va ijodiy faoliyat o'zining shakliy va mazmuniiy rang-barangligi bilan psixologiya fanining muhim tadqiqot obyektlaridan biriga aylangan. L.S.Vigotskiy san'atni estetik kechinma, hissiyot va tafakkurning o'zaro ta'siri asosida yuzaga keladigan murakkab psixologik hodisa sifatida talqin qiladi hamda san'atni idrok etish jarayonida emotsional kechinmalar va katarsisning muhim o'rin tutishini ta'kidlaydi²⁵. XIX asr oxiri va XX asr boshlarida psixiatriya vakillari san'at asarlarining psixodiagnostik imkoniyatlariga qiziqqa boshladilar. Xususan, psixik kasalligi bo'lgan bemorlar yaratgan tasviriy asarlar ularning psixik holatini o'rganish manbai sifatida tahlil qilindi. Bu yo'nalish keyinchalik Hans Prinzhornning tadqiqotlarida yanada rivojlantirildi²⁶.

²⁵ Выготский Л.С. Психология искусства. – М.: Искусство, 1965.

²⁶ Prinzhorn, H. (1922). Bildneri der Geisteskranken.

XX asr o'rtalaridan boshlab art-terapiya asoschilaridan biri Margaret Naumburg hamda keyingi davr tadqiqotchilari san'atning psixoterapevtik imkoniyatlarini chuqurroq o'rgana boshladilar. Ularning tadqiqotlari badiiy ijodning insonning hissiy holatini ifodalash, ichki kechinmalarini anglash va psixologik reabilitatsiyani qo'llab-quvvatlashdagi ahamiyatini ilmiy jihatdan asoslab berdi²⁷. Shu bilan birga, L.S. Vigotskiy san'atni inson tafakkuri va hissiy kechinmalarining o'ziga xos birligi sifatida talqin qiladi. Uning fikricha, she'riyat va boshqa san'at turlari tafakkurning o'ziga xos shakli bo'lib, ular insonni ilmiy bilishga o'xshash xulosalarga olib keladi, biroq bu xulosalar mantiqiy tushunchalar orqali emas, balki badiiy obrazlar va estetik kechinmalar vositasida yuzaga keladi. (Vigotskiy, 1925/1965). San'at ilmdan faqat o'zining uslubi, ya'ni his qilish va idrok etish yo'li bilan farqlanadi. Vigotskiyning yuqoridagi fikrlari san'at va insonning idrok etish faoliyati o'rtasidagi bog'liqlikni qat'iy tasdiqlaydi. Bundan tashqari, san'atning tabiatini muhokama qila turib, u shunday taklifni ilgari suradi: "psixologlar har bir san'at asarini "estetik reaksiya"ga erishish uchun ongli ravishda tashkil etilgan stimullar tizimi deb hisoblaydilar. Stimul tuzilishini tahlil qilish orqali biz unga beriladigan javob tuzilishini qayta tiklaymiz".

Bu shuni anglatadiki, san'at, agar samarali usulda tadqiq etilsa, inson idrokini o'rganish uchun qimmatli vositaga aylanishi mumkin. Ushbu ikki dalil bilan Vigotskiy san'atni inson uchun dunyoni va o'zini anglash vositasi sifatida tasdiqladi. San'at asari yaratilayotganda yoki undan zavqlanayotganda, shaxs bir vaqtning o'zida bilish faoliyatni amalga oshiradi²⁸. Vigotskiydan tashqari, ko'plab tadqiqotchilar ham san'atning kognitiv jihatlariga e'tibor qaratganlar.

Eisner san'atni inson bilish faoliyatining muhim tarkibiy qismi sifatida talqin qiladi²⁹. Uning fikricha, san'at insonning idrokini boyitadi, tajribaga yangi ma'nolar

²⁷ Naumburg M. Studies of the "Free" Art Expression of Behavior Problem Children as a Means of Diagnosis and Therapy. – New York, 1947.

²⁸ Duy Tran Hoang Le. Art in relationships with human consciousness and the unconscious // Art Therapy in Preschool Education: Conference Proceedings, August 2015. – Ho Chi Minh City: National College of Education, 2015. – P. https://www.researchgate.net/publication/303460045_Art_in_relationships_with_human_consciousness_and_the_unconscious

²⁹ Eisner, E. W. (2002). The Arts and the Creation of Mind. Yale University Press.

beradi hamda o'zini anglash imkoniyatlarini kengaytiradi. Eisnerning qarashlarini umumlashtirgan holda, san'atning kognitiv ahamiyatini uch asosiy yo'nalishda ifodalash mumkin. Birinchidan, san'at insonning atrofdagi olamni chuqurroq idrok etishiga yordam beradi. Ikkinchidan, u murakkab g'oya va tajribalarni ramziy obrazlar orqali ifodalash, saqlash hamda qayta talqin qilish imkonini yaratadi. Uchinchidan, san'at shaxsning o'zini anglash va hissiy tajribalarini chuqurroq tushunishiga xizmat qiladi (Eisner, 2002).

Eisnerning san'atning kognitiv ahamiyatiga oid qarashlari L.S. Vigotskiyning san'at haqidagi nazariy konsepsiyasi bilan ko'plab umumiy jihatlarga ega. Har ikki olim san'atni insonning bilish jarayoni bilan uzviy bog'liq hodisa sifatida talqin qiladi. Xususan, san'at insonning borliqni chuqurroq idrok etishiga, tajribani mazmunan boyitishiga hamda shaxsning o'zini anglashiga xizmat qiladi. Shu nuqtayi nazardan, badiiy faoliyat o'z tabiatiga ko'ra kognitiv faoliyat hisoblanib, uning muhim natijalaridan biri insonning bilimlari, tajribasi va estetik tafakkurining boyishidir.

Psixofiziologiya psixik jarayonlar, holatlar va xulq-atvorning fiziologik mexanizmlarini o'rganuvchi fan sohasi hisoblanadi. U psixologiya va fiziologiya fanlari tutashuvida shakllangan bo'lib, inson psixikasining nerv tizimi va miya faoliyati bilan bog'liqligini ilmiy jihatdan tadqiq etadi. Psixofiziologiyaning asosiy e'tibori, sezgi, idrok, diqqat, xotira, tafakkur, emotsiya, motivatsiya va boshqa psixik jarayonlarning fiziologik mexanizmlarini aniqlashga qaratiladi. Shuningdek, insonning xulq-atvori, faoliyati va individual-psixologik xususiyatlarining nerv tizimi faoliyati bilan aloqasi ham o'rganiladi,

Psixofiziologik jarayonlarning fiziologik asosini, bosh miya, markaziy va periferik nerv tizimi, neyronlar faoliyati hamda nerv jarayonlari tashkil etadi. I.M. Sechenov psixik faoliyatning reflektor tabiatini asoslab bergan bo'lsa, I.P. Pavlov oliy nerv faoliyati, shartli va shartsiz reflekslar haqidagi ta'limotni rivojlantirgan. Ularning ilmiy qarashlari, psixikaning fiziologik mexanizmlarini tushuntirishda muhim nazariy asos bo'lib xizmat qiladi,

Psixofiziologiyaning muhim xususiyati, psixik hodisalarni faqat fiziologik jarayonlar bilan cheklab qo'ymasdan, ularning psixologik mazmunini ham hisobga olishdan iborat. Insonning psixik faoliyati, biologik va ijtimoiy omillarning o'zaro ta'siri natijasida shakllanadi. Shu sababli psixofiziologik tadqiqotlarda nerv tizimining xususiyatlari bilan bir qatorda, insonning faoliyati, tajribasi, ijtimoiy muhiti va individual xususiyatlari ham e'tiborga olinadi,

Psixofiziologiya insonning psixik jarayonlari va xulq-atvorining biologik asoslarini o'rganuvchi fan bo'lib, psixik hodisalar bilan organizmning fiziologik mexanizmlari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni tadqiq etadi³⁰. Ushbu fan psixologiya va fiziologiya tutashgan nuqtada shakllangan bo'lib, inson psixik faoliyatini nerv, endokrin va boshqa biologik tizimlar faoliyati bilan uzviy bog'liq holda tahlil qiladi³¹. Psixofiziologiyaning tadqiqot obyekti sezgi, idrok, diqqat, xotira, tafakkur, emotsiyalar va xulq-atvor kabi psixik jarayonlar hamda ularning fiziologik mexanizmlarini qamrab oladi. Shu bois psixofiziologiya inson psixik faoliyatini faqat psixologik nuqtayi nazardan emas, balki uning biologik asoslari bilan uzviy aloqada izohlaydi. Fan rivojlanishi davomida elektroensefalografiya (EEG), funksional magnit-rezonans tomografiya (fMRI), pozitron-emission tomografiya (PET), elektromiografiya (EMG) va vegetativ ko'rsatkichlarni qayd etish kabi eksperimental metodlarning qo'llanilishi psixik jarayonlarning neyrofiziologik mexanizmlarini chuqurroq o'rganish imkonini yaratdi³². Psixofiziologiyada laboratoriya tajribalari, elektrofiziologik o'lchovlar, neyrofiziologik tahlillar hamda biofeedback texnologiyalari psixik jarayonlar va nerv tizimi faoliyati o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash hamda baholashning asosiy metodlari hisoblanadi.

Masalan, neyronlarning impuls uzatish mexanizmi va sinaps faoliyati xotira, e'tibor va hissiy kechinmalarga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga, psixofiziologiya hissiy holatlar va gormonal faoliyat o'rtasidagi bog'lanishni ham tadqiq qiladi, chunki endokrin tizimning gormonal mexanizmlari psixik jarayonlarni

³⁰ Cacioppo, J. T., Tassinary, L. G., & Berntson, G. G. (Eds.). (2017). *Handbook of Psychophysiology* (4th ed.). Cambridge University Press.

³¹ Kalat J.W. *Biological Psychology*. 13th ed. Cengage Learning, 2019.

³² Kandel E.R., Koester J.D., Mack S.H., Siegelbaum S.A. *Principles of Neural Science*. 6th ed. McGraw-Hill, 2021.

uyg'unlashtirishda va stressga moslashishda muhim rol o'ynaydi. Psixofiziologiyaning asosiy vazifalaridan biri – xulq-atvorni biologik nuqtayi nazardan tushuntirishdir. Bu vazifa insonning individual xususiyatlari, temperament, shaxsiy motivatsiya va ijtimoiy munosabatlar bilan bog'liq psixik hodisalarni izohlash imkonini yaratadi³³. Shu bilan birga, psixofiziologiya inson faoliyatini optimallashtirish, kasbiy moslikni aniqlash, pedagogik va klinik psixologiyada diagnostik vositalar ishlab chiqish bo'yicha amaliy ahamiyatga ega. Tadqiqotlar natijalari stressni boshqarish, hissiy barqarorlikni oshirish, diqqatni konsentratsiya qilish va psixik holatni tahlil qilishga xizmat qiladi.

Fan shuningdek, psixofiziologik tadqiqot metodlarini rivojlantirishni o'z oldiga vazifa qiladi. Kuzatish, eksperiment, elektrofiziologik monitoring, testlar va psixometrik baholashlar yordamida insonning psixik jarayonlari va biologik faoliyati tizimli tarzda tahlil qilinadi. Bu metodlar psixofiziologiyaning nazariy bilimlarini amaliyotga tatbiq qilishda, shuningdek, kasbiy va ijtimoiy faoliyatda samaradorlikni oshirishda asosiy vosita sifatida xizmat qiladi. Shu tariqa, psixofiziologiya insonning psixik faoliyati va xulq-atvorini biologik mexanizmlar bilan bog'liq holda izohlash, psixik jarayonlarni chuqur tahlil qilish va ularni amaliyotga tatbiq etish imkonini beruvchi muhim fan sohasidir. Bu fan nafaqat ilmiy asoslarni mustahkamlash, balki inson salohiyatini rivojlantirish va psixik salomatlikni ta'minlashga ham xizmat qiladi.

2. Psixikaning fiziologik asoslari va oliy nerv faoliyati

Psixika, insonning borliqni faol aks ettirishi, tashqi va ichki ta'sirlarni qabul qilishi, ularni qayta ishlashi hamda o'z xulq-atvori va faoliyatini boshqarish imkonini beruvchi murakkab jarayonlar tizimidir. Psixikaning fiziologik asosini, avvalo, nerv tizimi va bosh miyaning faoliyati tashkil etadi. Shu sababli psixik hodisalarni ilmiy jihatdan o'rganishda, ularning fiziologik mexanizmlarini hisobga olish muhim ahamiyatga ega,

³³ Haydarov F. I. Halilova N. I. Umumiy psixologiya. –T.: Fan va texnologiyalar markazining bosmaxonasi, 2010 - 330 b.

Psixikaning fiziologik asoslari, markaziy va periferik nerv tizimining faoliyati bilan chambarchas bog‘liq. Markaziy nerv tizimiga, bosh miya va orqa miya kiradi. Periferik nerv tizimi esa, nerv tolalari va nerv tugunlari orqali organizmning turli qismlarini markaziy nerv tizimi bilan bog‘laydi. Mazkur tizimlar o‘rtasidagi uzviy aloqadorlik, tashqi muhitdan keladigan ta’sirlarni qabul qilish, ularni qayta ishlash va ularga mos javob reaksiyalarini shakllantirish imkonini beradi,

Psixikaning fiziologik mexanizmlarini tushuntirishda, nerv hujayralari — neyronlarning faoliyati alohida ahamiyatga ega. Neyronlar, nerv impulslarini qabul qilish, qayta ishlash va boshqa hujayralarga uzatish vazifasini bajaradi. Nerv impulslari orqali, organizmning turli qismlari o‘rtasida axborot almashinuvi amalga oshadi. Bosh miya faoliyatining murakkablashuvi, insonning sezgi, idrok, xotira, tafakkur, nutq va boshqa psixik jarayonlarining rivojlanishi uchun fiziologik asos yaratadi,

Psixikaning fiziologik asoslarini tushuntirishda, rus fiziologi I.M. Sechenovning qarashlari muhim o‘rin tutadi. Olim psixik faoliyatni reflektor mexanizmlar bilan bog‘lab, insonning psixik jarayonlari va xulq-atvorini organizmning tashqi muhit bilan o‘zaro ta’siri asosida tushuntirishga harakat qilgan. Uning qarashlari, psixik hodisalarni tabiiy-ilmiy asosda o‘rganishning rivojlanishiga katta ta’sir ko‘rsatgan. Fiziolog I.P.Pavlov esa, oliy nerv faoliyati haqidagi ta’limotni rivojlantirib, shartli va shartsiz refleks tushunchalarini ilmiy jihatdan asoslagan. Shartsiz reflekslar, organizmning tug‘ma va nisbatan barqaror javob reaksiyalarini ifodalasa, shartli reflekslar hayot davomida, tajriba va o‘rganish jarayonida shakllanadi. Shartli reflekslarning hosil bo‘lishi, inson va hayvonlarning muhitga moslashuvida muhim fiziologik mexanizm hisoblanadi,

Oliy nerv faoliyati, bosh miya katta yarim sharlari po‘stlog‘i va unga bog‘liq nerv tuzilmalarining murakkab faoliyatini ifodalaydi. Ushbu faoliyat, organizmning tashqi muhit bilan faol munosabatini ta’minlaydi. Qo‘zg‘alish va tormozlanish jarayonlari, oliy nerv faoliyatining asosiy fiziologik mexanizmlaridan hisoblanadi. Ularning o‘zaro muvozanati, insonning diqqatini jamlashi, faoliyatini boshqarishi va turli vaziyatlarga moslashishida muhim ahamiyat kasb etadi,

3.Xulq-atvor va psixika o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik

Xulq-atvor va psixika o'rtasidagi bog'liqlik psixologiya va psixofiziologiya fanlarining markaziy muammolaridan biri bo'lib, insonning psixik jarayonlari va xatti-harakatlarining o'zaro ta'sirini aniqlashga qaratilgan. Psixika psixik jarayonlarning tizimli tashkil topishi sifatida qaraladi va u hissiyot, idrok, xotira, e'tibor, tafakkur hamda motivatsiya kabi komponentlardan iborat. Xulq-atvor esa shaxsning amaliy faoliyati va ijtimoiy o'zaro ta'sirlari orqali namoyon bo'ladi. Shu tariqa, xulq-atvor psixik jarayonlarning tashqi ifodasi sifatida, psixik hodisalar va ijtimoiy muhit bilan uzviy bog'langan³⁴.

Bog'liqlikning biologik asosi asosan nerv tizimi faoliyatida namoyon bo'ladi. Neyronlar orqali impulslarning uzatilishi, sinaps mexanizmlari va miya tuzilmalari xatti-harakatlarni shakllantirishda muhim rol o'ynaydi³⁵. Masalan, limbik tizim hissiy jarayonlarni boshqaradi va ularning xulq-atvor bilan uyg'un ishlashini ta'minlaydi. Prefrontal korteks esa qaror qabul qilish, ijtimoiy me'yorlarga moslashish va intellektual faoliyat bilan bog'liq xatti-harakatlarni tartibga soladi. Shu bilan birga, endokrin tizimning gormonal mexanizmlari motivatsiya, stressga javob va hissiy barqarorlikni nazorat qilish orqali psixika va xulq-atvor o'rtasidagi uzviy bog'liqlikni mustahkamlaydi.

Psixik jarayonlar xulq-atvorga doimiy ta'sir ko'rsatadi. Hissiy holatlar shaxsning qaror qabul qilish mexanizmini, ijtimoiy muhit bilan muloqotini va mehnat faoliyatini belgilaydi. Shu bilan birga, xulq-atvor psixik jarayonlarni shakllantirishda faol vosita sifatida namoyon bo'ladi. Masalan, ijtimoiy tajriba, o'quv faoliyati yoki kasbiy mashg'ulotlar davomida xulq-atvor psixik jarayonlarni mustahkamlash, yangicha yondashuvlarni rivojlantirish va xotira hamda e'tiborni yaxshilashga xizmat qiladi. Amaliy nuqtayi nazardan, xulq-atvor va psixika bog'liqligi inson salomatligi, kasbiy faoliyati va ijtimoiy moslashuvini tushunishda muhim ahamiyatga ega.

³⁴ Cacioppo J. T., Tassinary L. G., Berntson G. (ed.). Handbook of psychophysiology. – Cambridge university press, 2007.

³⁵ Berntson G. G., Cacioppo J. T., Sarter M. Psychophysiology //Biological psychiatry. – 2002. – S. 123-138.

Psixoterapiya, pedagogika, sport, mehnat psixologiyasi va ijtimoiy faoliyat sohalarida psixik jarayonlar bilan xulq-atvorning uyg'unligi natijalarni oshirish, motivatsiyani rag'batlantirish va stressga bardoshlikni kuchaytirishda asosiy omil hisoblanadi. Shu bilan birga, shaxsning ijtimoiy muhitga moslashuvi, xulq-atvorining psixik jarayonlar bilan uyg'unligi va individual xususiyatlarini hisobga olgan holda, psixologik va pedagogik strategiyalar ishlab chiqilishi mumkin. Xulq-atvor va psixika o'rtasidagi bog'liqlikni chuqur tushunish inson salohiyatini rivojlantirish, shaxsiy va ijtimoiy muammolarni hal qilishda ilmiy asoslangan yondashuvni ta'minlaydi.

4.Ong tushunchasi, uning psixologik mohiyati va funksiyalari.

Ong inson psixikasining markaziy tarkibiy elementi sifatida psixik jarayonlar, xulq-atvor va shaxsiy faoliyatni boshqaruvchi asosiy vosita hisoblanadi. Psixologiyada ong tushunchasi hissiy, idrokiy, e'tibor, xotira, tafakkur va irodaviy jarayonlarni birlashtiruvchi integrativ tizim sifatida qaraladi³⁶. Ong shaxsning atrof-muhit bilan o'zaro ta'sirini, tajriba asosida bilim va tajribani shakllantirishini ta'minlaydi. Shu sababli ongni tushunish psixologiya, pedagogika, psixoterapiya va inson faoliyati bilan bog'liq boshqa fan sohalari uchun muhimdir. Ongni psixologik nuqtayi nazardan tahlil qilishda uning nazariy va amaliy xususiyatlari bir vaqtning o'zida hisobga olinadi, chunki ong insonning shaxsiy va ijtimoiy faoliyatini tashkil etuvchi asosiy mexanizm sifatida namoyon bo'ladi.

Psixologik mohiyat nuqtayi nazaridan ong – bu shaxsning atrof-muhitni idrok etish, tajriba asosida xulq-atvorini tartibga solish va maqsadli faoliyatni amalga oshirish imkoniyatidir. Shu bilan birga, ong nafaqat tashqi dunyo haqidagi bilishni o'z ichiga oladi, balki ichki psixik jarayonlarni boshqarish va ular ustidan nazoratni ta'minlaydi. Psixik faoliyatning nazorat mexanizmi ong orqali amalga oshadi: inson har bir xatti-harakatni maqsadga muvofiq yo'naltiradi, qarorlarni qabul qiladi va tajriba asosida o'zini takomillashtiradi. Shuning uchun ong psixikaning tashqi va

³⁶ <https://uz.wikipedia.org/wiki/Ong>.

ichki faoliyatini uyg'unlashtiruvchi tizim sifatida qaraladi, u psixik jarayonlar va biologik mexanizmlar bilan uzviy bog'liqdir.

Ong va xulq-atvor o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik psixik jarayonlarning tashqi ifodasi sifatida tushuniladi. Xulq-atvor shaxsning faoliyatdagi amaliy harakatlari, ijtimoiy muloqot va atrof-muhitga moslashuv mexanizmini ifodalaydi. Ong esa bu jarayonlarni nazorat qiladi, tahlil qiladi va optimallashtiradi³⁷.

Masalan, qaror qabul qilishda ong shaxsning maqsadlari, ehtiyojlari va tajribalarini hisobga olib, xulq-atvor yo'nalishini belgilaydi. Shu tariqa, ong xulq-atvorning maqsadga muvofiq va moslashuvchan shakllanishini ta'minlaydi, shuningdek, ijtimoiy normalar va madaniy me'yorlarga muvofiqlikni nazorat qiladi.

Psixik jarayonlar va xulq-atvorning biologik asoslari zamonaviy neyrofiziologik tadqiqotlar orqali keng yoritilgan. Tadqiqotlar psixik jarayonlar va ongning turli miya tuzilmalari hamda funksional neyron tarmoqlari faoliyati bilan uzviy bog'liqligini ko'rsatadi. Xususan, prefrontal korteks ijro funksiyalari, qaror qabul qilish, rejalashtirish, murakkab vaziyatlarni tahlil qilish hamda ijtimoiy xulq-atvorni boshqarishda muhim rol o'ynaydi. Limbik tizim emotsiyalar, motivatsiya va xotira jarayonlarida ishtirok etib, moslashuvchan xulq-atvorning shakllanishiga xizmat qiladi. Shu bilan birga, gormonal mexanizmlar motivatsiya, stressga moslashuv va hissiy barqarorlikni tartibga solish orqali psixik jarayonlar hamda xulq-atvorning biologik asoslarini ta'minlaydi. Mazkur biologik mexanizmlar psixik faoliyat va xulq-atvor o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni ilmiy izohlash imkonini beradi.

Psixologik tadqiqot metodlari ong va xulq-atvor o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni o'rganishda muhim vosita hisoblanadi. Kuzatish, laboratoriya va tabiiy eksperimentlar, psixologik testlar hamda psixometrik metodlar yordamida insonning psixik jarayonlari, individual xususiyatlari va xulq-atvori tizimli ravishda tadqiq etiladi. Psixologik tadqiqotlarni to'ldiruvchi psixofiziologik metodlar, jumladan elektroensefalografiya (EEG), hodisaga bog'liq potensiallar (ERP) va funksional magnit-rezonans tomografiya (fMRI), psixik jarayonlarning miya faoliyati bilan

³⁷ Seth A. K. et al. Measuring consciousness: relating behavioural and neurophysiological approaches // Trends in cognitive sciences. – 2008. – T. 12. – №. 8. – S. 314-321.

bog'liqligini aniqlash imkonini beradi. Shu bilan birga, zamonaviy tadqiqotlar shaxsning individual xususiyatlari, ijtimoiy muhit va faoliyat sharoitini hisobga olgan holda ong hamda xulq-atvor o'rtasidagi murakkab o'zaro aloqalarni kompleks ravishda tahlil qiladi. Amaliy nuqtayi nazardan, ong va xulq-atvorning o'zaro bog'liqligini o'rganish shaxsning rivojlanishi, kasbiy moslashuvi, ijtimoiy faoliyati va psixik salomatligini ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Psixoterapiya, pedagogika, mehnat va sport psixologiyasida ongning nazorat mexanizmi xulq-atvorni optimallashtirish, stressga bardoshlilikni oshirish va motivatsiyani rag'batlantirishda qo'llaniladi. Shu bilan birga, ong va xulq-atvorni uyg'unlashtirish psixik jarayonlarni rivojlantirish, shaxsiy va ijtimoiy samaradorlikni oshirishga xizmat qiladi. Shunday qilib, ong tushunchasi psixikaning markaziy komponenti sifatida psixik jarayonlarni boshqaradi, xulq-atvorni maqsadga muvofiq shakllantiradi va shaxsning ijtimoiy muhit bilan uyg'un faoliyatini ta'minlaydi. Ong va xulq-atvor o'rtasidagi uzviy bog'liqlikni chuqur tushunish psixologik nazariya va amaliyotning rivojlanishiga, shaxsiy va jamiyat salohiyatini oshirishga ilmiy asos yaratadi.

5.Ongsizlik tushunchasi va uning psixologik mazmuni.

Ongsizlik tushunchasi psixologiya va psixofiziologiya sohalarida inson psixikasining eng murakkab va sirli komponentlaridan biri sifatida qoraladi. Ongsizlik yoki subkonsiyent holat insonning shaxsiy tajriba va bilimining sezilmaydigan, lekin xulq-atvor va qaror qabul qilishga bevosita ta'sir ko'rsatadigan qismidir³⁸. Ushbu tushuncha Zigmund Freyd tomonidan keng tadqiq etilgan bo'lib, u ong osti psixik jarayonlar shaxsning ongli idrokidan yashirin, lekin faol ishlash xususiyatiga ega ekanligini ta'kidladi. Ongsizlik shaxsning ichki mexanizmlari, hissiy kechinmalar, instinktiv reaksiyalar va ilgari olingan tajribalarni o'zida mujassamlashtiradi. Shu bilan birga, ongsizlik shaxsning shaxsiy xulq-atvorini tartibga solishda, stressga javob berishda va ijtimoiy muhitga moslashishda asosiy rol o'ynaydi³⁹. Ongsizlik, inson psixikasida anglash va nazorat qilish jarayonlaridan

³⁸ <https://uz.wikipedia.org/wiki/Ongsizlik>.

³⁹ Jons E. Zigmund Freyd // Psixo-tahlil xalqaro jurnali. – 1940. – T. 21. – S. 2.

tashqarida kechadigan, biroq uning xulq-atvori, hissiy holati va faoliyatiga ma'lum darajada ta'sir ko'rsatadigan psixik jarayonlar majmuasidir. Ongsizlik tushunchasi psixologiyada inson psixikasining murakkab va ko'p qatlamli tuzilishini tushuntirishda muhim o'rin tutadi. Inson xatti-harakatlarining ayrim jihatlari, har doim ham ongli ravishda rejalashtirilmaydi yoki bevosita anglanmaydi,

Ongsizlik haqidagi ilmiy qarashlarning rivojlanishida, Zigmund Freydning psixoanalitik yondashuvi alohida ahamiyatga ega. Freyd inson psixikasida ongli jarayonlar bilan bir qatorda, inson tomonidan bevosita anglanmaydigan istaklar, kechinmalar va ichki mayllar mavjudligini ta'kidlagan. Uning fikricha, ayrim psixik mazmunlar ong nazoratidan tashqarida saqlanib, muayyan vaziyatlarda insonning xulq-atvoriga ta'sir ko'rsatishi mumkin. K. G. Yung ong va ongsizlik munosabatini yanada kengroq talqin qilib, individual ongsizlik bilan bir qatorda jamoaviy ongsizlik tushunchasini ilgari surgan. Yungning yondashuvida, jamoaviy ongsizlik insoniyatning tarixiy tajribasi bilan bog'liq bo'lgan umumiy psixologik mazmunlarni o'z ichiga oladi. U bunday mazmunlarning arxetiplar shaklida namoyon bo'lishini ta'kidlagan,

Ongsiz psixik jarayonlar shaxsning xulq-atvoriga bevosita ta'sir qiladigan psixik faoliyat komponentlari sifatida tasniflanadi. Ular ongli idrok orqali sezilmaydi, lekin shaxsning qaror qabul qilish, his-tuyg'u reaksiyalari va xatti-harakatlarida muhim rol o'ynaydi. Masalan, ilgari olingan tajribalar, instinktlar, ichki motivatsiya va avtomatik reflekslar ongdan mustaqil ravishda ishlaydi, natijada xulq-atvorning tabiiy va tezkor shakllari yuzaga keladi. Shu jihatdan qaralganda, ongsiz jarayonlar shaxsni atrof-muhitga moslashuvchan va adaptiv tarzda faoliyat ko'rsatishga imkon yaratadi.

Biologik asos nuqtayi-nazaridan, ongsiz psixik jarayonlar asosan miyadagi subkortikal tuzilmalar bilan bog'liqdir. Limbik tizim, bazal gangliya va retikulyar formatsiya kabi strukturalar hissiy va motivatsion jarayonlarni tartibga soladi, xulq-atvorni moslashuvchan tarzda shakllantiradi. Shu bilan birga, vegetativ va endokrin tizimlar ongsiz jarayonlarni uyg'unlashtiradi, shaxsning stressga bardoshlilikini, motivatsiya darajasini va hissiy barqarorligini nazorat qiladi. Bu biologik

mexanizmlar shaxsning ongli idrokidan tashqarida faoliyat ko'rsatadi, lekin natijalar xulq-atvor va psixik jarayonlarda seziladi. Psixologik jihatdan ongsiz jarayonlar shaxsning ichki dunyosini shakllantiradi va xulq-atvorning turli jihatlarini boshqaradi. Masalan, ilgari olingan tajribalar asosida avtomatik qarorlar qabul qilinadi, hissiy reaksiyalar va instinktiv javoblar shakllanadi. Bu jarayonlar ongli nazorat ostida bo'lmagan holatda ham shaxsning adaptiv xulq-atvorini ta'minlaydi. Shu tariqa, ongsiz jarayonlar psixikaning ichki strategik mexanizmi sifatida shaxsiy va ijtimoiy faoliyatni optimallashtiradi.

6.Ongsiz psixik jarayonlar va ularning inson xulq-atvoriga ta'siri.

Ongsiz jarayonlarni o'rganish murakkab va maxsus usullarni talab qiladi. Z.Freyd psixoanalitik yondashuv orqali ong ostidagi xotiralar va instinktlarni aniqlashga harakat qilgan bo'lsa, zamonaviy psixologiya eksperiment, kognitiv testlar, neyrofiziologik monitoring, subliminal stimulyatsiya va reaksion tahlil kabi metodlardan foydalanadi. Masalan, subliminal stimulyatsiya orqali inson ongiga sezilmaydigan xabarlar yuborilib, xulq-atvorda yuzaga keladigan o'zgarishlar tahlil qilinadi. Shu bilan birga, elektrofiziologik va neyrovizualizatsiya usullari ongsiz jarayonlar va miya faoliyati o'rtasidagi uzviy bog'liqlikni ko'rsatadi. Tadqiqotlar shuni isbotlaydiki, ongsiz jarayonlar inson xulq-atvorining tezkor, avtomatik va adaptiv shakllanishida muhim rol o'ynaydi.

Amaliy nuqtayi nazardan, ongsiz jarayonlarning xulq-atvorga ta'siri psixoterapiya, pedagogika, mehnat, sport va ijtimoiy faoliyat sohalarida keng qo'llaniladi. Psixoterapiyada ong ostidagi stress, xavotir va ilgari olingan travmatik tajribalarni aniqlash orqali xulq-atvorni optimallashtirish mumkin.

Pedagogik faoliyatda esa avtomatik xulq-atvor va motivatsiya jarayonlarini hisobga olish, ta'lim samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Sport psixologiyasida ongsiz jarayonlar refleksiv va instinktiv javoblarni shakllantirish, tezkor qaror qabul qilish va psixik barqarorlikni ta'minlashda muhimdir. Shu tariqa, ongsiz jarayonlar inson faoliyatining turli jihatlarini uyg'unlashtirish va xulq-atvorni adaptiv tarzda boshqarish imkonini beradi. Shuningdek, ongsiz jarayonlar shaxsning ijtimoiy muhitga moslashuvchanligini oshiradi. Ijtimoiy normativ xatti-harakatlar va muhit

talablariga avtomatik javob berish orqali shaxs samarali interaktsiya o'rnatadi. Shu bilan birga, ongsiz jarayonlar motivatsiya, instinktiv reaksiyalar va ilgari olingan tajribalarni uyg'unlashtirib, xulq-atvorni maqsadga muvofiq tarzda shakllantiradi. Bu jarayonlar insonning individual xususiyatlari, ijtimoiy kontekst va faoliyat maqsadlariga moslashuvchan xatti-harakatini ta'minlaydi.

Shunday qilib, ongsizlik tushunchasi va ongsiz psixik jarayonlar inson psixikasining murakkab, ammo hayotiy ahamiyatga ega qismi sifatida qaraladi. Ular xulq-atvorni avtomatik, adaptiv va maqsadga muvofiq shakllantirishga xizmat qiladi, shaxsning biologik, psixik va ijtimoiy faoliyatini uyg'unlashtiradi. Ongsiz jarayonlarni chuqur tushunish va ularni amaliyotga tatbiq etish psixologik nazariya va shaxs rivojlanish strategiyalarini samarali shakllantirish imkonini yaratadi. Shu tariqa, ongsiz psixik jarayonlar psixikaning integrativ mexanizmi sifatida xulq-atvorni nazorat qilish, moslashuvchanlikni oshirish va shaxsiy salohiyatni rivojlantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi.

Inson ongsizligi haqida gap ketganda, psixoanalizni tilga olmaslikning iloji yo'q. Fert shunday yozadi: "Shuni bilish muhimki, psixoanaliz boshidanoq bemorlarning rasmlari va boshqa vizual san'at asarlarini o'rganishga e'tibor qaratgan. Psixoanalitiklarning fikricha, erkin badiiy ijod insonning ongsiz muammolarini ifoda etishi mumkin". Darhaqiqat, Karl Gustav Yung shaxs ongsizligining mazmuniga psixoterapiya, san'at va madaniy xatti-harakatlar orqali kirish mumkinligini ta'kidlagan.

Bugungi kunda biz san'atga bo'lgan psixoanalitik qarash inson ongini uning asarlari orqali tadqiq qilish uchun ulkan imkoniyatlar yaratganini inkor eta olmaymiz. Rubin ta'kidlaganidek, XIX asr oxiri va XX asr boshlarida psixoanalizning paydo bo'lishi bilan birga, odamlar (ongsiz, mantiqsiz) "birlamchi jarayonlar" bilan bog'liq fikrlarni talqin qilish yo'llarini izlay boshladilar. Ular "telbalarning" tushlari, illyuziyalari yoki asarlaridagi tasvirlar ma'nosini "o'qiy" olganlaridan mamnun edilar. San'at va ongsizlik o'rtasidagi bog'liqlik, birinchi navbatda, san'atning ramziyligi orqali sodir bo'ladi. Moshini tushlar va san'atni ramzlar jamlangan ikki asosiy makon deb hisoblaydi. U san'at ongsizlikni qanday

ochib berishini tushuntirish uchun Kastning quyidagi soʻzlarini keltiradi: “Bizning ramzlarimiz intellektimizdan koʻra koʻproq dunyoqarashimiz va bizdan tashqaridagi koʻrinmas reallik bilan boʻlgan munosabatimiz haqida soʻzlaydi”. Xoʻsh, sanʼat asari orqali ongsizlikning qaysi qatlamlari namoyon boʻladi?

Z.Freyd sanʼatni jinsiy sublimatsiya deb hisoblagan boʻlsa, K.Yung hamma narsa ham jinsiy tuygʻular, shaxsiy tajriba yoki psixik azoblardan kelib chiqmaydi, degan fikrda edi. Oʻz bemorlari chizgan rasmlarni oʻrganar ekan, K.Yung ushbu tasvirlar bemor va uning muammolari oʻrtasida, ularning ongi va ongsizligi oʻrtasida vositachilik rolini oʻynashiga ishongan. Rasm chizish bemorga oʻz muammolaridan vaqtincha uzoqlashish va oʻz fikrlari hamda hissiyotlarini rasm orqali shakllantirib, ifodalash imkonini beradi. Friland Freyd va Yungning gʻoyalariga qoʻshilgan holda shunday deydi: “Sanʼat hissiy ifoda, hatto jinsiylik va agressiya kabi evolyutsion yoki biologik ustunliklar bilan ham bogʻliq. Sanʼatdagi asosiy element bu har bir insondagi ongsiz va universal intilishlarning ifodasidir”. Z.Freyd sanʼat haqida toʻxtalib, uni ongsizlik va voqelik talablari oʻrtasidagi ziddiyatni muvofiqlashtirish vositasi deb hisoblagan. Freyd shunday degan edi: “Sanʼatkor, aslida, voqelikdan yuz oʻgʻirgan shaxsdir, chunki u voqelik talab qiladigan oʻz instinktiv qoniqishlaridan voz kechishni qabul qila olmaydi”. U yana shuni qoʻshimcha qiladi: “Biroq, u oʻzining maxsus isteʼdodi yordamida xayollarini yangicha usulda haqiqatga koʻchirish orqali ushbu xayoliy dunyodan voqelikka qaytish yoʻlini topadi va boshqalar buni voqelikning qimmatli inʼikosi deb hisoblaydilar”. Freydga koʻra, psixik faoliyatimiz ikkita asosiy tamoyil asosida ishlaydi: qoniqish tamoyili va voqelik tamoyili. Ushbu ikki tamoyil oʻrtasidagi kurash shaxs ichidagi qarshilikni keltirib chiqaradi. Palmerning fikricha, bosib tahlil qilingan (repressiya qilingan) intilishlar nazorat qiluvchi xulq-atvor bilan toʻqnashganda, ong va ongsizlik oʻrtasida kurash yuzaga keladi. Agar bu bosilgan xulq-atvor shakllari oʻzgarmasa, ular psixik muammolarga olib kelishi mumkin. Sanʼat esa ham sanʼatkor, ham auditoriyaning ichki turtkilarini oʻzgartiruvchi “yon berish” sifatida ushbu bosilgan xulq-atvorning namoyon boʻlishiga imkon beradi. Moshini taʼkidlashicha, sanʼat shaxsga xavfsiz hudud beradi, u yerda beqarorlik, himoyasizlik va qoʻrquv insonni

haddan tashqari xavotirga solmagan holda ifodalanishi mumkin⁴⁰. San'at va madaniyat inson ruhining qanotlari kabidir. Ular bizni biologik ehtiyojlar band etgan yer qobig'idan yuqoriga ko'tarib, borliqni butun boricha ongli va teran idrok etishga chorlaydi.

Madaniyat bizga ajdodlarimiz asrlar davomida to'plagan hikmatlar ummonidan sarmoya bersa, san'at shu ummon tubidagi durdonalarni, o'zligimizning yashirin qirralarini kashf etishga yordam beruvchi nurli shuladir. Inson san'at orqali dunyoni go'zallashtiradi va o'z ichki olamini ham qayta quradi. Har bir chizilgan chiziq, aytilgan kuy yoki bitilgan so'z ongimizning mudrab yotgan qatlamlarini uyg'otadi, tafakkurimizni o'tkirlashtirib, qalbimizni kengaytiradi. Shu tariqa, san'at va madaniyat bilan hamnafas yashagan inson shunchaki mavjudlikdan chekinib, hayotni mazmun bilan to'ldirgan, o'z salohiyatini koinotdek kenglikda namoyon eta oladigan haqiqiy shaxsga aylanadi.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Psixofiziologiya fanining asosiy vazifalari nimalardan iborat?
2. Xulq-atvor va psixika o'rtasidagi bog'liqlik qanday nimalar orqali namoyon bo'ladi?
3. Xulq-atvorni o'rganishda psixofiziologik tadqiqot metodlarining ahamiyati nimada?
4. Psixofiziologik bilimlarni amaliyotda qanday sohalarda qo'llash mumkin?
5. Ong tushunchasi psixologiyada qanday talqin qilinadi?
6. Ong va xulq-atvor o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik qanday mexanizmlar orqali amalga oshadi?
7. Ongsiz psixik jarayonlar xulq-atvorni qanday shakllantiradi?
8. Ong va ongsizlik tushunchalari psixoterapiya va shaxsiy rivojlanishda qanday qo'llaniladi?
9. Ong va ongsizlikni chuqur tushunish shaxs salohiyatini rivojlantirishda qanday ahamiyatga ega?

⁴⁰ Keltirilgan manba.

1.4-MAVZU. SHAXSNING BILISH JARAYONLARI. DIQQAT VA SEZGI

Reja:

1. Bilish jarayonlari tushunchasi va uning psixologik mohiyati
2. Shaxsning asosiy bilish jarayonlari va ularning xususiyatlari
3. Diqqat va sezgi jarayonining psixologik mohiyati
4. Diqqat va sezgining shaxs psixik rivojlanishidagi ahamiyati

Tayanch iboralar: bilish jarayonlari, bilish faoliyati, bilish jarayonlarining mohiyati, sezgi, sezgi turlari, sezgi analizatorlari, ko‘rish sezgisi, eshitish sezgisi, hid bilish sezgisi, ta‘m bilish sezgisi, teri-tuyush sezgisi, harakat sezgisi, muvozanat sezgisi, sezgirlik, sezgi chegarasi, adaptatsiya, sensibilizatsiya, sinesteziya, diqqat, diqqatning fiziologik asoslari, diqqatning turlari, ixtiyoriy diqqat, ixtiyorsiz diqqat, ixtiyoriydan keyingi diqqat, diqqatning xususiyatlari, diqqat hajmi, diqqat barqarorligi, diqqat taqsimlanishi, diqqat ko‘chishi, diqqatning jamlanishi.

1.Bilish jarayonlari tushunchasi va uning psixologik mohiyati

Bilish jarayonlari insonning ong faoliyatida markaziy o‘rin tutuvchi hodisadir. Bu jarayonlar orqali shaxs atrof-muhitni idrok etadi, o‘z tajribasini tahlil qiladi va yangi bilimlarni hosil qiladi⁴¹. Bilishning mohiyati shundaki, u insonning psixik faoliyatini tizimli, maqsadli va intellektual jihatdan rivojlantiruvchi vosita sifatida namoyon bo‘ladi. Bilish jarayonlari bir qator asosiy komponentlardan iborat. Birinchidan, idrok – bu tashqi va ichki stimullarni qabul qilish, ularni analiz qilish va tushunish qobiliyatidir. Idrok orqali shaxs muhitdagi hodisalarni tasavvur qiladi, ularni klassifikatsiyalaydi va qiyoslaydi. Ikkinchidan, e‘tibor – ongning biror obyektga yoki jarayonga qaratilishi, uning tafsilotlarini aniqroq anglash imkonini beradi. E‘tiborning sifatli ishlashi bilish jarayonining samaradorligini oshiradi. Uchinchidan, xotira – shaxsning oldingi tajribalarini saqlash va qayta ishlash mexanizmidir. Xotira orqali inson ilgari o‘rganilgan bilimlarni yangi vaziyatlarda qo‘llay oladi. To‘rtinchidan, fikrlash – bu muammolarni hal qilish, sabab-oqibat aloqalarini aniqlash va yangi g‘oyalarni yaratish jarayonidir. Fikrlash turli

⁴¹ Leeper R. Cognitive processes. – 1951.

shakllarda – tahliliy, sintez, induktiv va deduktiv usullarda namoyon bo‘lishi mumkin⁴².

Bilish jarayonlarining mohiyati insonning atrof-muhit bilan o‘zaro ta’sirini chuqurlashtirishda yotadi. Shaxs faqat tashqi voqealarni idrok etish bilan cheklanmay, ularni tahlil qiladi, umumlashtiradi va yangi bilimlarni hosil qiladi. Bu jarayon shaxsning o‘zgaruvchan sharoitlarga moslashuvchanligini oshiradi, qaror qabul qilish sifatini yaxshilaydi va ijodiy faoliyatni rag‘batlantiradi. Shu bilan birga, bilish jarayonlari insonning psixologik barqarorligini ta’minlashda ham muhim ahamiyatga ega. Chunki ongli tahlil orqali shaxs stressli vaziyatlarni boshqaradi, yangi yechimlarni ishlab chiqadi va ichki resurslarini optimal ishlatadi. Bizningcha, bilish jarayonlarini chuqur tahlil qilganda, ularning turli darajalarda va shakllarda namoyon bo‘lishi kuzatiladi. Sensorli daraja orqali inson tashqi stimullarni sezadi va dastlabki idrokni hosil qiladi. Perseptiv daraja shaxsga obyektlarni aniqlash va ularning xususiyatlarini farqlash imkonini beradi. Kognitiv daraja esa abstrakt fikrlash, bilimlarni tizimlashtirish va yangi tushunchalarni yaratish bilan bog‘liq. Shu tarzda, bilish jarayonlari darajalari o‘zaro bog‘langan va bir-birini to‘ldiruvchi tizimni tashkil qiladi. Bilishning mohiyati shuningdek, uning interaktiv va dinamik xususiyatida ham ko‘rinadi. Inson doimiy ravishda yangi ma’lumotlar bilan o‘zaro ta’sir qiladi, ularni tahlil qiladi va eski bilimlar bilan integratsiyalaydi⁴³. Bu jarayon natijasida bilimlar doimiy ravishda yangilanadi, rivojlanadi va mukammallashadi. Shu nuqtayi nazardan, bilish jarayonlari nafaqat individual, balki ijtimoiy jihatdan ham ahamiyatlidir. Chunki insonning bilimga asoslangan faoliyati jamiyatning taraqqiyoti, texnologik yangilanishi va madaniy rivojlanishiga bevosita ta’sir qiladi.

Bilish jarayonlarining samarali ishlashi uchun shaxsning motivatsiyasi ham muhim rol o‘ynaydi⁴⁴. Qiziqish, intilish va ichki motivatsiya bilish jarayonlarini faollashtiradi, e’tibor va xotirani mustahkamlaydi. Shu bilan birga, individual

⁴² Bandura A., Adams N. E., Beyer J. Xulq-atvor o‘zgarishiga vositachilik qiluvchi kognitiv jarayonlar // Shaxs va ijtimoiy psixologiya jurnali. – 1977. – T. 35. – №. 3. – S. 125.

⁴³ Fiske S. T., Russell A. M. Cognitive processes // The SAGE handbook of prejudice, stereotyping and discrimination. – 2010. – S. 115-130.

⁴⁴ Safayev N.S., Mirashirova N.A., Odilova N.G. “Umumiy psixologiya nazariyasi va amaliyoti”: – T.: Nizomiy nomidagi TDPU, 2013.

xususiyatlar – intellektual qobiliyatlar, tajriba darajasi va hissiy holat – bilish jarayonining sifatini belgilaydi. Masalan, analitik qobiliyati yuqori bo‘lgan shaxs murakkab vaziyatlarni tezroq tahlil qilishi va samarali qarorlar qabul qilishi mumkin. Shu bois ham, bilish jarayonlarini o‘rganish psixologiya, pedagogika va nevrologiya kabi fanlar uchun markaziy ahamiyatga ega. Psixologik tadqiqotlar bilish jarayonlarining mexanizmlari, shaxs xususiyatlari va tashqi ta’sirlar o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlashga yordam beradi. Pedagogik tadqiqotlar esa bilish jarayonlarini o‘qitish va rivojlantirish strategiyalarini ishlab chiqishga yo‘naltiriladi. Nevrologik tadqiqotlar miyaning turli sohalaridagi faoliyat va bilish jarayonlari o‘rtasidagi aloqani aniqlashga imkon beradi.

2.Shaxsning asosiy bilish jarayonlari va ularning xususiyatlari

Diqqat va sezgi inson psixikasining asosiy kognitiv komponentlari bo‘lib, shaxsning atrof-muhit bilan samarali o‘zaro aloqasini ta’minlaydi. Ularning o‘rganilishi psixologiya, nevrologiya va pedagogika fanlari uchun markaziy ahamiyatga ega, chunki ular ongli faoliyat, xotira, fikrlash va muammolarni hal qilish qobiliyatlarini bevosita shakllantiradi. Sezgi - bu tashqi va ichki stimullarni qabul qilish va idrok etish jarayoni bo‘lib, shaxsning muhitdagi obyektlar, hodisalar va ularning xususiyatlarini farqlash imkonini beradi⁴⁵. Sezgi organlari – ko‘z, quloq, burun, teri va til – orqali turli modalitetdagi ma’lumotlar ongga yetkaziladi. Ko‘rish sezgisi shaxsga vizual ma’lumotlarni aniqlash, rang, shakl, o‘lcham va masofani farqlash imkonini beradi. Eshitish sezgisi tovushlarni qabul qilish, ularning balandligi, ritmi va yo‘nalishini aniqlashga xizmat qiladi. Hissiyot sezgisi esa teri orqali teginish, bosim, harorat va og‘riqni sezish imkonini beradi. Ta’m va hid sezgilari ovqatlanish, xavfsizlik va estetik baholash jarayonlarida muhim rol o‘ynaydi. Shu tarzda, sezgi shaxsga atrof-muhitni aniq idrok etish va unga moslashish imkonini yaratadi.

Diqqat esa, ongning biror obyekt, jarayon yoki hodisaga qaratilishi, muhim jihatlarni ajratish va ularni izchil tahlil qilish qobiliyatidir⁴⁶. Diqqat turli shakllarda

⁴⁵ <https://uz.wikipedia.org/wiki/Sezgi>.

⁴⁶ <https://uz.wikipedia.org/wiki/Diqqat>.

namoyon bo‘ladi: selektiv (inglizcha selective, lotincha selectio - “tanlash, saralash” so‘zidan olingan) - “tanlanma” yoki “saralangan” degan ma’noni bildiradi) diqqat shaxsning muayyan stimullarga e’tiborini yo‘naltiradi, bo‘lib o‘tgan voqealarni filtrlash va ortiqcha ma’lumotlarni e’tibordan chetda qoldirish imkonini beradi. Ta’sirchan diqqat esa shaxsning ichki motivatsiyasi va qiziqishiga bog‘liq bo‘lib, ma’lumotlarni chuqur tahlil qilish va uzoq muddat xotiraga saqlashga xizmat qiladi. Shu bilan birga, bo‘linadigan diqqat bir vaqtning o‘zida bir nechta vazifalarni bajarishga imkon beradi, ammo uning samaradorligi pasayadi va xatoliklar ehtimoli oshadi.

3. Diqqat va sezgi jarayonining psixologik mohiyati

Sezgi va diqqat o‘rtasidagi uzviy bog‘liqlik inson kognitiv faoliyatining asosiy mexanizmlarini tashkil qiladi. Sezgi organlari tomonidan qabul qilingan stimullar diqqat orqali tanlanadi va tahlil qilinadi. Bu jarayon psixologik filtr sifatida ishlaydi, shaxs faqat muhim ma’lumotlarni idrok etadi va ularga asoslangan qarorlar qabul qiladi. Shu bilan birga, diqqat sezgi jarayonlarini mustahkamlaydi, ma’lumotlarni xotiraga samarali joylashtirishga yordam beradi va fikrlashni rag‘batlantiradi.

Diqqatning xususiyatlari ham psixologik tahlilda muhim ahamiyatga ega. Konsentratsiya shaxsning ma’lum bir vazifaga e’tiborini uzoq muddat davomida yo‘naltirish qobiliyatidir. Diqqatning intensivligi esa ma’lumotlarni qay darajada aniq va tez idrok etish mumkinligini belgilaydi. Diqqatning cho‘zilishi shaxsning kognitiv chidamliligini ko‘rsatadi va murakkab vaziyatlarda samarali ishlash imkonini yaratadi. Diqqatning moslashuvchanligi shaxsga o‘zgaruvchan sharoitlarda tezkor qarorlar qabul qilish va yangi vazifalarga e’tiborini yo‘naltirish imkonini beradi.

Sezgi va diqqatni shakllantirish va rivojlantirish individual va ijtimoiy omillarga bog‘liq. Biologik xususiyatlar – miya tuzilishi, neyron tarmoq faoliyati va genetika – sezgi qobiliyati va diqqat intensivligini belgilaydi. Tajriba, ta’lim va muhit esa ularni rivojlantirishga xizmat qiladi. Masalan, vizual san’at bilan shug‘ullanish ko‘rish sezgisini rivojlantirsa, muammolarni yechish mashqlari diqqatni mustahkamlaydi. Shu sababli, psixologik treninglar, fokus mashqlari va

konsentratsiyani oshiruvchi faoliyatlar sezgi va diqqatni samarali shakllantirishga imkon beradi. Bilish jarayonlari bilan bog‘liq holda, sezgi va diqqat insonning ijodiy va analitik salohiyatini ham ta‘minlaydi. Sezgi organlari orqali idrok etilgan ma‘lumotlar diqqat orqali tanlanadi va tahlil qilinadi, natijada fikrlash jarayoni samarali ishlaydi. Shu bilan birga, diqqatning sifatli ishlashi xotira jarayonlarini kuchaytiradi, sezgi tomonidan qabul qilingan stimullarni uzoq muddat saqlash va ulardan foydali qarorlar ishlab chiqishga imkon yaratadi.

Shuningdek, diqqat va sezgi shaxsning kognitiv faoliyatini tashkil etuvchi asosiy komponentlardir. Sezgi orqali shaxs muhitni idrok qiladi, obyektlar va hodisalarni farqlaydi, diqqat esa qabul qilingan ma‘lumotlarni tanlab oladi, tahlil qiladi va fikrlash jarayonlarini qo‘llab-quvvatlaydi. Ularning uzviy bog‘liqligi insonning qaror qabul qilish, muammolarni hal qilish, xotira va ijodiy faoliyatini samarali amalga oshirish imkonini yaratadi. Shu sababli, diqqat va sezgi xususiyatlarini chuqur o‘rganish va rivojlantirish shaxsning intellektual, psixologik va ijtimoiy salohiyatini oshirishda muhim ahamiyatga ega.

Diqqat va sezgi o‘zaro uzviy bog‘langan bo‘lib, ular shaxsning psixik rivojlanishida sinergetik ta‘sir ko‘rsatadi. Sezgi organlari tomonidan qabul qilingan ma‘lumotlar diqqat orqali tanlanadi, tahlil qilinadi va xotiraga joylashtiriladi.⁴⁷ Bu jarayon shaxsga murakkab muammolarni tez va samarali hal qilish, yangi vaziyatlarga moslashish va ijodiy faoliyat ko‘rsatish imkonini beradi. Shu sababli, diqqat va sezgi nafaqat kognitiv, balki ijtimoiy va shaxsiy rivojlanish uchun ham muhim ahamiyatga ega.

4.Diqqat va sezgining shaxs psixik rivojlanishidagi ahamiyati

Diqqat va sezgi, insonning borliqni bilishi, atrof-muhit bilan faol munosabatga kirishishi va psixik rivojlanishida muhim o‘rin tutuvchi bilish jarayonlaridir. Sezgi orqali, inson tashqi va ichki muhitdan kelayotgan alohida ta‘sirlarni aks ettiradi, diqqat esa, mazkur axborotlarning muayyan qismiga ongli yoki ixtiyorsiz ravishda yo‘naltirilish va jamlanishini ta‘minlaydi. Shu jihatdan qaralganda, sezgi va diqqat

⁴⁷ G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent.: 2010.

boshqa bilish jarayonlarining shakllanishi uchun muhim psixologik asos hisoblanadi. Sezgi, narsa va hodisalarning alohida xususiyatlarini bevosita aks ettiruvchi psixik jarayondir. Ko‘rish, eshitish, hid bilish, ta‘m bilish, teri-tuyush, harakat va muvozanat sezgilari orqali inson turli xil axborotlarni qabul qiladi. Bolalik davrida sezgilarning rivojlanishi, bolaning atrof-muhitni anglashiga, predmetlarning xususiyatlarini farqlashiga va amaliy tajriba orttirishiga yordam beradi. Sezgi tizimlarining takomillashuvi, keyingi idrok, xotira, tafakkur va boshqa bilish jarayonlarining rivojlanishi bilan chambarchas bog‘liq.

Diqqat, psixik faoliyatning muayyan obyekt yoki faoliyatga yo‘naltirilishi va jamlanishini ifodalaydi. Diqqatning rivojlanishi, insonning axborotni tanlab qabul qilishi, faoliyatni maqsadga muvofiq tashkil etishi va vazifalarni izchil bajarishiga imkon beradi. Ayniqsa, ta‘lim jarayonida diqqatning barqarorligi, hajmi, taqsimlanishi va ko‘chishi muhim ahamiyat kasb etadi. O‘quvchi diqqatini o‘quv materialiga jamlay olgan sari, yangi bilimlarni o‘zlashtirish va amaliy faoliyatda qo‘llash imkoniyatlari kengayadi.

Diqqat va sezgi, o‘zaro uzviy bog‘liq holda faoliyat ko‘rsatadi. Insonning muayyan ta’sirga diqqatini jamlashi, ushbu ta’sirning aniqroq va to‘liqroq sezilishiga yordam beradi. Masalan, o‘quvchi o‘qituvchining tushuntirishiga diqqatini qaratganda, eshitish orqali qabul qilinayotgan axborotga nisbatan sezgirliги ortadi. Mazkur jarayon, axborotni idrok etish va keyinchalik xotirada saqlash uchun ham muhim shart hisoblanadi, psixik rivojlanish jarayonida ixtiyorsiz diqqatdan ixtiyoriy diqqatga o‘tish, muhim rivojlanish ko‘rsatkichi hisoblanadi. Dastlab bolaning diqqati yorqin, kuchli va qiziqarli ta’sirlarga tabiiy ravishda yo‘naladi. Ta‘lim va tarbiya jarayonida esa, bola o‘z diqqatini maqsadli ravishda boshqarishni, kerakli obyektga jamlashni va ikkinchi darajali ta’sirlardan chalg‘imaslikni o‘rganadi. Natijada, diqqatning ixtiyoriy boshqarilishi rivojlanib boradi,

Psixik rivojlanish nuqtayi nazaridan, diqqat va sezgi shaxsning intellektual salohiyatini oshiradi. Ular orqali shaxs yangi ma’lumotlarni o‘rganadi, ularni tahlil qiladi va o‘z faoliyatini optimallashtiradi. Shu bilan birga, diqqat va sezgi hissiy barqarorlikni mustahkamlaydi, stressli vaziyatlarda qaror qabul qilish qobiliyatini

oshiradi va ichki resurslardan samarali foydalanishga yordam beradi. Biologik va individual xususiyatlar diqqat va sezgi samaradorligini belgilaydi. Miya faoliyati, neyron tarmoq mexanizmlari, genetika va hissiy holat shaxsning kognitiv imkoniyatlarini aniqlaydi. Shu bilan birga, atrof-muhit, ta'lim, tajriba va treninglar diqqatni mustahkamlash va sezgi qobiliyatini rivojlantirishga xizmat qiladi. Masalan, vizual san'at bilan shug'ullanish ko'rish sezgisini rivojlantirsa, murakkab vazifalarni bajarish diqqatni kuchaytiradi. Shu sababli, diqqat va sezgi xususiyatlarini rivojlantirish individual taraqqiyot va umumiy psixik barqarorlikni ta'minlashda muhim ahamiyatga ega.

Nyu-York Siti kollejining vizual estetik baholashni o'rganuvchi kognitiv neyrobiologi, falsafa doktori Edvard Vesselning ta'kidlashicha, san'at bizning dunyoqarashimizni o'zgartirish qudratiga ega. So'nggi yillarda olimlar go'zallik haqidagi klassik falsafiy savollardan uzoqlashib, san'at bizni qanday qilib o'zgartirishi mumkinligini tushuntiruvchi jarayonlarni tadqiq qila boshladilar. Zero, san'at shunchaki "chiroyli chehra" emas. Biz shafqatsiz jang sahnasi tasvirlangan suratdan larzaga tushishimiz yoki bir-biriga mos kelmaydigan tovushlardan iborat avangard kuydan ilhomlanishimiz mumkin. Biroq, go'zallik kabi san'at ham uni idrok etuvchi insonning nigohidadir. "Ma'lum bir san'at asariga qarab, har birimiz undan turlicha ma'no olishimiz mumkin", deydi Vessel. "San'atning ta'sirini haqiqatda tushunish uchun faqat o'sha insonning ongi ichiga kirish kerak".

Milan Katolik universiteti tadqiqotchisi Marta Pizzolante va uning hamkasblari estetik tajribalarning o'zgartiruvchi kuchi haqidagi sharhlarida ta'kidlashicha, ochiqko'ngillilik xususiyati yuqori bo'lgan insonlar san'at bilan ko'proq bog'lanadilar va undan mazmunli tajriba olish ehtimoli yuqori bo'ladi.

Emptiya qobiliyati kuchli bo'lganlar ham san'at bilan hissiy darajada ko'proq bog'lanib, yangi tushuncha va bilimlarga ega bo'ladilar. Pensilvaniya universiteti neyroestetika markazi asoschisi Anjan Chatterji va uning hamkasblari vizual estetik tajribalarning ko'rinishi va ta'sirini tavsiflovchi taksonomiya ishlab chiqdilar. Semantik tarmoq tahlilidan foydalanib, ular san'at asarining tashqi ko'rinishi bilan bog'liq 17 ta o'lchovni (rang-barang, munozarali, muvozanatli va hokazo) va

asarning tomoshabinga ta'siri bilan bog'liq 11 ta o'lchovni (g'azab, xotirjamlik, zavq kabi) aniqladilar. Chatterjining so'zlariga ko'ra, ushbu 11 ta ta'sir o'lchovi to'rtta keng toifaga ajratiladi: ijobiy ta'sir, salbiy ta'sir, asar ichiga sho'ng'ish va o'zgartiruvchi tajribalar. San'at tajribasining nima uchun bunchalik kuchli ekanligini bilish maqsadida olimlar inson ongi "qopqog'i" ostiga nazar tashlamoqdalar. Anjan Chatterji va Oshin Vartanyan tomonidan ishlab chiqilgan tizimga ko'ra, estetik tajriba miyaning uchta tizimi "estetik uchlik" o'zaro ta'siridan kelib chiqadi. Sensor-motor tizimi rang yoki harakat kabi sezgi belgilarini idrok etadi. Hissiy-baholash tizimi mukofot va yoqtirish tuyg'ulari bilan shug'ullanadi. Bilim-ma'no tizimi esa shaxsning san'at asarida mazmun topishiga imkon beruvchi avvalgi bilimlari va shaxsiy tajribalarini o'z ichiga oladi. Aynan oxirgi tizim san'at asarini shunchaki obyekt yoki oddiy hissiy tajribadan yuqori ko'taradi. Insonlar kuchli san'at asaridan ta'sirlanganda, ular ushbu tajribani anglay olish qobiliyatidan zavqlanadilar. Vessel buni "tushunishdan olinadigan zavq" deb ataydi. Uning tadqiqotlari shuni ko'rsatdiki, insonlar rangtasvir, me'morchilik va haykaltaroshlik bilan aloqaga kirishganda, miyaning standart rejim tarmog'i faollashadi.

Odatda, odamlar tashqi dunyoni kuzatganda yoki tinglaganda, bu tarmoq jim bo'ladi. U faqat inson xayol surish, kelajakni rejalashtirish va ichki mulohaza kabi ichki vazifalarga diqqat qaratganda ishga tushadi. "Biroq noyob lahzalarda miya tarmog'i dinamikasi o'zgarib, ikkala tizim ham faollashishi mumkin", – deydi Vessel.

Bu holat ijodkorlik uchun ham muhim ahamiyatga ega. Vessel shuni aniqladiki, estetik jihatdan ta'sirli san'at asari bilan muloqot qilish insonni ijodiy ilhom holatiga tayyorlashi mumkin. Ushbu ichki tahlil tizimining ishtiroki san'atga bo'lgan munosabatimiz nima uchun bunchalik shaxsiy ekanini tushuntiradi. Bir kishini yig'latadigan qo'shiq boshqasini radioni o'chirishga majbur qilishi mumkin. Vessel san'at inson uchun qanchalik shaxsiy ahamiyatga ega bo'lsa, uning jozibasi shunchalik ortishini ko'rsatib berdi. AI (sun'iy intellekt) yordamida ishtirokchilarning hayoti va qiziqishlariga moslab yaratilgan asarlar boshqa ishtirokchilar uchun yaratilgan asarlardan ko'ra ko'proq ijobiy baholangan.

Biroq san'at shunchaki ko'zgu emas, u san'atkorning ichki dunyosiga ochilgan deraza hamdir. Pelovski tadqiqotlarida kuzatuvchilar ko'pincha san'atkor asarni yaratish jarayonida his qilgan tuyg'ularni (hatto san'atkor buni ongli ravishda ko'rsatmoqchi bo'lmagan bo'lsa ham) aniq his qilganliklarini aniqladi. San'atkor va kuzatuvchi o'rtasidagi ushbu baham ko'rilgan tuyg'ular asar bilan yanada chuqurroq bog'lanishga olib keladi. San'atdan xayrli maqsadlarda foydalanish mumkin.

Yolg'izlik ortib borayotgan jamiyatda san'at odamlarni birlashtirishi mumkin. Tadqiqotchilar aniqlashicha, muzeyga tashrif buyuruvchilar asarlarni birgalikda ko'rib, muhokama qilganlarida, asarlarni shunchaki yonma-yon turib indamay tomosha qilganlarga qaraganda ko'proq ijtimoiy bog'liqlik va farovonlikni his qilganlar. Estetik tajribalar, shuningdek, ijtimoiy-ijobiy munosabatlarni rag'batlantirish vositasi bo'lishi mumkin⁴⁸.

Sahna – ikki dunyo. Ya'ni san'atkorning ichki hayqirig'i va tomoshabinning intizor qalbi tutashadigan muqaddas sirli maskandir. Bu yerda sezgi va intuitsiya mantiq zanjirlarini parchalab, ruhning tilsiz alifbosiga aylanadi. Masalan, raqqosa harakatdagi shaffoflik. U sahnaga chiqar ekan, uning tanasi endi faqat suyak va mushakdan iborat emas, musiqa to'lqinlarida tebranayotgan sezgi qudratidir. U o'z ichki hukmiga itoat etgan lahzalarda borliqni unutadi, vaqt to'xtaydi va "ijodiy sho'ng'ish" ummonida g'arq bo'ladi.

Bu holatda uning ongsizligidagi yashirin orzu va iztiroblar harakat simvoliga aylanib, sahnada jonlanadi. U o'z tanasi orqali koinotning ko'rinmas ritmini idrok etadi va har bir harakati bilan o'zligining yangi qirralarini kashf etadi. Tomoshabin esa bu sehrli ko'zguda o'z aksini qidirayotgan sayyohdir. U raqqosaning har bir tebranishida shunchaki go'zallikni emas, o'zining yashirin qo'rquvlari, aytilmagan so'zlari va ushalmagan umidlarini ko'radi. Uning sezgilari qalbiga ochilgan derazalardir. Agar tomoshabinning qalbi bu ijodga ochiq bo'lsa, u raqqosaning har bir nafasini o'z tuyg'ulari bilan bog'laydi. Bu tushunishdan olingan ulug'vor zavqdir. Goho birgina raqs tomoshabinning butun dunyoqarashini ostin-ustun qilib

⁴⁸ Weir K. (2025, September 1). What happens in the brain when we experience art. Monitor on Psychology, 56(6). <https://www.apa.org/monitor/2025/09/art-mind-brain>

yuboradigan katta ijodiy jarayonga sabab bo'ladi. Shunday qilib, san'atkor va tomoshabin o'rtasida tildan ustunroq muloqot kechadi. San'atkor o'z ongsizligidagi durdonalarni sezgi vositasida tortiq qilsa, tomoshabin o'sha nurdan o'z qalbini yoritadi. Bu ikki ruhning bir-birini so'zsiz anglagan, mantiq emas, tuyg'u hukmronlik qilgan mo'jiza lahzasidir.

Ijod jarayonida kechadigan holatlarning o'ziga xosligi ularni turli xil irratsionalistik talqin qilishga sabab bo'ldi. Bu talqinlar borliqni ongli ravishda anglashni o'ziga xos g'ayritabiiy kashfiyot va shunga o'xshash tushunchalarga qarama-qarshi qo'yadi. San'at psixologiyasiga oid ma'lumotlar san'at mahsullarida ratsional va tajribaviy bilish orqali anglab bo'lmaydigan yashirin ma'naviy kuchlarning ta'sirini ko'rishga bo'lgan urinishlarning asossiz ekanligidan dalolat beradi. Shu bilan birga, ular musavvir tomonidan borliqni anglashda intuisiya va o'ziga xos hissiy usullarning muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi. San'atni yaratish va idrok etish bilan bog'liq kechinmalarni o'rganish hali qadimgi davrlardayoq katarsis hodisasining hal qiluvchi rolini ochib bergan edi. Ushbu hodisa, birinchidan, kundalik "maishiy" his-tuyg'ularni san'at asarlari bilan muloqot paytida yuzaga keladigan hissiy larzalardan ajratishga; ikkinchidan, asar yaratuvchisi va uni idrok etuvchilar psixologiyasi o'rtasidagi ichki yaqinlikni ochib berishga; uchinchidan, san'atning shaxsga ta'siri nafaqat borliqni badiiy anglash rejasida, balki uning borliqqa, boshqa odamlarga va o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarining chuqur asoslarini o'zgartirishda ham namoyon bo'lishini ko'rsatishga imkon berdi. Ushbu jihatlar san'at psixologiyasining asosiy muammolarini belgilab berdi. Ular quyidagilar:

- Estetik qadriyatlarni yaratish va idrok etish jarayonlariga jalb qilingan shaxsning obrazli-hissiy tuzilishining o'ziga xos xususiyatlarini o'rganish;

- Badiiy idrokni shaxs rivojlanishining turli davrlarida va turli tomoshabinlar guruhlarida hamkorlikdagi ijod shakli sifatida tahlil qilish;

- San'atning subyekt qadriyatlari, xulq-atvor motivatsiyasi va dunyoqarashiga ta'sirini o'rganish. San'at psixologiyasining mavjud aniq variantlari alohida e'tiborga loyiqdir. "San'at psixologiyasi", "badiiy ijod psixologiyasi" va hatto

“badiiy idrok va ijod jarayonlari psixologiyasi” kabi terminologik birikmalar yangrashi jihatidan optimistikdir. Psixologiya san’atning shaxsga faol ta’sir ko’rsatishdagi yuksak yutuqlarini o’ziga singdirishi kerak. Shuningdek, san’at ham zamonaviy inson psixik hayotining umumiy qonuniyatlari haqidagi bilimlarni o’zida tabiiy ravishda mujassam etishi lozim. San’at va psixologiya – insonshunoslikning yagona sohasining ikki qirrasidir. Ular umuman insonni emas, balki birinchi navbatda konkret shaxsni o’rganadi. Tirik va aniq shaxsdan, individuallikdan kelib chiqib, ular insondagi tipik jihatlar haqida umumlashtirilgan tasavvurlarni quradi, o’zlarining ijtimoiy-dunyoqarash funksiyalarini faol ravishda tasdiqlaydi va amalga oshiradi. Yozuvchilar, rassomlar, musiqachilar va teatr arboblarning kuzatishlari hamda psixologlar tomonidan o’tkazilgan qator tadqiqotlar badiiy effektini ta’minlovchi psixologik sharoitlar manzarasini yanada aniqroq va tabaqalangan holga keltirmoqda. San’atning insonga faol ta’siri amalga oshadigan badiiy muloqot sharoitida shaxsning ma’no-mazmun sohasi va psixik jarayonlar o’rtasidagi aloqalarning o’ziga xosligi san’at psixologiyasi fanining umumiy qamrov doirasini tavsiflaydi.

San’at xoh u yuksak bo’lsin, xoh quyi darajadagi ko’ngilochar bo’lsin, o’zining tuyg’ularni tadqiq etish, tarbiyalash va hordiq chiqarish kabi asosiy funksiyalaridan tashqari, hatto buni inkor etgan taqdirda ham, har doim qo’shimcha g’oyaviy vazifani bajaradi. Hatto u sof ko’ngilochar xarakterda bo’lsa ham, jiddiy san’at haqida-ku gapirmasa ham bo’ladi, u bizga muayyan qadriyatlarni targ’ib qiladi, singdiradi, nima yaxshi va nima yomonligini o’rgatadi.

Albatta, san’at, agar u oddiy targ’ibotga aylanib qolmagan bo’lsa, fan va falsafadan farqli o’laroq, o’z qadriyatlarini to’g’ridan-to’g’ri e’lon qilmaydi. Bundan tashqari, yuksak san’at ham davrdan davrga qaysi qadriyatlar ustunlik qilishiga qarab o’zgarib turgan. Bularning barchasi jamiyatning umumiy holatida va uning taqdirida o’z aksini topgan.

Shuni ta’kidlash joizki, buyuk imperiyalarning so’nishi va halokati har doim madaniyat va san’atning inqirozi hamda degradatsiyasi bilan birga kechgan, aniqrog’i, bu inqirozlar imperiya halokatidan oldin sodir bo’lgan. Bu inqiroz yo

yuksak tuyg'ulardan voz kechib, oddiy jismoniy hislarga yaqin bo'lgan quyi tuyg'ularga qaytish, yoki yuksaklikka da'vo qiladigan san'atning qadriyatli buzilishi orqali sodir bo'lgan⁴⁹. Tarix sahifalariga muhrlangan achchiq haqiqat shundan iboratki, qaysi bir millat yuksak estetik tuyg'ularning nurli ufqlaridan yuz o'girib, faqat jismoniy nafs va o'tkinchi lazzatlar botqog'iga g'arq bo'lsa, o'z san'atini, qalbining qo'rg'oni o'zligini va davlatchilik tamaddunini ham zavolga mahkum etgan.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Bilish jarayoni nima va uning psixik faoliyatdagi roli qanday?
2. Shaxs bilish jarayonlarida qaysi asosiy komponentlar ishtirok etadi?
3. Idrok, xotira va fikrlash jarayonlari o'rtasidagi farq va o'zaro bog'liqlikni tushuntiring.
4. Bilish jarayonlarining shaxs psixik rivojlanishidagi ahamiyati nimadan iborat?
5. Diqqat tushunchasini ilmiy jihatdan izohlang.
6. Diqqatning intensivligi va cho'zilishi shaxsning psixik rivojlanishiga qanday ta'sir qiladi?
7. Diqqatni rivojlantirish uchun qanday mashqlar yoki metodlar samarali hisoblanadi?
8. Sezgi tushunchasi va uning asosiy turlari qanday?
9. Ko'rish, eshitish va hissiyot sezgilarining shaxs faoliyatidagi ahamiyati nimada?
10. Sezgi qobiliyatini rivojlantirish shaxsning psixik rivojlanishiga qanday yordam beradi?
11. Sezgi va xotira o'rtasidagi uzviy bog'liqlikni tushuntiring.
12. Diqqat va sezgi xususiyatlari shaxsning intellektual va ijtimoiy salohiyatiga qanday ta'sir qiladi?

⁴⁹ Воин А. М. Искусство как познание (i) // Concorde. 2019. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/iskusstvo-kak-poznanie-i> (дата обращения: 22.04.2026).

1.5-MAVZU. IDROK VA XAYOL

Reja:

1. Idrok va xayol tushunchalarining psixologik mohiyati.
2. Idrok va xayolning o‘zaro bog‘liqligi.
3. San’at va xayol.
4. Idrok orqali olinadigan ma’lumotlar va xayolning integratsiyasi.
5. Qaror qabul qilish va muammolarni hal qilishda idrok va xayolning roli.

Tayanch iboralar: idrok, xayol, idrokning psixologik mohiyati, xayolning psixologik mohiyati, idrok jarayoni, xayol jarayoni, idrok obrazi, xayol obrazi, tasavvur, fantaziya, idrokning yaxlitligi, idrokning predmetliligi, idrokning konstantligi, idrokning tanlovchanligi, sensor axborot, kognitiv qayta ishlash, idrok va xayolning o‘zaro bog‘liqligi, ijodiy xayol, qayta tiklovchi xayol, badiiy obraz, san’at va xayol, estetik idrok, ijodiy tasavvur, idrok va xayol integratsiyasi.

1.Idrok va xayol tushunchalarining psixologik mohiyati

San’atda idrok inson ruhining shaffof ko‘zgusi bo‘lib, xayolotni hayratga soladi, dunyoni his etish qobiliyatimizni tubdan o‘zgartiradi. U borliqning eng nozik qatlamlariga kirib borib, bizni yanada teranroq va sezgirroq zotga aylantiradi. Biroq san’atning bu cheksiz ummoniga tarix va madaniyat chirog‘isiz sho‘ng‘ib bo‘lmaydi. Raqamli texnologiyalar hukmron bo‘lgan zamonda ham, san’at millatning o‘zligi va ma’naviy qiyofasini asrab qoluvchi so‘nggi qo‘rg‘on bo‘lib qolaveradi. U inson ongi va qadriyatlarini shakllantiruvchi qudratli kuchdir. San’at asarlari orqali biz o‘zgalar nigohi bilan dunyoga boqar ekanmiz, qalbimizda empatiya va bag‘rikenglik kurtak yozadi. San’at bizni o‘z-o‘zimizni anglashga, hayotning abadiy savollariga javob izlashga va borliqning rang-barang go‘zalligidan hayratlanishga chorlovchi ilohiy bir chorlovdir. San’at bor joyda inson shunchaki yashamaydi, o‘z ichki olamini isloh qiladi. Haqiqiy san’at asari bizning dunyoqarashimizni ostin-ustun qilib, ruhimizni koinot qadar kengaytiradi va bizga hayotning asl mohiyatini go‘zallik va ma’no uyg‘unligini hadya etadi.

San'at ruhning sezgi a'zolari bilan qilgan pinhona kelishuvidir. Unda idrok shunchaki ishtirokchi va borliqni mo'jizaga aylantiruvchi yagona me'mordir. Idrok bo'lmagan joyda san'at o'lik matohga aylanadi: ranglar shunchaki kimyoviy qorishma, kuylar esa havoning ma'nosiz tebranishi bo'lib qoladi. Faqat inson idroki orqali bu moddiy unsurlar hayotiy quvvat kasb etadi. Bo'yoqdan dard, tovushdan esa sog'inch oqib chiqadi. Raqqosaning har bir harakati tomoshabinning idrok ko'zgusida aks etmaguncha, u shunchaki jismoniy mashqdir. Idrok esa bu harakatni qalbning raqsiga, ilohiy muloqotga aylantiradi. San'atning qadri uning qanchalik mahorat bilan chizilganida yoki ijro etilganida inson idrokida qanchalik chuqur inqilob qila olishidadir. U bizning mudroq tuyg'ularimizni uyg'otadi, ko'zimizdagi kundalik odatiylikdan borliqni o'zining asl, rang-barang va teran qiyofasida namoyon etadi. Idrok san'atkorning qalbida tug'ilgan nurga tomoshabinning o'z ruhidan rang berishidir. Shu bois, idrok san'atning asosi emas, uning aynan o'zidir. San'at bor joyda inson shunchaki ko'rmaydi. His qiladi, shunchaki eshitmaydi uni uqadi.

Idrok va xayol shaxsning psixik faoliyatida markaziy o'rin tutuvchi jarayonlar hisoblanadi⁵⁰. Ularning mohiyati shaxsning atrof-muhitni anglash, tajriba asosida ma'lumotlarni tahlil qilish va yangi bilimlarni hosil qilish qobiliyatini ta'minlashdan iborat. Idrok va xayol inson ongining rivojlanishi, qaror qabul qilish va ijodiy faoliyatni amalga oshirish jarayonida o'zaro uzviy bog'langan.

Idrok – bu tashqi va ichki stimullarni qabul qilish, ularni tahlil qilish va ongli tarzda idrok etish jarayonidir. Sensorli idrok orqali shaxs muhitdagi hodisalarni sezadi, ularning xususiyatlarini farqlaydi va asosiy jihatlarni aniqlaydi. Perseptiv idrok esa obyektlarni, hodisalarni va ularning o'zaro aloqalarini tizimlashtirish imkonini beradi⁵¹. Idrok jarayoni shaxsga voqealarni aniq tasavvur qilish, ularni solishtirish va umumlashtirish imkoniyatini yaratadi. Shu tarzda, idrok shaxsning

⁵⁰ Остонава Г. Р. Психолого-педагогические теоретические основы восприимчивости и воображения изобразительных искусств // European research: innovation in science, education and technology. – 2019. – S. 30-31.

⁵¹ <https://uz.wikipedia.org/wiki/Idrok>.

bilish jarayonlarining asosini tashkil etadi, qarorlar qabul qilish va muammolarni hal qilishda muhim rol o'ynaydi.

Xayol esa insonning ongida yangi tasvirlar, g'oyalar va konsepsiyalarni yaratish qobiliyatidir. Xayol orqali shaxs ilgari idrok etilgan ma'lumotlarni qayta ishlaydi, ularni yangi kontekstlarda birlashtiradi va ijodiy yechimlar ishlab chiqadi. Xayol konstruktiv va ijodiy shakllarda namoyon bo'lishi mumkin. Konstruktiv xayol shaxsning real tajribasi bilan bog'liq bo'lib, muammolarni tahlil qilish va yechim topish imkonini beradi. Ijodiy xayol esa yangi g'oyalar, kashfiyotlar va innovatsion yechimlar yaratish jarayonini rag'batlantiradi. Idrok va xayol o'rtasidagi uzviy bog'liqlik shaxs psixikasining rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Idrok orqali olinadigan aniq va to'liq ma'lumotlar xayol jarayonini shakllantiradi, ularni qayta ishlash va yangi tasvirlarni yaratishda asos bo'ladi. Shu bilan birga, xayol idrok jarayonini boyitadi, shaxsga murakkab vaziyatlarda yangi qarorlar ishlab chiqish va ijodiy strategiyalarni amalga oshirish imkonini beradi.

Psixik rivojlanish nuqtayi nazaridan, idrok va xayol shaxsning intellektual salohiyatini oshiradi, xotira va fikrlashni mustahkamlaydi hamda hissiy barqarorlikni ta'minlaydi. Shaxs sezgi organlari orqali qabul qilingan stimullarni idrok qiladi, diqqat yordamida tahlil qiladi va xayol orqali ulardan yangi tushunchalar hosil qiladi. Shu tarzda, idrok va xayol shaxsning kognitiv va ijodiy faoliyatini uzviy tarzda qo'llab-quvvatlaydi.

Shuningdek, idrok va xayolni rivojlantirish individual va ijtimoiy omillarga bog'liq. Biologik xususiyatlar – miya tuzilishi, neyron tarmoq faoliyati va genetika – kognitiv jarayonlarning sifatini belgilasa, ta'lim, tajriba va treninglar ularni mustahkamlashga xizmat qiladi. Masalan, vizual san'at, fantaziya mashqlari va muammolarni yechish mashqlari idrok va xayol qobiliyatini samarali rivojlantiradi.

2.Idrok va xayolning o'zaro bog'liqligi

Idrok va xayolning o'zaro bog'liqligi shaxs psixikasining adaptiv va ijodiy funksiyalarida muhim rol o'ynaydi. Adaptiv funksiyalar shaxsning atrof-muhitga moslashuvchanligini, yangi sharoitlarda samarali harakat qilishini va muammolarni hal qilish qobiliyatini ifodalaydi. Ijodiy funksiyalar esa yangi g'oyalar,

kontsepsiyalar va innovatsion yechimlarni yaratish bilan bog'liqdir. Bu ikki funksiya bir-birini to'ldiradi va shaxsning umumiy kognitiv salohiyatini oshiradi. Idrok jarayoni shaxsga tashqi va ichki stimullarni qabul qilish imkonini beradi. Bu jarayonda shaxs sezgi organlari orqali olgan ma'lumotlarni dastlabki ravishda idrok qiladi va ularni tartibga soladi. Masalan, ko'rish idroki orqali shaxs atrofdagi obyektlarni farqlaydi, shakl, rang va harakat yo'nalishini aniqlaydi, eshitish idroki esa tovush manbalarini aniqlashga yordam beradi. Ushbu ma'lumotlar hali o'zgartirilmagan va xom shaklda bo'ladi, ularni ongga yetkazish va tahlil qilish esa diqqatning vazifasidir⁵².

Diqqat yordamida qabul qilingan stimullar tanlanadi, tahlil qilinadi va xotiraga joylashtiriladi. Tanlash jarayoni shaxsga faqat muhim va zarur bo'lgan ma'lumotlarga e'tibor qaratishga imkon beradi. Masalan, shovqinli muhitda shaxs faqat kerakli tovushlarni sezishi mumkin. Tahlil qilish esa idrok qilingan ma'lumotlarning mohiyatini anglash, ularni bir-biri bilan solishtirish va asosiy xususiyatlarini ajratib ko'rsatishni o'z ichiga oladi. Natijada, xotirada faqat tanlangan va tahlil qilingan ma'lumotlar saqlanadi, ular esa keyinchalik fikrlash va ijodiy jarayonlar uchun asos bo'ladi. Keyinchalik, xayol ushbu xotiradagi ma'lumotlarni yangi kontekstda birlashtiradi.

Bu degani shaxs ilgari idrok etgan elementlarni turli usullar bilan qayta tashkil qiladi, ularni yangi vaziyatlar va sharoitlarda qo'llashga tayyorlaydi. Masalan, arxitektor ilgari kuzatilgan binolar shakllarini va ranglarini o'z loyihasida birlashtirib, yangi dizayn yaratishi mumkin. Shu tarzda, xayol idrok jarayonida olinadigan ma'lumotlarni ijodiy shakllarda qayta ishlashga xizmat qiladi, yangi tushunchalar va g'oyalarni hosil qiladi.

Bu jarayon shaxsga atrof-muhitga moslashish va innovatsion faoliyat ko'rsatish imkonini beradi. Moslashuvchanlik shaxsning turli sharoitlarda tez qarorlar qabul qilishi, muammolarni hal qilishi va yangi vaziyatlarga javob berishi bilan bog'liq. Innovatsion faoliyat esa mavjud ma'lumotlarni qayta ishlash orqali

⁵² Ivanov P.I. Zufarova M.Y. Pedagogika psixologiya. – Toshkent.: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2008. 480 b.

yangi yechimlar va ijtimoiy, texnologik yoki madaniy yangiliklar yaratish imkonini beradi. Shu bilan, idrok va xayol bir-birini to'ldiruvchi tizim sifatida shaxs psixikasining murakkab, adaptiv va ijodiy imkoniyatlarini shakllantiradi. Shunday ekan, idrok va xayol birgalikda shaxsning kognitiv, adaptiv va ijodiy salohiyatini mustahkamlashda asosiy mexanizm sifatida xizmat qiladi. Idrok "faktlar va real hodisalar bazasini" ta'minlasa, xayol bu bazani kreativ tarzda qayta ishlaydi va yangi qarorlar, g'oyalar va tasvirlarni yaratadi. Shu sababli, psixologiyada bu ikki jarayonni rivojlantirish va uyg'un ishlashini ta'minlash shaxsning intellektual va ijodiy rivojlanishi uchun muhimdir.

Shuningdek, idrok va xayolning sinergetik ta'siri shaxsning psixik rivojlanishiga sezilarli hissa qo'shadi. Idrok jarayoni orqali aniqlik va faktlar olinadi, xayol esa ularni kreativ shakllarda integratsiyalaydi. Natijada shaxs qarorlar qabul qilishda, muammolarni hal qilishda va ijodiy loyihalarni amalga oshirishda samarali faoliyat ko'rsatadi. Bu jarayon individual xususiyatlar, motivatsiya va tajriba bilan uzviy bog'liq bo'lib, shaxsning intellektual va psixologik salohiyatini oshiradi. Idrok va xayol bir-birini to'ldiruvchi kognitiv mexanizmlardir. Idrok shaxsga atrof-muhitni aniqlik bilan idrok etish va ma'lumotlarni tahlil qilish imkonini beradi, xayol esa ularni yangi tasvirlar va tushunchalarga aylantiradi. Ularning o'zaro integratsiyasi shaxsning psixik rivojlanishida, ijodiy salohiyatini oshirishda va murakkab vaziyatlarda samarali qarorlar qabul qilishda markaziy ahamiyatga ega.

Shu sababli, idrok va xayolni rivojlantirish individual intellektual, psixologik va ijodiy salohiyatni mustahkamlashda muhim hisoblanadi.

Qaror qabul qilish va muammolarni hal qilish inson psixikasining murakkab kognitiv jarayonlaridan biridir, va bu jarayonda idrok hamda xayol markaziy funksiyalarni bajaradi. Idrok jarayoni orqali olinadigan stimullar voqealarni aniqlik bilan idrok etish, ularni kategoriyalarga ajratish va sabab-oqibat aloqalarini aniqlash imkonini yaratadi. Shu tarzda, shaxs muammoni to'liq tushunishi va uning xususiyatlarini aniqlashi mumkin. Masalan, murakkab vaziyatlarda shaxs idrok orqali mavjud resurslar, xavf-xatar va imkoniyatlarni aniqlab, ularga qarshi mos

strategiyalar ishlab chiqadi. Idrokning aniqligi va tizimliligi qaror qabul qilish jarayonini tezlashtiradi va xatoliklarni kamaytiradi.

Xayol esa idrok tomonidan taqdim etilgan ma'lumotlarni qayta ishlash va yangi alternativlarni yaratishda asosiy vositadir. Shaxs xayol orqali turli variantlarni tasavvur qiladi, ularni solishtiradi va har bir yechimning mumkin bo'lgan natijalarini oldindan baholaydi. Bu jarayon muammoni ijodiy va moslashuvchan usulda hal qilish imkonini beradi⁵³. Masalan, dizayner yangi mahsulot loyihasini ishlab chiqishda xayol yordamida turli dizayn variantlarini birlashtirib, innovatsion yechim yaratadi.

3.San'at va xayol

Xayol deganda insonning shunday psixik faoliyati tushuniladiki, u "inson tomonidan haqiqatda hech qachon butunligicha idrok etilmagan tasavvurlar va fikriy vaziyatlarni yaratishdan iboratdir". Demak, xayol jarayonida inson aniq hissiy obrazlar yoki borliqning ko'rgazmali modellarini ishga solib, mavjud ma'lumotlarni to'ldirish va qayta tiklash orqali, mohiyatan yangi ideal borliqni yaratadi. Shunday qilib, xayolning asosiy vazifasi – faoliyat natijasiga hali erishilmasdan turib, uni ideal tarzda tasavvur qilishdan, hali mavjud bo'lmagan narsani oldindan ko'ra bilishdan iboratdir. Bundan kelib chiqadiki, xayolsiz na ilmiy kashfiyotga yetaklovchi taxmin va intuitsiya, na san'at asarini vujudga keltiruvchi badiiy va poetik obrazlarning tug'ilishi mumkin emas.

An'anaga ko'ra, xayol bilish subyektini psixologik o'rganish obyektlari hisoblanadi. Xayolning ikki turi – qayta tiklovchi va ijodiy turlari o'zaro farqlanadi. "Qayta tiklovchi xayol – faol xayol turlaridan biri bo'lib, unda tashqaridan qabul qilingan stimullar, ya'ni so'zli xabarlar, sxemalar, shartli tasvirlar, belgilar va boshqalar asosida yangi obraz hamda tasavvurlar shakllanadi. O.I. Nikiforova o'tkazilgan eksperimental psixologik tadqiqotlar natijasiga tayanib, qayta tiklovchi xayolning to'rt turini aniqladi.

⁵³ Glaskin K. Dreams, perception, and creative realization // Topics in Cognitive Science. – 2015. – T. 7. – №. 4. – S. 664-676.

Birinchi tip: bu guruhga mansub sinaluvchilar xayolning zaifligi va rivojlanmaganligi bilan ajralib turadi. Tabiat manzarasi (peyzaj) tavsifini o'qiyotganda, bunday shaxslarda xayol faoliyati umuman uyg'onmagan, manzarani ko'z oldiga keltira olmaganlar va o'qiganlarini faqat umumiy shaklda so'zlab bera olganlar.

Ikkinchi tip: bu yerda badiiy obrazni tiklash jarayoni sinaluvchilarning shaxsiy, individual xotiralarini aniqlashtirish jarayoni bilan almashib qoladi. Ya'ni, ular o'qiganlarini emas, balki o'z hayotlaridagi o'xshash xotiralarni ko'z oldiga keltiradilar.

Uchinchi tip: ushbu guruhda faol psixik mehnat kuzatiladi. Mutolaa jarayonida ularda matnga mos kelmaydigan xotiralar uyg'ongan bo'lsa-da, ikkinchi guruhdan farqli o'laroq, ular har doim bu xotiralarni matn tahlili asosida tekshirganlar va ongli ravishda qayta ishlash orqali obrazlarni yozuvchi tasvirlagandek tiklashga harakat qilganlar.

To'rtinchi tip (yuksak qobiliyat): xayol qilishning eng yuqori darajasi bo'lib, ularning asosiy xususiyati adabiy tavsifdagi manzara obrazi bilan o'z xotiralari o'rtasidagi farqni aniq belgilay olishlaridir. Bunday sinaluvchilar hatto hayotda hech qachon ko'rmagan yoki o'xshashi bo'lmagan manzarani ham matndagi tavsif asosida xayolan to'liq gavdalantira olganlar⁵⁴.

Fransuz psixologi T.Ribo ijodiy xayolni tadqiq etishga birinchilardan bo'lib kirishgan. O'zining "Ijodiy xayol" (1901-yil nashr etilgan) kitobida u bitta otga rassom, sportchi, savdogar va befarq tomoshabin turlicha nazar bilan qarashini ta'kidlaydi: "birini hayratga solgan sifatni boshqasi payqamaydi ham". Ribo ijodiy xayol tuzilmasida ikkita asosiy operatsiyani ajratib ko'rsatadi: dissotsiatsiya va assotsiatsiya. Dissotsiatsiya – bu insoniy tajribani bo'laklarga ajratuvchi tayyorgarlik bosqichidir. Bu dastlabki ishlov natijasida tajriba elementlari yangi birikmalarga kirishish qobiliyatiga ega bo'ladi. O'z navbatida, assotsiatsiya – ajratib olingan unsurlardan butun bir obrazni yaratishdir. Aynan assotsiatsiya yangi

⁵⁴ Антипов С. С. Воображение как свойство человека // Философская школа. 2018. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/voobrazhenie-kak-svoystvo-cheloveka> (дата обращения: 22.04.2026).

uyg'unliklarga, yangi timsollarga hayot beradi. Biroq, dissotsiatsiya jarayonisiz yaxlit obraz yaratish imkonsizdir va uning yo'qligi ijodiy xayol yo'lidagi asosiy to'siq hisoblanadi.

Bugungi kunda psixologiya fani xayol fenomenini o'rganishda ancha ilgari ketdi, ammo xayol insonning eng muhim xususiyati sifatida hali ham borliqning alohida turi bo'lmish "Inson" g'oyasini falsafiy anglashda o'z munosib o'rnini egallagani yo'q. Insonning ilm-fan va san'at kabi bilish shakllaridagi yaratuvchanlik faoliyatida xayolning o'рни va ahamiyati juda kattadir.

Dastlab Platonning g'oyalar haqidagi ta'limotiga yuzlanamiz. Qadimgi yunon faylasufi ong birlamchi, materiya esa ikkilamchi deb hisoblagan. Ya'ni, avval inson ongida biror buyumning g'oyasi tug'iladi, so'ngra ushbu buyum tayyorlash yo'li bilan moddiy dunyoda paydo bo'ladi. Platonning g'oyalar olamida hozir mavjud bo'lgan barcha narsalarning, hatto kelajak buyumlarining ham timsollari bor. Shunday qilib, barcha moddiy narsalarning g'oyalari va obrazlari zamonaviy fayl almashish dasturlarining "buluti" kabi qandaydir virtual makonda saqlanadi deb taxmin qilish mumkin. Va zamonaviy dasturchi mantiqiga ergashadigan bo'lsak, agar kerakli faylning "parole"ni bilsangiz, uni "yuklab olish" mumkin va u real kompyuterda (hayotda) butkul aniq hamda amaliy foyda keltiradigan shaklga aylanadi. Vizualizatsiyaga qodir bo'lgan inson rivojlangan ijodiy xayolga ega, shu bilan birga u o'z xayolini boshqarishni ham biladi. Mohiyatan, u nimani xayol qilishni o'zi hal qiladi. Ongida turli vaziyatlar, timsollar yoki hodisalarni konstruksiya qilishga (qurishga) qodir bo'ladi.

Platonning g'oyalar olamiga qaytadigan bo'lsak, vizualizatsiya qila oladigan inson u yerdan istalgan buyum, g'oya, voqea yoki obrazni qidirib topa oladi, deb aytish mumkin. Ya'ni, u mohir xaker kabi, turli parollar va taqiqlarga qaramay, tarmoqdan o'zi uchun kerakli bo'lgan barcha narsani topish imkoniga ega. Insonning g'oya va obrazlarni xayol qilish hamda vizualizatsiya qilishdagi ijodiy qobiliyati uning uchun ham fan va san'atda, ham umuman ijodiy hayotida cheksiz imkoniyatlar ochib beradi. Yuqoridagilarni umumlashtirgan holda quyidagi xulosaga kelish mumkin: turli insonlarda xayol xususiyatining rivojlanish darajasi

ularning ijodiy faoliyatidagi muvaffaqiyatining o'ziga xos ko'rsatkichi bo'lib xizmat qiladi. Bu, birinchidan, nazariy g'oyalar va falsafiy konseptlarni yaratishda; ikkinchidan, ilmiy gipotezalar va nazariy qoidalarni shakllantirishda; va uchinchidan, ham badiiy, ham poetik obrazlarni vujudga keltirishda namoyon bo'ladi. Xayolga cheklanganlikdan cheksizlikka, nazariy bilishdan amaliy ijro etishga, g'oya va obrazdan yaratilayotgan ijodiy mahsulotga tomon intilish deb qarar ekanmiz, biz xayolni ham daho tadqiqotchi-kashfiyotchi, ham daho san'atkor uchun eng zarur va hayotiy qobiliyat deb hisoblashga haqlimiz. Xayol qilish qobiliyati bo'lmagan (yoki rivojlanmagan) joyda na mukammal san'at asarini yaratish, na haqiqiy ilmiy kashfiyot qilish mumkin. Aytilganlar asosida shuni ta'kidlash joizki, xayol eng muhim antropologik xususiyat sifatida zamonaviy falsafiy antropologiyaning predmet sohasidan o'zining munosib o'rnini egallashi lozim⁵⁵.

Qaror qabul qilishda idrok va xayolning sinergetik ta'siri shaxsning strategik fikrlash qobiliyatini kuchaytiradi. Idrok voqealarni tahlil qiladi, xayol esa ularni yangi kontekstlarda qayta ishlaydi. Shu orqali shaxs bir nechta yechim variantlarini yaratadi, ularni baholaydi va eng maqbulini tanlaydi. Bu jarayon nafaqat muammoni samarali hal qilish, balki kelajakdagi vaziyatlarda optimal strategiyalar ishlab chiqish imkonini ham beradi. Shuningdek, idrok va xayol shaxsning stressli vaziyatlarda qarorlar qabul qilish qobiliyatini oshiradi.

4.Idrok orqali olinadigan ma'lumotlar va xayolning integratsiyasi

Idrok voqealarni aniq baholash orqali shaxsga xatoliklarni oldini olish imkonini beradi, xayol esa turli alternativlarni sinovdan o'tkazish orqali xavflarni kamaytiradi. Shu sababli, ular adaptiv psixik mexanizm sifatida shaxsni o'zgaruvchan sharoitlarga moslashtiradi. Umuman olganda, qaror qabul qilish va muammolarni hal qilish jarayonlarida idrok va xayol bir-birini to'ldiruvchi komponentlar sifatida namoyon bo'ladi. Idrok voqealarni aniqlik bilan idrok etish va tahlil qilishni ta'minlasa, xayol ulardan yangi yechimlar va strategiyalar yaratadi. Shu tarzda, shaxs murakkab vaziyatlarda samarali faoliyat ko'rsatadi, innovatsion

⁵⁵ Keltirilgan manba

qarorlar qabul qiladi va psixik barqarorlikni saqlaydi. Qaror qabul qilish va muammolarni hal qilishda idrok va xayolning uyg'un ishlashi shaxsning intellektual va ijodiy salohiyatini maksimal darajada rivojlantirishga xizmat qiladi.

Idrok va xayolning integratsiyasi insonning predmet va hodisalarni nafaqat mavjud holatida aks ettirishiga, balki ularning mumkin bo'lgan shakllarini oldindan tasavvur qilishiga ham imkon beradi. Masalan, rassom tabiat manzarasini idrok qilib, undagi rang va shakllarni qabul qiladi, keyinchalik esa ushbu ma'lumotlarni ijodiy qayta ishlash orqali yangi badiiy obraz yaratadi. Muhandis esa mavjud texnik vositalarning tuzilishini idrok etgan holda, ularning takomillashtirilgan yoki yangi variantini xayolida shakllantirishi mumkin. Mazkur jarayonda xotira ham muhim ahamiyatga ega. Chunki xayolda yaratiladigan obrazlar faqat ayni paytdagi idrokka emas, balki avvalgi tajribada saqlangan obrazlarga ham tayanadi. S.L.Rubinshteyn xayolni insonning mavjud tajribasini qayta ishlash va yangi obrazlar yaratish bilan bog'liq faol psixik jarayon sifatida izohlagan. A.V.Petrovskiy qarashlarida ham xayol avvalgi idrok va tajriba materiallarini qayta ishlash asosida yangi obrazlarni yaratish imkonini beruvchi jarayon sifatida qoraladi.

Idrok va xayolning o'zaro integratsiyasi ayniqsa ijodiy faoliyatda yaqqol namoyon bo'ladi. Shaxs avval real obyekt yoki hodisani idrok qiladi, uning muhim belgilarini ajratadi, xotirada saqlaydi va keyinchalik ularni o'zgartirish, birlashtirish yoki umumlashtirish orqali yangi obraz hosil qiladi. Shu sababli idrok xayolning mazmuniy asosini ta'minlasa, xayol idrok orqali olingan ma'lumotlarga yangi mazmun va shakl beradi. Demak, idrok va xayolning integratsiyasi insonning borliqni anglash, mavjud tajribani qayta ishlash, kelajakdagi faoliyatni rejalashtirish va ijodiy mahsulot yaratish imkoniyatlarini kengaytiradi. Ushbu ikki bilish jarayonining o'zaro bog'liqligi shaxsning obrazli fikrlashi va ijodiy faoliyatining psixologik asoslaridan biridir.

5.Qaror qabul qilish va muammolarni hal qilishda idrok va xayolning roli

Qaror qabul qilish va muammolarni hal qilish insonning kundalik hamda kasbiy faoliyatida muhim ahamiyatga ega bo'lgan murakkab kognitiv jarayonlardir. Mazkur jarayonlarda idrok va xayol o'zaro bog'liq holda faoliyat ko'rsatib, mavjud vaziyatni anglash, muammoning mohiyatini aniqlash, mumkin bo'lgan yechimlarni tasavvur qilish va ularning natijalarini oldindan baholash imkonini beradi. Inson muammoli vaziyatga duch kelganda, avvalo, undagi muhim axborotlarni idrok qiladi va ularni mavjud tajribasi bilan bog'laydi. Idrok qaror qabul qilishning dastlabki bosqichlaridan biri sifatida namoyon bo'ladi. Inson atrof-muhitdagi predmet, hodisa va vaziyatlarni idrok qilish orqali muammoning mavjud shartlarini aniqlaydi. Idrokning tanlovchanligi muhim axborotni ikkilamchi ma'lumotlardan ajratishga yordam beradi. Masalan, o'quvchi murakkab topshiriqni bajarish jarayonida uning shartlarini to'g'ri idrok qilishi, asosiy talablarni ajratishi va mavjud imkoniyatlarni aniqlashi zarur. Vaziyatning noto'g'ri yoki to'liq bo'lmagan idrok qilinishi keyingi qarorlarning samaradorligiga ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Xayol esa, muammoni hal qilish jarayonida mavjud vaziyatdan tashqariga chiqib, muqobil yechimlarni oldindan tasavvur qilish imkonini beradi. Inson xayol yordamida hali mavjud bo'lmagan natijalarni ongida modellashtiradi, turli harakat variantlarini tasavvur qiladi va ularning ehtimoliy oqibatlarini ko'z oldiga keltiradi. Shu jihatdan qaralganda, xayol muammoni hal qilishning ijodiy imkoniyatlarini kengaytiradi. Ayniqsa, standart usullar yetarli bo'lmagan vaziyatlarda ijodiy xayol yangi yechimlarni shakllantirish uchun muhim psixologik mexanizm hisoblanadi.

Idrok va xayolning o'zaro aloqasi qaror qabul qilish jarayonining izchilligini ta'minlaydi. Dastlab idrok orqali mavjud vaziyat haqidagi axborot qabul qilinadi, keyinchalik ushbu axborot xotira va tafakkur bilan birgalikda qayta ishlanib, xayol yordamida ehtimoliy kelajak holatlari shakllantiriladi. Masalan, inson muayyan kasbiy qarorni qabul qilishda mavjud sharoitlarni tahlil qilish bilan birga, tanlangan qarorning kelajakdagi natijalarini ham tasavvur qiladi. Natijada qarorning mumkin bo'lgan afzalliklari va cheklovlari haqida umumiy tasavvur hosil bo'ladi.

Muammolarni hal qilishda xayolning yana bir muhim jihati aqliy modellashtirish bilan bog'liq. Inson muammoli vaziyatning turli variantlarini ongida qayta yaratishi va ularni amaliy harakatni boshlashdan oldin tasavvur qilishi mumkin. Bunday jarayon xatolarni oldindan ko'rish, harakatlar ketma-ketligini belgilash va optimal variantni tanlashga yordam beradi. Shu bilan birga, xayol tomonidan yaratilgan har qanday yechim real sharoitlar bilan solishtirilishi lozim. Bu jarayonda idrok mavjud vaziyatdagi real imkoniyatlarni aniqlashga xizmat qiladi. Qaror qabul qilishda insonning avvalgi tajribasi ham muhim o'rin tutadi. Ilgari idrok qilingan vaziyatlar, shakllangan tasavvurlar va xotirada saqlangan obrazlar yangi muammolarni tushunish va ularga mos yechim izlashda foydalaniladi. Biroq yangi vaziyat avvalgi tajribadan tubdan farq qilsa, mavjud stereotiplar muammoni to'g'ri baholashga to'sqinlik qilishi mumkin. Shu sababli idrokning moslashuvchanligi va xayolning ijodiy imkoniyatlari muammoli vaziyatlarda alohida ahamiyat kasb etadi. Idrok qaror qabul qilish uchun zarur bo'lgan real vaziyat haqidagi ma'lumotlarni shakllantirsa, xayol mavjud ma'lumotlar asosida kelajakdagi harakat va natijalarni tasavvur qilish imkonini beradi. Ularning o'zaro integratsiyasi muammoni to'g'ri anglash, muqobil yechimlarni ishlab chiqish va ongli qaror qabul qilishning muhim psixologik shartlaridan biridir.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Idrok jarayoni shaxs psixikasida qanday rol o'ynaydi?
2. Xayol tushunchasi va uning psixologik mohiyatini tushuntiring.
3. Konstruktiv va ijodiy xayol o'rtasidagi asosiy farqlar nimalardan iborat?
4. Xayol shaxsning ijodiy va adaptiv faoliyatini qanday rivojlantiradi?
5. Idrok va xayol bir-birini qanday to'ldiradi?
6. Qaror qabul qilish va muammolarni hal qilish jarayonida idrok va xayolning roli nima?
7. Idrok orqali olingan axborot xayol obrazlarining shakllanishiga qanday ta'sir ko'rsatadi?

1.6-MAVZU. XOTIRA VA TAFAKKUR

Reja:

1. Xotira tushunchasi va uning psixologik mohiyati.
2. Xotiraning asosiy jarayonlari va turlari.
3. Tafakkur tushunchasi va uning psixologik mohiyati.
4. Madaniyat va san'at faoliyatida tafakkurning o'rni va ahamiyati.
5. Xotira va tafakkurning o'zaro psixologik bog'liqligi.
6. Tafakkur madaniyati va uning shaxs intellektual rivojlanishidagi ahamiyati.

Tayanch iboralar: Xotira, psixik jarayon, eslab qolish, esda saqlash, qayta esga tushirish, unutish, irsiy xotira, qisqa muddatli xotira, uzoq muddatli xotira, operativ xotira, tafakkur, muammoli vaziyat, muammoni hal qilish, tahlil, sintez, taqqoslash, umumlashtirish, abstraksiyalash, konkretlashtirish, tushuncha, hukm, xulosa, mantiqiy tafakkur, ijodiy tafakkur, tanqidiy tafakkur, madaniyat, san'at, ijodiy faoliyat, intellektual rivojlanish, tafakkur madaniyati.

1.Xotira tushunchasi va uning psixologik mohiyati

Xotira - bu shaxs ilgari idrok qilgan, boshdan kechirgan va bajargan ishlarni ongida saqlash, keyinchalik ularni esga tushirish yoki xotirlash jarayonidir. Har kuni biz yangi ma'lumotlar qabul qilamiz, kun sayin bilimlarimiz boyib boradi.⁵⁶ Xotira faoliyatida shaxsning g'oyaviy yo'nalishi muhim ahamiyat kasb etadi, chunki u shaxsning faoliyatini hayot sharoitlari, individual qiziqishlari va ehtiyojlari asosida shakllantiradi. Shuning uchun shaxs uchun muhim bo'lgan voqea va hodisalarni oson eslab qoladi, kam ahamiyatga ega bo'lgan ma'lumotlar esa tez unutib yuboriladi. Ko'plab psixologik adabiyotlarda xotira quyidagicha ta'riflanadi: "Individning o'z tajribasida ma'lumotni esda saqlashi, uni ongida saqlashi va keyinchalik yana esga tushirishi xotira deb ataladi." Shu bilan birga, professor E.G'. G'oziev xotira tushunchasini yanada kengroq va tizimli ta'riflaydi: "Xotira – atrof-muhitdagi voqelikni (narsa, hodisa) bevosita yoki bilvosita, ixtiyoriy yoki ixtiyorsiz,

⁵⁶ To'xtanaxarova X. Xotira jarayonlari: mexanizmlari, turlari va rivojlantirish usullari // Science and Education. – 2025. – T. 6. – №. 12. – S. 733-737.

passiv yoki faol, reproduktiv yoki produktiv tarzda, verbal va noverbal, mantiqiy va mexanik yo'l bilan aks ettiruvchi psixik jarayon. Bu jarayon esda saqlash, qayta esga tushirish, unutish hamda tanish hissi orqali namoyon bo'ladi. Xotira shuningdek, individual va ijtimoiy xususiyatlarni o'z ichiga olgan, barcha taassurotlarni ijobiy qayta ishlashga yo'naltirilgan mnemik faoliyatdir."⁵⁷ Ushbu ta'rif xotiraning murakkab va keng qamrovli jihatlarini to'la aks ettiradi. U xotirani nafaqat shaxsiy psixik jarayon sifatida, balki ijtimoiy hodisa sifatida ham ko'rib chiqadi. Shu bilan birga, xotira faoliyati eslab qolish, esga tushirish va unutish jarayonlarini birlashtiradi, shaxsning kognitiv va adaptiv qobiliyatlarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Ta'kidlash lozimki, xotira shaxsning bilim va tajribasini tizimli shaklda saqlash, ularni qayta ishlash va ijodiy faoliyatda qo'llash imkonini beradi. Bu esa shaxsning intellektual salohiyati, qaror qabul qilish qobiliyati va muammolarni hal qilishda muhim rol o'ynaydi. Shu sababli, xotira nafaqat individual psixik jarayon sifatida, balki ijtimoiy va madaniy rivojlanishning ham asosiy komponenti hisoblanadi.

Xotira – bu ilgari idrok qilingan narsalardan hosil bo'lgan obrazlar orasida assotsiasiyalar yuzaga kelishi natijasida shakllanadigan psixik jarayondir. Xotiradagi assotsiasiyalar shaxsning bilim va tajribasini tizimli saqlash hamda ularni qayta ishlash imkonini beradi. Psixologiyada inson xotirasidagi assotsiasiyalar uch turga bo'linadi: yondoshlik assotsiasiyasi, o'xshashlik assotsiasiyasi va qarama-qarshilik assotsiasiyasi.

Yondoshlik assotsiasiyasi vaqt va fazoviy munosabatlarga asoslanadi. Boshqacha aytganda, bir nechta narsa yoki hodisalarni bir vaqtda yoki ketma-ket idrok qilish natijasida xotirada bog'lanish yuzaga keladi. Masalan, bog'chada bola har kuni tarbiyachi opasi va guruhini bir vaqtda idrok qiladi. Katta bo'lgach, bog'chani eslaganda tarbiyachi opasini eslasa, darhol guruh ham ongda jonlanadi; aksincha, guruh esga tushganda, tarbiyachi opasi ko'z o'ngida gavdalanadi. Shu

⁵⁷ **Xaydarov F.I., Xalilova N.I.** *Umumiy psixologiya.* – Toshkent: 2009. 335 b.

tarzda, yondoshlik assotsiasiyasi xotiradagi hodisalarni vaqt va makon jihatidan birlashtirishga xizmat qiladi.

O'xshashlik assotsiasiyasi esa narsalar yoki hodisalar o'rtasidagi tashqi yoki ichki xususiyatlarning mos kelishiga asoslanadi. Qarama-qarshilik assotsiasiyasi esa aksincha, farq va ziddiyatlarni idrok qilish orqali xotirada bog'lanish hosil qiladi. Ushbu turdagi assotsiasiyalar shaxsning tajribasini boyitadi, tafakkur va muammolarni hal qilish qobiliyatini rivojlantiradi. Shunday qilib, xotira nafaqat ma'lumotlarni saqlash va eslab qolish jarayoni, balki idrok qilingan obyektlar orasidagi bog'lanishlarni tashkil etuvchi murakkab psixik mexanizmdir. Assotsiasiyalar yordamida shaxs voqealarni tizimli ravishda eslab qoladi, ular orasidagi munosabatlarni anglaydi va yangi tajriba hosil qiladi.

2.Xotiraning asosiy jarayonlari va turlari.

Odatda xotirani muayyan turlarga ajratishda uning tavsifini belgilovchi asosiy mezon sifatida esda olib qolish, esda saqlash, esga tushirish va unutish jarayonlarini amalga oshiruvchi faoliyatning xususiyatlari olinadi. Shuni ta'kidlash kerakki, ayrim darsliklarda xotira turlari turlicha klassifikatsiya qilinadi. Jumladan, A.V. Petrovskiy tahriri ostida chop etilgan "Umumiy psixologiya" darsligida xotira quyidagicha klassifikatsiya qilinadi:

1. Faoliyatda ko'proq namoyon bo'ladigan psixik faollik xususiyatiga ko'ra:
 - harakat (motor) xotirasi
 - emotsional xotira
 - obrazli xotira
 - so'z-mantiq xotirasi
2. Faoliyatning maqsadiga ko'ra:
 - ixtiyorsiz xotira
 - ixtiyoriy xotira
3. Materialni esda olib qolish va saqlash muddatiga ko'ra:
 - qisqa muddatli xotira
 - uzoq muddatli xotira
 - operativ xotira

M.G. Davletshin tahriri ostida chop etilgan “Umumiy psixologiya” o‘quv qo‘llanmasida esa xotira quyidagicha tasniflanadi:

1. Faoliyatning maqsadiga ko‘ra:

- ixtiyorsiz xotira
- ixtiyoriy xotira

2. Psixik faoliyatning xususiyatiga ko‘ra:

- harakat (motor) xotirasi
- emotsional xotira
- obrazli xotira
- so‘z-mantiq xotirasi

3. Esda saqlash davomiyligiga ko‘ra:

- qisqa muddatli xotira
- uzoq muddatli xotira
- operativ xotira

E.G‘. G‘oziev tahriri ostida chop etilgan “Umumiy psixologiya” o‘quv qo‘llanmasida esa xotira turlari quyidagicha klassifikatsiya qilingan:

1. Psixik faoliyatning faolligiga ko‘ra:

- harakat (motor) xotirasi
- obrazli xotira
- hissiy (emotsional) xotira
- so‘z-mantiq xotirasi

2. Psixik faoliyatning maqsadiga ko‘ra:

- ixtiyorsiz xotira
- ixtiyoriy xotira

3. Psixik faoliyatning davomiyligiga ko‘ra:

- qisqa muddatli xotira
- uzoq muddatli xotira
- operativ (tezkor) xotira

4. Analizator turiga ko‘ra:

- eshitish xotirasi

- ko‘rish xotirasi
- musiqiy xotira

5. Inson faoliyati yo‘nalishiga ko‘ra:

- fenomenal xotira
- kasbiy xotira

Keltirilgan xotira turlarini umumiy tarzda quyidagicha ifodalash mumkin:⁵⁸

Psixik aktivlik faoliyatiga ko‘ra:

- Harakat xotirasi
- Obrazli xotira
- Emotsional xotira
- So‘z ma‘no xotirasi

Faoliyat maqsadiga ko‘ra:

- Ixtiyorsiz xotira
- Ixtiyoriy xotira

Materialni esda saqlash davomiyligiga ko‘ra:

- Qisqa muddatli xotira
- Uzoq muddatli xotira

• Operativ xotira. Xotiraning mantiqiy nazariyasi A. Bine va K. Byuller tomonidan ilgari surilgan bo‘lib, ular xotirada materialning esda saqlanishi asosan uning mantiqiy jihatdan tushunilishi va mazmunli bog‘lanishlar orqali o‘zlashtirilishi bilan bog‘liq deb hisoblaydilar. Ya‘ni, inson materialni qanchalik mazmunan anglab olsa, u shunchalik mustahkam esda qoladi. Keyinchalik A. N. Leontev, P. I. Zinchenko va A. A. Smirnovlar tomonidan xotiraning faoliyat nazariyasi ishlab chiqildi. Ushbu nazariyaga ko‘ra, turli tasavvurlar o‘rtasidagi bog‘lanishlar esda olib qolingani materialning o‘ziga emas, balki insonning u bilan qanday faoliyat olib borishiga bog‘liq bo‘ladi. Boshqacha aytganda, xotira jarayoni insonning maqsadli faoliyati bilan chambarchas bog‘liq.

Bolalarda xotiraning yuksak shakllarini tadrijiy ravishda birinchi bo‘lib o‘rgangan olimlardan biri mashhur psixolog L. S. Vigotskiy hisoblanadi. U 1920-

⁵⁸ Xaydarov F.I., Xalilova N.I. *Umumiy psixologiya*. – Toshkent: 2009. – 335 B.

yillarning oxirlarida olib borgan tadqiqotlarida xotiraning yuksak shakllarining rivojlanish muammosini ilmiy jihatdan asoslab berdi. L. S. Vigotskiy o'z shogirdlari A. N. Leontev (1903–1979) va A. V. Zankov bilan hamkorlikda xotiraning yuksak shakllari psixik faoliyatning murakkab shakli ekanligini hamda u kelib chiqishiga ko'ra ijtimoiy xarakterga ega ekanligini ko'rsatib berdi. Shuningdek, u esda olib qolish jarayonining asosiy rivojlanish bosqichlarini ham ilmiy jihatdan izohlab berdi. Psixolog olimlardan A. A. Smirnov va P. I. Zinchenko ham xotira muammosi bo'yicha keng qamrovli ilmiy tadqiqotlar olib borganlar. Ular xotira jarayonining yangi qonuniyatlari va mexanizmlarini aniqladilar, esda olib qolishning faoliyat maqsadiga bog'liqligini ilmiy asosda yoritdilar hamda murakkab materiallarni samarali esda saqlashning oqilona usullarini ko'rsatib berdilar. Yuqoridagi fikrlardan ko'rinib turibdiki, psixolog olimlar tomonidan xotira muammosi yuzasidan ko'plab ilmiy izlanishlar olib borilgan va hozirgi kunda ham bu yo'nalishdagi tadqiqotlar davom etmoqda.

Zamonaviy jamiyatning mutlaq qadriyati insonning o'zidir. Insoniyat rivojlanish tarixi davomida shaxsning o'ziga xos xususiyatlari sifatida uning atrof-olamni anglashga, o'zligini tanishga va o'z imkoniyatlarini to'laqonli ro'yobga chiqarishga bo'lgan tinimsiz intilishini ko'rsatish mumkin. Ushbu maqsadlarga erishishning asosiy shakli va vositasi faqat insongacha xos bo'lgan oliy asab faoliyatining alohida tashkil etilish shakli bo'lgan fikrlash qobiliyati, ya'ni uning tafakkuri bo'lib kelgan va shunday bo'lib qolmoqda. Hozirgi vaqtda insoniyat jamiyati uchun borliqning eng dolzarb va hayotiy savollariga javob topishga qodir bo'lgan, progressiv va insonparvar fikrlaydigan ijodiy shaxslarga ijtimoiy ehtiyoj har qachongidan ham kuchli. Platon, Aristotel, Dekart, I. Kant, G. Gegel kabi mashhur mutafakkirlarning tafakkur san'ati sohasidagi mehnatlari nazariy jihatdan asoslab berilgan, biroq bu yo'nalishdagi bilimlarni chuqurlashtirish ishlari rivojlanishda davom etmoqda. Ayniqsa, tafakkur tabiatining mexanizmlarini aniqlashga katta e'tibor qaratilmoqda.

3. Tafakkur tushunchasi va uning psixologik mohiyati.

Tafakkur jarayonini tadqiq etish o'ta murakkab muammo bo'lib, u muhim metodologik savollarni hal qilishni, ijodiy va texnik fikrlashni rivojlantirish manbalarini izlashni hamda bu jarayonda biologik va ijtimoiy, obyektiv va subyektiv, individual va ijtimoiy jihatlarining o'zaro nisbatini aniqlashni taqozo etadi. Muammoning murakkabligi shundaki, hodisaning ichki mohiyatini bevosita tadqiq qilishning imkoni yo'q. Shuning uchun ham, ko'p asrlik o'rganish tarixiga qaramay, tafakkur san'ati hali ham yetarlicha tadqiq etilmagan soha bo'lib qolmoqda⁵⁹. Tafakkur o'zi nima? Ko'plab o'quv adabiyotlarini umumlashtirgan holda aytish mumkinki, tafakkur insonning o'z tasavvurlari, tushunchalari, hissiy intilishlari va irodasi, xotiralari hamda kutuvlarini egallashga bo'lgan ichki va faol intilishidir.

Tafakkur — insonning voqelikdagi predmet va hodisalar o'rtasidagi muhim, umumiy va qonuniy bog'lanishlarni bevosita idrok qilmasdan, bilvosita va umumlashtirilgan holda aks ettirish jarayonidir. Tafakkur orqali inson mavjud bilim va tajribalariga tayangan holda muammoli vaziyatlarni anglaydi, sabab-oqibat munosabatlarini aniqlaydi, xulosa chiqaradi hamda yangi bilimlarga ega bo'ladi. Tafakkurning psixologik mohiyati uning faol, maqsadga yo'naltirilgan va muammoli xarakterga ega ekanligida namoyon bo'ladi. Inson biror muammoga duch kelganda, mavjud bilimlarini faollashtiradi, vaziyatni tahlil qiladi, turli yechimlarni taqqoslaydi va eng maqbul xulosaga keladi. Shu sababli tafakkur bilish jarayonlarining yuqori shakllaridan biri hisoblanadi.

Tafakkurning asosiy mantiqiy operatsiyalariga tahlil, sintez, taqqoslash, umumlashtirish, abstraksiyalash va konkretlashtirish kiradi. Tahlil orqali obyekt qismlarga ajratib o'rganiladi, sintez yordamida esa alohida qismlar yagona tizim sifatida birlashtiriladi. Taqqoslash predmet va hodisalarning o'xshash hamda farqli jihatlarini aniqlashga, umumlashtirish esa muhim belgilar asosida umumiy xulosaga kelishga imkon beradi. S.L.Rubinshteyn tafakkurni muammoli vaziyat bilan bog'liq

⁵⁹ Мизгаров Е. О. Искусство мышления // Культура. Духовность. Общество. 2014. №9. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/iskusstvo-myshleniya> (дата обращения: 22.04.2026).

holda qarab, insonning fikrlash faoliyati muammoni anglash va uni hal qilish jarayonida shakllanishini ta'kidlagan. A.V.Petrovskiy esa, tafakkurni voqelikni umumlashtirilgan va vositali aks ettirishga imkon beruvchi bilish jarayoni sifatida izohlagan. Tafakkur tushuncha, hukm va xulosa kabi shakllarda namoyon bo'ladi. Tushuncha predmet va hodisalarning muhim belgilarini umumlashtiradi, hukm ular o'rtasidagi munosabatni ifodalaydi, xulosa esa mavjud hukmlar asosida yangi fikr hosil qilish imkonini beradi.

Tafakkur muayyan vazifalarni hal qilish va umumlashtirish bilan bog'liq bo'lgan, obyektiv olamning tushunchalar, hukmlar hamda nazariyalarda aks etishining faol jarayonidir. Tafakkurning asosiy xususiyatlari quyidagilar hisoblanadi. Tafakkurning bosh xususiyati uning vositaviyligidir. Inson bevosita bila olmaydigan narsalarni vositalar orqali anglaydi. Ba'zi xususiyatlarni boshqalari orqali, noma'lumlikni esa ma'lum narsalar yordamida bilib oladi. Tajribaga tayanish: tafakkur doimo hissiy tajriba ma'lumotlariga (sezgi, idrok, tasavvur) va ilgari olingan nazariy bilimlarga tayanadi. Umumlashtirish: u xususiylikdan uzoqlashib, predmetlardagi umumiy, takrorlanuvchi va muhim jihatlarni ajratib ko'rsatadi.

Ideallashtirish: tafakkurning yana bir muhim xususiyati borliq va inson hayotining "ideal-mantiqiy portretini" yaratish hamda inson faoliyati orqali ularni o'zgartirish qobiliyatidir. Tafakkur inson tomonidan voqelikni anglashning oliy bosqichidir. U til bilan uzviy bog'liq. Inson miyasida qanday fikr tug'ilmasin, u faqat til material asosida ya'ni, so'zlar va gaplar shaklidagina mavjud bo'lishi mumkin. Fikr ham o'zimiz uchun, ham boshqalar uchun faqat so'z orqali haqiqiy fikrga aylanadi. Til tufayli insoniyat fikrlari yo'qolib ketmaydi, balki bilimlar tizimi sifatida avloddan-avlodga o'tadi. Tafakkur faol va maqsadli jarayon sifatida faqat ongli ravishda amalga oshiriladi va u ong faoliyatining bir shaklidir.

4.Madaniyat va san'at faoliyatida tafakkurning o'rni va ahamiyati.

San'at ijod erkinligidir. Fikrlash san'atini egallash har kimga ham nasib etavermaydi. "Agni Yoga qirralari" (Grani Agni Yogi) asaridagi ushbu so'zlarni eslaylik: "Hamma o'ylaydi, ammo fikrlash san'ati faqat sanoqli kishilarga xosdir.

Bu san'at, asosan, ongni odatda uni to'ldirib turadigan juda ko'p sonli tasodifiy va mutlaqo keraksiz fikrlardan ozod qila olish mahoratidir". Tafakkur "texnika" sifatida faqat standart mantiqiy jarayonlar: tekshirish, tahlil, umumlashtirish, tasniflash va dalillash amalga oshirilgandagina namoyon bo'ladi. Tafakkur san'ati deganda esa odatda ijodiy va texnik (rasmiy-mantiqiy) asoslarning birligi hamda ularning o'zaro uyg'unligi tushuniladi. Tafakkurning asosiy shakllarini ko'rib chiqamiz. Fikr shaklining mantiqiy bahosi ikki xil bo'ladi: fikr yo to'g'ri, yo noto'g'ri shakllantirilgan. Ya'ni mantiqiy yoki mantiqsiz⁶⁰.

Tafakkur – bu insonning borliqdagi narsa va hodisalarni bevosita sezgi organlari orqali emas, balki ularning muhim belgilarini, o'zaro bog'lanishlarini va qonuniyatlarini umumlashtirib, bilish jarayonidir. Tafakkur orqali inson voqelikni chuqurroq anglaydi, muammolarni hal qiladi, yangi bilimlar hosil qiladi va xulosalar chiqaradi.⁶¹ Tafakkur bilish jarayonlarining eng yuqori bosqichi hisoblanadi. U sezgi, idrok va tasavvurlar asosida shakllanadi, lekin ulardan farqli ravishda narsa va hodisalarning ichki mohiyatini ochib beradi. Tafakkur inson faoliyati jarayonida, ayniqsa, muammoli vaziyatlarni hal qilishda faol namoyon bo'ladi.

Tafakkur til bilan chambarchas bog'liqdir. Inson o'z fikrlarini so'z orqali ifodalaydi va boshqalar bilan muloqot qiladi. Shu sababli tafakkur va nutq bir-biri bilan uzviy aloqada rivojlanadi. Psixologiyada tafakkurning asosiy jarayonlari quyidagilardan iborat deb qoraladi: tahlil (analiz), sintez, taqqoslash, umumlashtirish va mavhumlashtirish. Bu jarayonlar yordamida inson turli ma'lumotlarni qayta ishlaydi va yangi bilimlarga ega bo'ladi. Tafakkur tushunchasining mazmun-mohiyati psixologiya darsliklarida turli olimlar tomonidan turlicha talqin qilinadi. Jumladan, umumiy psixologiya darsliklarida tafakkurga berilgan ta'riflar bir-biridan farq qiladi va unda odatda uning ikki yoki uchta muhim xususiyati ta'kidlanadi. Masalan, P. I. Ivanov darsligida tafakkurga quyidagicha ta'rif beriladi: tafakkur insonning shunday aqliy faoliyatidirki, bu faoliyat voqelikni eng aniq, to'liq, chuqur va umumlashtirilgan holda aks ettirishga

⁶⁰ Keltirilgan manba

⁶¹ <https://uz.wikipedia.org/wiki/Tafakkur>.

(bilishga), shuningdek, insonning oqilona amaliy faoliyat bilan shug'ullanishiga imkon beradi. Ushbu ta'rifda tafakkurning voqelikni to'liq, aniq va umumlashtirilgan tarzda aks ettirishi ta'kidlangan, biroq uning muhim xususiyatlaridan biri bo'lgan nutq bilan bog'liqligi yetarlicha yoritilmagan. M.V. Gamezo tafakkurni voqelikning umumlashtirilgan holda, so'z va o'tmish tajribasi vositasida aks ettirilishi deb ta'riflaydi. Bu yerda muallif tafakkurning umumlashtirilganligi, nutq vositasida ifodalanishi hamda bilvosita aks ettirish xususiyatlariga alohida e'tibor qaratadi. A.V.Petrovskiy tahriri ostidagi darslikda tafakkurga quyidagicha ta'rif beriladi: tafakkur ijtimoiy sababiylikka ega bo'lgan, nutq bilan chambarchas bog'liq holda muhim yangilikni qidirish va ochishga qaratilgan psixik jarayondir. Boshqacha aytganda, tafakkur voqelikni analiz va sintez qilish, uni bilvosita hamda umumlashtirib aks ettirish jarayonidir. V.V.Bogoslovskiy tahriri ostidagi darslikda ham tafakkurga berilgan ta'rifda uning voqelikni umumlashtirilgan va bilvosita tarzda aks ettirishi asosiy xususiyat sifatida ko'rsatiladi. Shunga o'xshash qarashlar F. N. Gonobolin va K. K. Platonov darsliklarida ham uchraydi. Keltirilgan ta'riflar ichida O.K.Tixomirov tomonidan berilgan ta'rif nisbatan to'liqroq deb hisoblanadi. Unga ko'ra, tafakkur – bu o'z mahsuloti orqali voqelikni umumlashtirib va bilvosita aks ettiradigan, umumlashtirish darajasi, foydalaniladigan vositalar hamda bu umumlashmalarning yangiligiga qarab turli turlarga ajraladigan bilish faoliyati jarayonidir.

Hozirgi vaqtda tafakkurning predmeti yuzasidan psixologiyada turli qarashlar va ta'riflar mavjud. Ulardan ayrimlariga qisqacha tavsif berish mumkin. S.L. Rubinshteyn nazariyasiga ko'ra, tafakkurni psixologik jihatdan o'rganishning asosiy predmeti uning jarayon va faoliyat sifatida namoyon bo'lishidir. Muallif tafakkur operatsiyalarining shakllanishini jarayon sifatida, muammoli vaziyatlarni hal qilishni esa fikrlash faoliyati sifatida tahlil qiladi. Rubinshteyn tafakkurni subyekt faolligining namoyon bo'lishi sifatida talqin qiladi. A.N.Leontev tafakkur psixologiyasi predmeti haqida fikr yuritir ekan, tafakkurni fikr yuritish faoliyati sifatida tan oladi va uni predmetli-amaliy faoliyat bilan bog'laydi. Shu bilan birga, u tafakkurning tuzilishi va fikr yuritish motivatsiyasi bilan bog'liq nazariy-

metodologik muammolarni ham ilgari suradi. P.Ya.Galperin fikriga ko'ra, tafakkur orientirlash-tadqiqot faoliyati, ya'ni orientirovka jarayonidir. Uning ta'kidlashicha, psixologiya fani intellektual masalalarni yechishda subyekt tafakkurining orientirovka jarayonini o'rganishga asoslanadi. Galperin tafakkurning boshqa jihatlarini o'zining aqliy harakatlarni bosqichma-bosqich shakllantirish nazariyasi asosida tushuntirishga harakat qiladi. A.V.Brushlinskiy tadqiqotlarida esa tafakkurning muhim xususiyatlari sifatida yangilikni qidirish va ochish, gipotezalar hamda nazariyalarni ilgari surish, voqealarni oldindan taxmin qilish kabi jihatlar alohida ta'kidlanadi.

5.Xotira va tafakkurning o'zaro psixologik bog'liqligi

Xotira va tafakkur insonning bilish faoliyatida muhim o'rin egallaydigan psixik jarayonlar hisoblanadi. Ushbu jarayonlar bir-biri bilan uzviy bog'langan bo'lib, shaxsning atrof-muhitni anglashida, tajriba to'plashida hamda muammolarni hal qilishida muhim ahamiyat kasb etadi. Inson ongida sodir bo'ladigan aksariyat aqliy faoliyatlar aynan shu ikki jarayonning o'zaro hamkorligi natijasida amalga oshadi. Shu sababli psixologiya fanida xotira va tafakkur o'rtasidagi munosabat alohida ilmiy tadqiqot predmeti sifatida o'rganiladi.

Xotira inson tomonidan qabul qilingan ma'lumotlarni esda olib qolish, saqlash hamda zarur paytda esga tushirish jarayonlarini o'z ichiga oladi. Tafakkur esa borliqdagi narsa va hodisalarning muhim xususiyatlari, ichki bog'lanishlari hamda qonuniyatlarini umumlashtirib, bilvosita aks ettiruvchi murakkab aqliy faoliyatdir. Mazkur jarayonlar bir-birini to'ldirib boradi⁶². Chunki inson yangi fikr yuritish jarayonida avvalgi bilimlar, tajribalar hamda tasavvurlarga tayangan holda xulosalar chiqaradi. Demak, tafakkur faoliyati samarali bo'lishi uchun xotira mustahkam bo'lishi zarur. Xotira tafakkur uchun zarur bo'lgan axborot manbai hisoblanadi. Inson muayyan muammoni hal qilish jarayonida ilgari o'rganilgan bilimlarni esga tushiradi, ularni tahlil qiladi va yangi vaziyatga mos ravishda qo'llaydi. Agar shaxsda ma'lumotlarni esda saqlash qobiliyati yetarli darajada rivojlanmagan bo'lsa,

⁶² Ёлонский П. П. и др. Память и мышление. – Питер, 2001.

fikrlash jarayoni ham qiyinlashadi. Shu bois bilimlarning mustahkam xotirada saqlanishi tafakkurning samaradorligini ta'minlaydi. Boshqacha aytganda, tafakkur jarayonida foydalaniladigan barcha bilimlar xotira orqali ongda qayta tiklanadi.

Shu bilan birga, tafakkur ham xotira rivojiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Inson ma'lumotlarni chuqur tushunib, ularni tahlil qilgan holda o'rganadigan bo'lsa, bunday bilimlar xotirada uzoq vaqt saqlanadi. Mazmunli o'zlashtirilgan material oddiy yodlashga qaraganda ancha mustahkam esda qoladi. Tafakkur jarayonida amalga oshiriladigan analiz, sintez, taqqoslash, umumlashtirish kabi aqliy operatsiyalar o'rganilayotgan ma'lumotlarning mohiyatini anglashga yordam beradi. Natijada o'zlashtirilgan bilimlar tizimli shaklda xotirada mustahkamlanadi.

Ta'lim jarayonida ham xotira va tafakkurning o'zaro bog'liqligi yaqqol namoyon bo'ladi. O'quvchi yangi bilimlarni qabul qilish jarayonida ularni faqat yodlab qolish bilan cheklanib qolmaydi, balki mazmunini tushunishga, sababiy bog'lanishlarini aniqlashga harakat qiladi. Ana shunda bilimlar puxta o'zlashtiriladi va uzoq vaqt esda saqlanadi. Aksincha, faqat mexanik yodlash asosida o'zlashtirilgan material tez unutiladi va amaliy faoliyatda samarali qo'llanilmaydi. Shuning uchun ta'lim jarayonida tafakkurni faollashtiradigan usullardan foydalanish xotira rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Psixologik tadqiqotlar ham xotira va tafakkurning o'zaro aloqadorligini tasdiqlaydi. Olimlar fikricha, insonning aqliy faoliyati jarayonida xotira bilimlarni saqlash vazifasini bajarsa, tafakkur esa ushbu bilimlarni qayta ishlash, yangicha tarzda qo'llash hamda yangi xulosalar chiqarish imkonini beradi. Bu jarayonlarning uyg'unligi natijasida shaxsning intellektual salohiyati rivojlanadi. Umuman olganda, xotira va tafakkur inson bilish faoliyatining o'zaro chambarchas bog'langan ikki muhim tarkibiy qismidir. Xotira tafakkur uchun zarur bo'lgan bilimlar bazasini yaratadi, tafakkur esa ushbu bilimlarni tahlil qilib, yangi g'oyalar va xulosalar hosil qiladi. Ularning o'zaro uyg'un rivojlanishi insonning ilmiy, ijodiy hamda amaliy faoliyatida muhim ahamiyatga ega.

Yer yuzidagi tirik organizmlarning evolyutsion rivojlanish darajasi haqidagi tasavvurlarning xilma-xilligi aqlning mavjudligi va uning natijasi o'laroq, insondan

boshqa biror mavjudotda tafakkur fenomenining borligi haqidagi savolga bir xil javob berish imkonini bermaydi. Umumqabul qilingan ma'noda tafakkur aynan inson psixikatiga xos bo'lgan ajralmas xususiyat (uning namoyon bo'lishining oliy shakli); insonning mulohaza yuritish qobiliyati... obyektiv borliqning tasavvurlar, hukmlar va tushunchalarda aks etish jarayonidir. Sayyoramizda insonnikiga o'xshash ko'rinishdagi tafakkur boshqa hech bir mavjudotda yo'q.

Aynan shuning uchun ham inson o'zini qurshab turgan dunyoning quruqlik va qisman suv kengliklarini o'zlashtiribgina qolmay, omon qolish muammolaridan ko'ra ko'proq obyektiv va mifologizatsiyalashgan reallikni anglash masalalarini hal qilgan holda Koinotni o'zlashtirishni boshlay oldi. Inson tafakkuri hayot yoki insonning o'zi oldiga qo'ygan vazifalarni hal qilish uchun mantiqiy xulosalar chiqarish qobiliyati sifatida bir jinsli hodisa emas. Doimiy tafakkur mavjud bo'lib, u insonning hayotiy ehtiyojlarini ta'minlash masalalarini hal qilish zarurati bilan belgilanadi hamda operativ va taktik maqsad va vazifalarga yo'naltirilgan bo'ladi. Tafakkurning ushbu turiga asosan maishiy sohada yaratilgan asoslardan (shuningdek, "hayotiy hikmat" deb ataluvchi tushunchalardan) foydalanish xosdir.

Zamonaviy dunyoda sun'iy ravishda yaratilgan obyektiv voqelik hisoblangan, noosfera va virtual makon ham tafakkurga xuddi shunday katta ta'sir ko'rsatmoqda. Uning ta'siri turlicha; Bevosita – elektron telekommunikatsiya tizimlari foydalanuvchilariga. Bilvosita – umumiy yashash muhiti hamda zamonaviy dunyoning (barcha ijtimoiy munosabatlarning) innovatsion texnologiyalarga qaramligi orqali namoyon bo'ladi. Zamonaviy inson hamon tabiatga bog'liq, ammo tafakkur haqida gap ketganda, texnologik rivojlangan jamiyatlarda yashovchi odamlar ko'proq sotsiumga (jamiyatga), ya'ni makro va mikro jamoalarga bog'liqdir. Shuning uchun iqtisodiy va madaniy rivojlanish darajasidan qat'iy nazar, hamon barcha jamiyatlar sezilarli darajada bog'liq bo'lgan tabiiy muhit bilan bir qatorda, ijtimoiy yashash muhiti ham o'ta muhimdir. Aynan u tafakkurga hal qiluvchi ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga, zamonaviy dunyoda sun'iy yaratilgan reallik virtual makonning ahamiyati tobora ortib bormoqda. Biroq, obyektiv omillar har bir insonning individual xususiyatlariga ko'ra turlicha ta'sir ko'rsatadi. Odamlar

tafakkuri, prinsipial jihatdan, obyektiv omillar bilan bir qatorda subyektiv omillarga ham teng darajada bog'liq holda shakllanadi.

6.Tafakkur madaniyati va uning shaxs intellektual rivojlanishidagi ahamiyati

Inson tafakkur madaniyati, kishilar faoliyatida namoyon bo'lmaguncha, san'at, fan va texnikaning yorqin namunalarida ya'ni ritual va atributiv moddiy elementlarda aks etuvchi milliy madaniyatdan xalqchil yoki elitar madaniyatdan farqli o'laroq, ko'zga tashlanmaydi. Biroq, tafakkur madaniyati yashirin xarakterga ega bo'lishiga qaramay, uning insoniyat hamjamiyati rivojidagi ahamiyati universal va globaldir. U har bir insonning hayotiga, har qanday milliy makondagi ijtimoiy makro va mikro guruhlarga hamda butun jahon sotsiumiga ta'sir ko'rsatadi. Inson o'z tuyg'ulari va istaklari bilan yolg'iz qolganda qanday fikrlashiga qarab, u o'z oldiga qanday maqsadlar qo'yishi va o'z individual salohiyatini ijtimoiy ma'qullanadigan yoki delinkvent natijalarga erishish uchun qanday amalga oshirishi bog'liqdir.

Tafakkur madaniyati doimiy ravishda shakllanadi. Bu ongli fikrlash faoliyati boshlangan lahzadan to uning to'xtashigacha (o'lim yoki aqliy zaiflikkacha) davom etadigan jarayondir. Madaniyat esa, yuksak rivojlanish va mahorat jumladan, fikrlash mahorati sifatida inson va jamiyat, jamiyat va inson o'rtasidagi o'zaro aloqani mustahkamlashga xizmat qiladi. Tarixning barcha davrlarida va har qanday mamlakatda yuksak tafakkur madaniyatiga ega bo'lgan insonlar bilan bir qatorda, usiz yashaydigan, oddiy darajadan boshqacha fikrlashga qodir bo'lmagan kishilar ham mavjud bo'lib kelgan. Shu nuqtayi nazardan ta'kidlash joizki, inson tafakkuri madaniyati ijtimoiy falsafa, psixologiya, sotsiologiya, konfliktologiya, pedagogika, huquq, filologiya, kibernetika va kiberologiya nuqtayi nazaridan har tomonlama o'rganishni talab qiladigan fenomendir. Inson tafakkuri madaniyati obyektiv va shaxsiy borliqni anglaydigan ma'naviyatli insonga xos bo'lgan ijtimoiy hodisa bo'lib, u elitar etik, intellektual va estetik obrazlar, kategoriyalar hamda tamoyillardan foydalanish orqali mantiqiy va mantiqsiz, ratsional va irratsional xulosalar chiqarish qobiliyati bilan tavsiflanadi. Kundalik hayotimizga hamroh

bo'ladigan va tez-tez butun mamlakatlar, jamiyatlar hamda dunyoni larzaga keltiradigan ijtimoiy mojarolar tafakkur madaniyatining juda past darajada ekanligi yoki deyarli yo'qligi bilan tavsiflanuvchi buzilgan ongning natijasidir. Aynan shunday aksilmadaniy tafakkur mantiqsiz xulosalarga olib keladi⁶³.

Madaniyat va san'at maydonida tafakkur mantiqiy xulosalar jamlanmasi, ijodkor ruhining borliq bilan suhbatidir. Musavvir mo'yqalami, shoir qalami yoki bastakor nolasining zamirida ulkan bir tafakkur silsilasi yotadi. Bu jarayonda aql tashqi olamdan olgan taassurotlarini qalb chig'irig'idan o'tkazib, ularga yangi hayot bag'ishlaydi. San'atkor tafakkuri oddiylik ortidagi mo'jizani ko'ra olishi bilan ajralib turadi. U xazonrezgida hayot zavolini, tabiatning mahzun va go'zal qayta tug'ilishini his qiladi. Shu ma'noda, tafakkur san'at asarining suyaklariga go'sht bitiruvchi, unga jon bag'ishlovchi quvvat manbaidir. Madaniyat esa ushbu tafakkur mevalarini asrlar osha sayqallab, insoniyatning umumiy xazinasiga aylantiradi.

Jamiyat ma'naviy inqirozga yuz tutgan, insonlar orasida mehr-oqibat va o'zaro tushunish tuyg'ulari so'nib borayotgan bir paytda, badiiy tafakkur yagona najot qal'asiga aylanishi mumkin. U dunyoni yovuzlikdan qanday asraydi? Avvalo, yuksak madaniyatli tafakkur insonni o'zganing dardini o'zimizniki kabi his qilishga o'rgatadi. Romandagi bir qahramonning qismatiga achingan yoki mungli kuy ta'sirida ko'ziga yosh olgan inson hayotda hech qachon birovga zulm qilmaydi. San'at bizga hamdardlik maktabini beradi, bu esa dunyodagi eng katta illat loqaydlikning tomiriga bolta uradi.

Bundan tashqari, badiiy asarlar bizga go'zallikni sevishni o'rgatadi. Qalbida go'zallik ideallari shakllangan shaxs yomonlikdan, razolatdan va xunuklikdan jirkanadi. San'at insonning ichki dunyosini tartibga soladi, xudbinlik olovini pasaytirib, o'rniga bunyodkorlik nurini yoqadi. Urushlar, adovatlar va adolatsizliklar tafakkurning qashshoqligi, ruhning ochligidan tug'iladi. San'at esa bu ochlikni to'ydirib, insonni hayvoniy instinktlardan yuqori ko'taradi. Agar

⁶³ Тонконогов А. В. Культура человеческого мышления как социальный феномен // Социально-гуманитарные знания. 2013. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kultura-chelovecheskogo-myshleniya-kak-sotsialnyy-fenomen> (дата обращения: 22.04.2026).

dunyoda har bir inson san'at asaridagi nafosatni his qila oladigan tafakkur darajasiga ega bo'lganida, zulmga joy qolmas edi. Tafakkur jarayonida tahlil, sintez, taqqoslash, umumlashtirish, abstraksiyalash va konkretlashtirish kabi aqliy operatsiyalar amalga oshiriladi. Tahlil orqali obyekt yoki hodisaning alohida jihatlari ajratiladi, sintez yordamida ular o'zaro bog'lanadi. Taqqoslash o'xshashlik va farqlarni aniqlashga, umumlashtirish esa alohida hodisalarga xos umumiy belgilarni ajratishga xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, madaniyat va san'at tafakkuri insoniyat vijdonini uyg'oq tutuvchi eng buyuk qo'riqchidir. U dunyoni qilich bilan emas, mehr, go'zallik va teran mushohada bilan o'zgartirishga qodir. Bizni qabohat botqog'idan faqat qalbimizdagi ana shu nurli tafakkur san'atga muhabbat qutqarib qoladi. Tafakkur insonning voqelikni chuqur anglash, muammolarni hal qilish, mustaqil fikrlash va yangi bilimlarni egallashini ta'minlovchi murakkab psixik jarayondir.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Xotira nima va uning psixologik mazmuni nimdan iborat?
2. Xotiraning asosiy jarayonlari qaysilar?
3. Xotiraning qanday turlari mavjud?
4. Qisqa muddatli xotira va uzoq muddatli xotira o'rtasidagi farq nimada?
5. Operativ xotira deganda nima tushuniladi?
6. Tafakkur nima va u qanday psixik jarayon hisoblanadi?
7. Tafakkurning asosiy xususiyatlari nimalardan iborat?
8. Xotira va tafakkur o'rtasida qanday bog'liqlik mavjud?
9. Tafakkur xotira rivojlanishiga qanday ta'sir ko'rsatadi?
10. Xotira tafakkur faoliyatida qanday ahamiyatga ega?
11. Ta'lim jarayonida xotira va tafakkurning o'zaro aloqasi qanday namoyon bo'ladi?
12. Insonning aqliy faoliyatida xotiraning ahamiyati nimada?
13. Tafakkurning rivojlanishida tajribaning o'rni qanday?
14. Xotira va tafakkur insonning bilish faoliyatida qanday rol o'ynaydi?

1.7-MAVZU. SHAXS PSIXOLOGIYASI

Reja:

1. Ijodkorlik tushunchasi va uning psixologik xususiyatlari.
2. Shaxs psixologiyasi haqida umumiy tushuncha.
3. Shaxs tushunchasi va uning psixologik mohiyati.
4. Shaxsning shakllanishi va rivojlanish omillari.
5. Shaxsning individual-psixologik xususiyatlari.

Tayanch iboralar. Ijodkorlik, ijodiy tafakkur, shaxs psixologiyasi, innovatorlik, psixik aks ettirish, ong, ongsizlik, shaxs, individ, individuallik, subyekt, shaxs rivojlanishi, faoliyat, muloqot, motivatsiya, temperament, xarakter, qobiliyat, tafakkur, o‘z-o‘zini baholash, da‘vogarlik darajasi, e‘tiqod, qadriyatlar, ijtimoiylashuv, shaxslararo munosabatlar, emotsional-irodaviy xususiyatlar, ehtiyoj, motiv, qiziqish, maqsad, hayotiy pozitsiya, ijtimoiy tajriba, xulq-atvor, shaxs rivojlanishi.

1.Ijodkorlik tushunchasi va uning psixologik xususiyatlari.

Badiiy ijod tabiati va san’atkor shaxsi muammolari antik davrdan hozirgi kunga qadar falsafiy bilimning san’at haqida hamda inson ijodiy faoliyati mahsullarini o‘rganishga aloqador bo‘lgan boshqa gumanitar fanlar: san’atshunoslik, adabiyotshunoslik va madaniyatshunoslikning ham markaziy o‘rinlaridan birini egallab kelmoqda. Bugungi kunda badiiy ijod tabiati va manbalari haqidagi masala fanlararo muammo sifatida ko‘rib chiqilmoqda. Bir tomondan, ushbu masalani hal qilishga urinish XX asr boshlarida estetika va psixologiya tutashgan nuqtada san’at psixologiyasi kabi sintetik bilim sohasining tug‘ilishiga olib keldi. Bu sohaga taniqli xorijiy va mahalliy psixologlar, faylasuflar va san’atshunoslar ham o‘z hissalarini qo‘shdilar. Ikkinchi tomondan, XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab badiiy ijod muammosi neyrofiziolog, biologlar va tabiatshunos olimlarni ham ko‘proq qiziqтира boshladi. Shu bilan birga, fizik va kosmologlar badiiy shakl hosil bo‘lishi, san’atkor intuitsiyasi hamda ijodkorning o‘tmish va kelajakni ko‘ra olish qobiliyati kabi yuksak ma’naviy jarayonlarning moddiy asosini topishga intilmoqdalar.

Shuni ham qayd etish joizki, badiiy ijod tabiati haqida astrologlar, ekstrasenslar va boshqa soha tadqiqotchilari borgan sari balandroq ovozda mushohada yuritmoqdalar. Ular san'atkor shaxsi va uning asarlarida zamonaviy fan tomonidan tushunilishi va tushuntirilishi imkonsiz bo'lgan qandaydir sirli narsani ko'rishda davom etmoqdalar. Albatta, badiiy ijod erkinligi o'zboshimchalik yoki tartibsizlik emas, san'atkor muayyan qonunlar bilan cheklangan. Biroq, badiiy faoliyat qonunlarini izohlash juda qiyin, chunki badiiy ijod sohasi, xuddi badiiy idrok kabi, asosan ongsiz kuchlar javobgar bo'lgan sohadir. Shuning uchun ham san'at asari haqida gapirganda, biz odatda avval u bizga "yoqadi" yoki "yoqmaydi" deymiz, lekin nega yoqqani yoki yoqmaganini tushunishga har doim ham harakat qilmaymiz.

Hatto bu savolga javob topsak ham, uning haqiqiylikiga hech kim kafolat bermaydi, chunki tuyg'ularimiz aynan o'ng yarim sharda joylashgan, biz esa ularni chap yarim shar yordamida tushuntiramiz. Psixozanaliz isbotlaganidek, bunday tushuntirishlar ko'pincha himoya mexanizmlari (ratsionalizatsiya, proeksiya, o'rin almashish, siqib chiqarish va b.) ta'sirida yuzaga keladigan xatolarga boy bo'ladi. Aynan shuning uchun zamonaviy estetikada badiiy ijodning hech kim tomonidan shubha ostiga olinmaydigan yoki qat'iy o'rnatilgan birorta ham qonuni mavjud emas. Keling, endi badiiy ijodning eng qiziqarli va nufuzli konsepsiyalarini ko'rib chiqamiz, so'ngra ularning har biridan kelgusida sintez qilish uchun kuchli tomonlarini ajratib olishga harakat qilamiz.

Hali antik davrda, ayniqsa Platon va Aristotellarda, XVIII asr o'rtalarigacha estetikada eng ta'sirli bo'lib qolgan mimezis konsepsiyasi asoslab berilgan edi. Platon nuqtayi nazaridan, taqlid har qanday ijodning asosi. San'atkor nafaqat tabiatga, balki haqiqat va ezgulikka ham taqlid qilishi mumkin. Biroq, Aristotel badiiy faoliyatni faqat taqlidning o'zi bilan cheklab bo'lmasligini tushungan. San'atkor fantaziya va tasavvurdan ham faol foydalanadi. Ularning yordamida u yo borliqni va o'z qahramonlarini ideallashtiradi, ularni yuksaltiradi yoki dunyoni aslidagidan ko'ra xunukroq qilib tasvirlaydi. Shunday qilib, san'at voqelikni yo ideallashtiradi yoki, aksincha, uni pasaytiradi. Ma'lum bo'ladiki, badiiy ijod voqelikka berilgan ijobiy yoki salbiy baho bilan bog'liq, ya'ni u manfaatdor,

qadriyatli xarakterga ega. Shu jihati bilan u obyektiv, neytral va bahosiz bo'lishga intiladigan ilmiy ijoddan farq qiladi⁶⁴. Ijodga bo'lgan ichki ehtiyoj va badiiy sezgi san'atkorga bosim o'tkazuvchi ko'plab tashqi omillardan ko'ra ancha qudratliroqdir. San'atkorning psixik apparati, avvalambor, tashqi ta'sirlar bilan emas, balki qochib qutulib bo'lmaydigan ichki turtkilar (impulslar) bilan kurashishi lozim.

Ichki buyruq san'atkorning ichida ushlab turish imkonsiz bo'lgan va tashqariga otilib chiqishni istaydigan tuyg'usini belgilaydi. San'atkor badiiy kechinma ichiga chuqur botar ekan, tashqi borliqning ta'sirini susaytirishga, o'zining xayoliy olamini kamida haqiqiy dunyo kabi muhim voqelik sifatida mustahkamlashga erishadi. Aynan shuning uchun ham u ushbu xayoliy olamni unga jalb qilingan ko'plab insonlar uchun jonli, dinamik va mutlaq barkamol qilib yaratishga qodirdir.

San'atkorning kechinmasi, xuddi har qanday inson kabi, o'z hayotining ichki zaruriyatlarini amalga oshira olmaslik to'siqlariga qarshi kurashdir. Ammo san'atkorning mehnati ong va borliq o'rtasidagi ma'noviy muvofiqlikni o'rnatishga emas, har bir yangi niyat va uning badiiy ijrosi o'rtasidagi uyg'unlikka erishishga yo'naltirilgan. Shunday qilib, san'atkor ong va hayot o'rtasidagi ong va uning badiiy in'ikosi o'rtasidagi bo'shliqni yengib o'tishga to'g'ri keladi. Agar oddiy insonning kechinmasi tashqi muhitga moslashishga va sharoitga qarab harakat qilishga qaratilgan bo'lsa, san'atkorning kechinmasi o'z qarashlari va tuyg'ularini maksimal darajada to'liq va mukammal ifoda etishga yo'naltirilgandir. Uning fitratidagi ijodkor ruh oladigan ichki turtkilar, hayotiy ehtiyojlar diktatasidan ko'ra kuchliroq va samaraliroqdir. Boz ustiga, san'atkor borliqni faqat o'z iste'dodi tabiatini namoyon etishga keng yo'l ochilgandagina ma'nan qabul qila oladi. Demak, san'atkorning intilishi atrofdagi dunyoga moslashib o'lish emas, o'ziga taqdir etilgan narsani yaratish imkoniga ega bo'lishdir. Har qanday ijodiy aktning xolis tahlili shuni ko'rsatadiki, bu jarayon faqatgina o'z-o'zidan yuz beradigan hodisa

⁶⁴ Киричек А. В. Художественное творчество и личность художника: к вопросу о психологии художественной деятельности //Проблемы духовной культуры современного российского общества. – 2010. – С. 103-138.

emas⁶⁵. Ijodkor shaxsi mantiq tarozisiga tushmaydigan, o'lchov asboblari shoshirib qo'yadigan yuksak bir jumboqdir. Psixologiya uning qirg'oqlarini chizishga, qonuniyatlarini tushuntirishga harakat qiladi, biroq ummonning tubidagi sirli oqimlarni to'liq jilovlay olmaydi. Ijodkorning qalbi esa, bir vaqtning o'zida ham quyoshli kunduzni, ham yulduzsiz tunni bag'riga bosgan osmon kabidir.

Olimlar bu osmonning "iqlimini" o'rganib, unga turli tashxislar qo'yishlari mumkin, biroq ilhomning qachon chaqmoq bo'lib chaqishi va niyatning qachon durga aylanishi hamon fan uchun muqaddas bir tasodif bo'lib qolaveradi. San'atkor o'zi qurgan koinotning ham asiri, ham hukmdori. U hamma ko'rib turgan dunyoda nafas olib, hech kim ko'rmaydigan olamlardan xabar keltiradi. Uning psixikati esa, misli doimiy zilzila hududi. U yerda ijod haqida o'y-xayollar hech qachon to'xtamaydi. Psixologiyani quruq tili bu kurashning shiddatini, qalbda yonayotgan olovning haroratini va ko'z yoshlarning haqiqiy rangini ifodalashda ojizlik qiladi. Mantiq tugagan joyda ijod boshlanadi. Ijodkor vaqt va makon chegaralarini buzib o'tuvchi, o'tmishning mahzun g'uborini kelajakning yorqin ranglari bilan qorishtira oladigan sehrGAR kabidir. Bunday "ko'p o'lchamli"likni yurakdan chiqqan ijodni fanning ikki o'lchamli qog'ozlariga, jadvallari chizmalariga sig'dirib bo'lmaydi. Bizga faqatgina bu mo'jizaviy olamga ehtirom bilan termulish va uning nurlaridan bahramand bo'lish saodati nasib etgan, xolos.

2.Shaxs psixologiyasi haqida umumiy tushuncha.

Shaxs tushunchasi keng va ko'p qirrali bo'lib, insonning faoliyat, ijtimoiy munosabat va o'zini anglash orqali shakllanishini ifodalaydi⁶⁶. Masalan, mehnat qilish ko'nikmasiga ega bo'lgan, boshqalar bilan faoliyat munosabatida ishtirok etayotgan kishi asta-sekin shaxsga aylanadi. Bu jarayon insonning moddiy dunyoni, jamiyatni va ayniqsa o'zini o'rganishi hamda faol tarzda qayta o'zgartirish jarayoni bilan chambarchas bog'liqdir. Shu sababli, shaxs, individ va individuallik

⁶⁵ Мурзина С. М. Психология художественного творчества // Ученые записки ОГУ. Серия: Гуманитарные и социальные науки. 2008. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psixologiya-hudozhestvennogo-tvorchestva> (дата обращения: 22.04.2026).

⁶⁶ Иванников В. А. Понятие личности в психологии // Вопросы психологии. – 2012. – №. 5. – С. 125-131.

tushunchalarining o‘zaro bog‘liqligini tushunish uchun ularning mazmunini tahlil qilish muhim hisoblanadi.

Individ tushunchasiga dastlab to‘xtalish lozim. A. V. Petrovskiy tahriri ostida chiqqan “Umumiy psixologiya” darsligida individ insonning nasl-nasabini ham o‘zida mujassamlashtirgan mavjudot sifatida tushuntiriladi. Yangi tug‘ilgan chaqaloq, katta yoshdagi odam, mutafakkir, aqli zaif inson, yovvoyilik bosqichidagi qabilaning vakili yoki madaniyatli mamlakatda yashovchi yuksak bilimli shaxs – barchasi individ hisoblanadi. Professor E. G‘oziyevning “Umumiy psixologiya” darsligida individ lotincha “ajralmas, alohida zot” ma’nolarini anglatadi va inson zotiga xos xususiyatni belgilaydi. Shu nuqtayi nazardan, katta yoshdagi psixik sog‘lom odamlar, chaqaloqlar hamda nutqi rivojlanmagan yoki aqli zaif shaxslar ham individ sifatida qaraladi. M.G.Davletshin tahriri ostidagi “Psixologiyadan qisqacha izohli lug‘at”da individ bo‘linmas, ayrim jins, shaxs ma’nolarini o‘z ichiga olgan biologik turga mansub alohida tirik mavjudot sifatida ko‘rsatiladi. Keltirilgan ta’riflardan aytish mumkinki, shaxs – bu muayyan jamiyatda yashovchi, faoliyatning biror turida ishtirok etuvchi va boshqalar bilan normal til orqali munosabatga kirishadigan ongli individdir.

Individ sifatida dunyoga kelgan inson ijtimoiy muhit ta’sirida keyinchalik shaxsga aylanadi, shu sababli shaxs shakllanishi ijtimoiy-tarixiy xususiyatga ega. Masalan, dunyoga kelayotgan chaqaloqning gavda tuzilishi tik yurish imkoniyatini beradi, miyasining tuzilishi aql-hush rivojlanishiga asos yaratadi, qo‘llarining shakli esa mehnat qurollaridan foydalanish istiqbollari ko‘rsatadi. Shu jihatlar chaqaloqning inson zotiga mansubligini ta’kidlaydi va aynan shu fakt individ tushunchasida aks etadi.

Shu asosda individ va shaxs o‘rtasidagi farqni quyidagi sxema orqali tushuntirish mumkin:

Individ	Ijtimoiy muhit ta’sirida	Shaxs

- Biologik imkoniyatlar → Xotira, tafakkur va harakat qobiliyatlari rivojlanadi
- Jamiyat va madaniyat → Ijtimoiy ko‘nikmalar va ong shakllanadi

• Shaxs faoliyati → Maqsadli va ongli amaliyot orqali o'zini anglash va rivojlantirish va hokozo. Psixologiya fanida bir-biriga yaqin, ammo o'zaro farqlanadigan tushunchalar keng qo'llaniladi, xususan odam, shaxs va individuallik. Ularning mohiyatini aniqlashtirish va har birining psixologik tabiatini tahlil qilish muhim hisoblanadi.⁶⁷

1. **Odam** – biologik jonzot sifatida sut emizuvchilar sinfiga mansub mavjudotdir. Odamning o'ziga xos xususiyatlari unga tik yurish qobiliyati, qo'llarining mehnat faoliyatiga moslashgani, yuqori rivojlangan miyaga ega bo'lishi va jamiyat bilan muloqot qiluvchi ongga ega bo'lishini o'z ichiga oladi. Ijtimoiy jonzot sifatida odam nafaqat atrof-muhitni ongli ravishda aks ettiradi, balki o'z qiziqishlari va ehtiyojlariga mos ravishda uni o'zgartirish qobiliyatiga ham ega.

2. **Shaxs** – mehnat va ijtimoiy faoliyat natijasida hayvonot olamidan ajralib chiqqan odamdir. Jamiyatda til yordamida boshqa insonlar bilan muloqotga kirishuvchi, ongli va maqsadli faoliyat yurituvchi kishi shaxs hisoblanadi. Shaxsning asosiy tavsifi uning ijtimoiy mohiyatidir.

3. **Individuallik** – har bir insonning betakror va o'ziga xos xususiyatlarini ifodalaydi. Shaxsning individual qirralarining mujassamlanishi individuallikni hosil qiladi. Individuallik insonning intellektual, emotsional va irodaviy sohalarida namoyon bo'ladi, uning o'ziga xosligini va boshqalardan farqlanishini ta'minlaydi.

Shu tarzda, odam – biologik asos, shaxs – ijtimoiy faoliyat natijasi, individuallik esa shaxsning o'ziga xos xususiyatlarini ifodalaydi.

3.Shaxs tushunchasi va uning psixologik mohiyati.

Psixologik mazmunga ko'ra, shaxs - jamiyatda shakllanadigan, ijtimoiy munosabatlar va faoliyat jarayonida rivojlanadigan, o'z xatti-harakatlari hamda qarorlarini anglash va boshqarish qobiliyatiga ega bo'lgan insondir. Psixologiyada shaxs tushunchasi insonning jamiyatdagi o'rni, hayotiy maqsadlari, qadriyatlari, ehtiyojlari, motivlari va munosabatlari bilan bog'liq holda o'rganiladi. Shaxsning psixologik mohiyati uning motivlari, qiziqishlari, xarakteri, qobiliyatlari,

⁶⁷ **Xaydarov F.I., Xalilova N.I.** *Umumiy psixologiya.* – Toshkent.: 2009. 335 b.

temperament xususiyatlari, hissiy-irodaviy sifatlari va dunyoqarashi orqali namoyon bo'ladi. Shaxs tayyor holda shakllanmaydi, balki ta'lim-tarbiya, ijtimoiy muhit, muloqot va faoliyat ta'sirida bosqichma-bosqich rivojlanadi. Shu jihatdan shaxs biologik xususiyatlar bilan bir qatorda, ijtimoiy tajriba va individual psixologik sifatlarning o'zaro uyg'unligi sifatida namoyon bo'ladi. Shaxsning shakllanishi va rivojlanishi inson psixologiyasi va ijtimoiy fanlar doirasida eng murakkab va ko'p qirrali jarayonlardan biri hisoblanadi. Bu jarayon genetik, biologik, ijtimoiy va madaniy omillarning o'zaro ta'siri orqali yuzaga keladi. Shaxsning o'ziga xosligi, qobiliyatlari, hissiy reaksiyalari va xulq-atvori ko'plab tashqi va ichki omillarga bog'liq bo'ladi.⁶⁸ Shu sababli shaxsni tushunish va uni rivojlantirish psixologlar, pedagoglar va sotsiologlar uchun doimiy tadqiqot obyekti hisoblanadi. Biologik omillar shaxs rivojlanishining asosiy poydevorini tashkil etadi. Genetik kod orqali insonning temperament xususiyatlari, qobiliyatlar potentsiali va ba'zi psixik holatlari belgilanadi. Masalan, irsiy omillar orqali qiziqish, sezgirlik va energiya darajasi nasldan-naslga o'tadi. Shu bilan birga, nevrologik rivojlanish ham shaxsning fikrlash, e'tibor, xotira va hissiy barqarorligiga ta'sir ko'rsatadi. Bolalik davrida miyadagi sinaptik aloqalar shakllanishi insonning o'rganish qobiliyati va adaptiv xatti-harakatlarida asosiy rol o'ynaydi.

Psixologik omillar shaxsning ichki mohiyatini belgilaydi. Motivatsiya, ehtiyojlar, irodaviy qobiliyat va shaxsiy maqsadlar ongli faoliyat orqali rivojlanadi. Shaxsning xulq-atvori va qaror qabul qilish jarayoni aynan ichki psixologik strukturalar bilan chambarchas bog'liq. Shu nuqtayi nazardan, o'z-o'zini anglash, hissiy intellekt va ijtimoiy moslashuvchanlik psixologik rivojlanishning muhim ko'rsatkichlari hisoblanadi. Ijtimoiy muhit shaxs shakllanishidagi eng sezilarli omillardan biridir. Oilaviy munosabatlar, tarbiya uslublari, do'stlar bilan muloqot, jamiyatdagi norma va qadriyatlar insonning ijtimoiy xatti-harakatlari va qadriyat tizimini belgilaydi. Masalan, mehribon va qo'llab-quvvatlovchi oilaviy muhit bolaning ishonch hissi, ijtimoiy faollik va mustaqil fikrlash qobiliyatini oshiradi.

⁶⁸ Сердюк И. И. Условия формирования и развития личности // Научно-методический электронный журнал "Концепт". – 2016. – №. 15. – С. 1741-1745.

Shu bilan birga, ijtimoiy qiyinchiliklar, cheklovlar va tajovuzkor muhit salbiy psixologik oqibatlariga olib kelishi mumkin. Madaniy va tarbiyaviy omillar ham shaxs rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Ta'lim, san'at, sport, ilmiy faoliyat va diniy e'tiqod insonning dunyoqarashi va axloqiy qadriyatlarini shakllantiradi. Madaniy muhit shaxsni jamiyat bilan uyg'unlashtirishga yordam beradi, u orqali inson o'z rolini aniqlaydi va ijtimoiy muvozanatni saqlashga o'rganadi. Shu bilan birga, madaniy interaktsiya shaxsning ijodiy fikrlash va tanqidiy qarash qobiliyatini rivojlantiradi. Shaxsning rivojlanish jarayoni bosqichma-bosqich amalga oshadi. Bolalik va o'smirlik davri asosiy shakllanish davri bo'lib, bu davrda ijtimoiy va psixologik qobiliyatlar tez sur'at bilan rivojlanadi. Kattalik va kattalar davrida esa shaxsiy maqsadlar, professional faoliyat va o'zini anglash jarayoni muhim ahamiyatga ega bo'ladi. Shu bilan birga, har bir insonning rivojlanishi noyob va individual xususiyatlarga ega, chunki har bir omilning ta'siri har xil darajada bo'ladi⁶⁹.

Shuningdek, shaxsning shakllanishi va rivojlanishida biologik, psixologik, ijtimoiy va madaniy omillar bir-biri bilan uzviy bog'liqdir. Ushbu omillarning uyg'unligi va muvozanati insonning psixik barqarorligi, ijtimoiy muvaffaqiyati va shaxsiy baxti uchun asosiy garovdir. Shu sababli, shaxsni rivojlantirishda har tomonlama yondashuv, uning qobiliyatlari, ehtiyojlari va imkoniyatlarini hisobga olgan holda strategiyalar ishlab chiqish zarur. Shaxsni anglash va qo'llab-quvvatlash jamiyat taraqqiyoti, ijtimoiy barqarorlik va inson huquqlarining himoyasiga xizmat qiladi. Shaxsning individual-psixologik xususiyatlari inson faoliyatini tushunish va prognoz qilishda muhim ahamiyatga ega⁷⁰. Har bir inson o'ziga xos ichki dunyoga ega bo'lib, bu dunyo uning xulq-atvori, qaror qabul qilish uslubi, hissiy reaksiyalari va ijtimoiy munosabatlarida aks etadi. Individual-psixologik xususiyatlar shaxsning genetik, biologik, ijtimoiy va madaniy omillar bilan shakllangan noyob kombinatsiyasini ifodalaydi.

⁶⁹ Сердюк И. И. Условия формирования и развития личности // Научно-методический электронный журнал "Концепт". – 2016. – №. 15. – С. 1741-1745.

⁷⁰ Клочко В. Е., Краснорядцева О. М., Хван Н. В. Индивидуально-психологические характеристики двух типов хронотопической организации жизненного мира человека // СибСкрипт. – 2015. – №. 3-3 (63). – С. 148-154.

4.Shaxsning shakllanishi va rivojlanish omillari

Qoidaga ko'ra, shaxsning shakllanishi va rivojlanishi uzluksiz hamda murakkab psixologik jarayon bo'lib, unda irsiyat, ijtimoiy muhit, ta'lim-tarbiya, faoliyat va muloqot kabi omillar o'zaro ta'sir ko'rsatadi. Inson tug'ilgan paytdan boshlab ma'lum biologik imkoniyatlarga ega bo'lsa-da, uning shaxs sifatidagi asosiy xususiyatlari ijtimoiy tajribani o'zlashtirish jarayonida tarkib topadi. Shuning uchun shaxs rivojlanishini faqat biologik yoki faqat ijtimoiy omil bilan izohlash yetarli emas. Irsiyat shaxs rivojlanishining tabiiy asosini tashkil etadi. Asab tizimining xususiyatlari, temperament, ayrim qobiliyatlarning tabiiy imkoniyatlari insonning individual rivojlanishiga ta'sir qilishi mumkin. Biroq irsiy imkoniyatlarning qanday namoyon bo'lishi ko'p jihatdan ijtimoiy sharoit, ta'lim, tarbiya va faoliyat mazmuniga bog'liq. Ijtimoiy muhit shaxsning dunyoqarashi, qadriyatlari, xulq-atvori va boshqa insonlar bilan munosabatlarining shakllanishida muhim ahamiyatga ega. Oila, ta'lim muassasasi, tengdoshlar guruhi, mehnat jamoasi va keng ijtimoiy muhit orqali inson jamiyatda qabul qilingan me'yor va qadriyatlarni o'zlashtiradi. Ayniqsa, dastlabki ijtimoiy tajriba bolaning o'zini anglashi va boshqalar bilan munosabatlarini shakllantirishga ta'sir ko'rsatadi.

Ta'lim va tarbiya shaxs rivojlanishini maqsadli ravishda yo'naltiruvchi asosiy omillardandir. Ta'lim orqali bilim, ko'nikma va kompetensiyalar shakllansa, tarbiya jarayonida qadriyatlar, axloqiy me'yorlar, mas'uliyat, mustaqillik va ijtimoiy xulq-atvor rivojlanadi. Pedagogik ta'sirning samaradorligi shaxsning yosh va individual-psixologik xususiyatlarini hisobga olish bilan bog'liq. Faoliyat va muloqot shaxsning rivojlanish mexanizmlarini tashkil etadi. O'yin, o'qish, mehnat va ijodiy faoliyat jarayonida inson yangi tajribalarni egallaydi, o'z imkoniyatlarini namoyon qiladi va o'zini rivojlantiradi. Muloqot orqali esa ijtimoiy tajriba o'zlashtiriladi, o'z-o'zini anglash, ijtimoiy identifikatsiya va shaxslararo munosabatlar shakllanadi. Shuningdek, shaxsning o'z-o'zini tarbiyalashi va faol hayotiy pozitsiyasi rivojlanishning muhim ichki omili hisoblanadi. Inson o'z maqsadlarini belgilashi, xatti-harakatlarini baholashi, kamchiliklarini anglab, ularni bartaraf etishga intilishi orqali shaxsiy rivojlanish jarayonining faol subyektiga aylanadi. Shu sababli shaxs

shakllanishi tashqi ta'sirlarning oddiy natijasi emas, balki biologik imkoniyatlar, ijtimoiy muhit, ta'lim-tarbiya, faoliyat, muloqot va shaxsning o'z faolligi o'zaro ta'sirining natijasidir.

5.Shaxsning individual-psixologik xususiyatlari

Shaxsning individual-psixologik xususiyatlari - insonning boshqa kishilardan farqlanishini ta'minlaydigan, uning faoliyati, xulq-atvori, muloqoti va turli vaziyatlarga munosabatida namoyon bo'ladigan nisbatan barqaror psixologik xususiyatlar tizimidir. Ular, avvalo, temperament, xarakter, qobiliyat va hissiy-irodaviy xususiyatlar orqali namoyon bo'ladi. Mazkur xususiyatlar alohida holda emas, balki o'zaro bog'liq va yaxlit tizim sifatida shaxsning individual psixologik qiyofasini belgilaydi. S.L.Rubinshteyn individual psixologik xususiyatlarni shaxsning hayot faoliyati bilan bog'liq holda izohlaydi. Uning ta'kidlashicha, psixik xususiyatlar tug'ma tarzda tayyor holda berilmaydi, balki hayot va faoliyat jarayonida shakllanadi. Tug'ma anatomik-fiziologik xususiyatlar muayyan kurtaklar sifatida imkoniyat yaratadi, biroq ular shaxsning kelajakdagi qobiliyati yoki xarakterini to'liq belgilab bermaydi. Demak, bir xil tabiiy imkoniyatga ega bo'lgan insonlarda ta'lim, tarbiya, faoliyat va hayotiy tajriba ta'sirida turlicha xarakter va qobiliyatlar shakllanishi mumkin. Shu sababli individual xususiyatlarni faqat irsiyat bilan izohlash ilmiy jihatdan yetarli emas. S.L.Rubinshteyn temperamentni shaxs psixik faoliyatining dinamik tomoni, ya'ni psixik jarayonlarning tezligi, kuchi, emotsional qo'zg'aluvchanligi va impulsivligida namoyon bo'ladigan xususiyat sifatida tavsiflaydi. Uning qarashlariga ko'ra, temperament xarakter uchun muayyan tabiiy asos bo'lsa-da, u xarakter mazmunini oldindan belgilab bermaydi. Masalan, yuqori impulsivlik ayrim sharoitlarda shoshqaloqlikka, boshqa sharoitlarda esa tezkorlik va qat'iyatlilikka olib kelishi mumkin. Demak, temperament xususiyatlarining qanday namoyon bo'lishi tarbiya, faoliyat va shaxsning hayotiy tajribasi bilan bog'liq.

Gordon Olport shaxs xususiyatlarini individual xulq-atvorni turli vaziyatlarda tavsiflaydigan va nisbatan barqaror tarzda namoyon bo'ladigan dispozitsiyalar sifatida qaraydi. Uning yondashuvida individual xususiyatlar insonning o'ziga xosligini va xulq-atvoridagi izchillikni tushuntirishga xizmat qiladi. Muallifning ushbu yondashuvi shaxsning individual qiyofasi ayrim tasodifiy xatti-harakatlardan emas, balki nisbatan barqaror xususiyatlar tizimidan tarkib topishini ko'rsatadi. Masalan, mas'uliyatlilik, samimiylik yoki muloqotga moyillik kabi xususiyatlar turli vaziyatlarda ma'lum darajada takroran namoyon bo'lishi mumkin.

Xorij tadqiqotchisi R.Kettel esa, shaxsning individual farqlarini xususiyatlar tizimi orqali o'rganib, ularni statistik-faktor tahlili asosida tadqiq etgan. Uning 16 faktorli modeli shaxsning emotsional barqarorligi, ustunlikka intilishi, ijtimoiy dadilligi, sezgirligi, mustaqilligi, perfektsionizmi va boshqa xususiyatlarini turli darajalarda namoyon bo'lishini ko'rsatadi. Mazkur yondashuvining muhim jihati shundaki, individual xususiyatlar "bor" yoki "yo'q" tarzida emas, balki yuqori yoki past darajada namoyon bo'lishi mumkin. Shu sababli bir xil shaxs xususiyatiga ega bo'lgan insonlar uning ifodalanish darajasi bilan bir-biridan farqlanadi. Shaxsning individual-psixologik xususiyatlari tarkibida xarakter ham alohida o'rin tutadi. Rubinshteyn xarakter orqali shaxsning dunyoga, boshqa insonlarga va o'ziga bo'lgan barqaror munosabatlari hamda ushbu munosabatlarning xulq-atvorda namoyon bo'lishini tushuntiradi. Xarakter mas'uliyatlilik, qat'iyatlilik, samimiylik, talabchanlik, tashabbuskorlik kabi sifatlarda ko'rinadi. Qobiliyatlar esa, shaxsning muayyan faoliyatni muvaffaqiyatli egallashi va amalga oshirishini ta'minlaydigan individual psixologik imkoniyatlardir. Ular bilim, ko'nikma va malakaning o'zi emas, balki ularni egallash va faoliyatda samarali qo'llash uchun zarur bo'lgan psixologik imkoniyatlarni ifodalaydi. Qobiliyatlarning rivojlanishi ta'lim, mashq, faoliyat va shaxsning maqsadga yo'naltirilgan sa'y-harakatlari bilan chambarchas bog'liq. Shuningdek, hissiy-irodaviy xususiyatlar shaxsning o'z kechinmalarini boshqarishi, murakkab vaziyatlarda o'zini tuta bilishi, maqsad sari izchil harakat qilishi va qarorlarini amalga oshirishida namoyon bo'ladi. Demak, shaxsning individual-psixologik qiyofasi temperament, xarakter, qobiliyat hamda hissiy-

irodaviy xususiyatlarning o‘zaro birligi asosida shakllanadi. Mazkur xususiyatlarning rivojlanishi irsiy imkoniyatlar bilan bir qatorda ta’lim-tarbiya, ijtimoiy muhit, faoliyat, muloqot va shaxsning o‘z ustida ishlashi bilan belgilanadi.

Temperament shaxsning eng asosiy individual xususiyatlaridan biri hisoblanadi. U hissiy faollik, energiya darajasi, adaptivlik va xulqning tezkorligi bilan tavsiflanadi⁷¹. Masalan, sangvinik va xolerik tipdagi insonlar tezkor qaror qabul qiladi, ammo ularning hissiy barqarorligi turlicha bo‘lishi mumkin. Melanxolik va flegmatik shaxslar esa xotirjam, tahliliy fikrlashga moyil, lekin stress holatida sekinlashtirilgan javoblar ko‘rsatadi. Shu bilan birga, temperament shaxsning ijtimoiy faoliyatga moslashish qobiliyatini belgilovchi asosiy omillardan biridir. Intellektual xususiyatlar ham individual psixologik profilning ajralmas qismi hisoblanadi. Insonning fikrlash tezligi, analitik qobiliyati, ijodiy tafakkur va muammolarni hal etish uslublari shaxsning o‘ziga xosligini aniqlaydi. Intellektual daraja o‘zgaruvchan bo‘lsa-da, uning asosiy komponentlari - mantiqiy fikrlash, e’tibor va xotira – biologik poydevor va ta’lim orqali rivojlanadi. Shu jihatdan, har bir shaxsning o‘rganish jarayoni, malaka egallash sur’ati va ijtimoiy muvaffaqiyat ko‘rsatkichlari individual psixologik xususiyatlar bilan bevosita bog‘liq. Hissiy va irodaviy xususiyatlar shaxsning ichki dunyosini shakllantiruvchi muhim komponentlardir. Hissiy intellekt, empatiya, stressga chidamlilik, qaror qabul qilishda muvozanat hissi – bularning barchasi shaxsning ichki muvozanatini va jamiyatdagi muvaffaqiyatini belgilaydi. Shu bilan birga, irodaviy qobiliyat insonni maqsad sari harakat qilishga, muammolarni yengib o‘tishga va uzluksiz rivojlanishga undaydi. Hissiy barqarorlik va irodaviy mustahkamlik shaxsning ijtimoiy muvaffaqiyatini oshiruvchi strategik resursdir.

Motivatsion va qiziqish xususiyatlari shaxsni faollashtiruvchi ichki omillardir. Shaxsning ehtiyojlari, qadriyatlari, maqsadlari va istaklari uning harakatlarini yo‘naltiradi. Motivatsiya ichki energiya manbai sifatida shaxsning ijodiy faoliyatini, kasbiy yutuqlarini va ijtimoiy munosabatlarini rivojlantiradi. Shu nuqtayi nazardan,

⁷¹ Русалов В. Темперамент в структуре индивидуальности человека. Дифференциально-психофизиологические и психологические исследования. – ЛитРес, ФГБУН Институт психологии РАН, 2015.

individual psixologik xususiyatlar va motivatsion omillar o‘zaro bog‘liq bo‘lib, insonning o‘z imkoniyatlarini to‘liq amalga oshirishiga imkon beradi.

Ijtimoiy va muloqotga oid xususiyatlar shaxsning jamiyat bilan integratsiyasini belgilaydi. Ushbu xususiyatlar kommunikativ qobiliyat, hamkorlikka moyillik, liderlik va jamoaviy faoliyatga moslashuvchanlikni o‘z ichiga oladi. Har bir shaxs muloqot uslubi va ijtimoiy rolni tanlashda individual psixologik xususiyatlar orqali o‘ziga xos strategiya ishlab chiqadi. Shu bilan birga, konfliktga chidamlilik va muammolarni hal qilish qobiliyati shaxsning ijtimoiy barqarorligini mustahkamlaydi. Bizningcha, shaxsning individual-psixologik xususiyatlari genetik poydevor, nevrologik rivojlanish, ta’lim tajribasi va madaniy interaksiya orqali shakllanadi. Ular insonni yagona va noyob qiladi, xulq-atvorini prognoz qilish, ijtimoiy moslashuvni ta’minlash va shaxsiy rivojlanish strategiyasini ishlab chiqishda asosiy vosita hisoblanadi. Shu sababli har bir insonning individual psixologik xususiyatlarini chuqur o‘rganish va ularga moslashgan pedagogik va psixologik yondashuvlar yaratish jamiyat taraqqiyoti va shaxsiy baxtning asosiy omili hisoblanadi.

Mavzu bo‘yicha savollar:

1. Shaxs va shaxs tushunchalari orasidagi farqni tushuntiring.
2. Individual-psixologik xususiyatlar qanday komponentlardan iborat?
3. Shaxsning hissiy va irodaviy xususiyatlari qanday o‘zaro bog‘liq?
4. Shaxsning rivojlanishida biologik va ijtimoiy omillarning roli qanday?
5. Motivatsiya va ehtiyojlar shaxs shakllanishida qanday ahamiyatga ega?
6. Shaxsning xarakteri uning xulq-atvori va faoliyatida qanday namoyon bo‘ladi?
7. Temperament va xarakter o‘rtasidagi asosiy farqlar nimalardan iborat?
8. Shaxs qobiliyatlarining rivojlanishiga ta’lim, tarbiya va faoliyat qanday ta’sir ko‘rsatadi?

1.8-MAVZU. SHAXS TO‘G‘RISIDAGI ASOSIY PSIXOLOGIK NAZARIYALAR

Reja:

1. Shaxs haqidagi psixologik nazariyalar va yondashuvlar.
2. Shaxsni o‘rganishning asosiy psixologik nazariyalari.
3. Shaxsning biogenetik nazariyasi.
4. Shaxsni o‘rganishning sotsiogenetik nazariyasi.
5. Ijodkor shaxsning va uning psixologik tuzilishi.

Tayanch iboralar: shaxs psixologiyasi, shaxs tushunchasi, shaxsning psixologik mohiyati, shaxsning psixologik tuzilishi, shaxsning individual xususiyatlari, shaxsning shakllanishi, shaxsning rivojlanishi, psixologik nazariya, nazariy yondashuv, shaxsni o‘rganish tamoyillari, psixologik konsepsiya, shaxs rivojlanish mexanizmlari, biogenetik yondashuv, biologik omillar, ijtimoiy omillar, ijtimoiy muhit, shaxs faolligi, faoliyat jarayoni, muloqot jarayoni, shaxsning motivatsion sohasi, ehtiyojlar tizimi, qiziqishlar, qadriyatlar tizimi.

1.Shaxs haqidagi psixologik nazariyalar va yondashuvlar

Shaxs psixologiyasi insonning individual xususiyatlari, xulq-atvori, motivlari, ehtiyojlari, munosabatlari va rivojlanish qonuniyatlarini o‘rganadigan muhim yo‘nalishlardan biridir. Psixologiyada shaxs tushunchasiga yagona yondashuv mavjud emas. Turli ilmiy maktablar shaxsning shakllanishi va faoliyatini turli omillar asosida tushuntiradi. Shu sababli shaxs haqidagi nazariyalar biologik, psixodinamik, bixevioristik, kognitiv, gumanistik va faoliyatga yo‘naltirilgan yondashuvlar doirasida rivojlangan.

Psixodinamik yondashuv shaxs xulq-atvorining ichki psixologik omillarini, ehtiyoj va mayllar o‘rtasidagi munosabatlarni hamda anglanmagan psixik jarayonlarning ta‘sirini o‘rganishga e‘tibor qaratadi. Ushbu yondashuvga ko‘ra, inson xatti-harakatlarining ayrim jihatlari uning ichki kechinmalari, qarama-qarshiliklari va avvalgi hayotiy tajribasi bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Shaxsning

rivojlanishi davomida ichki ehtiyojlar, ijtimoiy talablar va mavjud imkoniyatlar o'rtasidagi munosabat muhim ahamiyat kasb etadi.

Bixevioristik yondashuv shaxsni, avvalo, uning kuzatiladigan xulq-atvori va muhit bilan o'zaro ta'siri orqali tushuntiradi. Mazkur yondashuvda o'rganish, mustahkamlash, rag'batlantirish va jazolash kabi mexanizmlarga alohida e'tibor beriladi. Insonning ko'plab xatti-harakatlari hayot davomida shakllanadigan tajriba va o'rganish jarayonlari bilan bog'lanadi. Shu nuqtai nazardan, muhit shaxs xulq-atvorining shakllanishida muhim omil sifatida qaraladi.

Kognitiv yondashuv shaxsning voqelikni qanday idrok etishi, axborotni qanday qayta ishlashi, o'zini va atrofidagi insonlarni qanday baholashi bilan bog'liq jarayonlarni markazga qo'yadi. Insonning xulq-atvori faqat tashqi ta'sirlar bilan emas, balki uning fikrlari, qarashlari, e'tiqodlari, kutilmalari va vaziyatga bergan subyektiv bahosi bilan ham belgilanadi. Shu sababli bir xil vaziyat turli insonlarda turlicha xatti-harakat va hissiy munosabatni yuzaga keltirishi mumkin.

Gumanistik yondashuv shaxsni faol, ongli va o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishga intiluvchi mavjudot sifatida talqin qiladi. Ushbu yondashuvda insonning o'z-o'zini anglash, mustaqil tanlov qilish, hayot mazmunini izlash, shaxsiy maqsadlarni belgilash va o'z imkoniyatlarini rivojlantirish jarayonlariga katta ahamiyat beriladi. Shaxsning rivojlanishi uning ichki imkoniyatlari bilan bir qatorda, o'zini namoyon qilishi uchun yaratilgan ijtimoiy-psixologik sharoitlarga ham bog'liq.

Biogenetik yondashuv shaxsning individual xususiyatlari va rivojlanishida biologik omillarning rolini ta'kidlaydi. Irsiyat, asab tizimining xususiyatlari, temperament va organizmning tabiiy imkoniyatlari shaxs rivojlanishining muayyan asosini tashkil etadi. Biroq zamonaviy psixologik qarashlarda biologik omillar shaxsning rivojlanishini yakka holda belgilamasligi, balki ijtimoiy muhit, ta'lim-tarbiya va faoliyat bilan o'zaro ta'sirda namoyon bo'lishi qayd etiladi.

Ijtimoiy-psixologik yondashuv shaxsning shakllanishida jamiyat, ijtimoiy guruhlar, oila, ta'lim muhiti va muloqotning ahamiyatini ochib beradi. Inson ijtimoiy munosabatlar jarayonida xulq-atvor me'yorlari, qadriyatlar, ijtimoiy rollar va

tajribalarni o'zlashtiradi. Muloqot esa o'z-o'zini anglash, o'zini baholash va boshqalar bilan munosabatlarni shakllantirishning muhim vositasi hisoblanadi.

Faoliyatga yo'naltirilgan yondashuv shaxs rivojlanishini uning faoliyati bilan uzviy bog'liq holda izohlaydi. O'qish, mehnat, ijod, muloqot va boshqa faoliyat turlarida inson ijtimoiy tajribani o'zlashtiradi, bilim va ko'nikmalarini rivojlantiradi hamda o'z imkoniyatlarini namoyon qiladi. Faoliyat jarayonida maqsad, motiv, ehtiyoj va qiziqishlarning o'zaro aloqasi shaxsning yo'nalganligini belgilaydi. Demak, shaxs haqidagi psixologik nazariyalar inson tabiatining turli jihatlarini yoritadi. Biologik omillar shaxsning tabiiy imkoniyatlarini, ijtimoiy muhit uning tajribasi va munosabatlarini, faoliyat hamda muloqot esa ushbu imkoniyatlarning amaliy rivojlanishini ta'minlaydi. Shu bois shaxsni to'laqonli tushunish uchun uning biologik, ijtimoiy, psixologik va faoliyatga oid xususiyatlarini o'zaro bog'liq holda tahlil qilish zarur.

2.Shaxs psixologiyasining nazariy asoslari

Ta'kid joizki, shaxs psixologiyasining nazariy asoslari insonning shakllanishi, rivojlanishi, psixologik tuzilishi, faoliyati va xulq-atvorini ilmiy jihatdan tushuntirishga xizmat qiladi. Shaxs murakkab psixologik tizim bo'lib, uning tarkibida ehtiyojlar, motivlar, qiziqishlar, qadriyatlar, xarakter, qobiliyat, temperament, hissiy-irodaviy sifatlar va o'z-o'zini anglash kabi xususiyatlar o'zaro bog'liq holda namoyon bo'ladi. Shaxsni o'rganishda tizimli yondashuv muhim ahamiyatga ega. Ushbu yondashuvga ko'ra, shaxs alohida psixologik xususiyatlarning oddiy yig'indisi emas, balki o'zaro bog'langan tarkibiy qismlardan tashkil topgan yaxlit tizimdir. Masalan, insonning motivlari uning faoliyat yo'nalishiga, qadriyatlari qarorlariga, xarakter xususiyatlari esa xulq-atvoriga ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli shaxsning biror xususiyatini boshqa psixologik jarayonlardan ajratib o'rganish uning mohiyatini to'liq ochib bermaydi.

Shaxs psixologiyasining muhim nazariy asoslaridan biri faoliyat va rivojlanish tamoyili hisoblanadi. Inson shaxs sifatida faoliyat jarayonida shakllanadi va rivojlanadi. O'qish, mehnat, ijod, muloqot va boshqa faoliyat turlarida inson ijtimoiy tajribani egallaydi, o'z imkoniyatlarini namoyon qiladi hamda yangi psixologik

sifatlarni rivojlantiradi. Faoliyatning mazmuni va shaxsning unga bo'lgan munosabati uning rivojlanish yo'nalishini belgilashda muhim o'rin tutadi. Ijtimoiylik tamoyili ham shaxs psixologiyasining asosiy nazariy negizlaridan biridir. Inson biologik mavjudot sifatida tug'ilsa-da, shaxs sifatida jamiyatdagi munosabatlar, ta'lim-tarbiya, muloqot va ijtimoiy tajriba orqali shakllanadi. Oila, ta'lim muassasasi, tengdoshlar guruhi va boshqa ijtimoiy muhitlar insonning qadriyatlari, qarashlari, xulq-atvor me'yorlari va munosabatlarini shakllantiradi.

Shaxs psixologiyasida biologik va ijtimoiy omillarning o'zaro aloqasi ham muhim nazariy masala hisoblanadi. Irsiyat, asab tizimining xususiyatlari va temperament kabi tabiiy omillar shaxs rivojlanishining muayyan imkoniyatlarini belgilashi mumkin. Biroq bu imkoniyatlarning qanday rivojlanishi va namoyon bo'lishi ijtimoiy muhit, tarbiya, faoliyat va shaxsning o'z faolligi bilan bog'liq. Yana bir muhim asos - faollik va subyektivlik tamoyilidir. Shaxs tashqi ta'sirlarni passiv ravishda qabul qiluvchi mavjudot emas. U o'z maqsadlarini belgilaydi, qarorlar qabul qiladi, faoliyatini rejalashtiradi va o'z xatti-harakatlarini baholaydi. Shu jihatdan shaxs o'z rivojlanishining faol subyektiv sifatida qaraladi.

Individual yondashuv esa, har bir insonning o'ziga xos psixologik xususiyatlarini hisobga olishni nazarda tutadi. Bir xil ijtimoiy sharoitda tarbiyalangan insonlarning qiziqishlari, qobiliyatlari, xarakteri, temperament xususiyatlari va hayotiy maqsadlari turlicha bo'lishi mumkin. Mazkur farqlar shaxsning individual psixologik qiyofasini belgilaydi. Shuningdek, shaxs psixologiyasida o'z-o'zini anglash va o'zini rivojlantirish alohida ahamiyatga ega. Inson o'zining imkoniyatlari, kuchli va zaif jihatlari, maqsadlari hamda jamiyatdagi o'rnini anglash orqali o'z faoliyatini boshqaradi. O'z-o'zini baholash, refleksiya va o'zini takomillashtirishga intilish shaxs rivojlanishining muhim ichki mexanizmlaridan hisoblanadi.

Umuman olganda, shaxs psixologiyasining nazariy asoslari tizimlilik, rivojlanish, faoliyat, ijtimoiylik, individual yondashuv, biologik va ijtimoiy omillarning birligi, faollik va o'z-o'zini anglash tamoyillariga tayanadi. Mazkur

nazariy asoslar shaxsning shakllanishi va rivojlanishini yaxlit psixologik jarayon sifatida tushuntirish imkonini beradi.

3.Shaxsning biogenetik nazriyasi

Shaxs inson psixologiyasida asosiy tadqiqot obyekti bo'lib, u insonning xulq-atvori, hissiy reaksiyalari, ijtimoiy moslashuvi va ichki dunyosining murakkab tizimi sifatida qaraladi. Shaxs tushunchasi individual xususiyatlarning noyob to'plami bo'lib, insonning har qanday ijtimoiy yoki shaxsiy faoliyatida o'zini namoyon qiladi⁷². Bu tushuncha biologik, psixologik va ijtimoiy omillar o'zaro ta'sirida shakllanadi, shuningdek, rivojlanish jarayonida doimiy o'zgarishlarga uchraydi. Biogenetik nazariya shaxs rivojlanishini tushuntirishda biologik determinantlarni markaziy o'ringa qo'yadi. Ushbu yondashuvga ko'ra, insonning individual taraqqiyoti genetik va fiziologik xususiyatlar bilan belgilanadi, qolgan omillar esa ularning ifodasini modulyatsiya qiluvchi vositalar sifatida qaraladi. Biogenetik konsepsiyaning asosiy g'oyasi shundaki, ontogenezdagi shaxsiy rivojlanish filogeneznining asosiy bosqichlarini qisqacha takrorlaydi, ya'ni insonning individual taraqqiyoti butun insoniyat tarixiy evolyutsiyasining qisqacha ko'rinishi sifatida namoyon bo'ladi.

Jahon psixologiya fanida shaxsning kamoloti va rivojlanishi to'g'risida turli nazariyalar yaratilgan bo'lib, tadqiqotchilar inson shaxsini o'rganishda turlicha pozitsiyalarda turadilar va muammoning mohiyatini yoritishda o'ziga xos yondashuvlarga ega⁷³. Mazkur nazariyalar qatoriga biogenetik, sotsiogenetik, psixogenetik, kognitiv, psixoanalitik, bixevioristik va boshqa yondashuvlarni kiritish mumkin. Ushbu nazariyalarni tizimli tarzda taqdim etish shaxsning rivojlanishini yaxshiroq tushunishga imkon beradi.

Biogenetik nazariyaning negizida shaxsning etilishi bosh omil sifatida qabul qilinadi va boshqa rivojlanish jarayonlari ixtiyoriy xususiyatga ega bo'lib, ular bilan o'zaro aloqada bo'lishi tan olinadi. Mazkur nazariyaga ko'ra, taraqqiyotning asosiy

⁷² Кирякова А. В. Теория ориентации личности в мире сценностей. – Издательско-полиграфический комплекс Южный Урал, 1996.

⁷³ Xaydarov F.I., Xalilova. N.I. Umumiy psixologiya. – Toshkent.: 2009. 98 b.

determinantlari biologik omillar bo'lib, ularning ijtimoiy-psixologik xususiyatlar bilan bog'liqligi keltirib chiqariladi. Shaxs rivojlanishi biologik etilishning universal bosqichi sifatida sharhlanadi. Biogenetik qonunni F. Müller va E. Hekkel kashf qilgan, u psixologiya fanining rivojlanish nazariyasini shakllantirishda hamda antidarvinchilarga qarshi kurashda tarixiy rol o'ynagan. Biroq, bu nazariya individual va tarixiy taraqqiyot munosabatlarini tushuntirishda qator xatoliklarga yo'l qo'ygan. Biogenetik qonunga ko'ra, shaxs psixologiyasining individual taraqqiyoti (ontogenez) insoniyat tarixiy taraqqiyotining (filogenez) asosiy bosqichlarini qisqacha takrorlaydi, degan g'oya ilgari surilgan. Amerikalik psixolog S. Hall psixologik rivojlanishning bosh qonuni sifatida "rekapitulatsiya qonuni"ni tan olgan. Uning fikricha, ontogenezdagi individual rivojlanish filogenezning muhim bosqichlarini takrorlaydi.

Biogenetik konsepsiyaning boshqa shakli nemis "konstitutsion psixologiyasi" bo'lib, u insonning tana tuzilishi asosida psixologik xususiyatlarni aniqlashga urinadi. E. Krechmer insonlarni tana tuzilishiga ko'ra tiplarga ajratib, ularning jismoniy xususiyati bilan psixologik xatti-harakatlari o'rtasida uzviy bog'liqlik mavjudligini taxmin qiladi. U odamlarni ikki asosiy guruhga bo'lib, sikloid tipdagi shaxslar tez qo'zg'aluvchi, hissiy jihatdan barqaror, shizoid tipdagilar esa hissiy cheklangan va munosabatga kirishishda qiyinchiliklarga ega, deb belgilaydi. Krechmer ushbu xususiyatlarni shaxsning rivojlanish davriga ko'chirib, o'smirlik davrida sikloid va shizoid xususiyatlar namoyon bo'lishi mumkinligini ta'kidlaydi.

Amerikalik psixologlar A. Gesell va S.Xoll shaxs rivojlanishini biologik model asosida o'rgangan. Ularning tadqiqotlariga ko'ra, shaxsiy taraqqiyot bir tekis va liner jarayon sifatida emas, balki bir qancha o'zaro bog'liq sikllar orqali amalga oshadi. Bu sikllar muvozanat, integratsiya va yangilanish shaklida namoyon bo'ladi⁷⁴. Muvozanat sikli shaxsning psixomotor, hissiy va ijtimoiy qobiliyatlarining uyg'unligini anglatadi. Masalan, bolaning harakat koordinatsiyasi va hissiy reaksiyalari bir-biri bilan uyg'unlashganda, u muvozanatli xulq-atvorni namoyon

⁷⁴ O'sha manba. 99-bet.

qiladi. Bu bosqich shaxsning barqaror rivojlanishi uchun asos bo'lib xizmat qiladi. Integratsiya sikli turli psixik jarayonlarning birlashishini bildiradi. Fikrlash, xotira, e'tibor va hissiy xususiyatlar o'zaro uyg'unlashganda shaxs murakkab xatti-harakatlarni amalga oshirishga qodir bo'ladi. Shu tariqa, integratsiya sikli bolaning ichki psixologik tizimini tartibga soladi va unga moslashuvchan xatti-harakatlarni rivojlantirish imkonini beradi. Yangilanish sikli esa rivojlanish jarayonidagi o'zgarish va takrorlanishlarni ifodalaydi. Bu bosqichda eski qobiliyatlar mustahkamlanadi, yangi ko'nikmalar hosil bo'ladi va shaxsning xulq-atvori yanada murakkablashadi. Muvozanat va integratsiya jarayonlari yangilanishni qo'llab-quvvatlaydi, bu esa shaxsiy taraqqiyotning izchilligini ta'minlaydi. Gesell va Xollning yondashuvi biologik deterministik nuqtayi nazarga asoslanadi. Unga ko'ra, genetik va fiziologik omillar shaxsning shakllanishida markaziy rol o'ynaydi⁷⁵. Shu nuqtayi nazardan, tashqi ijtimoiy ta'sirlar mavjud imkoniyatlarni faqat modulyatsiya qiluvchi vosita sifatida ishlaydi. Biologizmning yana bir yaqqol namoyishi sifatida Zigmund Freyd psixoanalitik nazariyani ilgari surgan.

Z.Freydga ko'ra, shaxsning xatti-harakatlari asosan ongsiz biologik instinktlar bilan bog'liq bo'lib, ular motivatsiyaning asosiy manbai hisoblanadi. Ayniqsa, jinsiy instinktlar (libido) shaxsiy xulqni shakllantirishda markaziy ahamiyatga ega. Masalan, bolaning o'yin, qiziqish va ijtimoiy muloqotdagi reaksiyalari Freyd nazariyasida instinktlar bilan bog'lanadi. Shu tarzda, shaxs ichki biologik mexanizmlar orqali shakllanadi va tashqi ta'sirlar uning ifodalanishiga ta'sir qiladi, ammo asosiy determinant sifatida qaralmaydi.

Natijada, Gesell va Xollning biologik rivojlanish modeli shaxsiy taraqqiyotning tizimli va sikllarga asoslanganligini ko'rsatadi. Freydning psixoanalitik yondashuvi esa shaxs xulqini biologik instinktlar orqali izohlaydi. Shu bilan birga, bu nazariyalar shaxsni biologik poydevor asosida tushunish va rivojlanish jarayonini ilmiy asoslash imkonini beradi. Ular shaxsning ichki

⁷⁵ A.V.Petrovskiy tahriri ostida. Umumiy psixologiya. – Toshkent.; O'qituvchi, 1992 y.

mexanizmlarini aniqlash va individual taraqqiyot qonuniyatlarini ochish uchun metodologik baza sifatida xizmat qiladi.

4.Shaxsni o'rganishning sotsiogenetik nazariyasi

Zamonaviy psixologiya fanida biologik nazariyaga qarshi sotsiogenetik yondashuv mavjud bo'lib, unga ko'ra shaxsda yuz beradigan o'zgarishlar ijtimoiy tuzilish, ijtimoiylashish usullari va atrof-muhit bilan o'zaro aloqasi orqali tushuntiriladi. Sotsiogenetik nazariyaga ko'ra, inson biologik tur sifatida tug'ilib, hayotning ijtimoiy shart-sharoitlari ta'sirida shaxsga aylanadi. G'arbiy Evropada mashhur nazariyalardan biri – rollar nazariyasi bo'lib, unga ko'ra jamiyat har bir a'zoga o'zining statusi va ijtimoiy roli orqali barqaror xatti-harakatlar majmuasini taklif qiladi. Shaxs ushbu rollarni bajarganda ijtimoiy muloqotda sezilarli xatti-harakat izlarini qoldiradi. AQShda keng tarqalgan individual tajriba va bilimlarni egallash nazariyasi shaxs hayoti va uning voqelikka munosabatini ko'pincha ko'nikmalar va bilimlarni o'zlashtirish orqali shakllanishini ta'kidlaydi. Bu nazariyaning tarafdorlari E. Thorndike va B. Skinner hisoblanadi. K. Levinning “fazoviy zarurat maydoni” nazariyasi shaxs xatti-harakatini psixologik kuchlar va maqsadlar bilan boshqarilishini, ularning fazoviy zarurat maydoni orqali yo'naltirilishini ko'rsatadi⁷⁶.

Psixogenetik yondashuv biogenetik va sotsiogenetik omillarni inkor qilmaydi, balki psixik jarayonlarni rivojlanishda birinchi darajali ahamiyatga ega deb hisoblaydi. Shu yondashuvning asosiy yo'nalishlaridan biri psixodinamika bo'lib, u shaxsning emotsional va maylga asoslangan xulqini tahlil qiladi. E. Erikson shaxs rivojlanishini sakkiz bosqichga ajratib, har bir bosqichning o'ziga xos xususiyatini ta'kidlaydi. Kognitiv yo'nalish asoschilari J. Piaget va J. Kelly bo'lib, Piaget intellektning uyushqoqlik va adaptatsiya funksiyalarini ajratadi va intellektning funksional invariantligi tushunchasini ilgari suradi.

Sobiq Sovet psixologiyasida shaxs rivojlanishi masalasi L.S. Vigotskiy, P.P. Blonskiy, S.L.Rubinshteyn, A.N.Leontev, B.G. Ananyev, L.I. Bojovich kabi olimlar

⁷⁶ Гришина Н. В. Курт Левин: жизнь и судьба // Жизненное пространство в психологии: Теория. – 2000. – С. 449.

tomonidan tadqiq qilingan. Ularning yondashuvlarida shaxsning tuzilishi, rivojlanish bosqichlari va ijtimoiylashuvi o‘zaro uyg‘un tarzda o‘rganiladi. Jahon va MDH mamlakatlari psixologlari shaxs rivojlanishini izchil tushuntirishga qaratilgan turli nazariyalarni ishlab chiqishgan. Ushbu nazariyalar nafaqat shaxsning rivojlanish jarayonlarini tizimli tarzda o‘rganish imkonini beradi. Psixologiyaning nazariy va amaliy sohalarida asosiy ilmiy-metodologik baza sifatida xizmat qiladi. Ular shaxsning ontogenezdagi shakllanish qonuniyatlarini aniqlashga yo‘naltirilgan bo‘lib, individning tug‘ilishidan to yetuk shaxsga aylanishigacha bo‘lgan psixik va ijtimoiy o‘zgarishlarni izchil yoritadi. Mazkur nazariyalar shaxsning rivojlanishidagi biologik, psixologik va ijtimoiy determinantlarni o‘zaro bog‘liq tizim sifatida tushuntiradi. Biologik omillar shaxsning potensial imkoniyatlarini belgilasa, psixologik va ijtimoiy faktorlar ularning rivojlanishini tartibga soladi, shakllantiradi va modulyatsiya qiladi. Shu tarzda, shaxsning individual xususiyatlari, motivatsiyasi, intellektual va hissiy qobiliyatlari mazkur nazariyalar yordamida ilmiy asoslangan holda tahlil qilinadi. Bundan tashqari, jahon va MDH psixologlari tomonidan ishlab chiqilgan nazariyalar amaliy jihatdan ham keng qo‘llaniladi. Masalan, pedagogik faoliyatda ular bolaning rivojlanish bosqichlarini aniqlash, ta’lim jarayonini optimallashtirish va individual o‘quv strategiyalarini ishlab chiqish uchun ishlatiladi. Psixoterapiya va maslahatlashuv amaliyotida esa shaxsning psixologik xususiyatlarini aniqlash, ichki motivatsiya va hissiy muvozanatni baholashda ushbu nazariyalar asos sifatida qabul qilinadi.

Nazariy jihatdan ular shaxsning shakllanishini o‘rganishda ontogenezni tahlil qiladi va har bir rivojlanish bosqichining o‘ziga xos xususiyatlarini aniqlaydi. Masalan, bolaning hissiy va kognitiv rivojlanishi, o‘smirlikdagi ijtimoiy moslashuvi yoki yetuklikdagi shaxsiy mustaqilligi kabi jarayonlar har bir nazariyada alohida o‘rganiladi. Shu bilan birga, nazariyalar shaxsning umumiy rivojlanish qonuniyatlarini aniqlash va izchil tushuntirish imkonini beradi, bu esa psixologik bilimlarni tizimli shaklda rivojlantirishga xizmat qiladi. Shunday qilib, jahon va MDH psixologlari tomonidan ishlab chiqilgan shaxs rivojlanishi nazariyalari ilmiy-metodologik jihatdan mustahkam, amaliy jihatdan esa keng qo‘llaniladigan tizimni

tashkil etadi. Ular shaxsni individual, ijtimoiy va biologik omillar nuqtayi nazaridan kompleks tushunishga yordam beradi, shuningdek, shaxs rivojlanishi bilan bog'liq amaliy masalalarni hal qilishda samarali vosita sifatida xizmat qiladi.

5.Ijodkor shaxsning va uning psixologik tuzilishi

Badiiy ijod strukturasi uchta komponentning birligidan iborat: ijod subyekti, ya'ni o'z iste'dodi va mahoratiga ega bo'lgan san'atkor. Mavjud barcha voqelikni o'z ichiga oluvchi ijod obyekti hamda ijod predmeti bo'lgan san'atkor ushbu voqelikda nimaniki ko'rgan bo'lsa, uni qanday ko'rgani, qaysi materialda va qanday vositalar yordamida qayta yaratgani tahlil qilish ijodkor shaxsini o'rganishga yordam beradi. Shunday qilib, biz badiiy ijod jarayonini san'atkor shaxsidan ayro holda ko'rib chiqa olmaymiz. Bu bizning uning biografiyasidagi qandaydir paradoksal yoki shubhali sahifalarga qiziqishimiz sababli emas, balki ijod jarayoni san'atkorning hayotiy jarayoni bilan bir butunlikni tashkil etgani uchundir.

Musiqiy yoki adabiy asar matni yaratilgach, u obyektiv mavjudlikka ega bo'ladi. San'atkor biografiyasidagi faktlarga murojaat qilmasdan, faqatgina san'at asariga diqqatni qaratish san'atni tushunishni sezilarli darajada qashshoqlashtiradi. Yana bir chekka holat san'atkorning hayot bayonini sinchiklab tahlil qilib, uning ijodini chetda qoldirishdir, bu esa bizni san'atni adekvat anglashdan yanada uzoqlashtiradi. Har qanday turdagi jamiyatda san'atkorning shakllanish jarayoni doimo stereotiplardan xalos bo'lish, uning o'z-o'zini anglashining jadal o'sishi hamda o'z ijodiy yo'lini mustaqil belgilash qobiliyatining mustahkamlanishi bilan bog'liqdir. Haqiqiy san'atkor noyob individual fazilatlariga ega bo'ladi. Badiiy subyektning o'ziga xosligi shundaki, unda voqelikka bo'lgan hissiy reaksiyalar va emotsional sezgirlik ulkan rol o'ynaydi. San'atkorning hissiyoti voqelikni estetik o'zlashtirish va badiiy obraz yaratishning zaruriy shartidir. Badiiy obrazning o'ziga xosligi shundaki, u san'atning asosiy obyekti bo'lgan insonni uning tabiiy, ijtimoiy va ma'naviy hayoti birligida yaxlit aks ettiradi. Biroq, voqelikni yaxlit anglash va aks ettirish faqat hissiy reaksiyalar darajasida imkonsizdir. Bu esa, dunyoni chuqur tushunchalar orqali o'zlashtirishni talab qiladi. O'z ijodida fantaziya va intuitsiyaga tayanadigan san'atkorning emotsionalligi intellektual asos bilan sug'orilgan bo'lib,

o'zida dunyoni aks ettirishning ratsional bosqichlarini (g'oya, ma'no, bilim) tashiydi. Badiiy tafakkurga idrokning tanlovchanligi, yaxlit, hissiy jihatdan yorqin va individual takrorlanmas obraz qurish xosdir. Ammo bu har doim ham yetarlicha obyektiv bo'lavermaydi, chunki san'atkor obyektiv fakt va voqealarni tanlab, ularning o'zi uchun ahamiyati prizmasi orqali qabul qiladi va aks ettiradi. Badiiy subyekt (san'atkor) strukturasida biz 3 ta elementni ajratib ko'rsatishimiz mumkin: badiiy iste'dod, badiiy mahorat va dunyoga bo'lgan shaxsiy munosabat. Agar ilm-fanda ijod subyekti ilmiy tadqiqot natijasida unchalik yaqqol ko'rinmasa, badiiy obrazda ham voqelik, ham san'atkorning takrorlanmas shaxsi mujassamlashadi.

San'atkor uchun tug'ma genetik sifatlar ulkan ahamiyatga ega: masalan, musiqachi uchun musiqiy eshitish qobiliyati va ritm hissi; rassom va haykaltarosh uchun rang, shakl va hajm hissi; balerina uchun tananing o'ziga xos plastikligi va hokazo. Iste'dod san'atkor shaxsini tashkil etuvchi murakkab tizimdir. Iste'dodga, ijod yo'nalishi va imkoniyatlarini belgilovchi jismoniy qobiliyatlardan tashqari, albatta intellektual-psixologik jihatlar ham xosdir: intuitsiya, badiiy tafakkur kuchi, tasavvur faolligi, kuzatuvchanlik, xotira va emotsiyalar. Iste'dodga zamonaviy yondashuv fanlararo xarakterga ega. Sotsiologlar iste'dod jamiyatda unga ehtiyoj tug'ilgan joyda va vaqtda paydo bo'lishini ta'kidlaydilar. Psixologlar iste'dodning psixologik strukturasini tafakkur, xotira, tasavvur, iroda va his-tuyg'ularning birgalikdagi ishi (bunda tasavvur va intuitsiya yetakchi rol o'ynaydi) deb belgilaydilar. Genetiklar iste'dodning 70% ini tabiiy-irsiy, 30% ini esa ijtimoiy-orttirilgan sifatlar tashkil etishini ta'kidlaydilar. Iste'dodli shaxs uchun xolis fikrlash, odatiy narsalarda g'ayrioddiy jihatlarni va g'ayrioddiy narsalarda odatiylikni ko'ra olish xosdir.

Har qanday san'atda asar yaratish uchun ijodkor ishlov berilmagan materialdan foydalanadi va o'z mehnati bilan uni shaklsiz massadan go'zal namunaga aylantiradi. Buni ushbu materialning xususiyatlarini, unga ishlov berish usullarini bilmasdan, bu usullarni egallamasdan va ular yordamida o'z niyatini mujassamlashtira olmasdan amalga oshirib bo'lmaydi. Boshqacha aytganda, san'atni mahoratsiz tasavvur qilib bo'lmaydi. "Mahorat" atamasi ham "badiiy

mahorat” ham biron-bir ishni bajarish texnikasini yuqori darajada egallash ma’nosida qo’llaniladi. Chilangar ham o’z ishining ustasi bo’lishi mumkin. Biroq, badiiy ijodga nisbatan “mahorat” deganda, biz nafaqat ijro texnikasini, mazkur san’at turining barcha tasviriy-ifodaviy vositalari arsenalini mukammal egallashni tushunamiz⁷⁷.

Agar iste’dodni, ya’ni shaxsning badiiy iqtidorini, badiiy ijodga bo’lgan tug‘ma qobiliyatini sotib olib bo’lmaganidek, mahorat tabiiy in’om ham emas. Uni egallash ham maxsus nazariy ta’limni ham mazkur san’at turida texnik ko’nikmalarni egallash bo’yicha amaliy o’rganishni talab qiladigan uzoq va mashaqqatli jarayondir. Iste’dod va mahorat yuksak badiiy asarlar yaratishning ikki shartidir, ammo iste’dod insonga hech qanday aqliy va jismoniy kuch sarflamasdan in’om etilgan bo’lsa, mahoratni egallashga uzoq yillar ketadi. Ko’pincha bu jarayon erta bolalikdan boshlanadi va san’atkorning butun umri davomida davom etadi. Mahorat o’zining oliy darajasiga yetganida, u idrok etuvchini san’at asari mazmunini qabul qilishdan chalg’itmaydi, aksincha, badiiy g’oyaning mohiyatini to’laqonli ifodalashga yordam beradi. Bu barcha san’at turlariga, ayniqsa, ijrochilik san’atiga tegishli. Masalan, musiqachi-ijrochining tayyorgarligi cholg’uda chalish texnikasini (barmoqlar chaqqonligi, nafasni to’g’ri boshqarish va h.k.) o’rganishga asoslanadi. Faqat texnik erkinlikka erishilgandagina musiqachi asar mazmunini ochib berish va unga o’z ijodiy munosabatini ifodalash imkoniga ega bo’ladi.

Falsafa va san’at nazariyasida iste’dod va mahorat nisbati mavzusi asrlar davomida muhokama qilingan. I.Kant mahoratning iste’doddan ustunligini ta’kidlagan bo’lsa, romantiklar mahorat zarurligini butunlay inkor etishgan. Zamonaviy tadqiqotchilar esa iste’dod va mahoratni san’atkor shaxsi ijodining birini to’ldiruvchi tarkibiy qismlari deb biladilar. Dunyoga bo’lgan shaxsiy munosabatda san’atkorning dunyoqarashi dunyoga bo’lgan nigohi, falsafiy, axloqiy,

⁷⁷ Карцева Г. А. Личность художника в создании произведения искусства // Вестник ТГУ. 2011. №12. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/lichnost-hudozhnika-v-sozdanii-proizvedeniya-iskusstva> (дата обращения: 22.04.2026).

diniy va estetik g'oyalar tizimi alohida ahamiyatga ega. Biz san'atkorning dunyoqarashi deganda quyidagilarni tushunamiz:

- Dunyo tuyg'usi – borliqning global muammolarini shaxsiy kechinma sifatida his qilish;

- Dunyo mushohadasi – dunyo haqidagi nazariy jihatdan asoslanmagan qarashlar yig'indisi;

- Dunyo tushunchasi – nazariy jihatdan asoslangan qarashlar tizimi.

N.I. Kiyashchenko fikricha, atrof-olamni mukammallashtirishga va o'z-o'zini anglashga intilish barcha odamlarga xosdir. Biroq, tegishli rivojlanishsiz estetik emotsiyalar yuksak estetik tuyg'u va did darajasiga ko'tarilmaydi. Estetik ong obyekt haqida yaxlit tasavvur beradi. V.I. Samoxvalovning ta'kidlashicha, yaxlit estetik idrok etish qobiliyati inson miyasining tuzilishi va ishlash xususiyatlarida yotadi. Dunyoga nisbatan shaxsiy munosabatni shakllantirishda hayotiy va ijtimoiy tajribaning mavjudligi katta ahamiyatga ega. San'atkorning dunyoqarashi va tajribasi uning ijodiy metodini belgilab beradi. Shuningdek, san'atkorning estetik ma'lumotlilik ham ulkan ahamiyat kasb etib, u estetik didning rivojlanganligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shaxsning estetik rivojlanish darajasi ham jamiyat badiiy madaniyatining rivojlanganligini va uning shaxsga ta'sir darajasini, ham ushbu shaxs tomonidan badiiy madaniyatning barcha boyliklari qanchalik o'zlashtirilganini ko'rsatuvchi ko'rsatkichdir. Shaxsning badiiy madaniyati, eng avvalo, san'at ta'sirida rivojlanadi. San'atni amaliy o'rganish jarayonida insonda unga nisbatan umumiy qiziqish uyg'onadi. Uning turli yo'nalishlari va shakllariga qo'shilish uchun potensial imkoniyatlar ham paydo bo'ladi. Shaxs va ijtimoiy guruhlarning estetik madaniyatini shakllantirish jarayonining zaruriy tomoni qadriyat yo'nalishlari va tasavvurlarini takomillashtirishdir.

Chunki shaxslarning baholash borasidagi tasavvurlari har doim ham u yoki bu hodisalarning, badiiy asarlarning obyektiv qiymatiga mos kelavermaydi. Ichki estetik madaniyat his-tuyg'ularni tarbiyalaydi, asab energiyasini tartibga soladi va qayta taqsimlaydi, ichki ritmni shakllantiradi. Bu ritm esa, o'z navbatida, estetik madaniyat elementlarini yagona butunlikka birlashtirib turuvchi o'zakka aylanadi.

Aynan san'at umummadaniy ahamiyatga ega bo'lib, unda ham shaxsiy, ham umumdavlat, hatto jahon miqyosida eng yuksak natijalarga erishishga intilish mujassamlashgan. Bunda san'atkorning individual xususiyatlarining ahamiyatini boshqa hech qanday faoliyat turi bilan qiyoslab bo'lmaydi.

Madaniyat va san'at maydoniga qadam qo'ygan inson vujudiga millat ruhini jo qilgan, borlig'ini ma'naviyat nuriga baxshida etgan ziyo tashuvchidir. Uning qalbi xalqning asriy tarixidan sado beruvchi aks-sado, tafakkuri esa kelajakning musaffo ufqlarini chizuvchi mo'yqalam bo'lishi lozim. Uning siymosida ajdodlar o'giti va zamon shiddati o'zaro uyg'unlik kasb etadi. Haqiqiy ijodkor o'zligini anglash orqali o'zgalar ruhiga ko'prik soladi. Uning har bir nafasida ona tuproqqa bo'lgan cheksiz sadoqat va insoniyatga bo'lgan yuksak muhabbat ufurib turadi. U qalblardagi g'uborni artuvchi, mudroq tuyg'ularni uyg'otuvchi ijodiy bir kuchga aylanmog'i darkor. Bunday shaxsning hayot yo'li go'zallik va haqiqat izlab qilingan davomiy hijratdir. U o'z asarlari bilan millatlararo do'stlikning mustahkam qo'rg'onini bunyod etadi, birodarlik rishtalarini muqaddas bir poydevor yanglig' mustahkamlaydi. San'at fidoyisi o'zligidan kechib, xalqining dardi va quvonchi ichida qayta tug'iladi. U dunyoni ezgulik bilan to'ldirishga ahd qilgan ma'naviyat posboni bo'lib, uning nigohi har doim yuksaklikka, insoniy komillik cho'qqilariga qaratilgan bo'ladi.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Shaxs va shaxs tushunchalari orasidagi farq nimada?
2. Biogenetik nazariya shaxs rivojlanishini qanday tushuntiradi?
3. Sotsiogenetik yondashuv shaxsni shakllanishida qanday omillarni asosiy qiladi?
4. Psixoanalitik yondashuvga ko'ra shaxs xatti-harakati nimaga bog'liq?
5. Kognitiv yondashuv shaxsning fikrlash va qaror qabul qilish jarayonlariga qanday e'tibor beradi?
6. Biogenetik va sotsiogenetik nazariyalarni solishtirib, asosiy farqlarni tushuntiring.
7. Freyd nazariyasi shaxsning motivatsiyasi va xulqini qanday tushuntiradi?

II BOB. SHAXS PSIXOLOGIYASI, INDIVIDUAL XUSUSIYATLAR VA ONTOGENEZ

2.1-MAVZU. FAOLIYAT VA MOTIVATSIYA

Reja:

1. Faoliyat tushunchasining psixologik mazmun-mohiyati
2. Faoliyatning asosiy turlari va ularning shaxs rivojlanishidagi o'rnini.
3. Motiv va motivatsiya tushunchalarining psixologik mazmuni.
4. Ehtiyoj, motiv va maqsadning faoliyatdagi o'zaro bog'liqligi.
5. Shaxs faoliyatida motivatsiyaning ahamiyati va motivlar tizimi.

Tayanch iboralar: faoliyat, faoliyatning psixologik mazmuni, faoliyatning mohiyati, faoliyat subyekti, faoliyat obykti, faoliyat maqsadi, faoliyat tuzilishi, faoliyatning yo'nalganligi, faoliyat faolligi, faoliyat natijasi, faoliyat turlari, o'yin faoliyati, o'quv faoliyati, mehnat faoliyati, muloqot faoliyati, ijodiy faoliyat, shaxs rivojlanishi, motiv, motivatsiya, motivlar tizimi, ehtiyoj, ehtiyojlar tizimi, maqsad, maqsadga yo'nalganlik, ichki motivatsiya, tashqi motivatsiya.

1.Faoliyat tushunchasining psixologik mazmun-mohiyati

Faoliyat bu- insonning muayyan ehtiyoj va motivlar asosida, ongli ravishda maqsadga yo'naltirilgan faol harakati bo'lib, u orqali shaxs tashqi muhit bilan o'zaro munosabatga kirishadi, mavjud sharoitni o'zgartiradi va o'zining psixologik imkoniyatlarini rivojlantiradi. Faoliyat inson psixikasining namoyon bo'lishi va rivojlanishining muhim sharti hisoblanadi. Psixologik nuqtai nazardan faoliyat motiv, maqsad, harakat va operatsiyalar kabi tarkibiy qismlardan tashkil topadi. Motiv insonni faoliyatga undaydi, maqsad esa erishilishi ko'zda tutilgan natijani belgilaydi. Maqsadga erishish jarayonida bajariladigan aniq harakatlar tegishli sharoit va vositalarga muvofiq amalga oshiriladi. Shu jihatdan faoliyat ichki psixologik jarayonlar bilan tashqi amaliy harakatlarning o'zaro birligi sifatida namoyon bo'ladi.

Faoliyatning muhim xususiyatlaridan biri uning ongli va maqsadga yo'naltirilganligidir. Inson faoliyat davomida vaziyatni anglaydi, maqsadni belgilaydi, faoliyat usullarini tanlaydi va olingan natijalarni baholaydi. Shu jarayonda bilim, ko'nikma, qobiliyat, tafakkur, xotira, diqqat va iroda kabi psixologik jarayonlar faol ishtirok etadi. Faoliyat ijtimoiy xususiyatga ham ega. Inson faoliyat jarayonida jamiyat tomonidan yaratilgan bilim, qadriyat, me'yor va tajribalarni o'zlashtiradi. Ayniqsa, ta'lim, mehnat va muloqot jarayonlari shaxsning ijtimoiy tajribasini kengaytirish, qobiliyatlarini rivojlantirish va o'zini anglashiga imkon beradi. Faoliyatning yana bir muhim jihati shundaki, u nafaqat tashqi muhitni, balki insonning o'zini ham o'zgartiradi. Muayyan faoliyat bilan muntazam shug'ullanish natijasida yangi bilim va ko'nikmalar shakllanadi, qiziqishlar rivojlanadi, xarakter xususiyatlari takomillashadi va shaxsning o'z imkoniyatlariga bo'lgan munosabati o'zgaradi. Shu sababli faoliyat shaxs rivojlanishining muhim psixologik omillaridan biri hisoblanadi. Psixolog olimlardan A.V. Petrovskiy tahriri ostida chiqqan "Umumiy psixologiya" darsligida faoliyat shunday ta'riflanadi: "Faoliyat – kishining anglangan maqsad bilan boshqarilib turiladigan ichki (psixik) va tashqi (jismoniy) faolligidir." Shu bilan birga, M.G. Davletshinning "Psixologiya" qisqacha izohli lug'atida faollik quyidagicha tushuntiriladi: "Faollik – tirik materiyaning umumiy xususiyati bo'lib, tevarak-atrofdagi muhit bilan o'zaro ta'sirda namoyon bo'ladi. Psixik faollik esa bu o'zaro ta'sir asosida amalga oshadigan faollikni bildiradi." Shuni hisobga olganda, faoliyat insoniyatga xos ong bilan boshqariladigan, ehtiyojlar tufayli paydo bo'ladigan va tashqi olam bilan shaxsning o'zini anglash hamda uni qayta qurishga yo'naltirilgan faollik sifatida qaraladi. Faoliyat tarkibida harakat muhim element hisoblanadi.

Harakat - bu maqsadga muvofiq yo'naltirilib, ongli ravishda amalga oshiriladigan harakatlar yig'indisi bo'lib, u ongli faoliyatning tarkibiy qismlaridan biri va motivlar bilan chambarchas bog'liqdir.⁷⁸

⁷⁸Xaydarov F.I., Xalilova. N.I. *Umumiy psixologiya*. – Toshkent.: 2009. 98 b.

Q.Turg'unovning "Psixologiya" ruscha-o'zbekcha izohli lug'atida faollik shunday ta'riflanadi: "Faollik – shaxsning ehtiyojlarini qondirish uchun voqelikni o'zlashtirishga qaratilgan muhim qobiliyatdir. Faollik ixtiyoriy va ixtiyorsiz bo'lib, u mehnat, o'qish, o'yin, ijtimoiy hayot, sport, ijod kabi sohalarda namoyon bo'ladi." Shu bilan birga, V.M. Karimovanning "Psixologiya" o'quv qo'llanmasida faoliyat inson ongi va tafakkuri bilan boshqariladigan, turli-tuman ehtiyojlardan kelib chiqadigan, tashqi olamni va o'zini takomillashtirishga yo'naltirilgan o'ziga xos faollik shakli sifatida ifodalanadi. Mazkur ta'riflardan ko'rinib turibdiki, faoliyat tushunchasi shaxsning u yoki bu darajadagi faollik ko'rsata olish qobiliyatini o'z ichiga oladi. Shu sababli faoliyatni umumiy tarzda shunday ta'riflash mumkin: "Faoliyat – anglangan maqsad bilan boshqariladigan ichki (psixik) va tashqi (jismoniy) harakatlar yig'indisidir." Ilmiy adabiyotlarda faollik va harakat tushunchalari o'zaro bog'liq bo'lsa-da, ular orasida ayrim farqlar mavjud. Birinchidan, faoliyatning mazmuni faqat uni yuzaga keltirgan tabiiy-biologik yoki ma'naviy ehtiyoj bilan belgilanmaydi, balki psixologik mexanizm ham o'ziga xos negizga ega bo'lishi mumkin. Ikkinchidan, faoliyat muvaffaqiyatini ta'minlash uchun psixik hodisalar va tashqi sharoitlarning xususiyatlarini hisobga olish, qo'yilgan maqsadga erishish yo'llarini aniqlash muhimdir. Uchinchidan, faoliyat shaxsning xulq-atvorini maqsadga qaratilgan harakatlar orqali namoyon etadi, yuzaga kelgan ehtiyojlarni qondirish va faoliyatni boshqarish imkoniyatini beradi. Shu sababli faoliyatni bilish jarayonsiz yoki irodaviy nazoratsiz amalga oshirish deyarli mumkin emas. Aynan bu ikki omil – bilish va irodaviy boshqaruv – birlashganda faoliyat yaratuvchanlik xususiyatini kasb etadi⁷⁹. Demak, faoliyatning o'ziga xosligi shundaki ekanki, uning mazmuni faqat motiv bilan belgilanmaydi. Agar ehtiyoj faoliyatni rag'batlantirsa, uning shakli va mazmuni ijtimoiy sharoitlar, jamiyatning talab va normativ talablari, shuningdek, shaxsiy tajribalar bilan belgilanadi. Shu tarzda, faoliyat motivlar va ijtimoiy kontekstning uzviy uyg'unligi orqali shakllanadi.

⁷⁹ O'sha manba. 65-bet.

Psixofiziologiyada faoliyat odatda faollikni fiziologik ma'nosi bilan talqin qilinadi va ko'pincha ish yoki mehnat faoliyati, ya'ni "mehnat faolligi" kontekstida qo'llaniladi. Shu bilan birga, ijtimoiy psixologiyada faoliyat tushunchasi turlicha juftliklarda ishlatiladi: masalan, *"faoliyat – faollik – ish – mehnat"*, *"faoliyat – xulq"*, yoki *"mehnat – xulq – faoliyat"* kabi. Bu yondashuv faoliyat tushunchasining murakkab va ko'p qirrali ekanini ko'rsatadi. Psixolog S.L.Rubinshteyn faoliyat psixologiyasini tizimli o'rganish zarurligini ilgari surgan va ong hamda faoliyat birligi tamoyilini asoslab bergan. Uning fikricha, mehnat o'z-o'zidan psixologik kategoriya emas, balki ijtimoiy kategoriya hisoblanadi, psixologiya esa mehnat faoliyatining psixologik jihatlarini tadqiq etadi. Shu nuqtayi nazardan, psixologiya mehnat faoliyatining ichki psixik mexanizmlarini, shaxsning ongli harakatlari, motivatsiya va xulq-atvor bilan bog'liq jihatlarini o'rganadi. Psixologlardan A.N.Leontev faoliyatning psixologik nazariyasini yaratgan va uning asosiy tushunchasi sifatida *"predmetli faoliyat"* terminini fanga kiritgan. Leontevga ko'ra, insonning hissiy-amaliy faoliyati *"ijtimoiy inson"* sifatida talqin qilinadi. Uning asarlarida faoliyat va xulq tushunchalari turlicha mazmunda ishlatiladi.⁸⁰ Masalan:

- *Teskari aloqalar orqali xulqni boshqarish*
- *Faoliyatning halqali tuzilishi*
- *Faoliyatni boshqarish mexanizmlari*
- *Qo'lniing tuyush faoliyati*
- *Perseptiv faoliyat*
- *Retseptor va effektor apparatlarining hamkorlik faoliyati*

Bu yondashuv faoliyatni murakkab psixologik tizim sifatida, undagi elementlar o'zaro bog'langan va maqsadga yo'naltirilgan tarzda tushuntiradi.

B.G. Ananiyev faoliyat psixologiyasini faollik psixologiyasi nuqtayi nazaridan tushunadi. U bilish va muomala faoliyatini faoliyatning birlamchi ko'rinishi sifatida ko'radi. Ananiyev tadqiqotlarida inson faoliyati turli shakllarda tavsiflanadi: *"inson faoliyati"*, *"tashkiliy ish"*, *"tashkilotchilik faoliyati"*, *"xulq jarayonining algoritmlari"*.

⁸⁰ O'sha manba. 66-bet.

Ularning har biri shaxsning faollik darajasi va psixik mexanizmlari bilan bog'liq jihatlarni o'rganishga xizmat qiladi. Shunday qilib, zamonaviy psixologiyada faoliyat tushunchasi bir nechta yondashuvlarda ishlatiladi. Psixofiziologiyada u faollik va mehnat faoliyati bilan bog'liq bo'lsa, ijtimoiy psixologiyada shaxsning xulq-atvori va mehnat faoliyatini o'rganishga yo'naltiriladi. Mualliflar Rubinshteyn, Leontev va Ananiyevning ishlari faoliyatning psixologik va ijtimoiy jihatlarini uyg'unlashtirgan holda, shaxsning ichki motivatsiyasi, xulq-atvori va faollik mexanizmlarini tizimli o'rganish imkonini beradi. Odam faoliyati ongli faollik sifatida inson ongining shakllanishi va rivojlanishi bilan chambarchas bog'liq bo'ladi. Shu nuqtayi nazardan, faoliyat inson ongining tarkib topishi va rivojlanishida asosiy vosita sifatida xizmat qiladi. Faoliyat orqali inson o'zining ichki psixik dunyosini ifodalaydi, shuningdek, faoliyatning o'zi odam shaxsini tarkib toptiradi va shakllantiradi.

Odamlarda turli faoliyat turlarining paydo bo'lishi va rivojlanishi murakkab, uzoq davom etadigan jarayon bo'lib, uning mohiyatida biologik, psixologik va ijtimoiy determinantlar uyg'unlashadi. Bolaning faoliyati uning kamoloti davomida asta-sekin ta'lim, tarbiya va ijtimoiy tajribaning ta'siri ostida ongli maqsadga muvofiq shakllanadi. Shu tarzda, bola o'z xatti-harakatlarini nazorat qilish, maqsadni belgilash va natijaga erishish qobiliyatini rivojlantiradi. Inson faoliyati asosan uch turga bo'linadi: o'yin, mehnat va ta'lim faoliyati.⁸¹

O'yin faoliyati bolaning psixologik va ijtimoiy rivojlanishi uchun birinchi navbatdagi vosita hisoblanadi. O'yin orqali bola atrof-muhitni anglashni o'rganadi, tasavvur va fantaziyasini rivojlantiradi, shuningdek, ijodkorlik qobiliyatlarini shakllantiradi. O'yin jarayonida bolaning ijtimoiy muloqot ko'nikmalari ham rivojlanadi. U boshqa bolalar bilan hamkorlik qiladi, o'zaro kelishuv va murosa qilishni o'rganadi, shaxsiy xatti-harakatlarini ijtimoiy qoidalarga moslashtirishni o'zlashtiradi. Shu tariqa, o'yin faoliyati bolaning hissiy barqarorligi, empatiya

⁸¹ O'sha manba. 72-bet.

qobiliyati va ijtimoiy anglashini rivojlantiradi, bu esa shaxsning keyingi ijtimoiy moslashuvi uchun asos bo'ladi.

Mehnat faoliyati shaxsning tashkiliy qobiliyatlarini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Mehnat jarayoni bolaning mas'uliyatini oshiradi, mehnatsevarlikni shakllantiradi va natijaga erishish uchun qat'iyatlilikni o'rgatadi. Shuningdek, mehnat faoliyati muayyan qoidalarga rioya qilishni, vazifalarni tartib bilan bajarishni va resurslarni maqsadga muvofiq ishlatishni talab qiladi. Bu jarayon bolaning irodasi va o'zini boshqarish qobiliyatini mustahkamlashga yordam beradi. Shu tarzda, mehnat faoliyati orqali bola faqat amaliy ko'nikmalarni egallab qolmay, balki ijtimoiy va shaxsiy fazilatlarini ham rivojlantiradi.

Ta'lim faoliyati esa, shaxsning intellektual va kognitiv rivojlanishiga bevosita xizmat qiladi. Bu faoliyat turi orqali bola bilimlarni o'zlashtiradi, fikrlash qobiliyatini rivojlantiradi, muammolarni hal qilish va ongli qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantiradi. Ta'lim jarayonida bola o'zining o'rganish motivatsiyasini rivojlantiradi, yangi vazifalarga intiladi, xatolar orqali o'rganadi va bilimlarni amaliy hayotga tadbiq qilishni o'rganadi. Shu bois ta'lim faoliyati bolaning shaxs sifatida mustahkamlanishida va ongli xatti-harakatlar tizimini yaratishda muhim rol o'ynaydi. Ushbu uch faoliyat turi bir-birini to'ldiradi va bolaning shaxsiy rivojlanishida uzviy tarzda birlashadi. O'yin bolaning ijtimoiy va hissiy qobiliyatlarini rivojlantirsa, mehnat mas'uliyat, tashkiliy qobiliyat va mehnatsevarlikni shakllantiradi, ta'lim esa intellektual va ongli xatti-harakatlarni mustahkamlaydi. Shu bilan birga, ular bolaning shaxsiy xususiyatlarini, ijtimoiy moslashuvini va qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantirishda hal qiluvchi vosita hisoblanadi.

2.Faoliyatning asosiy turlari va ularning shaxs rivojlanishidagi o'rni

Faoliyat inson hayotining barcha bosqichlarida turli shakllarda namoyon bo'ladi. Uning mazmuni, maqsadi va bajarilish usullari shaxsning yosh davri, ehtiyojlari, qiziqishlari va ijtimoiy tajribasiga qarab o'zgarib boradi. Psixologiyada faoliyatning asosiy turlariga o'yin, o'quv, mehnat, muloqot va ijodiy faoliyat kiritiladi. Ularning har biri shaxsning psixologik rivojlanishida o'ziga xos vazifani

bajaradi. O'yin faoliyati ayniqsa bolalik davrida muhim ahamiyatga ega. O'yin jarayonida bola atrof-muhit haqidagi tasavvurlarini kengaytiradi, ijtimoiy rollarni o'zlashtiradi, tasavvur, tafakkur, xotira va ixtiyoriy diqqatini rivojlantiradi. Rolli o'yinlar orqali bola kattalar faoliyatining ayrim jihatlarini modellashtiradi va muloqot qilish, kelishish, qoidalarga rioya qilish kabi ijtimoiy ko'nikmalarni egallaydi. O'quv faoliyati bilim, ko'nikma va malakalarni egallashga qaratilgan bo'lib, shaxsning intellektual va ijtimoiy rivojlanishida muhim o'rin tutadi. O'qish jarayonida tafakkur, xotira, diqqat, nutq va muammoli vaziyatlarni hal qilish qobiliyati rivojlanadi. Shuningdek, o'quv faoliyati mas'uliyat, mustaqillik, maqsadga intilish va o'z faoliyatini nazorat qilish kabi irodaviy sifatlarning shakllanishiga yordam beradi.

Mehnat faoliyati insonning muayyan ijtimoiy ahamiyatga ega natijani yaratishga yo'naltirilgan faoliyatidir. Mehnat jarayonida shaxs kasbiy bilim va ko'nikmalarni egallaydi, mas'uliyat, intizom, tashabbuskorlik, qat'iyatlilik va hamkorlik kabi sifatlarni rivojlantiradi. Kasbiy faoliyat insonning jamiyatdagi o'rnini anglashiga, kasbiy identifikatsiyasining shakllanishiga va o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishiga xizmat qiladi.

Muloqot faoliyati insonlar o'rtasida axborot almashish, o'zaro ta'sir ko'rsatish va munosabatlarni shakllantirish jarayonidir. Muloqot orqali shaxs ijtimoiy tajribani o'zlashtiradi, o'z fikrini ifodalash, boshqalarni tinglash, hamkorlik qilish va nizoli vaziyatlarni konstruktiv hal etish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Shu bilan birga, muloqot o'z-o'zini anglash va shaxslararo munosabatlarning shakllanishida muhim vosita hisoblanadi. Ijodiy faoliyat yangi g'oya, usul, mahsulot yoki yechim yaratishga yo'naltiriladi. Unda mustaqil fikrlash, tasavvur, kreativlik, muammoni turli nuqtai nazardan ko'ra olish va nostandart yechimlarni izlash qobiliyatlari rivojlanadi. Ijodiy faoliyat shaxsning o'z imkoniyatlarini namoyon qilishi va o'zini ro'yobga chiqarishi uchun keng imkoniyat yaratadi.

Faoliyat turlari bir-biridan ajralgan holda emas, balki o'zaro bog'liq va bir-birini to'ldiruvchi jarayonlar sifatida namoyon bo'ladi. Masalan, o'quv faoliyati muloqot va ijodiy faoliyat bilan uyg'unlashadi, mehnat jarayonida esa olingan bilim

va ko'nikmalar amaliy faoliyatda qo'llaniladi. Shu sababli shaxsning har tomonlama rivojlanishi turli faoliyat turlarida faol ishtirok etish bilan bog'liq.

3.Motiv va motivatsiya tushunchalarining psixologik mazmuni.

Motiv insonni faoliyatga undovchi kuch, sabab yoki ehtiyojlar yig'indisi sifatida tushuniladi. Turli olimlar motiv tushunchasini turlicha ta'riflagan. A. Maslou fikricha, motiv bu ehtiyojlar yig'indisidir, ya'ni shaxsning harakatlarini boshqaruvchi ichki omillar tizimidir. S.L.Rubinshteyn motivni ehtiyojning his qilinishi va qondirilishi sifatida talqin qiladi hamda motivatsiyani *“psixika orqali amalga oshuvchi determinatsiyadir”* deb ataydi. A.N.Leontyev motivni inson faoliyatiga yo'naltiruvchi aniq ehtiyojlar va uni qo'zg'atadigan tashqi voqelik sifatida ko'radi. Shunday qilib, motiv – ma'lum ehtiyojlarni qondirish bilan bog'liq faoliyatga undovchi sababdir. Motivatsiya keng ma'noda insonning xulq-atvori va faoliyatini boshqaruvchi murakkab, ko'p qirrali tizim sifatida qaraladi. Motivatsiya ichiga ehtiyojlar, motivlar, qiziqishlar, ideallar, intilishlar, emotsiyalar, normativ qadriyatlar va psixologik ustunliklar kiradi. Shu bilan birga, motivatsiya faoliyatni harakatga keltiruvchi kuchlar majmuasi bo'lib, u o'zini mayl, maqsad va ideallar orqali namoyon qiladi hamda inson faoliyatini bevosita aniqlab boshqaradi.

Xorij olimi V.S.Merlin motivlar tizimining shakllanish jarayonini batafsil tahlil qilgan. U motivlarning bir-biriga tobe va o'zaro bog'liq ravishda rivojlanishini, oxir-oqibat yaxlit motivlar tizimi hosil bo'lishini ta'kidlaydi. Shuningdek, motivlar tizimi shakllanishida motivlar barqarorligi va ularni anglash kabi shartlar bajarilishi zarurligini ta'kidlaydi. Biroq Merlin motivlar o'rtasidagi tizimli munosabatlar va faoliyat ko'rsatish jarayonlarini chuqur tadqiq qilmagan. Xorij psixologlari orasida A.Maslou ehtiyojlar ierarxiyasi nazariyasi bilan mashhur. U ehtiyojlarni ierarxik tartibda ajratadi:

1. Fiziologik ehtiyojlar;
2. Xavfsizlikka bo'lgan ehtiyoj;
3. Muhabbat va ijtimoiy bog'lanish ehtiyoji;
4. Hurmat va o'zini qadrlash ehtiyoji;

5. Insonning o'z yashirin imkoniyatlarini to'laroq namoyon etish va ro'yobga chiqarish ehtiyoji va boshqalar. Maslou fikricha, yuqori darajadagi ehtiyojlar quyi darajadagi ehtiyojlarga tobe bo'lib, ularni qondirishdan keyin faoliyatga undovchi kuch sifatida namoyon bo'ladi. Shu bilan birga, u motivatsiya jarayonida odam ongining faol rolini yetarlicha hisobga olmagan va ierarxiyaning gorizontal, ya'ni bir qatordagi ehtiyojlar o'rtasidagi munosabatlarni yetarlicha o'rganmagan.

K.Levin esa, shaxsdagi motivlar, xususan ijtimoiy xulq motivlarini o'rganishda katta hissa qo'shgan. Uning tadqiqotlariga ko'ra, har bir inson o'ziga xos tarzda vaziyatni idrok qilish va baholashga moyil bo'ladi, ya'ni motivlar har bir shaxsda individual tarzda ishlaydi va ijtimoiy kontekstga bog'liq holda faoliyatni boshqaradi. Shunday qilib, motiv va motivatsiya inson faoliyatini tushunishda markaziy tushunchalar bo'lib, ular shaxsning ehtiyojlari, ichki intilishlari, xulq-atvori va ongli faoliyati bilan bevosita bog'liqdir. Motivatsiyaning ilmiy tahlili shaxsning psixologik va ijtimoiy rivojlanishini chuqurroq anglash imkonini beradi.

Motiv va motivatsiya o'zaro uzviy bog'langan tushunchalardir: motiv shaxsni maqsadli faoliyatga yo'naltiruvchi ichki kuch bo'lsa, motivatsiya bu kuchlarni tizimli ravishda boshqaruvchi psixologik mexanizm sifatida qaraladi.⁸²

Motivatsiya insonning xulq-atvori, qaror qabul qilish qobiliyati, ijtimoiy moslashuvi va shaxsiy o'sish jarayonlarini birlashtiradi. Shu bilan birga, motivatsiya ehtiyojlar, intilishlar, maqsadlar, qadriyatlar va tashqi sharoitlarning uyg'unlashuvi natijasida shakllanadi, shaxsning ongli va ongdan tashqari faoliyatini boshqaradi. Shu bois, motiv va motivatsiya tushunchalari shaxs psixologiyasida markaziy ahamiyatga ega bo'lib, ular orqali inson faoliyati, qaror qabul qilish jarayoni, ijtimoiy xulq va shaxsiy rivojlanish izchil tarzda tushuntiriladi. Ushbu tushunchalarni chuqur tahlil qilish psixologik nazariya va amaliy tadqiqotlarda shaxsning ichki intilishlarini va xatti-harakatlar mexanizmlarini aniqlash imkonini beradi.

⁸² Андрианова Е. С. Мотивы и мотивация // Молодежь и будущее: профессиональная и личностная самореализация. – 2020. – С. 22-23.

4.Ehtiyoj, motiv va maqsadning faoliyatdagi o‘zaro bog‘liqligi

Ehtiyoj, motiv va maqsad shaxs faoliyatining ichki psixologik asosini tashkil etuvchi o‘zaro bog‘liq tushunchalardir. Ehtiyoj insonning muayyan narsa, sharoit yoki faoliyatga bo‘lgan zaruratini ifodalasa, motiv ushbu ehtiyoj asosida shakllanib, shaxsni muayyan faoliyatga undaydi. Maqsad esa inson faoliyat davomida erishishni ko‘zda tutgan aniq natijani belgilaydi. Shu sababli ular faoliyatning paydo bo‘lishi, yo‘nalishi va natijasini belgilovchi uzviy tizimni tashkil etadi. Ehtiyoj shaxs faolligining dastlabki manbalaridan biri hisoblanadi. Insonda bilim olish, muloqot qilish, xavfsizlik, hurmatga ega bo‘lish, o‘zini namoyon qilish kabi turli ehtiyojlar mavjud bo‘ladi. Ehtiyojning o‘zi hali faoliyatning aniq yo‘nalishini belgilamasligi mumkin. U muayyan obyekt yoki faoliyat bilan bog‘langanda motiv shakllanadi. Masalan, bilim olish ehtiyoji muayyan kasbni egallash istagi bilan bog‘langanda kasbiy rivojlanishga yo‘naltirilgan motiv yuzaga keladi.

Motiv faoliyatning ichki harakatlantiruvchi kuchi sifatida namoyon bo‘ladi. U insonni nima sababdan muayyan faoliyatni tanlayotgani va ushbu faoliyatga qanday munosabatda bo‘layotganini tushuntirishga yordam beradi. Bir xil faoliyat turini turli insonlar turlicha motivlar asosida amalga oshirishi mumkin. Masalan, talaba o‘qishga bilim olishga qiziqishi, kasbiy maqsadlari yoki yuqori natijaga erishish istagi sababli intilishi mumkin. Maqsad motivning aniq yo‘nalishga ega bo‘lishini ta’minlaydi. U faoliyat natijasida nimaga erishish kerakligini anglatadi. Maqsadning aniq belgilanishi faoliyatni rejalashtirish, zarur vositalarni tanlash va natijani baholash imkonini beradi. Masalan, talabaning bilim olish motivi mavjud bo‘lsa, muayyan mavzuni o‘zlashtirish, imtihondan muvaffaqiyatli o‘tish yoki kasbiy kompetensiyani rivojlantirish uning aniq maqsadlariga aylanishi mumkin.

Ehtiyoj, motiv va maqsad o‘rtasidagi munosabatni “ehtiyoj - motiv - maqsad - faoliyat - natija” ketma-ketligi orqali ifodalash mumkin. Ehtiyoj insonda muayyan zaruratni yuzaga keltiradi, motiv ushbu zaruratni faol harakatga aylantiradi, maqsad esa harakatning aniq yo‘nalishini belgilaydi. Faoliyat jarayonida belgilangan maqsadga erishish ehtiyojning qondirilishiga olib keladi va yangi ehtiyoj hamda maqsadlarning shakllanishi uchun asos yaratadi.

5.Shaxs faoliyatida motivatsiyaning ahamiyati va motivlar tizimi

Motivatsiya shaxs faoliyatining ichki psixologik asoslaridan biri bo'lib, insonni muayyan faoliyatga undaydi, uning yo'nalishini belgilaydi va maqsadga erishishga bo'lgan intilishini qo'llab-quvvatlaydi. Shaxsning nima sababdan muayyan faoliyatni tanlashi, uni qanday darajada davom ettirishi va natijaga erishishga qanchalik intilishi uning motivatsion sohasi bilan bog'liq. Shu jihatdan motivatsiya faoliyatning boshlanishi, davomiyligi va samaradorligini belgilovchi muhim omillardan hisoblanadi. Motivatsiya faqat bitta motivdan iborat bo'lmay, o'zaro bog'liq motivlar tizimi sifatida namoyon bo'ladi. Shaxsning faoliyatida bilim olish, muvaffaqiyatga erishish, muloqot qilish, o'zini namoyon etish, moddiy manfaatdorlik, ijtimoiy e'tirof va kasbiy rivojlanish kabi turli motivlar bir vaqtda ishtirok etishi mumkin. Ushbu motivlarning qaysi biri ustun bo'lishi shaxsning faoliyatga bo'lgan munosabati va xulq-atvor yo'nalishiga ta'sir ko'rsatadi.

Motivlar ichki va tashqi shakllarda namoyon bo'lishi mumkin. Ichki motivatsiyada faoliyatning mazmuni, bilim olish, qiziqish va o'z imkoniyatlarini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega bo'ladi. Tashqi motivatsiyada esa baho, mukofot, moddiy manfaat, ijtimoiy e'tirof yoki boshqa tashqi omillar faoliyatga undovchi kuch sifatida namoyon bo'ladi. Amaliy faoliyatda ichki va tashqi motivlar ko'pincha bir-biri bilan uyg'unlashadi. Motivatsiyaning muhim vazifalaridan biri faoliyatni yo'naltirishdir. Inson bir nechta imkoniyatlar orasidan o'z ehtiyojlari va motivlariga mos keladigan faoliyatni tanlaydi. Masalan, kasbiy rivojlanishga bo'lgan motiv shaxsni yangi bilimlarni egallash, malakasini oshirish va amaliy tajribasini kengaytirishga undashi mumkin. Shu bilan birga, motivatsiya faoliyatning davomiyligini ta'minlab, qiyinchiliklar yuzaga kelganida maqsad sari intilishni saqlab qolishga yordam beradi.

Shaxsning motivatsion sohasi barqaror va o'zgaruvchan motivlarni o'z ichiga oladi. Ayrim motivlar uzoq vaqt davomida shaxs faoliyatining asosiy yo'nalishini belgilashi mumkin. Boshqa motivlar esa vaziyat, ehtiyoj va hayotiy sharoitlarning o'zgarishi natijasida kuchayishi yoki susayishi mumkin. Motivlar tizimining mazmuni shaxsning hayotiy tajribasi, qadriyatlari, ijtimoiy muhiti va rivojlanish

darajasi bilan chambarchas bog‘liq. Motivatsiya shaxsning faolligi, mas’uliyati, qat’iyligi va faoliyat natijasiga erishish darajasiga ham ta’sir ko‘rsatadi. Mazmunli va barqaror motivatsiya mavjud bo‘lganida inson faoliyat jarayonidagi qiyinchiliklarni yengib o‘tishga, o‘z imkoniyatlarini safarbar qilishga va belgilangan maqsadga izchil intilishga ko‘proq tayyor bo‘ladi. Shu sababli ta’lim va kasbiy faoliyatda shaxsning faqat tashqi natijalarini emas, balki uning ichki motivlarini ham hisobga olish muhimdir.

Shaxs faoliyatida ushbu uch komponentning uyg‘unligi faoliyatning barqarorligi va samaradorligini ta’minlaydi. Ehtiyoj kuchli bo‘lsa-yu, aniq motiv yoki maqsad shakllanmagan bo‘lsa, faoliyatning yo‘nalishi noaniq bo‘lishi mumkin. Aksincha, aniq maqsad mavjud bo‘lib, uning ortida yetarli motivatsion asos bo‘lmasa, faoliyatni uzoq muddat davom ettirish qiyinlashadi. Demak, faoliyatning mazmunli va barqaror kechishi ehtiyoj, motiv va maqsadning o‘zaro uyg‘unligiga bog‘liq. San’at inson ruhining eng turg‘un qatlamlariga ham nur olib kiruvchi sehrli mash’ala yanglig‘, qalbga cheksiz kuch bag‘ishlaydi. U shunchaki ko‘z quvonchi emas, balki tushkunlik botqog‘iga botgan ruhni yuksaklarga ko‘taruvchi, unga hayotning yangi ranglarini in’om etuvchi qudratli motivatsiya manbaidir. Musiqaning birgina navosi yoki mo‘yqalamdan to‘kilgan ranglar jilosi inson ichki dunyosida koinot qadar keng to‘lqinlar hosil qilib, uni eng buyuk maqsadlar sari undashga qodir. Ruhning tubida yashiringan, hali kashf etilmagan iste’dod va jasorat aynan san’at asari bilan toklashganda uyg‘onadi. Go‘zallik bilan yuzlashgan inson o‘zligidagi quvvatni his etadi. U birgina san’at asari orqali borliqni va o‘z qalb qal’asini ham qaytadan kashf eta boshlaydi. San’at bergan ilhom tufayli inson tashqi to‘siqlarni va ichki qo‘rquvlarni yengib o‘tishga, intellektual tavakkalchilik sari qadam tashlashga hamda o‘z hayot asarini yanada yorqinroq chizishga rag‘bat topadi. Masalan birgina yurakdan ijro qilingan qo‘shiq inson psixikatini lahzalar ichida o‘zgartira oladigan eng shiddatli va ta’sirchan motivatsiya vositasi. Undagi ohang va so‘z uyg‘unligi qalbning eng chuqur torlarini tebratuvchi ma’naviy turtkiga aylanadi.

Totli bir navo yoki mardona hayqiriq inson vujudidagi yashirin kuchlarni harakatga keltirib, unda qiyinchiliklarni yengishga bo‘lgan matonat va ertangi kunga bo‘lgan qat’iy ishonchni uyg‘otadi. Qalbning tub-tubidan chiqqan haqiqiy qo‘shiq insonni o‘z ojizligidan baland ko‘tarib, unga ruhning cheksiz parvozi va ijodiy zafarlar uchun bitmas-tuganmas quvvat bag‘ishlaydi. Xulosa o‘rnida aytish mumkinki, san’at va motivatsiya bir daryoning ikki sohili kabi bir-birini to‘ldirib, insonni ma’naviy komillik cho‘qqisiga yetaklaydi. San’at asarlari orqali biz o‘tmishning aks-sadosini tinglaymiz, shu bilan birga, kelajakni qurish uchun zarur bo‘lgan psixik quvvatni jamlaymiz. Zero, san’at bilan oshno bo‘lgan ko‘ngil hech qachon taslim bo‘lmaydi, balki har bir yangi asarda o‘zining yangi va yanada kuchliroq qiyofasini yaratishda davom etadi.

Mavzu bo‘yicha savollar.

1. Faoliyat tushunchasining psixologik mazmuni qanday aniqlanadi?
2. Faoliyat va harakat tushunchalari o‘rtasidagi asosiy farqlar nimada?
3. S.L. Rubinshteynning ong va faoliyat birligi tamoyili nima uchun muhim hisoblanadi?
4. A.N. Leontevning predmetli faoliyat tushunchasi qanday psixologik asosga ega?
5. Faoliyatning inson shaxsini shakllantirishdagi roli qanday namoyon bo‘ladi?
6. V.B. Ananyevning faollik va bilish faoliyati tushunchalari o‘rtasidagi bog‘liqlikni tushuntiring.
7. Faoliyat va motivatsiya munosabatini ijtimoiy psixologiya nuqtayi nazaridan tahlil qiling.
8. Motiv va motivatsiya tushunchalari o‘rtasidagi farq nimada?
9. A.Maslou ehtiyojlar ierarxiyasini taqdim etgan nazariyasi bo‘yicha motivatsiya qanday shakllanadi?
10. S.L. Rubinshteyn motivni qanday tushuntiradi va uning shaxs faoliyatidagi roli nima?

2.2-MAVZU. MULOQOT PSIXOLOGIYASI

Reja:

1. Muloqot psixologiyasining mazmuni va ahamiyati.
2. Muloqotni o'rganishning nazariy masalalari
3. Muloqot jarayonida individual xususiyatlarning roli
4. San'at va madaniyat sohasida tomoshabin bilan ijodiy muloqot jarayoni

Tayanch iboralar: muloqot psixologiyasi, muloqot tushunchasi, muloqotning mazmuni, muloqotning psixologik mohiyati, muloqotning ahamiyati, muloqot jarayoni, muloqot subyekti, muloqot obykti, muloqot maqsadi, muloqot vositalari, verbal muloqot, noverbal muloqot, muloqot funksiyalari, kommunikativ funktsiya, interaktiv jarayon, perseptiv jarayon, muloqotning nazariy asoslari, shaxslararo muloqot, ijtimoiy muloqot, muloqot uslublari, empatiya, tinglash ko'nikmasi, muloqot kompetentligi, ijodiy muloqot, tomoshabin bilan muloqot.

1.Muloqot psixologiyasining mazmuni va ahamiyati

Muloqot psixologiyasi inson va jamiyat o'rtasidagi intershaxsiy, guruhlararo va madaniy kommunikatsiya jarayonlarini ilmiy tahlil qiluvchi fan sifatida rivojlangan⁸³. Ushbu yo'nalish inson xulq-atvori, hissiyotlar, idrok va intilishlarni tahlil qilgan holda, shaxslararo munosabatlarni chuqur tushunishga xizmat qiladi. Muloqot psixologiyasi predmeti sifatida shaxslarning o'zaro ta'sir qilish mexanizmlari, xulq-atvorni boshqaruvchi psixologik faktorlar, kommunikativ strategiyalar va ularning ijtimoiy kontekstdagi roli o'rganiladi.

Muloqot jarayoni ikki yoki undan ortiq shaxsning ma'lumot, his-tuyg'u, qiziqish va intilishlarni almashishi orqali amalga oshadi. Bu jarayonda subyektlar nutq, imo-ishora, mimika, intonatsiya kabi vositalardan foydalanadi. Shuningdek, muloqotning noverbal komponentlari – tana harakati, yuz ifodalari, ko'z aloqa va masofa – muhim ahamiyatga ega bo'lib, u inson psixikasini chuqur anglash imkonini beradi. Muloqot psixologiyasining asosiy vazifalaridan biri shaxsning kommunikativ kompetensiyasini o'rganishdir. Kompetensiya shaxsning turli

⁸³ Корягина Н. А., Антонова Н. В., Овсянникова С. В. Психология общения. 2018.

sharoitlarda samarali, aniq va ijtimoiy qoidalarga muvofiq muloqot qilishi qobiliyatidir.⁸⁴ Bu qobiliyat nafaqat shaxsiy ijtimoiy moslashuvni, balki professional faoliyatda ham muvaffaqiyatga erishishni ta'minlaydi. Muloqot psixologiyasi yordamida shaxsning tinglash, tushunish, fikr bildiruvchi va qarama-qarshi munosabatlarni boshqarish qobiliyatlari tizimli tarzda tahlil qilinadi.

Mazkur fan shuningdek, shaxslararo va guruh ichidagi ijtimoiy jarayonlarni tushuntirishda muhim ahamiyatga ega. Masalan, jamoa ichida muloqot mexanizmlari guruh a'zolarining motivatsiyasi, qaror qabul qilish strategiyalari va konfliktlarni boshqarish usullariga bevosita ta'sir qiladi. Shu bilan birga, muloqot psixologiyasi shaxsning ijtimoiy stereotiplari, qadriyatlar va hissiy holatining interaktiv ta'sirini o'rganadi. Bu jihat insonlarning bir-birini idrok qilish qobiliyatini yaxshilash, shuningdek, konfliktli vaziyatlarda samarali kommunikatsiya strategiyalarini ishlab chiqish imkonini beradi. Muloqot psixologiyasining ahamiyati inson shaxsini ijtimoiy, kasbiy va shaxsiy rivojlanish kontekstida keng namoyon bo'ladi. Shaxsning o'zaro munosabatlar orqali o'zini anglash, hissiy intellektini rivojlantirish, empatiya va tinglash ko'nikmalarini oshirishda fan muhim rol o'ynaydi. Shu bilan birga, samarali muloqot orqali shaxs qaror qabul qilish, ijtimoiy muammolarni hal etish, jamoa va professional vazifalarni bajarish qobiliyatini kuchaytiradi.

Zamonaviy ijtimoiy sharoitlarda muloqot psixologiyasi ilmiy va amaliy ahamiyatini yanada oshirdi. Raqamli kommunikatsiya, masofaviy ish va global kommunikatsiya tarmoqlari shaxslarning interaktiv faoliyatini o'rganishni talab qiladi. Bu esa, muloqot jarayonining murakkab mexanizmlarini, shaxs motivatsiyasi va hissiy holatini, shuningdek, noverbal signal va kontekstual faktorlarni chuqur tushunish zaruratini oshiradi. A.V.Petrovskiy tahriri ostida chiqqan *“Umumiy psixologiya”* darsligida muloqot ikki yoki undan ortiq shaxslar o'rtasidagi axborot almashinuvi, o'zaro ta'sir va bir-birini tushunish jarayoni sifatida ta'riflanadi. Bu ta'rif muloqotning nafaqat informatsion, balki psixologik va ijtimoiy xususiyatlarini

⁸⁴ Лабунская В. А., Менджеритская И. А., Бреус Е. Д. Психология затрудненного общения: Теория. Методы. Диагностика. Коррекция. – 2001.

ham qamrab oladi. M.G. Davletshin muallifligida chop etilgan “*Umumiy psixologiya*” o‘quv qo‘llanmasida muloqot ikki yoki undan ortiq shaxslar orasidagi affektiv baholash va bilish asosidagi ma’lumot almashish jarayoni sifatida ko‘rsatiladi. Shu bilan birga, M.G.Davletshin rahbarligida chop etilgan “*Psixologiya*” qisqacha izohli lug‘atida muloqot ikki yoki undan ortiq shaxslarning o‘zaro ta’sir etishi deb aniqlanadi⁸⁵. Ushbu ta’riflarni umumlashtirib, muloqotga quyidagicha ta’rif berish mumkin: muloqot – kamida ikki shaxs o‘rtasida yuzaga keladigan o‘zaro ta’sir jarayoni bo‘lib, bu jarayon davomida axborot almashinuvi sodir bo‘ladi, munosabatlar shakllanadi, rivojlanadi va boshqariladi. Shu nuqtayi-nazardan muloqot shaxslararo tushunish, ijtimoiy moslashuv va psixologik o‘zaro bog‘liqlikning asosiy vositasi sifatida qabul qilinadi. Muloqot inson hayotida muhim ahamiyatga ega bo‘lib, uning psixologik, ijtimoiy va madaniy rivojlanishida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Ushbu ahamiyatni tarixiy va tajribaviy misollar orqali yaqqol ko‘rish mumkin. Birinchi misol 1938-yilda Richard Bardning Antarktidadagi tajribasi bilan bog‘liq. U o‘z xohishi bilan olti oy davomida muzliklar orasida tanho qolgan. Dastlab u ilmiy tajriba maqsadlariga qiziqqan bo‘lsa, shuningdek, kundalik hayotning shovqinidan dam olishni istagan. Ammo vaqt o‘tishi bilan tanho yashash uning psixologik holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatgan. Harakatlari va kundalik faoliyati maqsadsiz, tartibsiz va mantiqsiz bo‘lib qolganini qayd etgan. Hatto u xavf-xatarni ilgari qo‘rqmasdan qabul qilgan bo‘lsa-da, tanho muhitda oddiy xavfsizlik holatlarini ham xavfli deb qabul qilgan. Bu holat shuni ko‘rsatadiki, inson faqatgina jismoniy ehtiyojlar bilan cheklanmaydi, balki ijtimoiy va kommunikativ ehtiyojlar uning ongini va psixik barqarorligini saqlashda muhim ahamiyatga ega.

Ikkinchi misol yaponlarda mavjud bo‘lgan *Moritao* tizimi bilan bog‘liq. Ushbu amaliyotda inson bir hafta davomida g‘orga kirib, butunlay tanho qoladi va hatto o‘z-o‘ziga gapirish imkoniga ega emas. Tajribadan so‘ng bu insonlar muloqotning qadriyatini chuqurroq anglaydi. Ular uchrashuv va suhbatlarni nafaqat so‘zlashish vositasi sifatida, balki tinglash va boshqalarni tushunish imkoniyati sifatida

⁸⁵ Xaydarov F.I., Xalilova. N.I. Umumiy psixologiya. – Toshkent.: 2009. 98 b.

qadrlashadi. Bu holat shuni ko'rsatadiki, muloqot insonning hissiy, psixologik va ijtimoiy ehtiyojlarini qondiradi, uni ijtimoiylashishga va shaxsiy barqarorlikni saqlashga undaydi. Uchinchi misol Amerika tajribasiga oid bo'lib, avtomatlashtirilgan tamaddixonalar davrida insonlarning suhbat ehtiyojini ko'rsatadi. Tamaddixonalar avtomatlashtirilsa ham, ularning egalari tez orada kasodga uchraydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, odamlar nafaqat ovqatlanish uchun, balki suhbatdosh topish, ijtimoiy muloqot qilish maqsadida ham ushbu joylarga keladi. Bu holat insonning muloqotga bo'lgan tabiiy ehtiyojini ochiq namoyon qiladi.

Yuqoridagi misollar birgalikda shuni isbotlaydiki, muloqot inson hayotida faqatgina ma'lumot almashish vositasi sifatida emas, balki shaxsiy ong, hissiy barqarorlik, ijtimoiy integratsiya va shaxsiy rivojlanishning asosiy omili sifatida xizmat qiladi. Insonlar doimiy ravishda muloqotga intiladi, uni anglab, rivojlantirishga harakat qiladi, bu esa shaxsning ijtimoiy va psixologik barqarorligini ta'minlaydi. L.A. Karpenko tomonidan taklif etilgan tasnifga ko'ra, muloqot bir qator muhim vazifalarni bajaradi. Ushbu vazifalar muloqot jarayonining mazmuni, maqsadi hamda shaxslararo o'zaro ta'sir xususiyatlarini ifodalaydi.⁸⁶

➤ Aloqa o'rnatish vazifasi suhbatdoshni kommunikativ jarayonga tayyorlashni anglatadi. Bu jarayonda muloqot ishtirokchilari o'zaro diqqatni jamlaydi, psixologik yaqinlik hosil qiladi va keyingi axborot almashinuvi uchun qulay sharoit yaratiladi.

➤ Informatsion vazifa muloqotning asosiy tarkibiy qismidir. U orqali suhbatdoshlar o'zaro ma'lumot, fikr, g'oya, reja va tajriba almashadilar. Ushbu vazifa shaxslar o'rtasida bilim, qarash va tushunchalarning boyishiga xizmat qiladi.

➤ Faoliyatga undash vazifasi suhbatdoshni muayyan harakatni bajarishga rag'batlantirish bilan bog'liq. Bu jarayonda nutq, maslahat, ko'rsatma yoki iltimos orqali boshqa shaxsning faoliyati yo'naltiriladi va maqsadga muvofiq harakatga undaladi.

⁸⁶ O'sha manba. 80 bet.

➤ Koordinatsion vazifa hamkorlikdagi faoliyatni tashkil etish hamda amalga oshirish jarayonida harakatlarni muvofiqlashtirishni nazarda tutadi. Ushbu vazifa orqali muloqot ishtirokchilari umumiy maqsadni belgilaydi, vazifalarni taqsimlaydi va o‘zaro hamkorlikni ta‘minlaydi.

➤ Tushunishni ta‘minlash vazifasi suhbatdoshning fikrlarini, qarashlarini hamda hissiy holatini anglashga qaratilgan. Bu jarayonda shaxs nafaqat nutq mazmunini, balki suhbatdoshning kayfiyati, intonatsiyasi va munosabatini ham idrok etadi.

➤ Emotiv vazifa suhbatdoshda muayyan hissiyotlarni uyg‘otish yoki mavjud emotsional holatni o‘zgartirish bilan bog‘liq. Muloqot jarayonida insonlar bir-birining psixik kechinmalariga ta‘sir ko‘rsatadi, qo‘llab-quvvatlaydi yoki ruhlantiradi.

➤ Munosabat o‘rnatish vazifasi shaxsning ijtimoiy munosabatlar tizimidagi o‘rnini va mavqeini aniqlashga xizmat qiladi. Bu jarayonda ishtirokchilar bir-biriga nisbatan hurmat, ishonch yoki hamkorlik asosidagi munosabatlarni shakllantiradi.

➤ Ta‘sir ko‘rsatish vazifasi suhbatdoshning xulq-atvori, qarashlari, maqsadlari va ustanovkalarini o‘zgartirishga qaratilgan. Muloqot orqali insonlar bir-birining fikrlash tarziga, qaror qabul qilish jarayoniga va ijtimoiy xulqiga ma‘lum darajada ta‘sir o‘tkazadi. Shu tariqa, L.A. Karpenko tomonidan ajratib ko‘rsatilgan vazifalar muloqot jarayonining ko‘p qirrali mazmunini ochib beradi hamda shaxslararo o‘zaro ta‘sir mexanizmlarini tushunishda muhim ilmiy asos bo‘lib xizmat qiladi.

2.Muloqotni o‘rganishning nazariy masalalari

Muloqot fenomeni psixologiyaning muhim tadqiqot yo‘nalishlaridan biri bo‘lib, insonlarning o‘zaro munosabatga kirishishi, axborot almashishi, bir-birini anglashi va o‘zaro ta‘sir ko‘rsatishi bilan bog‘liq psixologik jarayonlarni o‘rganadi. Insonning shaxs sifatida shakllanishi va rivojlanishi muloqot jarayoni bilan uzviy bog‘liq. Chunki, shaxs ijtimoiy tajribani, bilim va ko‘nikmalarni, axloqiy me‘yorlar hamda qadriyatlarni boshqa insonlar bilan munosabatlar orqali o‘zlashtiradi. Shu jihatdan muloqot nafaqat axborot almashish vositasi, balki shaxslararo

munosabatlarni shakllantiruvchi va rivojlantiruvchi psixologik jarayon sifatida namoyon bo'ladi. Muloqotni nazariy jihatdan o'rganishda uning kommunikativ, interaktiv va perseptiv tomonlari alohida ahamiyatga ega. Kommunikativ jihat insonlar o'rtasida axborot almashish jarayonini ifodalaydi. Ushbu jarayonda fikr, bilim, hissiyot, munosabat va tajriba turli vositalar orqali yetkaziladi. Interaktiv jihat muloqot ishtirokchilarining o'zaro ta'siri, hamkorligi, kelishuvga erishishi va birgalikdagi faoliyatini tashkil etish bilan bog'liq. Perseptiv jihat esa muloqot jarayonida suhbatdoshni idrok etish, uning psixologik holatini anglash, xatti-harakatlarini tushunish va unga nisbatan muayyan munosabat shakllantirishni anglatadi. Muloqotning nazariy asoslarini tushuntirishda uning ijtimoiy xarakteri muhim o'rin tutadi. Inson muloqot orqali jamiyatdagi mavjud ijtimoiy tajribani o'zlashtiradi, ijtimoiy rollarni egallaydi va boshqa kishilar bilan munosabat o'rnatish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Oiladagi, ta'lim muassasasidagi, mehnat jamoasidagi va boshqa ijtimoiy muhitdagi muloqot shakllari shaxsning dunyoqarashi, xulq-atvori, kommunikativ ko'nikmalari va o'zini anglash jarayoniga ta'sir ko'rsatadi.

Muloqotni o'rganishda verbal va nonverbal kommunikatsiya masalalariga ham alohida e'tibor beriladi. Verbal muloqot og'zaki yoki yozma nutq orqali amalga oshirilsa, nonverbal muloqot mimika, imo-ishora, tana harakatlari, nigoh, ovoz ohangi, masofa va boshqa belgilar orqali namoyon bo'ladi. Mazkur vositalar ko'pincha insonning hissiy holati va suhbatdoshga bo'lgan munosabatini anglash imkonini beradi. Shu sababli samarali muloqot faqat nutq mazmuniga emas, balki uning qanday ohangda, qanday hissiy holat va xatti-harakatlar bilan ifodalanishiga ham bog'liq. Muloqotning nazariy masalalaridan yana biri muloqot samaradorligi va kommunikativ to'hsirlarni o'rganishdir. Muloqot jarayonida axborotning noto'g'ri tushunilishi, hissiy zo'riqish, stereotiplar, e'tiborsizlik, tinglashning yetarli darajada rivojlanmaganligi yoki suhbatdoshning pozitsiyasini hisobga olmaslik turli kommunikativ to'hsirlarni yuzaga keltirishi mumkin. Mazkur holatlarni bartaraf etishda faol tinglash, empatiya, fikrni aniq ifodalash, suhbatdoshni hurmat qilish va teskari aloqadan samarali foydalanish muhim ahamiyat kasb etadi.

Muloqot nazariyasida shaxslararo munosabatlar ham muhim ilmiy masala hisoblanadi. Muloqot jarayonida insonlar o‘zaro ishonch, hurmat, hamkorlik, raqobat, kelishmovchilik yoki ziddiyat asosida munosabatga kirishishi mumkin. Shaxsning temperament, xarakter, qobiliyat, hissiy barqarorlik, empatiya va kommunikativ kompetentlik kabi individual-psixologik xususiyatlari muloqotning mazmuni va uslubiga ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli muloqotni faqat tashqi kommunikativ harakatlar orqali emas, balki uning ortida turgan psixologik jarayonlar bilan birgalikda o‘rganish zarur.

3.Muloqot jarayonida individual xususiyatlarning roli

Muloqot psixologiyasi insonlarning o‘zaro ta’sir jarayonini o‘rganadigan ilmiy yo‘nalish bo‘lib, bunda individual xususiyatlar alohida ahamiyat kasb etadi. Har bir shaxsning psixologik xususiyatlari, ijtimoiy tajribasi, intellektual va hissiy salohiyati, shuningdek shaxsiy qadriyatlari muloqotning samaradorligi va sifatini belgilaydi. Individual xususiyatlar shaxsning kommunikativ kompetensiyasini, empatiya darajasini, tinglash va fikr bildirish qobiliyatini shakllantiradi. Shaxsning individual xususiyatlarini muloqot psixologiyasida o‘rganish ikki asosiy yo‘nalishda amalga oshiriladi. Ichki psixologik omillar va tashqi ijtimoiy sharoitlar bilan bog‘liq omillar. Ichki psixologik omillar shaxsning temperament, motivatsiya, qiziqishlar, hissiy barqarorlik, intellektual daraja va xulq-atvor uslublarini o‘z ichiga oladi⁸⁷. Masalan, ekstravert shaxslar o‘zaro muloqotda faol, tashabbuskor va ochiq bo‘lishga moyil bo‘lsa, introvertlar ko‘proq kuzatuvchan, o‘z ichiga yopiq va mulohazakor muloqot qiladilar. Shu jihat muloqotning uslub va natijasiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Individual xususiyatlar shuningdek shaxsning hissiy va motivatsion holati bilan chambarchas bog‘liq. Motivlar tizimi muloqot jarayonida shaxsning intilishlarini, ehtiyojlarini va xatti-harakatlarini boshqaradi. Masalan, ijtimoiy maqomini oshirish, ma’lumot egallash, muammoni hal qilish yoki hissiy qo‘llab-quvvatlash kabi motivlar shaxsning nutq va xulqini shakllantiradi. Shu bilan birga, hissiy barqarorlik

⁸⁷ Илин Г. Л. Некоторые вопросы психологии общения // Вопросы психологии. – 1986. – №. 5. – С. 113-124.

darajasi muloqot davomida stress, qarama-qarshi fikr va konflikt vaziyatlarini boshqarish qobiliyatini belgilaydi. Muloqotda individual xususiyatlarni tahlil qilish shaxsning intellektual imkoniyatlari va kommunikativ strategiyalarini aniqlashga ham yordam beradi. Masalan, shaxsning idrok qilish tezligi, tafakkur uslubi, xotira va diqqat darajasi muloqotning mazmunini tushunish va javob berish sifatini belgilaydi. Shaxsiy farqlar ushbu jarayonda noto'g'ri tushunish, konflikt yoki uzilishlar xavfini aniqlashda muhim rol o'ynaydi.

Ijtimoiy tajriba va madaniy kontekst ham individual xususiyatlarni shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Shaxslar turli ijtimoiy muhit, oilaviy tarbiya, ta'lim, mehnat va jamiyatlardagi interaktiv jarayonlar orqali muloqot qobiliyatini rivojlantiradilar.⁸⁸ Shu bilan birga, turli madaniyatlar va jamiyatlarda muloqot uslubi, etik qoidalar va kommunikativ kodlar farqlanishi shaxsning individual kommunikativ xususiyatlarini aniqlashni talab qiladi.

Individual xususiyatlar muloqotning samaradorligi va natijasini belgilash bilan birga, shaxsning ijtimoiy moslashuvini va professional rivojlanishini ham ta'minlaydi. Masalan, muvaffaqiyatli rahbarlar yoki pedagoglar o'z shaxsiy xususiyatlarini tushunib, ularni muloqotda samarali qo'llash orqali jamoani boshqarish va o'quvchilar bilan interaktiv ishlash qobiliyatini oshiradilar. Shuningdek, do'stlik va oilaviy munosabatlarda shaxsning hissiy sezgirligi, empatiya va tinglash ko'nikmalari ijtimoiy barqarorlikni saqlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Umuman olganda, muloqot psixologiyasida individual xususiyatlar shaxsning o'zaro ta'sirini tushunish, boshqarish va rivojlantirishda markaziy rol o'ynaydi. Shaxsning temperament, motivatsiya, intellektual salohiyat, hissiy barqarorlik va ijtimoiy tajribasi muloqot jarayonini shakllantiradi va uning samaradorligini belgilaydi. Shu bois, muloqot psixologiyasini o'rganishda individual xususiyatlarni chuqur tahlil qilish ilmiy va amaliy jihatdan zarurdir.

Maqsadli auditoriya bilan samarali muloqotni yo'lga qo'yish muammosi inson faoliyatining turli sohalari uchun o'z dolzarbligini saqlab qolmoqda. Vaqt o'tishi

⁸⁸ Bolotova A.K., Jukov Y.M., Petrovskaya L.A. Ijtimoiy aloqalar. Muloqot psixologiyasi. – 2016 yil.

bilan unga bo'lgan ehtiyoj yanada ortib bormoqda, chunki zamonaviy dunyoning ko'p qutbliligi va turli mazmun-mohiyatga boyligi sharoitida maqsadli auditoriyaga shunchaki murojaat qilish emas, balki uning javob reaksiyasiga erishish zarurati kuchaymoqda.

4.San'at va madaniyat sohasida tomoshabin bilan ijodiy muloqot jarayoni

Ijodiy sohada maqsadli auditoriya bilan o'zaro aloqa qilish texnologiyalari bir necha bor tadqiqotchilar e'tibor markazida bo'lgan. Olimlar tomonidan kommunikatsiyaning qadriyatli mazmuni va tuzilishiga oid masalalar ishlab chiqilgan. Shu bilan birga, tadqiqotchilar muloqot va madaniyat o'rtasidagi bog'liqlikni o'rganish bilan ham shug'ullanib, madaniy hodisalar o'zining tabiiy mavjudligida ular bilan aloqador bo'lganlar uchun axborot uzatishga xizmat qilishiga e'tibor qaratganlar. Xalq madaniyati hodisalari ularning ko'lami, o'ziga xosligi va amal qilish xususiyatlariga oid masalalar doirasida ko'rib chiqiladigan mahalliy folkloristika tadqiqotlariga murojaat qilish juda istiqbollidir. Folklor matnlari muloqot vazifalarini hal qilish texnologiyalarini yaxshi yoritib beradi, chunki ular xalqning o'z qarashlariga asoslanadi. Bu esa ommaviy muloqotlarni samarali yo'lga qo'yishga ta'sir ko'rsatuvchi omillarni tizimli tavsiflash va o'rganishga yaqinlashtiradigan fenomenlar doirasini kengaytirish imkonini beradi. XX–XXI asrlar bo'sag'asida axborot makonining globallashuvi natijasida, an'anaviy xalq ijodi zamonaviy muloqotlarning ko'pligi ichida tezlik bilan erib borayotgan bir paytda, tadqiqotchilar folklor hodisalarini o'rganishda yondashuvlarni kengaytirish va chuqurlashtirish zaruriyatiga duch keldilar.

Shunday qilib, tadqiqot adabiyotlarida folklor narrativlarining muloqotga oid jihatlarini o'rganishga bir necha bor urinishlar qilingan. Hozirgi vaqtda bu xalq madaniyati hodisalarini o'rganishda istiqbolli yondashuv hisoblanadi. K.V. Chistov hali o'sha paytlardayoq matnlarning ijro etilish holatlariga to'xtalib, folklor muloqoti haqida yozgan edi. B.N. Putilov ham folklor matnlarini kontekstual aloqalarda ko'rib chiqish orqali muloqot jihatiga murojaat qilgan, chunki ijro akti, matnning chuqur ma'nolari va uning kelib chiqishi kontekst bilan bog'liqdir.

Keyinchalik, xalq narrativlari mavjudligining pragmatik jihatiga e'tibor qaratgan S.B. Adonyeva o'z monografiyasida folklor nutqning o'ziga xos shaklidir, deb ta'kidlagan.

Tadqiqotchilar folklor matnlari asosida janr xususiyatlarini voqelik hodisalari bilan bog'liqlikda o'rganadilar. Shu bilan birga, muloqot jhati nafaqat janr o'ziga xosligiga e'tibor qaratish, balki folklor an'analarning dinamikasini, uning zamonaviy ommaviy ong uchun presedent asosini o'rganishga ham imkon beradi. Bu borada K.A. Bogdanovning folklor matnlari mavjudligining pragmatik va ijtimoiy-muloqot omillari haqidagi xulosalari juda istiqbollidir. Tadqiqotchi folklor haqida "jamoal ichidagi muloqot reaksiyalarini oldindan ko'rish va nazorat qilish imkonini beruvchi" vositalar to'plami sifatida yozadi⁸⁹.

Hozirgi vaqtda samarali ommaviy muloqotlarning turli jihatlariga bag'ishlangan ko'plab ilmiy ishlar mavjud bo'lsa-da, shu kunga qadar chiqarilgan xulosalar maqsadli auditoriya bilan o'zaro aloqa qilish muammolarining butun ko'lamini yetarli darajada qamrab ololmaydi. Muloqot ta'siri sun'iy hodisa bo'lib, maqsadli auditoriyaning tabiiy ehtiyojlarini hisobga olgan holda uning samaradorlik omillarini aniqlash vazifasi hali ham yechimni talab qiladi. Ijtimoiy taraqqiyot dunyoqarashni sezilarli darajada kengaytirdi, an'anaviy hayot tarzi doirasiga sig'maydigan vaziyatlar va realliklarni shakllantirdi. Ehtiyojlar o'sdi va ular bilan birga intilish hamda istaklar spektri kengayib, ular uchun mos ifoda izlashga majbur qildi. Jamiyatdagi muloqot ham shunga yarasha o'zgarib boradi.

Shunday qilib, an'anaviy madaniyat va jamiyatda qabul qilingan ijtimoiy ko'rsatmalar ma'lum bir tafakkur turini shakllantirganki, u uchun barqaror muloqot formatlari, ma'nolari va ssenariylari maqbul hisoblanadi. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, an'anaviy hodisa ma'lum bir shaklga ega bo'lgach, u jamiyatning dolzarb ehtiyojlarini to'liq qondira olsagina faol yashashda davom etadi. Aks holda, u yoki so'nib boradi, yoki o'z ehtiyojlarini qondirishning samarali usullarini

⁸⁹ Симакова М. С. Технологии эффективного взаимодействия с целевой аудиторией // Вестник ННГУ. 2020. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tehnologii-effektivnogo-vzaimodeystviya-s-tselevoy-auditoriey> (дата обращения: 23.04.2026).

izlayotgan zamonaviy insonning dolzarb muloqot ehtiyojlariga muvofiq ravishda qayta idrok etilib, o'zgarib boradi. Tomoshabin bilan samarali ijodiy muloqot o'rnatishda ijodkorning kommunikativ kompetentligi ham muhimdir. Ijodkor tomoshabinning yosh, madaniy va psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda badiiy vositalardan foydalanishi, o'z g'oyasini tushunarli va ta'sirchan shaklda ifodalashi zarur. Tomoshabinning reaksiyasi, fikri va hissiy munosabati esa ijodkor uchun teskari aloqa vazifasini bajaradi. Shu ma'noda tomoshabin passiv qabul qiluvchi emas, balki ijodiy muloqotning faol subyekti sifatida qaraladi.

Xalq madaniyati hodisalarini muloqot jihatidan o'rganish juda istiqbollidir, chunki bu ommaviy ong uchun dolzarb bo'lgan format va mazmun haqida ularning tabiiy mavjudlik sharoitida xulosa chiqarish imkonini beradi. Maqsadli auditoriya vakillari o'zlarining muloqot so'rovlariga moslikni izlaydilar, an'anaviy madaniyatni o'rganish esa iste'molchilarni qoniqtiradigan takliflarni topishga xizmat qiladi. Bir so'z bilan aytganda, san'at sohasidagi muloqot ijodkor va tomoshabin o'rtasida badiiy obrazlar, estetik kechinmalar va ma'naviy mazmun orqali amalga oshadigan murakkab psixologik jarayondir.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Muloqot psixologiyasi tushunchasi nimani anglatadi?
2. Muloqot psixologiyasining predmeti va vazifalari nimalardan iborat?
3. Muloqotning inson hayotidagi ahamiyati nimada namoyon bo'ladi?
4. Muloqot jarayonida axborot almashinuvi qanday amalga oshadi?
5. Shaxslararo muloqot qanday xususiyatlarga ega?
6. Muloqot jarayonida individual xususiyatlar qanday rol o'ynaydi?
7. Muloqot jarayonida yuzaga keladigan psixologik to'siqlar qanday?
8. Konfliktli vaziyatlarda muloqot qanday olib borilishi kerak?
9. Muloqot madaniyati tushunchasi nimani anglatadi?
10. Muloqotda etik normalarning ahamiyati nimada?
11. Muloqot jarayonida ta'sir ko'rsatish usullari qanday amalga oshiriladi?
12. Muloqot psixologiyasini o'rganishning amaliy ahamiyati nimadan iborat?

2.3-MAVZU. SHAXSNING HISSIY VA IRODAVIY SOHASI

Reja:

1. Hissiy jarayonlar tushunchasi va ularning psixologik mohiyati.
2. San'atda irodaning ahamiyati.
3. Iroda tushunchasi va uning shaxs faoliyatidagi o'rni.
4. Irodaviy jarayonlarning psixologik xususiyatlari.
5. Hissiy va irodaviy sifatlarning shaxs rivojlanishidagi ahamiyati.

Tayanch tushunchalar: hissiy jarayonlar, hissiyot, emotsiya, hissiy holatlar, hissiy kechinmalar, hissiy reaksiyalar, hissiy zo'riqish, hissiy barqarorlik, ijobiy hissiyotlar, salbiy hissiyotlar, affekt, kayfiyat, stress, hissiy boshqaruv, hissiy o'zini nazorat qilish, iroda, irodaviy jarayonlar, irodaviy harakat, irodaviy qaror, irodaviy tanlov, irodaviy maqsad, irodaviy zo'riqish, qat'iyatlilik, mustaqillik, tashabbuskorlik, jasorat, sabr-toqat, chidamlilik, o'zini boshqarish, intizomlilik, mas'uliyat, maqsadga intiluvchanlik, hissiy-irodaviy sifatlar, shaxs rivojlanishi.

1.Hissiy jarayonlar tushunchasi va ularning psixologik mohiyati.

Hissiy jarayonlar insonning voqelikdagi hodisalar, predmetlar, boshqa insonlar va o'z faoliyatiga nisbatan munosabatini aks ettiruvchi murakkab psixologik jarayonlardir. Inson hayotida sodir bo'layotgan voqealar uning ehtiyojlari, qiziqishlari, maqsadlari va qadriyatlariga mos yoki zid kelishiga qarab turli hissiy kechinmalarni yuzaga keltiradi. Quvonch, mamnunlik, qiziqish, hayajon, qo'rquv, qayg'u, norozilik va boshqa holatlar insonning muayyan vaziyatga bo'lgan subyektiv munosabatini ifodalaydi. Hissiy jarayonlarning psixologik mohiyati, avvalo, ularning insonning ehtiyojlari va faoliyati bilan bog'liqligida namoyon bo'ladi. Muayyan ehtiyoj qondirilganda, ijobiy hissiy holatlar, ehtiyojni qondirishga to'sqinlik qiluvchi vaziyatlarda esa, salbiy kechinmalar yuzaga kelishi mumkin. Masalan, o'quv faoliyatida maqsadga erishish qoniqish va ishonch hissini kuchaytirsa, muvaffaqiyatsizlik norozilik, xavotir yoki umidsizlikni keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli hissiyotlar inson faoliyatining borishi va natijasini psixologik jihatdan baholashda muhim ahamiyatga ega.Hissiy jarayonlar

psixologiyada insonning tashqi muhit hamda ichki kechinmalarga nisbatan subyektiv munosabatini ifodalovchi psixik hodisalar majmui sifatida talqin qilinadi⁹⁰. Ushbu jarayonlar orqali individ atrof-muhitdagi voqea-hodisalarni baholaydi, ularga nisbatan muayyan psixik holatni boshdan kechiradi va shu asosda xulq-atvorini tartibga soladi. Hissiy jarayonlar shaxsning ehtiyojlari, qiziqishlari, qadriyatlari va motivlari bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, inson faoliyatining ichki mexanizmlarini tushunishda muhim ilmiy ahamiyat kasb etadi. Psixologik nuqtayi nazardan hissiy jarayonlar inson psixikasining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Ular voqelikni bilish jarayonlaridan farqli ravishda predmet yoki hodisaning o‘zini emas, balki shaxs uchun qanchalik ahamiyatli ekanligini aks ettiradi. Masalan, idrok yoki tafakkur orqali inson voqea-hodisalar mohiyatini anglaydi, hissiy jarayonlar esa ushbu hodisalarga nisbatan yoqimli yoki yoqimsiz, quvonchli yoki tashvishli munosabatni yuzaga keltiradi. Shu sababli hissiyotlar shaxsning ichki dunyosini ifodalovchi muhim psixologik ko‘rsatkich sifatida qaraladi.

Hissiyot tushunchasiga psixologiya adabiyotlarida turli xil ta’riflar berilgan. Jumladan, A.V.Petrovskiy tahriri ostida nashr etilgan *“Umumiy psixologiya”* darsligida hissiyot kishining o‘z hayotida sodir bo‘layotgan voqea-hodisalarga, egallayotgan bilimlariga hamda amalga oshirayotgan faoliyatiga nisbatan turli shakllarda namoyon bo‘ladigan subyektiv munosabati sifatida ta’riflanadi. M. Vohidovning *“Bolalar psixologiyasi”* o‘quv qo‘llanmasida hissiyot tashqi olamdagi narsa va hodisalarga nisbatan insonda paydo bo‘ladigan ichki kechinmalarning ongda aks etishi sifatida izohlanadi. Q.Turg‘unov muallifligidagi psixologik lug‘atda esa hissiyot shaxsning voqelikdagi narsa va hodisalarga, boshqa kishilarga hamda o‘z-o‘ziga bo‘lgan munosabati natijasida yuzaga keladigan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalar majmui sifatida talqin qilinadi.

Professor E. G‘oziev muallifligidagi *“Umumiy psixologiya”* darsligida hissiyot inson miyasida shaxs ehtiyojlarini qondiruvchi yoki ularga to‘sqinlik qiluvchi obyektlarga nisbatan shakllanadigan munosabatlarning aks etishi sifatida izohlanadi.

⁹⁰ Токарева Г. В., Дорфман Л. Й. Имплитситные процессы и их исследование в западной психологии // Психология. Психофизиология. – 2014. – Т. 7. – №. 1. – С. 17-27.

Keltirilgan ta'riflardan ko'rinib turibdiki, hissiyot inson tuyg'ularining o'ziga xos aks etish shakli bo'lib, unda voqelikdagi narsa va hodisalarga nisbatan yuzaga keladigan ichki kechinmalar hamda shaxsiy munosabatlar ifodalanadi. Demak, hissiyotlar o'z-o'zidan paydo bo'lmaydi, balki tashqi muhitdagi voqea-hodisalar ta'siri natijasida yuzaga keladi. Psixologiya adabiyotlarida hissiyot tushunchasi bilan bir qatorda emotsiya atamasi ham keng qo'llaniladi. Shu sababli emotsiya tushunchasining mazmuni va uning hissiyot bilan o'zaro bog'liqligi masalasi muhim ahamiyat kasb etadi. Professor E. G'ozievning "*Umumiy psixologiya*" darsligida emotsiya odatda tashqi alomatlari aniq namoyon bo'ladigan his-tuyg'ularni, ichki kechinmalarni ifodalovchi psixik jarayonning aniq shakli sifatida ta'riflanadi. Emotsiya shaxsning voqelikka bo'lgan munosabatini his qilish jarayonida yuzaga kelib, uning ehtiyojlari va qiziqishlari bilan bevosita bog'liq bo'lgan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalarni ifodalaydi⁹¹.

Mazkur ta'riflardan ko'rinadiki, hissiyot tushunchasi emotsiyaga nisbatan kengroq mazmunga ega bo'lib, shaxsning kundalik hayoti, turmush tarzi va faoliyatining turli sohalarini qamrab oladi. Emotsiya esa hissiyotning nisbatan aniq va tez namoyon bo'ladigan shakli sifatida qaraladi. Hissiyotlar yuzaga kelish jihatidan insonning ehtiyojlari, qiziqishlari va intilishlari bilan uzviy bog'liq. Masalan, odamning organik ehtiyojlari qondirilganda unda rohatlanish va qoniqish hissi paydo bo'ladi. Aksincha, ushbu ehtiyojlar qondirilmaganda insonda psixik tushkunlik, kayfiyatning buzilishi, azoblanish yoki bezovtalik kabi salbiy hissiy holatlar yuzaga keladi. Shu sababli hissiyotlar inson psixikasining muhim tarkibiy qismi bo'lib, ular shaxsning ichki holatini, ehtiyojlarini va voqelikka bo'lgan munosabatini ifodalashda muhim rol o'ynaydi.

Hissiy jarayonlarning psixologik mohiyati shundan iboratki, ular insonning ehtiyojlari bilan bevosita bog'liq holda shakllanadi. Ehtiyoj qondirilganda ijobiy hissiy holat, qondirilmaganida esa salbiy psixik kechinma yuzaga keladi. Bu jarayon shaxsning kelgusi faoliyatini rag'batlantiradi yoki cheklaydi. Demak, hissiy holatlar

⁹¹ Xaydarov F.I., Xalilova. N.I. Umumiy psixologiya. – Toshkent.: 2009. 98 b.

insonni ma'lum faoliyatga undovchi ichki kuch sifatida namoyon bo'ladi. Shu jihatdan ular motivatsion jarayonlar bilan ham uzviy aloqada rivojlanadi.

Hissiy jarayonlar biologik va ijtimoiy omillar ta'sirida shakllanadi. Biologik omillar inson organizmining fiziologik xususiyatlari bilan bog'liq bo'lsa, ijtimoiy omillar tarbiya, madaniyat, muhit va tajriba orqali yuzaga keladi. Masalan, bir xil voqea turli shaxslarda turlicha hissiy reaksiyani keltirib chiqarishi mumkin. Bu farq shaxsning hayotiy tajribasi, dunyoqarashi va ijtimoiy qadriyatlari bilan izohlanadi.

Hissiy jarayonlarning yana bir muhim xususiyati ularning dinamik xarakterga egaligidir. Psixik kechinmalar tez o'zgarishi, kuchayishi yoki susayishi mumkin. Bu o'zgarishlar insonning ichki holati, tashqi sharoit va psixologik barqarorlik darajasiga bog'liq holda yuzaga keladi⁹². Masalan, quvonch, hayrat, tashvish yoki g'azab kabi holatlar muayyan vaziyat ta'sirida paydo bo'lib, vaqt o'tishi bilan boshqa psixik kechinmalar bilan almashishi mumkin. Psixologiyada hissiy jarayonlar shaxsning ijtimoiy moslashuvi va psixik salomatligini ta'minlovchi muhim mexanizm sifatida ham qaraladi. Ular orqali inson atrof-muhit bilan muvofiqlashadi, boshqa odamlar bilan munosabat o'rnatadi va o'z xulq-atvorini boshqaradi. Masalan, hamdardlik, mehr, quvonch yoki tashvish kabi kechinmalar shaxslararo munosabatlarning shakllanishida muhim rol o'ynaydi.

Hissiy holatlarning ifodalanishi bir necha yo'nalishda namoyon bo'ladi. Birinchidan, ular ifodali harakatlar orqali, ya'ni yuz ifodasi, qo'l va oyoq harakatlari, mimika hamda pantomimika orqali namoyon bo'ladi. Ikkinchidan, organizm ichki tizimlarida yuz beradigan o'zgarishlar orqali, ya'ni ichki a'zolar faoliyatining o'zgarishi, yurak urishi, nafas olish jarayoni va boshqa fiziologik reaksiyalar orqali aks etadi. Uchinchidan, organizmda kechadigan biokimyoviy jarayonlar, xususan qon tarkibi va boshqa biologik suyuqliklardagi kimyoviy o'zgarishlar hamda modda almashinuvidagi o'zgarishlar orqali ifodalanadi.

Hissiy jarayonlarning shakllanishida bir nechta omillar muhim rol o'ynaydi. Birinchi omil – fizik omillar bo'lib, ular tashqi muhitdagi ta'sir etuvchi stimullar

⁹² Тихомиров О. К., Ключко В. Е. Эмоциональная регуляция мыслительной деятельности // Вопросы психологии. – 1980. – Т. 5. – С. 23-31.

bilan bog‘liq. Ikkinchi omil – psixologik yoki kognitiv omillar bo‘lib, ularga xotira, shaxsning hozirgi qiziqishlari, ehtiyojlari va vaziyatni ongli ravishda baholash jarayoni kiradi. Uchinchi omil – fiziologik omillar bo‘lib, ular asab-mushak tizimida yuz beradigan o‘zgarishlar bilan ifodalanadi. Mazkur omillar o‘zaro ta’sirlashib, insonda ma’lum emotsional kechinmalarni vujudga keltiradi. His-tuyg‘ularning tashqi ifodasi turli shakllarda namoyon bo‘ladi. Ularga yuz ifodasi, imo-ishoralar, vajohatning o‘zgarishi, tana holati va qaddi-qomatdagi o‘zgarishlar kiradi. Bundan tashqari, ayrim ajratuvchi bezlar faoliyati ham hissiy holatlarning ifodalanishida muhim rol o‘ynaydi. Masalan, so‘lak ajralishi, terlash yoki boshqa fiziologik reaksiyalar hissiy kechinmalarning tashqi belgilaridan biri hisoblanadi.

Hissiy holatlar nutq faoliyatiga ham sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Emotsional kechinmalar jarayonida nutqning tezligi, ohangi va sintaktik tuzilishi o‘zgarishi mumkin. Ba’zi hollarda gaplarning grammatik tuzilishi buzilishi, nutqning tezlashishi yoki sekinlashishi kuzatiladi. Shuningdek, nutq jarayonida “ovoz mimikasi”, ya’ni ovoz ohangi va ifodaviylik darajasi ham o‘zgaradi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, turli hissiy holatlar nutq xususiyatlarida turlicha namoyon bo‘ladi. Masalan, g‘amginlik yoki ma’yuslik kabi hissiyotlarni boshdan kechirayotgan insonning ovozi ko‘pincha pastlashadi, nutqi sekinlashadi va ba’zan bo‘linib-bo‘linib eshitiladi. Aksincha, quvonch yoki hayajon holatida nutq tezlashadi, ovoz ohangi ko‘tariladi va ifodaviylik kuchayadi.

Iroda inson psixikasining muhim tarkibiy qismlaridan biri bo‘lib, shaxsning ongli faoliyatini boshqarish, maqsadni belgilash hamda unga erishish jarayonida yuzaga keladigan ichki psixik mexanizmlarni ifodalaydi. Psixologiya fanida iroda tushunchasi ko‘pincha insonning ongli ravishda o‘z xatti-harakatlarini tartibga solish, qiyinchiliklarni yengish hamda muayyan natijaga erishish yo‘lida kuch-g‘ayratini safarbar etish qobiliyati sifatida talqin qilinadi⁹³.

⁹³ Бутузова Ю. А. Психологическая сущность эмоционального состояния личности // ОНВ. 2011. №5 (101). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-suschnost-emotsionalnogo-sostoyaniya-lichnosti> (дата обращения: 23.04.2026).

Shu jihatdan iroda shaxs faoliyatining maqsadga yo'naltirilganligi, barqarorligi va samaradorligini ta'minlovchi muhim psixologik omil hisoblanadi.

2.San'atda irodaning ahamiyati

San'at insonning ijodiy imkoniyatlarini namoyon etuvchi murakkab faoliyat sohasi bo'lib, unda ijodkorning bilimlari, qobiliyatlari, hissiy kechinmalari, tasavvuri va irodaviy sifatlari o'zaro uyg'unlashadi. Badiiy asarning yaratilishi faqat ijodiy ilhom yoki estetik qiziqish bilan cheklanmaydi. Ijodkor oldiga qo'ygan maqsadiga erishish uchun izchil mehnat qilishi, qiyinchiliklarni yengib o'tishi, o'z faoliyatini nazorat qilishi va belgilangan vazifalarni oxirigacha bajarishi zarur. Shu jihatdan iroda san'at faoliyatining muhim psixologik omillaridan biri hisoblanadi.

Iroda insonning ongli ravishda maqsad belgilashi, qaror qabul qilishi, o'z xatti-harakatlarini boshqarishi va maqsadga erishish yo'lida yuzaga keladigan to'siqlarni yengib o'tish qobiliyatini ifodalaydi. San'at faoliyatida iroda ijodiy g'oyani amalga oshirish, uni izchil rivojlantirish va yakuniy badiiy natijaga yetkazishda namoyon bo'ladi. Ijodkorning dastlabki g'oyasi qanchalik qiziqarli bo'lmasin, uni amaliy jihatdan ro'yobga chiqarish muntazam mehnat, sabr-toqat va irodaviy zo'riqishni talab qiladi. San'atda irodaviy sifatlarning ahamiyati, ayniqsa, ijodiy faoliyatning murakkab va uzoq davom etadigan jarayonlarida yaqqol ko'rinadi. Rassomning asar yaratishi, bastakorning musiqa asarini ishlab chiqishi, aktyorning obraz ustida ishlashi, rejissyorning sahna yoki kino asarini yaratishi ko'p bosqichli faoliyatni talab etadi. Ushbu jarayonda ijodkor turli qiyinchiliklar, muvaffaqiyatsizliklar va kutilmagan vaziyatlarga duch kelishi mumkin. Qat'iyat, chidamlilik va o'zini boshqarish kabi irodaviy sifatlar ana shunday sharoitlarda faoliyatni davom ettirishga yordam beradi. Iroda tushunchasi insonning faoliyat jarayonida yuzaga keladigan turli ichki va tashqi to'siqlarni yengish bilan chambarchas bog'liq. Inson o'z oldiga ma'lum vazifa qo'yganida uni amalga oshirish yo'lida turli qiyinchiliklar, shubhalar yoki qarama-qarshi istaklar paydo bo'lishi mumkin. Bunday vaziyatda iroda shaxsning ongli tanlov qilish, maqsadga sodiq qolish va faoliyatni davom ettirish qobiliyatini namoyon etadi. Demak, iroda faqat istak yoki niyat bilan cheklanmaydi, balki muayyan harakatni amalga oshirishga qaratilgan psixologik

kuch sifatida namoyon bo'ladi. Insonning badiiy-ijodiy faoliyatga bo'lgan qobiliyatlarini rivojlantirish zarur. Ular muntazam mashqlar natijasida rivojlanadi. Maksimal darajada rivojlangan badiiy qobiliyatlar san'atda namoyon bo'ladigan dunyoning gumanistik konsepsiyasini ochib berish va qo'llab-quvvatlash imkonini beradi. Faraz qilaylik, potensial badiiy ijod subyektida ertami-kechmi yuqorida ko'rsatilgan konsepsiyani tasdiqlovchi ushbu faoliyat qobiliyati shakllanadi. Umumiy narsa xususiy narsani bostirmay, balki u bilan o'zaro bog'langanida (va aksincha), rassom xayoliy tushunarlilik va batafsil ishonchlilik ortidan quvmay, ularni umumiylikka bo'ysundirganida badiiy obrazni maksimal darajada samarali ochib berish imkoniyati tug'iladi. Shubhasiz, yaxlit idrokning o'zi yetarlicha kuchli hissiy samara berish uchun kifoya qiladi. Biroq, badiiy ijod mahsuli o'z-o'zidan, kutilmaganda yo'qlikdan paydo bo'lib qolmaydi.

Inson psixikati quyidagi tuzilishga ega: hissiy-tuyg'u komponenti, iroda va xotira. Emotsiyalar atrof-muhitdagi voqelikka nisbatan munosabat natijasidir. O'z navbatida, I.I. Kalniy va Y.A. Sandulovlarning ishlarida ko'rsatilganidek, emotsiyalar irodaviy tartibga solishning asosi va sababi bo'lib xizmat qiladi. Bu tartibga solish esa irodali bo'lishni istagan va o'z qadriyatlarini himoya qiladigan shaxsning irodasini uning quroliga aylantiradi. Insonning mohiyatli kuchlari tarkibiy qismlardan iborat bo'lib, ulardan biri irodadir.

U tanlov vaziyatlarida, qaror qabul qilish lahzalarida va amalga oshirish jarayonida o'zini turlicha namoyon etadi. Irodaviy akt insonning o'z manfaatlari va ehtiyojlarini amalga oshirishi uchun ongi barqarorligining darajasini belgilab beradi. Bunday mo'ljal ongli faoliyatning usullari va xarakterini belgilab beruvchi maqsad hisoblanadi. Shu tariqa, psixikat darajasida iroda maqsadni amalga oshirish, o'z dunyoqarashiy ko'rsatmalarini moddiylashtirish uchun o'ziga xos katalizator bo'lib xizmat qiladi. Rassomning asarlarida uning o'z dunyoqarashi, didi, fikrlari va mayllari ko'rinib turishini aytishga hojat bormi? Rassom ijodda doimo o'zi xo'jayin bo'lib qoladi va texnikaga bo'lgan ehtiromiga qaramay, u hech qachon texnikaning o'zboshimchalik qilishiga yo'l qo'ymaydi. Aynan shu yerda, psixikat darajasida ong va psixika o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik yaqqol ko'rinadi. Har xil turdagi istaklar,

ehtiyojlar ongni ushbu istaklarni qondirishga undaydi. Miya qabul qilayotgan joriy ma'lumot keyinchalik belgilangan maqsad bilan uni amalga oshirishning dastlabki natijalari o'rtasidagi nomuvofiqlikni aniqlashi mumkin.

Bunday vaziyatda yordamga iroda keladi, u aynan shu tafovutlarni bartaraf etish uchun mo'ljallangan. Ammo irodaviy harakat ushbu nomuvofiqliklarni bartaraf etish va istalgan narsaga erishish uchun yetarli bo'lmagan vaziyatlar ham uchraydi. Sof subyektiv bo'lgan "rassom irodasi"ga misol sifatida M. Livshitsning "San'at o'rniga rassom" maqolasidan quyidagi parchani keltirish mumkin: "Ketma-ket o'tkazilgan formalistik eksperimentlar natijasida avangard deb ataluvchi san'at badiiy ijodning obyektiv elementlarini inkor etish darajasiga yetadi. Rasm chizish, yorug'-soya, kolorit talablarning barchasi o'tmishga aylanadi. Faqatgina rassomning o'z irodasini, o'z shaxsini ifodalashi qoladi, xolos.

Yuqorida aytilganlarning barchasini "badiiy iroda" tushunchasiga emas, balki "rassom irodasi" tushunchasiga nisbat berish lozim deb o'ylaymiz. Chunki rassom irodasining subyektivlik omili harakat, ko'pincha bo'sh harakat ko'rinishidagi zamonaviy san'at namunalarini yaratishga imkon bersa-da, har doim ham aynan estetiklashtirilgan mahsulot sifatida yuksak badiiy asar yaratilishini ta'minlayvermaydi.

Rassomning butun umri davomida ijodiy shakllanishi bu iroda va faoliyatning natijasi bo'lib, ular amalga oshirish vositalarini tanlash, maqsadga erishish yo'llarini izlash, harakat qilishga qaror qilish va irodani nazarda tutadi⁹⁴.

Psixologiyada irodaviy faoliyat odatda maqsad qo'yish, qaror qabul qilish, rejalashtirish, harakatni boshlash va natijani nazorat qilish kabi bosqichlardan iborat jarayon sifatida ko'rib chiqiladi. Ushbu bosqichlarning har biri shaxsning ongli faolligini talab qiladi. Avvalo inson o'z ehtiyojlari, qiziqishlari va qadriyatlariga asoslanib maqsad belgilaydi. Keyinchalik ushbu maqsadga erishish uchun zarur vositalar va usullar aniqlanadi. Qaror qabul qilingach esa shaxs o'z faoliyatini

⁹⁴ Деменёв Д. Н. Художественная воля как онтологическое основание искусства // Философская мысль. 2020. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/hudozhestvennaya-volya-kak-ontologicheskoe-osnovanie-iskusstva> (дата обращения: 23.04.2026).

amalga oshirishga kirishadi hamda jarayon davomida yuzaga keladigan qiyinchiliklarni yengishga harakat qiladi.

3.Iroda tushunchasi va uning shaxs faoliyatidagi o‘rni.

Iroda inson psixikasining muhim tarkibiy qismlaridan biri bo‘lib, shaxsning ongli ravishda maqsad belgilashi, qaror qabul qilishi, o‘z xatti-harakatlarini boshqarishi va maqsadga erishish yo‘lida yuzaga keladigan ichki hamda tashqi to‘siqlarni yengib o‘tish qobiliyatini ifodalaydi. Irodaviy jarayonlar inson faoliyatining maqsadga yo‘naltirilganligi va izchilligini ta’minlaydi. Inson har doim ham o‘z xohish-istaklariga bevosita amal qilmaydi, ayrim hollarda mavjud sharoit, ijtimoiy talab, axloqiy me’yor yoki uzoq muddatli maqsadlar asosida o‘z xatti-harakatlarini boshqaradi. Irodaning psixologik mohiyati ongli maqsad va unga erishishga qaratilgan faol harakat orqali namoyon bo‘ladi. Shaxs muayyan maqsadni belgilaganidan so‘ng unga erishishning yo‘llarini aniqlaydi, mavjud imkoniyatlarni baholaydi va tegishli qaror qabul qiladi. Qaror qabul qilishdan keyingi harakatlarni izchil amalga oshirish, yuzaga keladigan qiyinchiliklarga bardosh berish va faoliyatni yakuniga yetkazish irodaviy boshqaruvni talab qiladi. Shu sababli iroda faqat qaror qabul qilish bilan emas, balki qabul qilingan qarorni amalda ro‘yobga chiqarish bilan ham bog‘liq. Irodaviy faoliyatda motivlar kurashi ham muhim o‘rin tutadi. Inson ayrim vaziyatlarda bir-biriga zid bo‘lgan bir nechta istak, ehtiyoj yoki maqsad o‘rtasida tanlov qilishi mumkin. Masalan, talaba dam olish istagi bilan o‘qishga tayyorlanish zarurati o‘rtasida tanlov qilishi mumkin. Bunday vaziyatda shaxs muhimroq maqsadni belgilaydi, qaror qabul qiladi va o‘z xatti-harakatlarini ushbu maqsadga muvofiqlashtiradi. Demak, iroda insonning ichki qarama-qarshiliklarini tartibga solish va ongli tanlovni amalga oshirishda muhim vosita hisoblanadi.

Irodaning shaxs faoliyatidagi asosiy vazifalaridan biri faoliyatni boshqarish va tartibga solishdan iborat. Inson o‘z diqqatini muayyan vazifaga yo‘naltirishi, ortiqcha yoki maqsadga zid harakatlardan tiyilishi, vaqt va imkoniyatlarini to‘g‘ri taqsimlashi mumkin. Ayniqsa, uzoq muddatli maqsadlarni amalga oshirishda irodaviy boshqaruvning ahamiyati ortadi. Ta’lim olish, kasbiy faoliyat, sport

mashg'ulotlari va ijodiy faoliyat muntazamlilik va intizomni talab qilgani sababli ushbu jarayonlarda iroda muhim psixologik omil sifatida namoyon bo'ladi. Shaxs faoliyatida qat'iyatlilik, mustaqillik, tashabbuskorlik, sabr-toqat, chidamlilik, intizomlilik va o'zini boshqarish kabi irodaviy sifatlar muhim ahamiyatga ega. Qat'iyatlilik maqsad sari izchil harakat qilishda, mustaqillik qarorlarni o'z fikri asosida qabul qilishda, tashabbuskorlik yangi faoliyatni boshlashda, sabr-toqat va chidamlilik esa qiyinchiliklarga bardosh berishda namoyon bo'ladi. Intizomlilik belgilangan talab va qoidalarga rioya qilishni, o'zini boshqarish esa hissiyot, istak va xatti-harakatlarni nazorat qilishni anglatadi.

Irodaning shaxs faoliyatidagi o'rni juda kattadir. U insonning o'z xatti-harakatlarini ongli ravishda boshqarishiga, o'zini nazorat qilishiga va maqsadga yo'naltirilgan faoliyatni davom ettirishiga yordam beradi⁹⁵. Irodaviy sifatlar rivojlangan shaxslar odatda sabr-toqatli, qat'iyatli, tashabbuskor va mas'uliyatli bo'ladilar. Bunday insonlar murakkab vaziyatlarda ham o'zini yo'qotmaydi, muammolarni hal qilishga intiladi hamda oldiga qo'yilgan vazifalarni bajarishda izchillik ko'rsatadi. Irodaviy jarayonlarning psixologik xususiyatlari insonning ongli faoliyati bilan uzviy bog'liqdir. Iroda doimo maqsadga yo'naltirilgan bo'ladi va shaxsning ehtiyojlari, qiziqishlari hamda motivlari bilan chambarchas aloqada shakllanadi. Agar faoliyat muhim ehtiyojlarni qondirishga xizmat qilsa, insonning irodaviy faolligi kuchliroq namoyon bo'ladi. Shu sababli motivatsiya tizimi irodaviy jarayonlarning muhim psixologik asoslaridan biri hisoblanadi. Irodaviy jarayonlar shuningdek shaxsning hissiy holati bilan ham bog'liq. Ba'zan inson maqsadga erishish yo'lida qo'rquv, shubha yoki charchoq kabi salbiy kechinmalarni boshdan kechirishi mumkin. Bunday vaziyatda iroda hissiy jarayonlarni nazorat qilishga yordam beradi va faoliyatni davom ettirish imkonini yaratadi. Shu bois iroda hissiy barqarorlikni ta'minlashda ham muhim rol o'ynaydi.

4.Irodaviy jarayonlarning psixologik xususiyatlari

⁹⁵ Qurbonova N. Shaxs psixologiyasi va shaxsning hissiy-irodaviy sohasining psixologik xususiyatlari. International conference on multidisciplinary studies and education. Vol. 2. No. 5. 2025.

Irodaviy jarayonlar insonning ongli ravishda maqsad belgilashi, qaror qabul qilishi, o'z xatti-harakatlarini boshqarishi va maqsadga erishish yo'lida uchraydigan to'siqlarni yengib o'tishi bilan bog'liq psixologik jarayonlardir. Inson faoliyatida barcha harakatlar ham irodaviy xarakterga ega bo'lavermaydi. Oddiy, avtomatlashgan yoki bevosita ehtiyoj ta'sirida bajariladigan harakatlardan farqli ravishda irodaviy harakatlarda ongli maqsad, tanlov, qaror va o'zini boshqarish mavjud bo'ladi. Irodaviy jarayonlarning asosiy xususiyati onglilik va maqsadga yo'nalganlik bilan belgilanadi. Shaxs avvalo erishilishi lozim bo'lgan maqsadni angelaydi, unga olib boradigan harakatlarni belgilaydi va o'z faoliyatini ushbu maqsadga muvofiqlashtiradi. Masalan, talabaning murakkab mavzuni o'zlashtirish uchun muntazam shug'ullanishi, ijodkorning badiiy asarni yakunlash uchun uzoq vaqt mehnat qilishi yoki sportchining mashg'ulotlarni izchil davom ettirishi maqsadga yo'naltirilgan irodaviy faoliyatga misol bo'la oladi.

Irodaviy jarayonning muhim tarkibiy jihatlaridan biri motivlar o'rtasidagi tanlov hisoblanadi. Ayrim vaziyatlarda shaxs bir vaqtning o'zida turli ehtiyoj va istaklarni boshdan kechiradi. Ularning ayrimlari bir-biriga zid bo'lishi mumkin. Bunday vaziyatda inson mavjud imkoniyatlarni baholaydi, ustuvor maqsadni belgilaydi va muayyan qarorga keladi. Motivlar o'rtasidagi tanlov shaxsning qadriyatlari, ehtiyojlari, ijtimoiy mas'uliyati va uzoq muddatli maqsadlari bilan bog'liq holda amalga oshadi. Irodaviy jarayonning keyingi xususiyati qaror qabul qilish va uni amalga oshirish bilan bog'liq. Qaror qabul qilish shaxsning muayyan harakat yo'lini tanlashini anglatadi. Biroq irodaviy jarayon faqat qaror bilan yakunlanmaydi. Qabul qilingan qarorni amaliy faoliyatga aylantirish, yuzaga keladigan qiyinchiliklarga qaramay harakatni davom ettirish ham irodaviy boshqaruvni talab qiladi. Shu sababli qaror va harakatning birligi irodaviy jarayonning muhim belgilaridan biri hisoblanadi.

Irodaviy harakatlarda to'siqlarni yengib o'tish alohida o'rin tutadi. To'siqlar tashqi yoki ichki xarakterga ega bo'lishi mumkin. Tashqi to'siqlarga vaqtning cheklanganligi, murakkab sharoit, faoliyatdagi qiyinchiliklar yoki boshqa tashqi omillar kiradi. Ichki to'siqlar esa qo'rquv, ikkilanish, charchoq, dangasalik,

ishonchsizlik yoki qarama-qarshi istaklar shaklida namoyon bo'lishi mumkin. Irodaviy zo'rqi shaxsning ana shu to'siqlarni yengib, maqsad sari harakat qilishini ta'minlaydi. Irodaning shakllanishi ijtimoiy muhit, tarbiya va shaxsiy tajriba ta'sirida yuzaga keladi. Bolalik davridan boshlab inson turli vazifalarni bajarish, muammolarni hal qilish va mas'uliyatni his qilish orqali irodaviy sifatlarni rivojlantiradi. Ota-onalar, pedagoglar va jamiyat tomonidan qo'yilgan talablar ham ushbu jarayonni shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Shaxs o'z oldiga maqsad qo'yib, uni amalga oshirishga intilgan sari irodaviy tajriba ortib boradi.

Psixologiya fanida irodaviy sifatlarning shaxsning muhim xususiyatlari sifatida alohida o'rganiladi. Ularga qat'iyatlilik, mustaqillik, sabr-toqat, intizomlilik, tashabbuskorlik va o'zini boshqara olish kabi fazilatlar kiradi. Qat'iyatlilik insonning qiyinchiliklarga qaramay maqsad sari harakat qilish qobiliyatini ifodalaydi. Mustaqillik esa shaxsning qaror qabul qilish jarayonida boshqalarga ortiqcha bog'lanmasdan, o'z fikriga tayanib ish yurita olishini anglatadi. Sabr-toqat murakkab sharoitlarda ham bardoshli bo'lishga yordam beradi.

Irodaviy sifatlarning insonning kasbiy va ijtimoiy faoliyatida muhim ahamiyatga ega. Masalan, ilmiy izlanishlar, ta'lim jarayoni yoki murakkab mehnat faoliyati katta sabr, qat'iyat va intizom talab qiladi. Shu sababli irodaviy jihatdan yetuk shaxslar ko'pincha yuqori natijalarga erishadilar. Ular o'z oldiga uzoq muddatli maqsadlar qo'yib, bosqichma-bosqich harakat qilish orqali muvaffaqiyatga erishadi. Irodaviy jarayonlarning yana bir muhim xususiyati o'zini boshqarish qobiliyati bilan bog'liqdir. O'zini boshqarish insonning xatti-harakatlarini nazorat qilish, keraksiz istaklarni cheklash hamda ijtimoiy me'yorlarga mos ravishda harakat qilish imkonini beradi. Ushbu jarayon ongli nazorat, ichki intizom va mas'uliyat hissi bilan mustahkamlanadi.

5. Hissiy va irodaviy sifatlarning shaxs rivojlanishidagi ahamiyati

Hissiy va irodaviy sifatlarning shaxsning psixologik tuzilishida muhim o'rin egallab, uning xulq-atvori, faoliyati, muloqoti va ijtimoiy munosabatlarini tartibga solishda ishtirok etadi. Hissiy sifatlarning insonning voqea-hodisalarga munosabati, kechinmalarini boshqarishi va hissiy holatlarini ifodalash xususiyatlarida namoyon

bo'lsa, irodaviy sifatlar maqsadga erishish, qaror qabul qilish, qiyinchiliklarni yengish va o'z xatti-harakatlarini nazorat qilish jarayonlari bilan bog'liq. Mazkur sifatlarning uyg'un rivojlanishi shaxsning psixologik barqarorligi va faol hayotiy pozitsiyasini shakllantirishga xizmat qiladi.

Hissiy sifatlar tarkibiga hissiy barqarorlik, empatiya, vazminlik, hissiy sezgirlik, o'z hissiyotlarini anglash va boshqarish qobiliyati kabi xususiyatlarni kiritish mumkin. Insonning o'z hissiy holatini to'g'ri anglay olishi turli vaziyatlarda o'z xatti-harakatlarini maqbul tarzda boshqarish imkonini beradi. Masalan, murakkab vaziyatda haddan tashqari hayajonga berilmaslik, muvaffaqiyatsizlikdan keyin o'zini tiklash va boshqa insonlarning hissiy holatini tushunish shaxsning ijtimoiy moslashuviga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Irodaviy sifatlar esa qat'iyatlilik, mustaqillik, tashabbuskorlik, sabr-toqat, chidamlilik, intizomlilik, mas'uliyat va o'zini boshqarish kabi xususiyatlarda namoyon bo'ladi. Ushbu sifatlar shaxsga belgilangan maqsad sari izchil harakat qilish, tashqi va ichki to'siqlarni yengib o'tish hamda o'z qarorlarini amaliy faoliyatga aylantirish imkonini beradi. Ayniqsa, uzoq muddatli maqsadlarga erishishda irodaviy sifatlarning barqarorligi muhim ahamiyatga ega.

Hissiy va irodaviy sifatlarning rivojlanishi shaxsning o'zini boshqarish qobiliyatini takomillashtiradi. Inson o'z hissiyotlari va istaklarini anglagan holda ularni muayyan maqsadga muvofiqlashtirishi mumkin. Masalan, kuchli hayajon yoki charchoq holatida ham o'z vazifasini bajarishda davom etish hissiy boshqaruv va irodaviy qat'iyatning birgalikdagi namoyon bo'lishini ko'rsatadi. Shu sababli hissiy jarayonlar va iroda bir-biridan ajralgan holda emas, balki o'zaro bog'liq psixologik jarayonlar sifatida qaraladi. Mazkur sifatlar o'quv va kasbiy faoliyat samaradorligiga ham ta'sir ko'rsatadi. O'quv jarayonida hissiy barqarorlik murakkab topshiriqlarni bajarishdagi psixologik zo'riqishni boshqarishga yordam bersa, irodaviy qat'iyat muntazam shug'ullanish va belgilangan maqsadga intilishni ta'minlaydi. Kasbiy faoliyatda esa mas'uliyat, sabr-toqat, o'zini nazorat qilish, stressli vaziyatlarda vazminlikni saqlash va qarorlarni izchil amalga oshirish professional faoliyatning muhim psixologik shartlaridan hisoblanadi. Hissiy va

irodaviy sifatlar shaxslararo munosabatlarning rivojlanishida ham muhim ahamiyatga ega. Empatiya va hissiy sezgirlik boshqa insonlarning kechinmalarini tushunishga yordam beradi. Vazminlik va o'zini boshqarish ziddiyatli vaziyatlarda keskin reaksiyalarning oldini olishga xizmat qiladi. Mas'uliyat, sabr-toqat va mustaqillik esa o'zaro ishonch va hamkorlikka asoslangan munosabatlarni shakllantirishga yordam beradi. Shu jihatdan hissiy va irodaviy yetuklik shaxsning ijtimoiy kompetentligini rivojlantiruvchi omillardan biridir.

Hissiy va irodaviy sifatlarning shakllanishida oila, ta'lim-tarbiya, ijtimoiy muhit, faoliyat va shaxsning o'z ustida ishlashi muhim rol o'ynaydi. Bolalik va o'smirlik davrida kattalarning munosabati, tarbiyaviy talablar va ijtimoiy tajriba hissiy-irodaviy sifatlarning shakllanishiga ta'sir qiladi.

Hissiy va irodaviy sifatlarning uyg'un rivojlanishi psixologik yetuklikning muhim ko'rsatkichlaridan biri sifatida qoraladi. Faqat kuchli irodaning mavjudligi insonning barcha vaziyatlarda samarali harakat qilishini ta'minlamaydi. Qaror qabul qilishda hissiy holatlarni anglash, boshqa insonlarning kechinmalarini hisobga olish va vaziyatning psixologik xususiyatlarini tushunish ham zarur. Xuddi shuningdek, hissiy sezgirlik irodaviy boshqaruv bilan uyg'unlashganda shaxs o'z kechinmalarini konstruktiv tarzda boshqarish imkoniyatiga ega bo'ladi. Umuman olganda, iroda inson psixikasining muhim tarkibiy qismi bo'lib, shaxs faoliyatining maqsadga yo'naltirilganligini ta'minlaydi. Irodaviy jarayonlar orqali inson o'z xatti-harakatlarini boshqaradi, qiyinchiliklarni yengadi hamda muayyan natijalarga erishadi.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Hissiy jarayonlar tushunchasi nima va u psixologiyada qanday talqin qilinadi?
2. Hissiyot va emotsiya tushunchalari o'rtasida qanday farq mavjud?
3. Iroda tushunchasi psixologiyada qanday izohlanadi?
4. Irodaviy harakat nima va u qanday shakllanadi?

2.4-MAVZU. SHAXSNING INDIVIDUAL PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. TEMPERAMENT

Reja:

1. Temperament haqida umumiy tushuncha.
2. Temperamentning fiziologik asoslari.
3. Temperament tiplarining psixologik tavsifi.
4. San'atkor shaxsi faoliyatida temperament xususiyatlarining namoyon bo'lishi.

Tayanch tushunchalar: temperament, temperament tushunchasi, temperamentning psixologik mohiyati, individual-psixologik xususiyatlar, temperamentning fiziologik asoslari, nerv tizimi, nerv tizimining xususiyatlari, nerv jarayonlari, qo'zg'alish, tormozlanish, nerv jarayonlarining muvozanati, nerv jarayonlarining kuchi, nerv jarayonlarining harakatchanligi, temperament tiplari, sangvinik, xolerik, flegmatik, melanxolik, temperamentning psixologik tavsifi, temperamentning dinamik xususiyatlari, psixik faollik.

1.Temperament haqida umumiy tushuncha.

Temperament shaxsning individual-psixologik xususiyatlaridan biri bo'lib, inson psixik faoliyatining dinamik tomonlarini ifodalaydi. U psixik jarayonlarning kechish tezligi, kuchi, barqarorligi, hissiy qo'zg'aluvchanligi, ta'sirlarga javob berish tezligi va xatti-harakatlarning umumiy sur'atida namoyon bo'ladi. Temperament insonning nima qilishidan ko'ra, muayyan faoliyatni qanday tarzda bajarishi bilan ko'proq bog'liq. Temperament insonning faoliyati va xulq-atvorining tashqi ko'rinishida yaqqol namoyon bo'ladi. Masalan, ayrim insonlar tez va faol harakat qilsa, boshqalari vazmin va sekinroq harakat qiladi; ba'zi kishilar yangi vaziyatga tez moslashadi, boshqalarda moslashish jarayoni nisbatan sekin kechadi. Ayrim shaxslar hissiyotlarini tez va kuchli namoyon qilsa, boshqalarda hissiy reaksiyalar bosiqroq kuzatiladi. Mazkur farqlar shaxsning umumiy psixologik qiyofasini belgilovchi dinamik xususiyatlar sifatida temperament bilan bog'liq.

Temperamentning muhim xususiyatlari psixik faollik, reaktivlik, hissiy qo'zg'aluvchanlik, harakatchanlik va muvozanatlilik orqali tavsiflanadi. Psixik faollik shaxsning faoliyatga kirishish darajasini, reaktivlik esa tashqi va ichki ta'sirlarga javob berish kuchi hamda tezligini ifodalaydi. Hissiy qo'zg'aluvchanlik insonning turli ta'sirlarga hissiy jihatdan qanchalik tez va kuchli javob berishini ko'rsatadi. Harakatchanlik psixik jarayonlarning bir holatdan ikkinchi holatga o'tish tezligi bilan bog'liq. Insonning psixik dunyosi beto'xtov kechadigan jarayonlar majmuasidan iborat bo'lib, ularning biri ikkinchisini bevosita keltirib chiqaradi va ular uzluksiz zanjirsimon tizim tarzida namoyon bo'ladi. Shu sababli shaxs psixikatida tashqi atrof-muhit haqidagi tasavvurlar, o'tmish xotiralari, kelajak haqidagi ijodiy tasavvurlar, ezgu niyatlar, orzu-istaklar, maqsad va intilishlar, mulohazalar, fikr va muammolar, hissiy tuyg'ular hamda irodaviy fazilatlar uzluksiz ravishda o'zaro almashinib turadi. Buning natijasida insonning ontogenetik rivojlanishi uchun mustahkam asos yaratiladi. Psixik olamning kechishi, uning tezligi, mazmuni, ko'rinishi, ko'lami, xususiyatlari, sifatlari va mexanizmlari har bir alohida insonda turlicha, rang-barang tarzda namoyon bo'ladi. Shu sababli insonlar tabiat hodisalari, ijtimoiy hayot voqealari, turli omillar va ta'sirlarga tez yoki sekin, oson yoki qiyinchilik bilan javob qaytarishga moyil bo'ladilar. Psixologiyada temperamentga oid individual-dinamik xususiyatlar o'rtasida muayyan darajada tafovut mavjudligi alohida ta'kidlanadi. Ular orasidagi farqlarni aniqlash maqsadida quyidagi belgilar ajratib ko'rsatiladi va o'ziga xos tarzda tavsiflanadi:

1. Temperamentning ayrim xususiyatlari motivlar, psixik holatlar va hodisalardan farqli ravishda aynan shu shaxsning o'zida, uning turli faoliyatlarida va muomalasida namoyon bo'ladi;

2. Temperament xususiyatlari tabiiy shartlanganlik omiliga bog'liq bo'lganligi sababli inson hayoti va faoliyati davomida yoki uning muayyan davrida nisbatan barqaror, o'zgarmas va mustahkam bo'lib qoladi;

3. Yakka shaxsga xos temperamentning turli xususiyatlari tasodifiy ravishda birlashmaydi, balki ular muayyan qonuniyat asosida o'zaro uyg'unlashib, aynan shu xususiyatlar uning tiplarini tavsiflovchi o'ziga xos tuzilmani vujudga keltiradi;

Psixologiya fanida temperament xususiyatlari deganda alohida shaxsning psixik faoliyati dinamikasini belgilovchi psixikaning barqaror, nisbatan o'zgarmas individual-tipologik xususiyatlari majmuasi tushuniladi. Ushbu xususiyatlar turli shakl va mazmunga ega bo'lgan motivlar, psixik holatlar, maqsadlar hamda faoliyatlarda namoyon bo'lib, nisbatan barqaror temperament tipini ifodalovchi tuzilmani tashkil etadi. Psixologiya fanining ijtimoiy-tarixiy taraqqiyoti davomida temperamentga nisbatan bildirilgan fikrlar va uning moddiy asosi haqidagi talqinlar xilma-xil bo'lib kelgan. Bu qarashlar shaxsning psixologik xususiyatlarini o'ziga xos tarzda tushuntirishga xizmat qilgan. Temperament so'zi lotincha "temperamentum" so'zidan olingan bo'lib, "aralashma" degan ma'noni anglatadi. Temperament haqidagi dastlabki ta'limotni yunon olimi Gippokrat (miloddan avvalgi 460–356-yillarda yashagan) yaratgan bo'lib, uning tipologiyasi hozirgi davrgacha ham qo'llanilib kelinmoqda.⁹⁶ Qadimgi yunon olimi Gippokrat ta'limotiga ko'ra, insonlarning temperament xususiyatlari jihatidan o'zaro farqlanishi ularning tana a'zolaridagi suyuqliklarning (xiltlarning) turli nisbatda joylashuviga bog'liq deb hisoblangan. Gippokrat ta'biricha, inson tanasida to'rt xil suyuqlik (xilt) mavjud bo'lib, ular o't yoki safro (yunoncha "chole"), qon (lotincha *sanguis* yoki *sanguinis*), qora o't (yunoncha *melas* – "qora", *chole* – "o't") hamda balg'am (yunoncha "phlegma")dan iboratdir. Uning fikricha:

1. O'tning xususiyati – quruqlik bo'lib, uning vazifasi tana a'zolarida quruqlikni saqlash yoki badanni quruq tutishdir.
2. Qonning xususiyati – issiqlik bo'lib, uning vazifasi tanani isitib turishdir.
3. Qora o'tning xususiyati – namlik bo'lib, uning vazifasi badanning namligini saqlab turishdir.
4. Balg'amning (shilimshiq moddaning) xususiyati – sovuqlik bo'lib, uning vazifasi badanni sovutib turishdan iboratdir.

Gippokrat ta'limotiga muvofiq, har bir insonda shu to'rt xil suyuqlik mavjud bo'lib, ulardan biri ustunlik qiladi. Mazkur aralashmalardan (lotincha *temperamentum*)

⁹⁶ G'oziyev E. G. *Psixologiya*. – Toshkent.: O'qituvchi nashriyot-matbaa ijodiy uyi nashriyoti, 2008. 352 b.

qaysi biri ko'proq bo'lsa, shunga qarab insonlar temperament jihatidan farqlanadi. Chunonchi, xolerikda sariq o't, sangvinikda qon, flegmatikda balg'am, melanxolikda esa qora o't ustun bo'lishi ta'kidlanadi. Gippokratning to'rt xil modda (suyuqlik) aralashmasi, ya'ni temperament tushunchasi va uning tipologiyasi (sangvinik, xolerik, flegmatik, melanxolik) ramziy ma'noda hozirgi zamon psixologiyasida ham qo'llanilib kelinmoqda.

2.Temperamentning fiziologik asoslari.

Temperamentning fiziologik asoslari inson nerv tizimining individual xususiyatlari bilan bog'liq. Temperament psixik faoliyatning dinamik tomonlarini, ya'ni psixik jarayonlarning kechish tezligi, kuchi, harakatchanligi, barqarorligi va hissiy qo'zg'aluvchanligini belgilovchi individual xususiyatlar majmuasi sifatida namoyon bo'ladi. Shu sababli temperamentning fiziologik asoslarini tushuntirishda, avvalo, nerv tizimining faoliyat xususiyatlariga e'tibor qaratiladi. Temperamentning fiziologik asoslarini ilmiy jihatdan tushuntirishda Ivan Petrovich Pavlovning oliy nerv faoliyati haqidagi ta'limoti muhim o'rin tutadi. Pavlov temperamentning individual xususiyatlarini nerv jarayonlarining asosiy xususiyatlari bilan bog'lagan. U nerv tizimida kechadigan qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining kuchi, muvozanati va harakatchanligini asosiy fiziologik ko'rsatkichlar sifatida ajratib ko'rsatgan. Mazkur xususiyatlarning turlicha kombinatsiyasi inson psixik faoliyatining dinamik jihatlarida namoyon bo'ladi. Nerv jarayonlarining kuchi nerv tizimining kuchli ta'sirlarga bardosh bera olish imkoniyatini anglatadi. Nerv jarayonlari kuchli bo'lgan shaxslar uzoq davom etadigan yoki murakkab faoliyat jarayonida psixik faollikni nisbatan barqaror saqlashi mumkin. Nerv jarayonlarining kuchsizligi esa kuchli yoki uzoq davom etadigan ta'sirlar sharoitida tezroq charchash va psixik zo'riqishga moyillik bilan namoyon bo'lishi mumkin. Ushbu xususiyat shaxsning faoliyat sur'ati va tashqi ta'sirlarga munosabatida ma'lum darajada aks etadi.

Nerv jarayonlarining muvozanati qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlarining o'zaro nisbatini bildiradi. Agar mazkur jarayonlar nisbatan muvozanatli bo'lsa, inson tashqi ta'sirlarga vazminroq javob berishi va o'z faoliyatini barqaror

boshqarishi mumkin. Qo‘zg‘alish jarayonining ustunligi esa yuqori faollik, tezkorlik va kuchli reaksiyalar bilan, tormozlanishning nisbatan ustunligi esa bosiqlik va vazminlik bilan namoyon bo‘lishi mumkin. Nerv jarayonlarining harakatchanligi qo‘zg‘alish va tormozlanish jarayonlarining bir holatdan ikkinchi holatga qanchalik tez o‘tishini ifodalaydi. Harakatchan nerv tizimiga ega insonlarda yangi sharoitga moslashish, faoliyat turini o‘zgartirish va turli ta’sirlarga javob berish jarayoni tezroq kechishi mumkin. Nerv jarayonlarining sust harakatchanligi esa faoliyatning bir turidan boshqasiga o‘tish yoki yangi sharoitga moslashishning nisbatan sekin kechishida namoyon bo‘ladi.

I.P.Pavlovning qarashlari asosida temperamentning an’anaviy tiplari nerv tizimi xususiyatlarining turli kombinatsiyalari bilan bog‘langan. Kuchli, muvozanatli va harakatchan nerv jarayonlari sangvinik temperamentga, kuchli, ammo muvozanatsiz nerv jarayonlari xolerik temperamentga, kuchli, muvozanatli, biroq sustroq jarayonlar flegmatik temperamentga mos kelishi ta’riflangan. Melanxolik temperament esa nerv jarayonlarining nisbatan kuchsizligi bilan tavsiflangan. Mazkur tasnif temperamentning fiziologik asoslarini tushuntirishda tarixiy va nazariy ahamiyatga ega. Temperamentning fiziologik asoslari faqat nerv jarayonlari bilan cheklanmaydi. Zamonaviy psixofiziologik yondashuvlarda markaziy nerv tizimi, vegetativ nerv tizimi, miya faoliyati, gormonal jarayonlar va biologik ritmlarning individual xususiyatlari ham insonning psixik dinamikasiga ta’sir qilishi qayd etiladi. Ushbu omillar hissiy qo‘zg‘aluvchanlik, faollik, stressga javob berish va psixik jarayonlarning kechish xususiyatlarida namoyon bo‘lishi mumkin.

Temperamentning fiziologik asoslarini o‘rganishga katta hissa qo‘shgan olimlardan biri rus fiziologi I. P. Pavlov (1849–1936) hisoblanadi. U temperament shartli reflektor faoliyatining individual xususiyatlarini yuzaga keltiruvchi omillar bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin, degan xulosaga kelgan. I.P.Pavlov ta’limotiga ko‘ra, shartli reflekslarning paydo bo‘lishidagi individual farqlar nerv sistemasining xususiyatlariga bog‘liqdir. U quyidagi uchta asosiy xususiyatni ajratib ko‘rsatadi:

1. Qo‘zg‘alish va tormozlanish jarayonlarining kuchi;

2. Qo'zg'alish kuchi bilan tormozlanish kuchi o'rtasidagi muvozanat darajasi;

3. Qo'zg'alishning tormozlanish bilan almashinish tezligi yoki nerv jarayonlarining harakatchanligi. Rus olimi I. P. Pavlov shartli reflektor faoliyatining individual xususiyatlari bilan temperamentga aloqador nerv sistemasi xususiyatlarining o'zaro uyg'unlashuvini nerv sistemasining tipi deb atagan va uni to'rtta tipga ajratgan. Ular quyidagilardan iborat:

1. Kuchli, muvozanatli, epchil;
2. Kuchli, muvozanatsiz, epchil;
3. Kuchli, muvozanatli, sust;
4. Kuchsiz, muvozanatsiz, sust.

Yirik rus psixologlaridan biri B. M. Teplov (1896–1965) va uning shogirdlari I.P. Pavlovning tadqiqotlarini davom ettirib, inson nerv jarayonlari xususiyatlarining o'ziga xos tomonlarini ochishga muvaffaq bo'ldilar. Ular nerv-fiziologik jarayonlarning nozik jihatlarini o'rganish uchun maxsus moslamalar yordamida o'zgarishlarni qayd etib, olingan natijalarni matematik statistika metodlari orqali tahlil qildilar⁹⁷. Shuningdek, B. M. Teplov ilmiy maktabi namoyondalari tomonidan ijobiy va tormozlovchi shartli reflekslarning hosil bo'lish tezligini tavsiflovchi individual xususiyatlar ham aniqlab berildi. Ushbu individual xususiyatlar mohiyatida namoyon bo'ladigan nerv sistemasining yangi xususiyati dinamiklik deb nomlandi va tavsiflandi⁹⁸. Bundan tashqari, ular shartli reflektor faoliyatining ayrim individual xususiyatlari qo'zg'alish jarayonining to'xtash tezligi bilan bog'liq bo'lishi mumkinligini ta'kidlab, bu xususiyatni labillik deb atadilar. Shu bilan birga, nerv sistemasining boshqa xususiyatlari ham mavjudligi haqida ilmiy taxminlar ilgari surildi, jumladan: senzitivlik, reaktivlik va boshqalar.

3.Temperament tiplarining psixologik tavsifi

Temperament tiplarining psixologik tavsifi inson psixik faoliyatining dinamik xususiyatlarini, ya'ni uning faolligi, hissiy reaksiyalarining kuchi, harakatlar tezligi, ta'sirlarga javob berish xususiyati va yangi sharoitga moslashish imkoniyatlarini

⁹⁷ Xaydarov F.I., Xalilova. N.I. Umumiy psixologiya. – Toshkent.: 2009. 98 b.

⁹⁸ <https://asab.cc/uz/jenciklopediya/2232-temperament-va-uning-tiplari.html>.

o'rganishni nazarda tutadi. Psixologiyada temperamentning an'anaviy ravishda sangvinik, xolerik, flegmatik va melanxolik tiplari ajratiladi. Ushbu tiplar insonning psixik jarayonlari va xulq-atvoridagi muayyan dinamik xususiyatlarni tavsiflaydi. Biroq real hayotda temperament tiplari sof holda uchrashi shart emas, insonda bir necha tipga xos xususiyatlar turli nisbatlarda namoyon bo'lishi mumkin. Turli temperament tipiga mansub insonlarda har xil xarakter xususiyatlari, shaxs sifatlari va psixik holatlar namoyon bo'ladi.

Sangvinik – yuksak reaktivlikka ega. Arzimagan narsalarga ham qattiq xoxolab kulishi mumkin. Ba'zan uncha muhim bo'lmagan holatlar ham uning jahli chiqishiga sabab bo'ladi. Diqqatini tortgan har qanday narsaga tez va kuchli qo'zg'alish bilan javob beradi. Imo-ishoralari va harakatlari yaqqol ko'rinib turadi. Uning yuz ifodasiga qarab kayfiyatini hamda odamlar va voqealarga bo'lgan munosabatini bilish oson. Diqqatini tez jamlay oladi⁹⁹. Sangvinikning senzitivligi sust, ya'ni sezgirlik chegarasi yuqori bo'ladi. Juda kuchsiz tovush yoki yorug'lik ta'sirlarini ko'pincha sezmaydi. Faolligi yuqori, g'ayratli va ishchan bo'ladi. Darslarda tez-tez qo'l ko'taradi, uzoq vaqt charchamasdan ishlashi mumkin, yangi ishlarga ishtiyoq bilan kirishadi. Faolligi va reaktivligi muvozanatlashgan bo'ladi. Uni tartib-intizomga chaqirish oson, chunki u o'z hissiyotlari va ixtiyorsiz harakatlarini tez boshqara oladi. Harakatlari chaqqon, nutqi tez, yangi ishga tez kirishadi, diqqatini tez to'playdi. Aqli tez ishlaydi, topqir. Harakatlari silliq va epchil bo'ladi. Hissiyotlari, kayfiyati, qiziqishlari hamda intilishlari tez o'zgarib turadi. Yangi odamlar bilan tez tanishib ketadi, yangi talab va sharoitlarga oson moslashadi. Bir faoliyatdan boshqasiga tez o'ta oladi, malakalarni tez egallaydi va oson qayta moslashtiradi. Ekstrovertlik xususiyatiga ega bo'lib, o'tmish yoki kelajak haqidagi tasavvurlardan ko'ra tashqi taassurotlarga tezroq javob beradi.

Xolerik ham sangvinik kabi sust senzitivlik, yuqori reaktivlik va faollik bilan ajralib turadi, ammo unda reaktivlik faollikdan ustun bo'ladi. Shu sababli u ko'pincha o'zini tuta olmaydigan, betoqat va serzarda bo'lishi mumkin. Sangvinikka

⁹⁹ Eshmirzayev Q. Shaxsning individual psixologik xususiyatlari temperament // Academic research in educational sciences. – 2025. – №. Conference. – S. 363-365.

qaraganda harakatlari kamroq silliq va ko'proq keskin bo'ladi¹⁰⁰. Biroq uning qiziqishlari va intilishlari barqarorroq, qat'iyliги kuchli bo'ladi. Diqqatini bir faoliyatdan boshqasiga ko'chirishda ba'zan qiyinchilikka duch keladi. Psixik tempi tez. Agar bir ishni boshlasa va unga qiziqsa, uni oxiriga yetkazishga intiladi.

Flegmatik – senzitivligi sust, hissiy qo'zg'aluvchanligi past bo'ladi. Uni kuldirish, jahli chiqishi yoki kayfiyatini buzish qiyin. Biroq u qattiq kulgan taqdirda ham vazminligini saqlab qoladi. Hatto katta noxush hodisa yuz berganda ham osoyishtaligini yo'qotmaydi. Imo-ishoralari kam, harakatlari ifodasizroq bo'ladi. U mehnatsevarligi va ishchanligi bilan ajralib turadi. Faolligi yuqori, reaktivligi esa nisbatan past bo'ladi¹⁰¹. Chidamlilik, matonat va o'zini tuta bilish unga xos. Harakatlari va nutqi sekin, ifodasi sust. Diqqatini sekin jamlaydi va uni boshqa faoliyatga ko'chirish qiyin. Yangi sharoitlarga qiyin moslashadi. Introvert xususiyatga ega bo'lib, yangi odamlar bilan asta-sekin yaqinlashadi va tashqi ta'sirlarga sekin javob qaytaradi.

Melanxolik – yuqori senzitivlikka ega. Sezgirliги kuchli bo'lib, hatto kichik sabablar ham kuchli hissiy reaksiyaga olib kelishi mumkin. Ba'zan arzimagan holatlar ham ko'z yoshiga sabab bo'ladi. U juda ta'sirchan, kam kuladi, faolligi pastroq bo'ladi¹⁰². O'ziga ishonchi uncha kuchli emas, tortinchoq bo'ladi. Ozgina qiyinchilik yuzaga kelsa ham tez tushkunlikka tushishi mumkin. G'ayrati sust, qat'iyliги yetarli emas.

Diqqati tez chalg'iydi, barqaror emas. Psixik tempi sekin. Rigidlik (qotib qolish) xususiyati kuzatiladi. Introvert tipga mansub bo'lib, ichki kechinmalari bilan ko'proq band bo'ladi.

Umuman olganda, temperament tiplarining psixologik tavsifi insonning psixik jarayonlari tezliги, hissiy reaksiyalari hamda xulq-atvorining dinamik xususiyatlarini tushuntiradi. Temperament shaxsning fikrlash sur'ati, hissiyotlarni

¹⁰⁰ Akbaraliyeva A. T., Orifjonova N. Inson temperamentining individual dinamik xususiyatlari va psixik faoliyatdagi roli // Ta'lim innovatsiyasi va integratsiyasi. – 2026. – T. 61. – №. 2. – S. 217-220.

¹⁰¹ Pitasari L., Kurniajati S. Tahap Penyalahgunaan Alkohol Berdasar Tipe Kepribadian Pada Remaja Komunitas Scooter Kediri Bangkit Di Kediri // Jurnal STIKES. – 2013. – T. 6. – №. 1.

¹⁰² Xakimova S. Inson temperamentining psixologik xususiyatlari va ularning ijtimoiy hayotdagi o'rni // Science and Education. – 2025. – T. 6. – №. 11. – S. 981-985.

ifodalash darajasi, harakatlarning tezligi va tashqi ta'sirlarga qanday javob berishini belgilab beradi. Shu sababli bir xil vaziyatda turli insonlar turlicha munosabat bildiradi: ba'zilar tez va faol harakat qilsa, boshqalari vazmin va sekinroq reaksiya ko'rsatadi. Temperament insonning kundalik hayoti, o'qish faoliyati, mehnat jarayoni hamda ijtimoiy munosabatlarida muhim rol o'ynaydi. Masalan, faol va tezkor temperamentga ega bo'lgan insonlar yangi vazifalarni tez qabul qiladi va tashabbus ko'rsatadi. Boshqa temperament vakillari esa vazifalarni puxta, o'ylab va sabr bilan bajarishga moyil bo'ladi. Shu jihatdan temperament insonning ish uslubi, muammolarni hal qilish yo'li hamda boshqalar bilan muloqot qilish uslubiga ham ta'sir ko'rsatadi.

Har bir temperament turi o'ziga xos ijobiy va salbiy jihatlariga ega. Masalan, ayrim temperamentlar faollik, tashabbuskorlik va tezkorlik bilan ajralib tursa, boshqalari sabr-toqat, barqarorlik va vazminlik bilan ajraladi. Ba'zi hollarda esa hissiyotlarning tez o'zgarishi, sabrsizlik yoki tortinchoqlik kabi xususiyatlar ham kuzatilishi mumkin. Shuning uchun temperament insonning xulq-atvori va faoliyatiga ta'sir etuvchi muhim psixologik omillardan biri hisoblanadi. Shu bilan birga, temperament tug'ma xususiyat bo'lsa-da, u insonning tarbiyasi, ijtimoiy muhiti va hayotiy tajribasi ta'sirida ma'lum darajada boshqarilishi va rivojlantirilishi mumkin. Inson o'z temperamentini anglab, uning kuchli tomonlaridan to'g'ri foydalanishni o'rgansa, faoliyatida yanada muvaffaqiyatli bo'lishi mumkin. Shu sababli temperament tiplarini o'rganish psixologiya fanida shaxsni chuqurroq tushunish va uning imkoniyatlarini to'g'ri yo'naltirish uchun muhim ahamiyatga ega.

5.San'atkor shaxsi faoliyatida temperament xususiyatlarining namoyon bo'lishi

San'atkor shaxsining ijodiy faoliyatida temperament xususiyatlari uning faoliyat dinamikasi, hissiy reaksiyalari, ijodiy jarayonga kirishish tezligi, muloqot uslubi va faoliyatni tashkil etishida namoyon bo'ladi. Temperament shaxsning qanday faoliyat yuritishini belgilovchi individual-psixologik xususiyatlardan biri bo'lib, uning ijodiy qobiliyati, iste'dodi yoki kasbiy mahoratini bevosita belgilab

bermaydi. Shu sababli bir xil temperamentga ega san'atkorlarda ham turlicha ijodiy yo'nalish va individual uslub shakllanishi mumkin.

San'atkor faoliyatida sangvinik temperament yuqori faollik, harakatchanlik, muloqotga kirishuvchanlik va yangi ijodiy vaziyatlarga tez moslashish orqali namoyon bo'lishi mumkin. Bunday xususiyatlar aktyorlik, sahna faoliyati, ommaviy chiqishlar va jamoaviy ijod jarayonida qulay imkoniyat yaratadi. Sangvinik tipdagi san'atkor ijodiy vazifalarga tez kirishishi va emotsional holatini tez o'zgartirishi bilan ajralib turishi mumkin.

Xolerik temperament san'atkor faoliyatida kuchli energiya, tashabbuskorlik, qat'iyatlilik, yuqori hissiy qo'zg'aluvchanlik va faol harakatga intilish bilan ifodalanadi. Ushbu xususiyatlar sahnadagi kuchli obrazlarni yaratish, faol ijodiy izlanish olib borish va murakkab vazifalarni bajarishda muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga, hissiy reaksiyalarning kuchliligi san'atkordan o'zini boshqarish va irodaviy nazoratni talab etadi.

Flegmatik temperament ijodiy faoliyatda vazminlik, barqarorlik, izchillik va sabr-toqat bilan namoyon bo'ladi. Bunday san'atkor uzoq davom etadigan mashg'ulotlar, takroriy mashqlar va puxta tayyorgarlikni talab qiladigan ijodiy faoliyatda barqaror ishlashi mumkin. Uning ijodiy jarayondagi harakatlari nisbatan sokin va izchil kechib, yakuniy natijaga bosqichma-bosqich erishishga yo'naltiriladi.

Melanxolik temperament san'atkor shaxsida yuqori sezgirlik, hissiy kechinmalarning chuqurligi, kuzatuvchanlik va ichki kechinmalarga moyillik orqali namoyon bo'lishi mumkin. Bunday xususiyatlar badiiy obrazning nozik jihatlarini anglash, inson kechinmalarini chuqur his etish va ularni ijodiy ifodalash uchun muayyan psixologik imkoniyat yaratadi. Shu bilan birga, yuqori sezgirlik tanqid, muvaffaqiyatsizlik yoki kuchli psixologik zo'riqlashlarga nisbatan ta'sirchanlikni ham kuchaytirishi mumkin. San'atkor faoliyatida temperamentning namoyon bo'lishi faqat individual ijod jarayoni bilan cheklanmaydi. U tomoshabinlar, hamkasblar, rejissyorlar, pedagoglar va ijodiy jamoa bilan muloqot jarayonida ham ko'zga tashlanadi. Faollik darajasi, suhbatga kirishish tezligi, hissiy reaksiyalar,

nizoli vaziyatlarga munosabat va yangi sharoitga moslashish kabi jihatlar temperamentning dinamik xususiyatlari bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

San'atkor shaxsi faoliyatida temperament xususiyatlari ijodiy faollik, hissiy ifodalilik, ish sur'ati, muloqot, moslashuvchanlik va faoliyatni tashkil etish uslubida namoyon bo'ladi. Har bir temperament tipining o'ziga xos jihatlari mavjud bo'lib, ularni ijobiy yoki salbiy jihatlariga qat'iy ajratish ilmiy jihatdan to'g'ri emas. San'atkorning individual temperament xususiyatlarini hisobga olish uning ijodiy salohiyatini to'g'ri yo'naltirish va kasbiy rivojlanishi uchun muhim psixologik shartlardan biridir.

Mazkur nuqtai-nazardan, temperament san'atkorning ijodiy imkoniyatlarini baholashning yagona mezon sifatida qaralmasligi lozim. San'atkorning kasbiy muvaffaqiyati ijodiy qobiliyat, maxsus bilim va ko'nikmalar, motivatsiya, iroda, estetik did, kasbiy tajriba hamda o'zini rivojlantirishga intilish kabi omillar bilan birgalikda shakllanadi. Temperament ushbu xususiyatlarning faoliyat jarayonida qanday dinamikada namoyon bo'lishiga ta'sir ko'rsatadi.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Temperament borasidagi dastlabki ta'limot kim tomonidan yaratilgan?
2. Siz yangi ish yoki vazifaga tez kirishasizmi yoki avval o'ylab reja tuzasizmi?
3. Sizning hissiy reaksiylaringiz tezmi yoki sekinroq yuzaga keladi?
4. Stressli vaziyatlarda hissiyotlaringizni boshqarishda qiynalasizmi yoki osoyishtalikni saqlay olasizmi?
5. Temperament tiplari haqida ma'lumot bering.
6. Siz faoliyatga qanchalik tez va shiddat bilan kirishasiz?
7. Tashqi ta'sirlarga nisbatan sezgirligingiz yuqori yoki pastmi?
8. Yangi odamlar bilan tez tanishib ketasizmi yoki asta-sekin yaqinlashasizmi?
9. San'atkor shaxsida temperament xususiyatlari qanday namoyon bo'ladi?
10. Temperamentning san'atkorning ijodiy faoliyati va kasbiy faoliyatiga ta'siri qanday?
11. Turli temperament tiplariga ega san'atkorlarning ijodiy faoliyatidagi individual farqlar nimalarda ko'rinadi?

2.5-MAVZU. XARAKTER

Reja:

1. Xarakter tushunchasi va uning psixologik mohiyati.
2. Xarakter tipologiyasi va uning asosiy xususiyatlari.
3. Xarakter borasidagi asosiy psixologik nazariyalar.
4. Xarakterning shakllanishi va rivojlanish omillari.
5. San'atkor shaxsida xarakter xususiyatlarining namoyon bo'lishi.

Tayanch iboralar: xarakter, xarakter tushunchasi, xarakterning psixologik mohiyati, xarakter xususiyatlari, xarakter tuzilishi, xarakter tipologiyasi, xarakter tipi, xarakter aksentuatsiyasi, xarakter va temperament, xarakter va shaxs, xarakter nazariyalari, psixologik nazariya, biologik yondashuv, ijtimoiy-psixologik yondashuv, individual xususiyatlar, hayotiy tajriba, o'z-o'zini tarbiyalash, irodaviy sifatlar, axloqiy sifatlar, mas'uliyat, qat'iyatlilik, mustaqillik, san'atkor shaxsi, ijodiy faoliyat.

1.Xarakter tushunchasi va uning psixologik mohiyati

Xarakter - shaxsning atrof-muhitga, boshqa insonlarga, faoliyatga va o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarida namoyon bo'ladigan, nisbatan barqaror individual-psixologik xususiyatlar majmuasidir. Xarakter insonning xulq-atvori, faoliyati va muloqotida muntazam ravishda namoyon bo'lib, uning muayyan vaziyatlarda qanday munosabat bildirishini belgilaydi. Shu jihatdan qaralganda, xarakter shaxsning individual qiyofasini ifodalovchi muhim psixologik tuzilmalardan biri hisoblanadi. Xarakterning psixologik mohiyati, avvalo, uning munosabatlar tizimi orqali namoyon bo'lishi bilan belgilanadi. Insonning mehnatga munosabati mas'uliyatlilik, tirishqoqlik, intizomlilik kabi xususiyatlarda; boshqa insonlarga munosabati samimiylik, mehribonlik, hurmat, talabchanlik yoki muomala madaniyatida; o'z-o'ziga munosabati esa o'ziga ishonch, kamtarlik, o'zini baholash va o'zini nazorat qilish kabi sifatlarda ifodalanadi.

Keng ma'noda xarakter - bu shaxsning barqaror individual psixologik xususiyatlari majmuasi bo'lib, u insonning xulq-atvori, faoliyati va ijtimoiy munosabatlarida namoyon bo'ladi. Xarakter shaxsning munosabatlari, hissiy

reaksiyalari, ish uslubi va xulqiy odatlarini birlashtiruvchi asosiy psixologik tarkibiy qism hisoblanadi. Soʻzning kelib chiqishi grekchaga borib taqaladi: “charakter” – “tamgʻa, belgi” degan maʼnoni anglatadi. Bu maʼno xarakterning shaxsni boshqa insonlardan ajratib turadigan oʻziga xosligi bilan bogʻliq¹⁰³. Xarakter shaxsning individual xususiyatlaridan farq qiladi: masalan, aqlning topqirligi, xotiraning barqarorligi, koʻrishning oʻtkirligi kabi qobiliyatlar xarakter tarkibiga kiritilmaydi, chunki ular faoliyat va ijtimoiy munosabatlarda barqaror xulqiy namoyon boʻlishiga bevosita bogʻliq emas¹⁰⁴. Psixologiyada xarakterga berilgan taʼriflar turlicha boʻlsa-da, ularning barchasida asosiy belgi umumiy boʻlib, shaxsning barqaror xulqiy usullari orqali jamiyatga nisbatan munosabatini ifodalashga qaratilgan. Shu bilan xarakter shaxsni ijtimoiy hayotda va kundalik faoliyatida boshqalardan ajratib turuvchi psixologik tizim sifatida qaraladi. Xarakter xususiyatlari maʼlum tarzda harakat qismlariga, baʼzan esa sharoitga qarama-qarshi harakat qilishga undaydi; ular hayotiy qiyin vaziyatlarda aniqroq namoyon boʻladi. Shu bois xarakterni rivojlantirish, shuningdek, barkamol avlodni tarbiyalashning muhim vazifalaridan biridir. Shaxsning qatʼiyatlilik, tanqidiylik, fahm-farosat, kuzatuvchanlik kabi xususiyatlari intellektual sifatlarga kiradi, quvnoqlik, mehribonlik esa hissiy-irodaviy sifatlarga qatoriga mansubdir. Odatda shaxsning munosabatlari xarakter xususiyatlarining individual jihatlarini aniqlash imkonini beradi:

- Shaxs xarakterining xususiyati roʻyobga chiqadigan har qanday vaziyatda hissiy kechinmalarning oʻziga xosligi uning munosabatlariga bogʻliq boʻladi.
- Har qanday favqulodda yoki tipik (muhitdagi) xarakter sifatlari hamda individual usullar shaxsning munosabatlariga taalluqlidir.
- Shaxs harakatlarining sifati va ularning oqilona usullari insonning irodasi, hissiyoti, diqqat va aqliy sifatlarga yoki psixik jarayonlarning individual xususiyatlariga bogʻliqdir.

¹⁰³ https://renessans-edu.uz/files/books/2024-12-03-11-17-50_48b6d209c8b0d549df6696fb98fcfe67.pdf.

¹⁰⁴ Abduraxmanovna B. G. Shaxslarning individual xarakter xususiyatlari va uni namoyon boʻlish shakllari // Global Science Review. – 2025. – T. 4. – №. 6. – S. 677-684.

Masalan, mehnatda ko'zga tashlanadigan tirishqoqlik va puxtalik nafaqat mehnatga nisbatan ijobiy munosabatni aks ettiradi, balki boshqa omillarga ham bog'liq bo'ladi:

1. Diqqatning to'planishi;
2. Harakatlarning maqsadga yo'naltirilganligi;
3. Irodaviy kuchning yetarliligi;
4. Harakat usullarining mahsuldorligi;
5. Aqlning faol ishtiroki.

2.Xarakter tipologiyasi va uning asosiy xususiyatlari

Xarakter tipologiyasi - shaxslarning barqaror xarakter xususiyatlarini muayyan mezonlar asosida guruhlash va ularning o'ziga xos jihatlarini tavsiflashga qaratilgan psixologik yondashuvdir. Xarakter tipologiyasi insonlarning xulq-atvori, muloqoti, faoliyatga munosabati va turli vaziyatlardagi reaksiyalarida uchraydigan umumiy hamda individual xususiyatlarni tizimlashtirish imkonini beradi. Mazkur yondashuv orqali xarakter xususiyatlarining namoyon bo'lish qonuniyatlari chuqurroq o'rganiladi. Psixologiya tarixida xarakterning tipologiyasini yaratishga bir necha bor urinib ko'rilgan. Nemis psixologi va psixiatri E.Krechmer XX asr boshlarida tavsiya qilgan tipologiya eng mashhur va dastlabki urinishlardan biri bo'lgan. Keyinchalik uning hamkasblari U.Sheldon, E.Fromm, K.Leonard va A.Lichko tomonidan ham shunday tipologiyalar ishlab chiqilgan. Inson xarakterining barcha tipologiyalari quyidagi asosiy g'oyalarga muvofiq tarzda tashkil etilgan:

1. Inson xakteri ontogenetik taraqqiyoti davomida namoyon bo'la boshlaydi va butun hayot davomida nisbatan barqaror bo'ladi.

2. Xarakter tarkibiga kirgan xususiyatlar tasodifiy uyushgan emas; ular xarakter tipologiyasini tuzishga imkon beruvchi, bir-biridan farq qiluvchi tiplardan iborat.

3. Mazkur tipologiyaga ko'ra, ko'pchilik kishilarni ma'lum guruhlarga birlashtirish mumkin. E.Krechmer odam tanasining tuzilishi va konstitusiyasiga ko'ra eng ko'p uchraydigan uchta tipni ajratib ko'rsatgan: **astenik, atletik va**

piknik. Har biri shaxsni ma'lum xarakter tiplari bilan bog'lagan bo'lsa-da, ularning ilmiy asoslarga ega ekanligi shubhali hisoblanadi.

Astenik tip – uncha katta bo'lmagan gavda tuzilishli, o'rtacha yoki biroz balandroq bo'yli, oriqli kishilar. Asteniklarning tana va yuz terisi nozik, yelkasi tor va yassi, mushaklari yaxshi rivojlanmagan.

Atletik tip – skelet va mushaklari yaxshi rivojlangan, o'rtachadan yuqori yoki baland bo'yli, keng elkali, kuchli ko'krak qafasli, boshini tik tutib yuradigan kishilar.

Piknik tip – bosh, ko'krak qafasi va qorin bo'shlig'i yaxshi rivojlangan, semirishga moyil, tayanch-harakat a'zolari nisbatan rivojlanmagan kishilar. **E. Krechmer** mazkur tiplar bilan ayrim psixik kasalliklar o'rtasida muvofiqlik mavjud, degan fikrni ilgari surgan. Masalan, atletik va astenik tiplar shizofreniyaga moyilroq deb hisoblangan¹⁰⁵. Shu bilan birga, Krechmer tipologiyasi hayotiy kuzatishlar asosida tuzilgan bo'lsa-da, kamchiliklarga ega edi. Keyingi ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, ma'lum tana tuzilishiga ega kishilar psixik kasalliklarga moyil bo'lishi mumkin, bu esa xarakter aksentuatsiyasi haqidagi nazariyalarni ilgari surishga zamin yaratgan.

Xarakter borasidagi ta'limotlar tarixi uzoq o'tmishga borib taqaladi. Xususan, Arastu va Aflotun kishining xarakterini basharasiga qarab aniqlashni taklif qilgan edilar. Ularning xarakterologiyasi asosi qanchalik sodda bo'lgan bo'lsa, shunchalik g'aroyib farazlar mavjud edi. Kishining tashqi ko'rinishida qandaydir hayvon bilan o'xshashlik belgisini topish tavsiya qilinardi va so'ngra uning xarakteri ana shu hayvonniki bilan bir xil deb qaralardi. Masalan, Arastuning fikricha buqaniki singari yo'g'on burun ishyoqmaslikni bildiradi, chuchqanikiga o'xshash teshiklari katta bo'lsa ahmoqlikni, arslonnikabi kabi burun mag'rurlikni, echkilar, qo'ylar va quyonlarniki singari junining mayinligi qo'rqqoni, sherlar va yovvoyi chuchqalarniki kabi junning dag'alligi esa botirlikni anglatadi.

¹⁰⁵ Xaydarov F.I., Xalilova. N.I. Umumiy psixologiya. – Toshkent.: 2009. 98 b.

3.Xarakter borasidagi asosiy psixologik nazariyalar.

Xarakter muammosi psixologiyada shaxsning individual xususiyatlari va xulq-atvorini tushuntirish bilan bog'liq holda o'rganiladi. Turli nazariyalar xarakterning shakllanishi va namoyon bo'lishini biologik, psixologik va ijtimoiy omillar asosida izohlaydi.

Biologik-konstitutsional yondashuv xarakter xususiyatlarini insonning biologik va fiziologik xususiyatlari bilan bog'laydi. E.Kretschmer tana tuzilishi va psixologik xususiyatlar o'rtasidagi bog'liqlikni o'rgangan.

Psixodinamik nazariya xarakter shakllanishida ichki ehtiyojlar, motivlar va ongsiz jarayonlarning ahamiyatini ta'kidlaydi. Z.Freyd shaxs xulq-atvorini ichki psixologik ziddiyatlar bilan bog'lagan.

Analitik yondashuvda C.G. Jung xarakterdagi individual farqlarni ekstraversiya va introversiya tushunchalari orqali izohlagan.

Xulq-atvor nazariyasi xarakter xususiyatlarini muhit ta'siri, o'rganish, rag'batlantirish va mustahkamlash jarayonlari bilan bog'laydi. B.F. Skinner xulq-atvor shakllanishida muhitning roliga e'tibor qaratgan.

Xususiyatlar nazariyasi xarakter va shaxsni nisbatan barqaror psixologik xususiyatlar tizimi sifatida o'rganadi. G. Allport va R. Cattell shaxs xususiyatlarini tasniflash va tizimlashtirishga katta hissa qo'shgan.

Xarakterni aniqlashning bu va shunga o'xshash fiziologik tizimlarini biz o'rta asrlik suriyalik yozuvchi Abul-Faraj Bar Ebreyda ham ko'ramiz. Uning kitobida shunday ko'rsatma mujassam: "Yo'g'on va kalta bo'yli kishi bo'yval singari qahrg'azabga kelishga moyil, uzun va ingichka bo'yli kishi esa qo'rqqoqdir. Bo'yni juda kichik kishi esa tulki singari makkor bo'ladi." XVIII asrda Johann Kaspar Lavaterning fiziognomik tizimi mashhur bo'lib ketdi. U inson boshini "qalbini ko'rsatadigan oyna" deb hisoblagan va bosh suyagining tuzilishi, imo-ishoralari orqali kishi xarakterini aniqlashni asosiy yo'l deb bilgan. Lavater taniqli shaxslar ustidan bir qator kuzatishlar qoldirgan; ularning natijalari ilmiy jihatdan mutlaqo ahamiyatsiz bo'lsa-da, "Fiziognomika" kitobida yig'ilgan va juda qiziqarli edi. Masalan, Lavater fikricha, Gyotening geniyligi uning burni orqali sezilib, u

pozitsiyasining mahsuldorligi va mazmunini ko'rsatadi¹⁰⁶. Lavatarning o'limidan keyin yangi xarakterologik ta'limot paydo bo'ldi va u frenologiya deb nomlandi. Frenologiya nemis vrachi Frans Gallning nomi bilan bog'liq. Gallning ta'limotiga ko'ra, xarakterning barcha xususiyatlari bosh miya yarim sharlarida qat'iy ixtisoslashgan markazlarga ega bo'lib, ularning rivojlanish darajasi miyaning tegishli qismlar kattaligiga bog'liqdir. Gallning fikricha, bosh suyaklarining qavariq va chuqurcha joylari miya qismlariga mos keladi va shu orqali kishining psixik belgilarini aniqlash mumkin. Biroq, bu ta'limotda miya yarim sharining tuzilishi shaxs xususiyatlariga bog'liq degan to'g'ri boshlang'ich fikrdan tashqari qolgan barcha xulosalar noto'g'ri hisoblanadi.

Organizmning nasliy xususiyatlari xarakter xususiyatlarining shakllanishida muhim shartlardan biridir. Biroq, xarakter xususiyatlari faqat irsiyatning biologik qonuniyatlariga emas, balki ijtimoiy qonuniyatlarga ham bog'liqdir. Masalan, egizaklar temperament xususiyatlari jihatdan o'xshash bo'lishi mumkin, lekin ularning xarakter xususiyatlari bir-biridan farq qiladi. Xarakterning har bir xususiyati shaxsning munosabatlari bilan bog'liqdir. Shu bilan birga, shaxs munosabatlari o'z navbatida ijtimoiy muhit bilan belgilanadi. Kishining xarakteri tug'ma, doimiy va o'zgarmaydigan narsa emas. Hech bir bola mehnatsevar yoki dangasa, rostgo'y yoki yolg'onchi, qo'rqqoq yoki jasur bo'lib tug'ilmaydi.¹⁰⁷ Har bir odamning xarakteri va temperamenti ijtimoiy muhit ta'siri, tarbiya, amaliy faoliyat jarayoni va shaxsning o'z-o'zini tarbiyalashi orqali shakllanadi va rivojlanadi. Xarakterning rivojlanishi kishining irodasi, aql-idroki va hissiyotlarining o'sishi bilan mustahkam bog'liqdir.

4.Xarakterning shakllanishi va rivojlanish omillari

Xarakter inson hayoti davomida shakllanib, rivojlanib boradigan individual-psixologik xususiyatlar tizimidir. Uning shakllanishi biologik xususiyatlar, ijtimoiy muhit, ta'lim-tarbiya, faoliyat va shaxsiy tajribaning o'zaro ta'siri bilan bog'liq.

¹⁰⁶ O'sha manba. 310-bet.

¹⁰⁷ Ochilova G. O., Akbarova S. S. Kasbiy kompetentlik. – Toshkent, 2022.

Irsiy-biologik omillar temperament, nerv tizimining xususiyatlari va hissiy reaksiyalarning dinamik jihatlariga ta'sir ko'rsatadi. Biroq xarakter faqat biologik xususiyatlar bilan belgilanmaydi.

Ijtimoiy muhit xarakterning shakllanishida muhim o'rin tutadi. Oila, tengdoshlar, ta'lim muassasasi va keng ijtimoiy muhit orqali inson muayyan xulq-atvor me'yorlari, qadriyatlar va munosabatlarni egallaydi.

Ta'lim va tarbiya mas'uliyatlilik, intizomlilik, mehnatsevarlik, mustaqillik, qat'iyatlilik kabi xarakter sifatlarining rivojlanishiga yordam beradi. Ayniqsa, tarbiyaviy talablarning izchilligi va shaxsning faol ishtiroki muhim ahamiyatga ega.

Faoliyat va muloqot jarayonida xarakter xususiyatlari amaliy jihatdan namoyon bo'ladi va mustahkamlanadi. O'quv, mehnat, ijodiy va jamoaviy faoliyat shaxsda mas'uliyat, tashabbuskorlik, hamkorlik va qat'iyatlilikni rivojlantirishi mumkin.

O'z-o'zini tarbiyalash va hayotiy tajriba xarakterning keyingi rivojlanishida muhim omildir. Inson o'z xatti-harakatlarini tahlil qilish, kamchiliklarini anglash va o'zini boshqarish orqali xarakter xususiyatlarini takomillashtirib boradi. Butun hayot davomida kishining xakteri tarkib topishida ijtimoiy muhitning ta'siri katta bo'ladi, avvalo u bilan yashab kelgan va birga ishlagan jamoa muhim rol o'ynaydi. Kichik bolalarda xarakterning shakllanishida taqlidning roli katta. Ular ota-onasiga, yaqin kishilarga va kattalarga o'xshashga harakat qiladi, kattalarning yurish-turishlari, dasturxon atrofida o'zini tutishi va boshqa xatti-harakatlarini kuzatadi. Shu sababli ota-onalar, o'qituvchilar va boshqa katta yoshdagilar doimo o'zlariga e'tibor bilan qarashi, ijobiy xarakter xususiyatlarini tarbiyalab borishi zarur.

5.San'atkor shaxsida xarakter xususiyatlarining namoyon bo'lishi

San'atkor shaxsining xarakter xususiyatlari uning ijodiy faoliyati, kasbiy munosabati, muloqoti va ijodiy jamoa bilan hamkorligida namoyon bo'ladi. San'atkor uchun ijodkorlik, tashabbuskorlik, mustaqillik, qat'iyatlilik, mas'uliyatlilik, mehnatsevarlik va intizomlilik kabi xarakter sifatleri muhim ahamiyatga ega.

Ijodiy faoliyat jarayonida san'atkor turli murakkab vaziyatlar, tanqid va ijodiy qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Bunday sharoitlarda sabr-toqat, irodalilik, o'zini boshqarish va maqsadga intiluvchanlik xarakter xususiyatlari ijodiy faoliyatni davom ettirishga yordam beradi. Ayniqsa, uzoq muddatli mashg'ulotlar va muntazam ijodiy izlanishlarda intizomlilik va mas'uliyatlilik muhim o'rin tutadi.

San'atkorning xarakteri uning tomoshabinlar, hamkasblar, rejissyorlar, pedagoglar va ijodiy jamoa bilan muloqotida ham namoyon bo'ladi. Samimiylik, xushmuomalalik, hamkorlikka moyillik, hurmat va bag'rikenglik ijodiy munosabatlarning samarali tashkil etilishiga xizmat qiladi. San'atkor shaxsida xarakter xususiyatlari ijodiy faoliyat, kasbiy mas'uliyat, muloqot va turli qiyinchiliklarni yengib o'tish jarayonida namoyon bo'ladi. Ijodkorlik bilan bir qatorda qat'iyatlilik, mustaqillik, mehnatsevarlik va o'zini boshqarish kabi sifatlarning rivojlanganligi san'atkorning kasbiy faoliyatini samarali tashkil etishiga yordam beradi. Ijodiy jamoada faoliyat yurituvchi san'atkor uchun hamkorlik, muomala madaniyati, bag'rikenglik va mas'uliyatlilik muhim xarakter xususiyatlari sanaladi. Turli ijodiy qarash va yondashuvlarni hurmat qilish, umumiy maqsad yo'lida hamkorlik qilish hamda jamoaviy vazifalarni o'z vaqtida bajarish ijodiy faoliyat samaradorligini oshiradi. San'atkorning xarakter xususiyatlari tanqid va baholashga munosabatida ham ko'rinadi. O'z faoliyatiga tanqidiy yondasha olish, xatolarni anglash, kamchiliklarni tuzatishga intilish va ijodiy tajribadan xulosa chiqarish kasbiy rivojlanish uchun muhimdir. Bunda o'ziga ishonch bilan birga o'zini nazorat qilish va o'z faoliyatini obyektiv baholash qobiliyati ham zarur.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Xarakter deganda nimani tushunasiz?
2. Xarakter va temperamentning farqlari nimalardan iborat?
3. Xarakter xususiyatlari qanday turlarga ajratiladi?
4. Shaxsning intellektual, hissiy va irodaviy xususiyatlari xarakter tarkibiga qanday ta'sir qiladi?
5. Xarakter inson hayotida qanday rol o'ynaydi?
6. San'atkor shaxsida xarakter xususiyatlari qanday namoyon bo'ladi?

2.6-MAVZU. QOBILIYAT VA IQTIDOR

Reja:

1. Qobiliyat haqida umumiy tushuncha
2. Qobiliyatlar psixologik tasnifi.
3. Iqtidor tushunchasi va uning ahamiyati.
4. Qobiliyat va iqtidorning shaxs rivojiga ta'siri.
5. Badiiy iqtidorning psixologik xarakteristikasi.

Tayanch iboralar: qobiliyat, qobiliyat tushunchasi, qobiliyatning psixologik mohiyati, individual qobiliyatlar, umumiy qobiliyatlar, maxsus qobiliyatlar, intellektual qobiliyatlar, ijodiy qobiliyatlar, kommunikativ qobiliyatlar, amaliy qobiliyatlar, kasbiy qobiliyatlar, musiqiy qobiliyat, badiiy qobiliyat, pedagogik qobiliyat, tashkilotchilik qobiliyati, qobiliyatning rivojlanishi, qobiliyatning shakllanishi, qobiliyat va faoliyat, iqtidor, badiiy iqtidor.

1.Qobiliyat haqida umumiy tushuncha

Qobiliyat bu - shaxsning muayyan faoliyatni muvaffaqiyatli bajarishini ta'minlaydigan individual-psixologik xususiyatlar majmuasidir. Qobiliyat insonning bilim, ko'nikma va malakalarni egallash tezligi, ularni amaliy faoliyatda qo'llay olish imkoniyati hamda yangi vazifalarni samarali hal qilishida namoyon bo'ladi. Shu jihatdan qobiliyat shaxsning muayyan faoliyatga bo'lgan imkoniyatlarini ifodalovchi muhim psixologik xususiyat hisoblanadi. Qobiliyat bilim, ko'nikma va malakaning o'zi emas. Inson muayyan bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishi mumkin, biroq ularni o'zlashtirish va amaliyotda qo'llash imkoniyatlari individual jihatdan farqlanadi. Qobiliyat aynan shu o'zlashtirish jarayonining tezligi, sifati va samaradorligida namoyon bo'ladi. Psixologiyada qobiliyatlar odatda umumiy va maxsus qobiliyatlarga ajratiladi. Umumiy qobiliyatlar turli faoliyatlarda muvaffaqiyatga erishish uchun zarur bo'lgan tafakkur, xotira, diqqat, idrok va aqliy faollik kabi xususiyatlarni qamrab oladi. Maxsus qobiliyatlar esa muayyan faoliyat turida, masalan, musiqa, tasviriy san'at, matematika, pedagogika yoki sportda yaqqol namoyon bo'ladi. Madaniyat va san'at olamida qobiliyat ruhning koinot

bilan sirlashgan nuqtasidir. U go‘yo qorong‘u tunda yo‘l ko‘rsatuvchi mayoqdek, ijodkorning ichki dunyosidagi his-tuyg‘ularni ranglar, tovushlar yoki so‘zlar shakliga solib beradi. Chinakam iste‘dod egasi oddiy buyumda go‘zallikni, sukunatda esa simfoniyani tinglay oladi; aynan shu noyob quvvat tufayli u yaratgan asar vaqt va makon chegaralarini buzib o‘tuvchi tirik muloqotga aylanadi. San’atkor qalbida jo‘sh urgan iqtidor mehnat bilan charxlanadigan javohirdir. Ma’naviyat xazinasidan oziqlangan qobiliyat orqaligina ijodkor o‘z millatining dardi va quvonchini butun jahonga yetkazishi mumkin. Qobiliyat bo‘lmasa, san’at jonsiz qolipga, madaniyat esa ruhsiz muzeyga aylanib qoladi. Shuning uchun ham muloqotning eng yuksak cho‘qqisi bo‘lgan san’atda iqtidor borliqni qayta kashf etuvchi muqaddas bir kuch sifatida e‘zozlanadi. Madaniyatning davomiyligi va avlodlar o‘rtasidagi ma’naviy ko‘prik qobiliyatli shaxslarning yelkasida turadi. Ular o‘z ijodiy qudrati bilan jamiyatning estetik didini tarbiyalaydi, odamlar qalbida ezgulikka bo‘lgan muhabbatni uyg‘otadi. Har bir bo‘yoq surtmasida yoki har bir kuy ohangida namoyon bo‘ladigan ushbu ilohiy ne‘mat insoniyatga o‘zligini anglatish barobarida, dunyoni go‘zallik orqali qutqarishga bo‘lgan umidni so‘ndirmaydi. Qobiliyat tushunchasi inson psixologiyasi va pedagogikasida markaziy o‘rin tutadi. U shaxsning ma’lum faoliyat turini muvaffaqiyatli bajarish, muammolarni tez va samarali hal etish, yangi vaziyatlarga moslashish qobiliyati sifatida ta’riflanadi. Qobiliyat nafaqat tug‘ma xususiyatlarga, balki o‘rganish, tajriba orttirish, ijtimoiy muhit ta’sirida shakllanadi¹⁰⁸. Shu sababli, u inson rivojining dinamik jihatlarini aks ettiruvchi kompleks psixologik ko‘rsatkich hisoblanadi.

Qobiliyatlarning shakllanishi va rivojlanishida genetik omillar va ijtimoiy muhitning o‘rni birdek muhimdir. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ayrim qobiliyatlar, masalan, musiqiy yoki matematik iste‘dodlar, tug‘ma predispozitsiyalarga bog‘liq bo‘lishi mumkin, biroq ular o‘rganish va mashq jarayoni orqali yanada kuchayadi.¹⁰⁹ Shu sababli, qobiliyatlarni rivojlantirish strategiyasi shaxsning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda amalga oshirilishi lozim. Qobiliyatlar

¹⁰⁸ Carr H. A., Kingsbury F. A. Qobiliyat tushunchasi // Psixologik sharh. – 1938. – T. 45. – №. 5. – S. 354.

¹⁰⁹ Howe M. J. A. Concepts of ability // Human Abilities. – Psychology Press, 2013. – S. 39-48.

imkoniyatlardan iborat bo'lib, biror bir ishdagi mahorat darajasi bilan bog'liqdir. Bolada namoyon bo'ladigan musiqiy qobiliyat uning musiqachi bo'lishi uchun yetarli imkoniyatlar, maxsus ta'lim, qat'iyat, yaxshi salomatlik, musiqa asbobi, notalar va boshqa ko'plab sharoitlar bo'lishi zarur. Bularsiz qobiliyatlar rivojlanmay, hatto so'nib ketishi mumkin. Qobiliyatlar faqat faoliyat jarayonida namoyon bo'ladi. Shu sababli, u faqat o'sha qobiliyatlar yordamida amalga oshirilishi mumkin bo'lgan faoliyatlarda namoyon bo'ladi. O'quvchida zarur ko'nikma, malaka tizimi va mustahkam bilimlar mavjud bo'lmaganda, jiddiy tekshirib ko'rilsa ham, unda qobiliyatlar yo'q, deb xulosa chiqarish pedagogning psixologik jihatdan xatosi hisoblanadi. Masalan, Albert Eynshteyn o'rta maktabda uncha yaxshi o'qimaydigan o'quvchi sifatida baholangan, va bu uning kelajakda genial olim bo'lishi ehtimoliga hech qanday dalolat bermas edi.

Pedagogik nuqtayi nazardan, qobiliyat tushunchasi ta'lim va tarbiya jarayonida markaziy ahamiyatga ega. Har bir o'quvchi yoki talaba o'zining kuchli va zaif tomonlarini aniqlab, tegishli metodlar orqali ularni rivojlantirishi mumkin. Masalan, didaktik mashqlar, ijtimoiy loyihalar, laboratoriya ishlar va ijodiy mashg'ulotlar qobiliyatlarni samarali shakllantirish vositalari sifatida xizmat qiladi. Shu bilan birga, pedagoglar va murabbiylar shaxsning qobiliyat darajasini baholashda individual yondashuvni qo'llashlari zarur. Qobiliyatlar individual psixologik xususiyatlar bo'lishi bilan birga, ularni aql, xotira yoki hissiy xususiyatlar bilan to'g'ridan-to'g'ri tenglashtirib bo'lmaydi, shuningdek, qobiliyatlarni shaxsning boshqa xususiyatlari bilan bir qatarga qo'yish ham to'g'ri emas.

Agar shaxsning ayrim xususiyatlari yoki ularning yig'indisi ma'lum faoliyat talablariga javob bersa yoki bu talablar ta'siri bilan shakllansa, u holda mazkur individual xususiyatlarni qobiliyat sifatida hisoblash mumkin.

Qobiliyat shaxsning psixologik va fiziologik tuzilishiga bog'liq xususiyat hisoblanadi. U bilim olish uchun zarur shart-sharoit bo'lib xizmat qiladi, shu bilan birga ma'lum darajada olingan bilimlar natijasi ham bo'lishi mumkin. Umumiy va maxsus bilimlarni egallash, shuningdek, kasbiy ko'nikmalarni rivojlantirish jarayonida qobiliyat shakllanib, mukammallashadi. Qobiliyatga yaqin tushunchalar

sifatida ko'nikma va malaka qaraladi. Ular faoliyat mexanizmini tashkil qiladi va qobiliyat bilan birgalikda mahorat hosil qilishni ta'minlaydi. Natijada, mehnat va boshqa faoliyatlarda katta yutuqlarga erishish mumkin bo'ladi. Shu bilan birga, qobiliyatli, ammo intizomsiz yoki mehnatsevar bo'lmagan shaxs ko'p narsaga erisha olmaydi. Qobiliyat esa ko'pincha ko'nikma va amaliy faoliyat jarayonida namoyon bo'ladi. Barcha qobiliyatlari uchun asosiy tayanch xususiyat – kuzatuvchanlik va bilish ko'nikmasidir. Bu shaxsning individual psixologik xususiyati bo'lib, ijodiy faoliyatda boshlang'ich materialni aniqlay olish va undan foydali natija olish imkonini beradi.

2.Qobiliyatlar psixologik tasnifi

Qobiliyatning yetakchi xususiyati – ijodiy tasavvur qilish qobiliyatidir.¹¹⁰ Shu bilan birga, quyidagi xususiyatlar yordamchi omil sifatida faoliyatni samarali tashkil etadi: xotira (faoliyat talablariga mos tuzilishda namoyon bo'ladi), emotsionallik yoki his-tuyg'uga beriluvchanlik (faoliyat samaradorligini oshiradi) va boshqa psixologik jihatlar. Amaliy faoliyatning ayrim ko'rinishlarida shaxsning irodasi markaziy o'rin tutadi. Qobiliyat tuzilishidagi turli xususiyatlarning tarkibi faoliyatning turli davrlarida yoki ijodiy jarayonning bosqichlarida turlicha bo'lishi mumkin. Shu sababli, qobiliyatning tuzilishi ham barqaror, ham o'zgaruvchan xususiyatlarni o'z ichiga oladi. Psixologiya fanida qobiliyatlar quyidagicha tasniflanadi:¹¹¹

1. Tabiiy qobiliyatlar – ular odamlar va hayvonlar uchun xos bo'lib, idrok etish, xotirada saqlash, oddiy muloqotga kirisha olish kabi asosiy psixologik funksiyalarni o'z ichiga oladi. Biologik asosga ega bo'lgan bu qobiliyatlar shartli reflekslarning hosil bo'lish jarayoni bilan bog'liqdir. Inson va yuqori darajada rivojlangan hayvonlardagi tabiiy qobiliyatlar darajasi va shakli jihatdan farq qiladi.

2. Maxsus insoniy qobiliyatlar – ular ijtimoiy-tarixiy tabiatga ega bo'lib, shaxsning ijtimoiy hayot va taraqqiyotdagi faoliyatini ta'minlaydi. Maxsus qobiliyatlar o'z navbatida **umumiy** va **xususiy qobiliyatlarga** bo'linadi.

¹¹⁰ <https://lib.jdpu.uz/storage/uploads/files/Umumiy%20psixologiY.%20Xalilova.pdf>.

¹¹¹ Xaydarov F.I., Xalilova. N.I. Umumiy psixologiya. – Toshkent.: 2009. 98 b.

3. Umumiy qobiliyatlar – insonning turli faoliyatlarida muvaffaqiyatga erishishini ta'minlovchi aqliy xususiyatlar majmuasidir. Bu qobiliyatlar xotira va nutqning rivojlanganligi, qo'l harakatlarining aniqligi va boshqa psixologik omillarni o'z ichiga oladi.

4. Xususiy qobiliyatlar – alohida faoliyatning muvaffaqiyatini ta'minlaydi. Ular biror faoliyat turlarining ixtisoslashgan shakllanishiga asos bo'ladi. Masalan, matematika, texnika, badiiy ijod, sportga bo'lgan qobiliyatlar xususiy qobiliyatlar hisoblanadi. Ba'zi adabiyotlarda umumiy qobiliyatlar turlicha talqin qilinadi. Masalan, umumiy qobiliyat deb shaxsning muvaffaqiyatli ravishda bilim olish qobiliyati va intellektual taraqqiyoti tushuniladi. Biroq bu tushuncha tor va to'liq emas, chunki intellektual taraqqiyot faqat ixtiyoriy faoliyat uchun talab qilinadi. Umumiy qobiliyat esa faoliyatning barcha turlariga, jumladan amaliy faoliyatga ham ta'sir qiladi. Shu nuqtayi nazardan, ba'zi psixologlar umumiy qobiliyatni universal deb hisoblab, maxsus qobiliyatlarni alohida tan olish zaruratini tan olmaydilar. Boshqalar esa faqat maxsus qobiliyatlarni tan olib, umumiy qobiliyatni ularning yig'indisi sifatida ko'rib chiqadilar. Shaxsning turli faoliyatlari orasida, asosiy yoki yetakchi faoliyat sharoitida uning maxsus taraqqiyotini belgilovchi faoliyat ajralib turadi. Bu faoliyat tug'ma spetsifik zehn xususiyatlariga mos kelishi mumkin. **Maxsus qobiliyatlarni** inson faoliyatining asosiy turlariga ko'ra uch turga ajratish mumkin: fan, san'at va amaliyot. Shu asosda, qobiliyatni milliy, badiiy va amaliy deb klassifikatsiyalash mumkin. Har bir tur o'z navbatida mayda turlarga bo'linadi:

Ilmiy qobiliyat – abstrakt va evristik fikrlashning rivojlanganligini, og'zaki va mantiqiy xotirani, qat'iyat va sabr-toqatni talab qiladi. Ushbu qobiliyat tarkibiga fizika, matematika, kimyo, biologiya, tarix, falsafa kabi fanlarga bo'lgan qobiliyatlar kiradi. **Badiiy qobiliyat** – sensor obrazli fikrlashning rivojlanganligini, o'tkir emotsional ta'sirchanlik va reaktivlikni talab qiladi. Badiiy qobiliyatga tasviriy san'at, musiqiy, artistik va adabiy qobiliyatlar kiradi.

Amaliy qobiliyat – praktik aqlning rivojlanganligi, fahm-farosatning kuchliligi, irodaviy va yetuk kirishuvchanlikni o'z ichiga oladi. Amaliy qobiliyat tarkibiga konstruktiv-texnik, boshqaruvchanlik va tashkilotchilik qobiliyatlari

kiradi. Shuningdek, qobiliyatlar **nazariy** va **amaliy** shakllarda ham namoyon bo'ladi. Nazariy qobiliyatlar mavhum va mantiqiy harakatlarga moyillikni, amaliy qobiliyatlar esa shaxsning real vaziyatlarda bilim va ko'nikmalarni qo'llashini ta'minlaydi.

O'quv qobiliyatlari bilim, ko'nikma va malakalarni egallash, shaxsning shakllanishi va pedagogik ta'sirlar samaradorligini oshirishda ijobiy rol o'ynaydi. **Ijodiy qobiliyatlar** esa moddiy va ma'naviy madaniyat asarlarini yaratish, yangi g'oya va kashfiyotlar hosil qilishda namoyon bo'ladi.

3.Iqtidor tushunchasi va uning ahamiyati.

Psixologiya fanida iqtidor individual shaxsning ma'lum faoliyat sohalarida muvaffaqiyatga erishish salohiyati sifatida tushuniladi. Iqtidor shaxsning tabiiy imkoniyatlarini, aqliy va hissiy xususiyatlarini, shuningdek, faoliyatga moslashuvchanligini o'zida mujassam etadi. U faqat ma'lum bilim yoki malakaga ega bo'lish bilan chegaralanmaydi, balki insonning o'z-o'zini rivojlantirish, o'rganish va yangi faoliyatga moslashish qobiliyatini ham ta'minlaydi. Shu jihatdan iqtidor faoliyatning samaradorligi va natijadorligini belgilovchi asosiy psixologik ko'rsatkichlardan biridir. Iqtidorning mohiyati psixologik va biologik omillar bilan chambarchas bog'liq.¹¹² Biologik asos sifatida nerv tizimining xususiyatlari, idrok va xotira qobiliyati, hissiy sezgirlik darajasi, shuningdek, aqliy tezkorlik va mantiqiy fikrlash darajasi ko'riladi. Psixologik asos esa shaxsning motivatsiya tizimi, maqsadga intilishi, mehnatsevarlik va irodaviy kuch bilan belgilanadi. Shu sababli iqtidor doimiy o'zgaruvchan, rivojlanadigan va faoliyat talablariga moslashadigan tarkibiy psixologik tuzilma sifatida qaraladi.

Iqtidor turli faoliyat turlarida turlicha namoyon bo'ladi. Masalan, ilmiy faoliyatda nazariy fikrlash va analitik qobiliyat yetakchi bo'lsa, badiiy sohada sezgirlik, fantaziya va tasviriy tafakkur ustunlik qiladi. Amaliy faoliyatda esa vaziyatni tez tahlil qilish, qaror qabul qilish va ijodiy yechimlar ishlab chiqish asosiy ahamiyatga ega.

¹¹² Nichols R. C. The origin and development of talent // The Phi Delta Kappan. – 1967. – T. 48. – №. 10. – S. 492-496.

Shu bilan birga, har bir shaxsning iqtidori faqat shu faoliyat turida namoyon bo'lishi bilan cheklanmaydi, balki u boshqa faoliyat turlarida ham turlicha ko'rinishlar bilan yuzaga chiqadi. Iqtidorning shakllanishi va rivojlanishi ijtimoiy muhit, tarbiya va ta'lim jarayoni bilan chambarchas bog'liq¹¹³. Bola tug'ma imkoniyatlar bilan tug'ilgan bo'lsa-da, uning iqtidori ta'lim, amaliy mashg'ulotlar va faoliyat tajribasi orqali rivojlanadi. Shu jihatdan pedagogik yondashuvlar shaxsning iqtidorini aniqlash va uni maksimal darajada rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Ta'lim tizimida o'quvchining iqtidorini aniqlash, individual qobiliyatlar va kuchli tomonlarini aniqlash, shuningdek, moslashuvchan o'quv metodlarini qo'llash samarali natijalarga olib keladi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, iqtidor faqat yuksak intellektual imkoniyatlardan iborat emas. U hissiy barqarorlik, mehnatsevarlik, motivatsiya, mas'uliyat va irodaviy kuch bilan chambarchas bog'liqdir. Masalan, o'quvchida yuqori darajadagi aqliy salohiyat bo'lsa ham, motivatsiya yetishmasa yoki qat'iylik kam bo'lsa, iqtidor to'liq namoyon bo'lmaydi. Shu sababli psixologik va pedagogik amaliyotlarda iqtidorni aniqlashda keng qamrovli ko'rsatkichlar va faoliyat tahlillari qo'llaniladi.

4.Qobiliyat va iqtidorning shaxs rivojiga ta'siri.

Iqtidorning ahamiyati shaxsning muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir qiladi. Yuqori iqtidorli shaxslar murakkab vaziyatlarni tez tahlil qila oladi, yangiliklarni tez o'zlashtiradi, ijodiy va mantiqiy yechimlar ishlab chiqadi. Shu bilan birga, ular shaxsiy va ijtimoiy faoliyatda samarali munosabatlarni o'rnatadi, stressli vaziyatlarda moslashuvchanlik ko'rsatadi va uzluksiz o'zini rivojlantirishga intiladi. Iqtidor nafaqat individual muvaffaqiyat, balki jamiyat taraqqiyoti va innovatsion faoliyat uchun ham muhim omil hisoblanadi. Shu nuqtayi nazardan, iqtidorni o'rganish psixologiya va pedagogika fanlari uchun asosiy ahamiyatga ega. Psixologlar iqtidorni aniqlash, baholash va rivojlantirish metodlarini ishlab chiqadilar.

¹¹³ Turg'unboyev K., Tolipov M., Oxunov I. Ijtimoiy pedagogika asoslari // O'quv qo'llanma. Toshkent. "Fan va texnologiya" nashriyoti. – 2008.

Pedagoglar esa bu bilimlarni ta'lim jarayonida qo'llab, o'quvchining qobiliyatini maksimal darajada rivojlantirishga harakat qiladilar. Shuningdek, amaliy faoliyatda, sport, san'at, ilm-fan va texnika sohalarida iqtidorning aniqlanishi va rag'batlantirilishi shaxsiy yutuqlarni oshirishga xizmat qiladi. Shaxs rivojlanishida qobiliyat va iqtidor bir-birini to'ldiradi. Qobiliyat shaxsning faoliyatda aniq imkoniyatlarini belgilasa, iqtidor ushbu imkoniyatlarni to'liq ro'yobga chiqarish imkoniyatini beradi. Masalan, matematika qobiliyati rivojlangan shaxs yuqori iqtidor bilan birgalikda murakkab ilmiy masalalarni tez va samarali yechishi mumkin. Shu tarzda qobiliyat va iqtidor shaxsning muvaffaqiyatli faoliyatini va ijodiy salohiyatini shakllantiradi. Shaxs rivojlanishida qobiliyat va iqtidor nafaqat individual muvaffaqiyat, balki ijtimoiy moslashuv, jamiyatdagi o'rnini aniqlash va ijtimoiy mehnat samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Ta'lim va tarbiya jarayonida qobiliyat va iqtidorni aniqlash, rivojlantirish va rag'batlantirish orqali shaxsning o'zini anglash va ijtimoiy faoliyatda muvaffaqiyatga erishishi ta'minlanadi.

Umuman olganda, qobiliyat va iqtidor shaxs rivojlanishida asosiy psixologik omillar sifatida namoyon bo'ladi. Qobiliyat shaxsning ma'lum faoliyatda imkoniyatlarini belgilasa, iqtidor ushbu imkoniyatlarni ro'yobga chiqarish va faoliyatda muvaffaqiyatga erishish salohiyatini ta'minlaydi. Shu bilan birga, ular shaxsning ijodiy salohiyati, ijtimoiy moslashuvchanligi va umumiy muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir qiladi.

Iqtidor ilohiy bir shabada bo'lib, u tanlangan ko'ngillarning g'uborini artuvchi, vujudni hayajon olovida yondiruvchi mo'jizadir. Ijodkor ushbu otash ichida o'zligini qayta bino etadi. U oddiy bo'yoq surtmasi yoki quruq so'z zamiridan boqiy ma'nolar qidiradi. Bu tug'ma quvvat insonni oddiy kuzatuvchidan dunyoni qayta tafakkur qiluvchi musavvirga, olam sirlarini kashf etuvchi orifga aylantiradi. Musavvir qalamida yoki sozanda barmoqlarida aks etgan bu javhar mashaqqatli izlanishlar po'rtanasida sayqallanadi. Haqiqiy iste'dod egasi nafaqat go'zallikni yaratadi, balki ufqning ortidagi ko'rinmas ranglarni, sukunatning tubidagi mangu sadoqatni his qilib, ularni insoniyat ma'naviy merosiga muhrlaydi. Madaniyat

ummonida iqtidor qat'iy va sobit bir yo'nalishdir. U millatning tafakkur ufqlarini kengaytirib, qalblarda ezgulik urug'ini ekadi. Har bir asar ortida bir qalbning silqib turgan dardi, bir ruhning parvozi va olamni yanada mukammalroq ko'rish orzusi yashirinadi. Bu yashirin qudrat insonni foniy dunyo tashvishlaridan yuksaltirib, mangulik sarchashmalariga yetaklovchi yagona yo'ldir.

5.Badiiy iqtidorning psixologik xarakteristikasi.

Badiiy iqtidor bu - shaxsning san'at va ijodiy faoliyatda yuqori natijalarga erishish imkonini beruvchi psixologik xususiyatlar tizimidir. U insonning badiiy obrazlarni yaratish, estetik jihatlarini idrok etish, his-tuyg'ularni ijodiy ifodalash va yangi g'oyalarni shakllantirish qobiliyatida namoyon bo'ladi. Badiiy iqtidorning muhim tarkibiy jihatlariga ijodiy tasavvur, obrazli tafakkur, estetik idrok, hissiy sezgirlik, kuzatuvchanlik va ijodiy faollik kiradi. Bunday shaxs voqelikdagi hodisalarning nozik va mazmunli jihatlarini ilg'ay oladi, ularni o'ziga xos obraz va badiiy shakllarda ifodalashga intiladi. Badiiy iqtidor musiqa, tasviriy san'at, adabiyot, teatr, raqs va boshqa san'at turlarida turlicha namoyon bo'ladi. Masalan, musiqiy faoliyatda tovush va ritmni nozik farqlash, tasviriy san'atda rang va shakllarni idrok etish, aktyorlikda obrazga kirish va hissiy holatlarni ifodalash muhim ahamiyatga ega. Badiiy iqtidorning rivojlanishida tabiiy imkoniyatlar bilan bir qatorda ta'lim, muntazam mashg'ulot, ijodiy muhit, motivatsiya va amaliy tajriba muhim o'rin tutadi. Iqtidorning mavjudligi avtomatik ravishda yuqori kasbiy mahoratni ta'minlamaydi; uni rivojlantirish uchun tizimli mehnat va ijodiy faoliyat zarur. Xulosa sifatida, badiiy iqtidor shaxsning estetik idroki, ijodiy tafakkuri, tasavvuri va hissiy sezgirligining o'zaro uyg'unligi asosida namoyon bo'ladigan murakkab psixologik hodisadir. Uning rivojlanishi san'atkor shaxsining ijodiy salohiyatini yuzaga chiqarish va takomillashtirish uchun muhim asos bo'lib xizmat qiladi. Badiiy iqtidor shaxsning san'at va ijodiy faoliyatda o'ziga xos, yuqori darajadagi natijalarga erishish imkoniyatini ifodalovchi individual-psixologik xususiyatlar majmuasidir. U voqelikni estetik jihatdan idrok etish, badiiy obrazlarni yaratish, hissiy kechinmalarni ijodiy shaklda ifodalash va yangi g'oyalarni ilgari surishda namoyon bo'ladi.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Qobiliyat tushunchasi psixologiyada qanday ta'riflanadi?
2. Iqtidorning asosiy xususiyatlari nimalardan iborat?
3. Qobiliyat va iqtidor o'rtasidagi farq nimada?
4. Qobiliyat shaxsning faqat tabiiy imkoniyatlari yoki faoliyat natijasi sifatida namoyon bo'ladimi?
5. Iqtidor shaxsning muvaffaqiyatiga qanday ta'sir ko'rsatadi?
6. Badiiy iqtidorning psixologik mazmunini yoritib bering?

2.7-MAVZU. ONTOGENEZ PSIXOLOGIYANING VAZIFALARI VA TADQIQOT METODLARI

Reja:

1. Ontogenez psixologiya tushunchasi.
2. Ontogenez psixologiyaning asosiy vazifalari.
3. Ontogenez psixologiyada tadqiqot metodlari.
4. Gerontopsixologiya haqida umumiy tushuncha

Tayanch iboralar: ontogenez, ontogenez psixologiyasi, psixik rivojlanish, yosh davri, yosh xususiyatlari, rivojlanish qonuniyatlari, shaxs rivojlanishi, psixologik rivojlanish, psixik jarayonlar, psixik holatlar, individual rivojlanish, rivojlanish omillari, rivojlanish shart-sharoitlari, ontogenetik rivojlanish, yosh bosqichlari, yosh davrlari klassifikatsiyasi, qarilik davri, rivojlanishning asosiy vazifalari.

1.Ontogenez psixologiya tushunchasi.

Ontogenez (yun. *ontos* – borliq, *genez* – kelib chiqish) – organizmning individual rivojlanishi bo‘lib, uning shakllanishidan hayotning oxirigacha sodir bo‘ladigan ketma-ket o‘zgarishlar majmuini anglatadi. Ontogenez termini nemis olimi E.Gekkel tomonidan 1866-yilda fanga kiritilgan¹¹⁴. Ontogenez urug‘langan tuxum hujayra, ya’ni zigotadan boshlanadi. Jinssiz ko‘payadigan organizmlarda yangi organizm ona hujayraning bo‘linishi (bir hujayralilarda), kurtaklanishi yoki tugun, ildizpoya va boshqa vegetativ organlar orqali (vegetativ ko‘payishda) hosil bo‘ladi. Ontogenez organizmning xususiy rivojlanishi davomida sodir bo‘ladigan barcha morfologik, fiziologik va funksional jarayonlarni qamrab oladi. Bu jarayonlar **miqdoriy va sifatli o‘zgarishlar orqali amalga oshadi** va bir-biri bilan uzviy bog‘langan. Ontogenez ketma-ket keladigan bosqichlardan tashkil topgan bo‘lib, jinsiy ko‘payadigan organizmlarda u quyidagilarni o‘z ichiga oladi:

1. **Embrional davr (murtak davri)** – organizmning asosiy tuzilmalari va tizimlari shakllanadi.

¹¹⁴ Fayziyeva U., Jumayev N. Umumiy psixologiya. – Buxoro, 2021. 100 b.

2. **Postembrional davr** – tug‘ilgandan keyingi rivojlanish bosqichlari, shu jumladan o‘shish va organlarning ixtisoslashuvi.

3. **Balog‘atga yetish davri** – organizm jinsiy yetuklikka yetadi, reproduktiv imkoniyatlar rivojlanadi.

Ontogenez davomida rivojlanayotgan organizmning alohida qismlari o‘sadi, ixtisoslashadi va o‘zaro muvofiqlashadi.

Ontogenezni tushuntirishdagi tarixiy yondashuvlar:

• **Preformizm** – ontogenezni individual o‘shish jarayoni sifatida tushuntirgan, ya’ni yangi organizm allaqachon tayyor shaklda mavjud, faqat o‘sadi, deb hisoblagan.

• **Epigenez** – ontogenezni strukturasiz murtakdan boshlanadigan yangi hosilaning rivojlanish jarayoni sifatida tushuntirgan, ya’ni barcha tizimlar va organlar keyingi rivojlanish bosqichlarida hosil bo‘ladi.¹¹⁵

Zamonaviy nuqtayi nazarga ko‘ra, ontogenez boshlanayotgan hujayrada **irsiy axborot kodi** holatida organizmning keyingi rivojlanish dasturi joylashgan.

Bu dastur yadro va sitoplazmaning o‘zaro ta’siri natijasida murtakning har bir hujayrasida, uning turli hujayralari va hujayra komplekslarida amalga oshadi.

Irsiy apparat morfogenetik jarayonlarning umumiy yo‘nalishini **maxsus oqsil molekulalarining sintezini kodlash orqali** belgilab beradi. Shu bilan birga, ushbu jarayonlarning amalga oshishi ozmi-ko‘pmi **tashqi muhit ta’siriga bog‘liq** bo‘ladi, ya’ni irsiy belgilar va ekologik omillar o‘zaro ta’sir qilib, organizmning yakuniy rivojlanishini shakllantiradi. Ontogenez psixologiya insonning psixik xususiyatlarini ularning hayot davomida rivojlanish jarayonida o‘rganishga qaratilgan psixologiyani muhim sohasi hisoblanadi.¹¹⁶

Bu soha shaxsning individual psixik xususiyatlari, ularning shakllanishi, rivojlanish bosqichlari va atrof-muhit bilan o‘zaro ta’sirini sistematik tadqiq qilishni o‘z ichiga oladi. Ontogenez psixologiyani asosiy vazifalaridan biri shaxsning

¹¹⁵ O‘sha manba. 101-bet.

¹¹⁶ Солдатов Е., Лаврова Г. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез 2-е изд., пер. и доп. Учебник для бакалавриата и специалитета. – ЛитРес, 2019.

psixik xususiyatlarini aniqlash va ularning turli rivojlanish davrlarida qanday o'zgarishini kuzatishdir. Shu bilan birga, bu fan bolalikdan kattalikka qadar psixik jarayonlar dinamikasini o'rganishga qaratilgan. Bu jarayonning maqsadi insonning hissiy kechinmalari, xotira, tafakkur, diqqat, irodaviy va hissiy funksiyalari qanday rivojlanishini aniqlashdir. Ontogenez psixologiyaning diqqat markazida temperament, xarakter va qobiliyatlarning shakllanishi va rivojlanish jarayonlari turadi. Temperament shaxsning biologik asosga ega bo'lgan individual xususiyatlarini ifodalaydi va uning psixik jarayonlar tezligi, reaktivlik va hissiy reaksiyalarini belgilaydi. Xarakter esa shaxsning ijtimoiy muhit ta'siri ostida rivojlangan xulq-atvor va munosabatlarning barqaror tizimidir. Qobiliyatlar esa shaxsning ma'lum bir faoliyat turida muvaffaqiyatga erishish imkoniyatini ta'minlovchi individual xususiyatlar majmuasidir. Ontogenez psixologiyada bu komponentlarning rivojlanish bosqichlari, ularning o'zaro bog'liqligi, individual farqlar va ijtimoiy muhit ta'siri tizimli ravishda tadqiq qilinadi.

Bolalikdan kattalikka qadar psixik jarayonlar dinamikasini o'rganish ontogenez psixologiyaning eng muhim vazifalaridan biri hisoblanadi. Har bir rivojlanish bosqichi o'ziga xos psixik xususiyatlarni namoyon qiladi. Masalan, birinchi bolalik davrida hissiy kechinmalar sezgirlik va emotsional barqarorlik bilan ajralib turadi, shu bilan birga xotira va diqqatning asosiy shakllari rivojlanadi. Maktab yoshida esa tafakkur, abstrakt fikrlash va ijtimoiy ko'nikmalar sezilarli darajada rivojlanadi. O'smirlik davrida hissiy jarayonlar va intellektual funksiyalarning uyg'unligi, shuningdek, ijtimoiy muhit ta'siri kuchayadi. Kattalar yoshida esa psixik jarayonlarning barqarorligi, tajriba va ko'nikmalarning uyg'unligi shaxsning hayotiy faoliyatini muvaffaqiyatli tashkil etishda muhim rol o'ynaydi.

Shaxsning individual xususiyatlari va ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'siri ontogenez psixologiyaning e'tibor markazida turadi. Har bir insonning psixik rivojlanishi ijtimoiy sharoitlar, oila, maktab, jamiyat va madaniyat bilan bevosita

bog'liqdir.¹¹⁷ Shu sababli, ontogenez psixologiya shaxsning individual xususiyatlarini faqat biologik omillar bilan emas, balki ijtimoiy va madaniy sharoitlar bilan ham bog'liq holda o'rganadi. Masalan, bolalikda ota-onaning tarbiyaviy uslubi, maktabdagi pedagogik ta'sir va jamiyatdagi ijtimoiy normativlar shaxsning temperament va xarakter xususiyatlarini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga, ijtimoiy muhit shaxsning qobiliyatlarini rivojlantirish imkoniyatlarini ham belgilaydi. Ontogenez psixologiya psixik kasalliklar va nuqsonlarni aniqlash va ularning oldini olish bo'yicha tadqiqotlarni ham o'z ichiga oladi. Bu vazifa shaxsning rivojlanish bosqichlarida yuzaga kelishi mumkin bo'lgan psixik buzilishlar, xulq-atvor nuqsonlari, hissiy va ijtimoiy moslashuv muammolarini aniqlash va ularni profilaktika qilishga qaratilgan. Masalan, bolalikdagi xotira va diqqat bilan bog'liq qiyinchiliklar, o'smirlikdagi hissiy barqarorlik yetishmovchiligi yoki kattalardagi ijtimoiy moslashuv muammolari ontogenez psixologiyani ilmiy tadqiqot obyekti hisoblanadi. Shu orqali shaxsning normal rivojlanishini qo'llab-quvvatlash, individual xususiyatlarini hisobga olgan holda psixik va ijtimoiy rivojlanishini ta'minlash mumkin bo'ladi.

Shuningdek, ontogenez psixologiya shaxsning ijtimoiy va madaniy kontekstini hisobga olgan holda rivojlanish modellarini ishlab chiqadi. Bu modellar shaxsning temperament, xarakter va qobiliyatlarning rivojlanishidagi bosqichlarni tizimli ravishda tushuntirish, normal va patologik rivojlanish farqlarini aniqlash imkonini beradi.

2.Ontogenez psixologiyani asosiy vazifalari.

Ontogenez psixologiyasi insonning tug'ilishidan boshlab butun hayoti davomida psixik rivojlanishining qonuniyatlari, mexanizmlari va yoshga xos xususiyatlarini o'rganadi. Uning asosiy vazifasi turli yosh davrlarida psixikaning qanday shakllanishi, o'zgarishi va rivojlanishini ilmiy jihatdan aniqlashdan iborat. Ontogenez psixologiyasining muhim vazifalaridan biri psixik rivojlanish qonuniyatlarini aniqlashdir. Bunda bilish jarayonlari, hissiy-irodaviy holatlar, shaxs

¹¹⁷ Лисина М. И. Проблемы онтогенеза общения // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2009. – Т. 2. – №. 2. – С. 101-110.

xususiyatlari va xulq-atvorning turli yosh bosqichlarida o'zgarishi o'rganiladi. Shuningdek, rivojlanish omillari va shart-sharoitlarini aniqlash muhim vazifa hisoblanadi. Irsiyat, ijtimoiy muhit, ta'lim-tarbiya, faoliyat va muloqotning shaxs psixik rivojlanishiga ta'siri tahlil qilinadi. Ontogenez psixologiyasi yosh davrlarining psixologik xususiyatlarini tavsiflash, bir yosh bosqichidan ikkinchisiga o'tish jarayonlarini o'rganish va rivojlanishdagi individual farqlarni aniqlash vazifasini ham bajaradi. Mazkur fan psixik rivojlanishni diagnostika qilish va prognozlash imkoniyatlarini ham ishlab chiqadi. Psixologik tadqiqotlar orqali rivojlanishning o'ziga xos jihatlari aniqlanib, ta'lim-tarbiya va psixologik yordamni individual xususiyatlarga mos tashkil etish imkoniyati yaratiladi.

Shu bilan birga, psixik kasalliklar, nuqsonlar va rivojlanishdagi qiyinchiliklarni oldini olish bo'yicha pedagogik, psixologik va ijtimoiy chora-tadbirlarni ishlab chiqish imkonini yaratadi. Undan tashqari, ontogenez psixologiya shaxsning psixik rivojlanishining murakkab va ko'p qirralik jarayonini o'rganadi. U biologik, psixologik va ijtimoiy omillarni tizimli ravishda tahlil qiladi, shaxsning individual xususiyatlari va ijtimoiy muhit o'rtasidagi o'zaro ta'sirni aniqlaydi, shuningdek, psixik kasalliklar va nuqsonlarning oldini olishga ilmiy asos yaratadi. Shu tarzda, ontogenez psixologiya shaxsning hayotiy faoliyati va shaxsiy rivojlanishining barcha jihatlarini integrativ tarzda o'rganadigan ilmiy yo'nalish sifatida ajralib turadi.

3.Ontogenez psixologiyada tadqiqot metodlari

Ontogenez psixologiyasining tadqiqot metodlari shaxsning psixik jarayonlari, xulq-atvor, ijtimoiy va intellektual rivojlanish bosqichlarini aniqlashda muhim ahamiyat kasb etadi¹¹⁸. Bu metodlar yordamida shaxsning individual xususiyatlari, qobiliyat va iqtidor, temperament va xarakter rivojlanishining dinamikasi, shuningdek, ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'sirini aniqlash mumkin. Ontogenez

¹¹⁸ Serkin B. P. Metodi psixologii su6'ektivnoy semantiki i psixosemantiki // M.: Pchela. – 2008. – S. 277-280.

psixologiyada tadqiqot metodlarini bir nechta asosiy guruhlarga ajratish mumkin, ular har biri shaxsning rivojlanishini turli jihatdan tahlil qilish imkonini beradi.

Birinchi va eng ko'p qo'llaniladigan metod – kuzatish metodidir. Kuzatish tabiiy va eksperimental sharoitda amalga oshiriladi. Tabiiy sharoitda kuzatish shaxsning kundalik faoliyatini, xulq-atvorini, hissiy reaksiyalarini, diqqat va xotira jarayonlarini, ijtimoiy munosabatlarini shartli o'zgartirilmagan muhitda o'rganishga xizmat qiladi. Masalan, bolalarning maktabdagi o'qish jarayoni, uyda ota-onaga bo'lgan munosabati, sinfdoshlar bilan muloqoti kuzatish orqali aniqlanadi. Eksperimental kuzatishda esa tadqiqotchi shaxsning muayyan psixik jarayonini yoki xatti-harakatini maxsus yaratilgan sharoitda kuzatadi. Bu metod tadqiqotchiga shaxsning javob reaksiyalarini boshqariladigan shartlarda aniqlash imkonini beradi. Masalan, diqqatni jalb qiluvchi vazifalar, stressli sharoitlar yoki maxsus o'quv topshiriqlar shaxsning psixik xususiyatlarini o'rganishda qo'llaniladi.

Eksperiment metodi ontogenez psixologiyada shaxsning psixik jarayonlarini shartli, boshqariladigan sharoitlarda tekshirishga qaratilgan. Bu metod yordamida sabab-natija munosabatlarini aniqlash mumkin. Masalan, bolalarning yangi ma'lumotlarni o'zlashtirish tezligi, diqqatning ma'lum vazifalarga yo'naltirilishi, his-tuyg'ularining boshqarilishi kabi jarayonlar eksperimental vaziyatlar orqali baholanadi. Eksperimentning muhim jihati shundaki, u psixik jarayonlar ichidagi aloqalarni va ularning rivojlanish mexanizmini aniqlashga yordam beradi.

Suhbat va anketalar metodi shaxsning subyektiv tajribalarini, hissiyot va fikrlarini yig'ishga xizmat qiladi. Suhbat orqali shaxsning ichki dunyosi, ijtimoiy munosabatlari, hissiy kechinmalari, qobiliyat va iqtidori haqida ma'lumot olish mumkin. Anketalar esa strukturaviy, standartlashtirilgan shaklda shaxsning fikrlarini, qiziqish va xohishlarini, shaxsiy xususiyatlarini yig'ish imkonini beradi. Bu metod subyektiv, lekin tizimli ma'lumotlar manbai sifatida tadqiqotlarda keng qo'llaniladi. Shu bilan birga, suhbat va anketalar metodlari orqali shaxsning ijodiy va kasbiy intilishlari, muammolarni hal qilish uslubi, motivatsiya va qobiliyatlar darajasi haqida batafsil ma'lumot olish mumkin.

Psixodiagnostik metodlar – testlar, o‘quv vazifalari va psixometrik usullar ontogenez psixologiyada shaxsning individual xususiyatlarini baholashda keng qo‘llaniladi. Testlar yordamida diqqat, xotira, tafakkur, intellektual salohiyat, qobiliyat va iqtidorni tizimli tarzda o‘rganish mumkin. O‘quv vazifalari esa shaxsning faoliyatga bo‘lgan qobiliyatini, bilim va ko‘nikmalarini baholash imkonini beradi. Psixometrik metodlar yordamida shaxsning psixik xususiyatlari, temperament, xarakter, qobiliyat va iqtidori statistik asosda tahlil qilinadi.

Ushbu metodlar shaxsning rivojlanish bosqichlarini aniq va ishonchli aniqlash imkonini beradi.

Ontogenez psixologiyasida shaxs rivojlanishini o‘rganishda longityud (uzoq muddatli kuzatuv) va ko‘ndalang kesim (cross-sectional) tadqiqot metodlari muhim o‘rin tutadi. Longityud tadqiqotlarda bir xil ishtirokchilar uzoq vaqt davomida muntazam kuzatilib, ularning psixik xususiyatlari hamda rivojlanish dinamikasi tahlil qilinadi. Ushbu metod yordamida bolalik davridan voyaga yetguniga qadar psixik jarayonlarning o‘zgarishi, temperament va xarakter shakllanishi, qobiliyat hamda iste’dodning rivojlanish qonuniyatlari aniqlanadi.

Ko‘ndalang kesim (cross-sectional) tadqiqotlar esa turli yosh guruhlariga mansub ishtirokchilarning psixik xususiyatlarini bir vaqtning o‘zida qiyosiy tahlil qilishga asoslanadi. Mazkur metod yosh davrlari o‘rtasidagi psixologik farqlarni, rivojlanish bosqichlarining o‘ziga xos jihatlarini hamda yosh bilan bog‘liq psixik o‘zgarishlarni aniqlash imkonini beradi. Longityud va ko‘ndalang kesim metodlaridan kompleks foydalanish ontogenez jarayonini har tomonlama o‘rganish va shaxs rivojlanishining umumiy qonuniyatlarini ilmiy asosda izohlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Kasbiy va ijodiy faoliyat monitoringi metodlari shaxsning qobiliyat va iqtidor rivojini baholashda muhim ahamiyatga ega. Bu metodlar orqali shaxsning professional va ijodiy faoliyatidagi muvaffaqiyati, mahorat darajasi, ijodiy yondashuvi va maxsus qobiliyatlari aniqlanadi. Masalan, maktab yoshidagi o‘quvchilarning ilmiy, badiiy yoki texnik yo‘nalishdagi qobiliyatlarini monitoring qilish, o‘smir va kattalardagi kasbiy faoliyatdagi muvaffaqiyatni baholash, ijodiy

loyihalar va innovatsion faoliyatda shaxsning qobiliyatlarini tahlil qilish ushbu metodning asosiy vazifalaridan biridir. Shu bilan birga, monitoring natijalari asosida pedagogik va psixologik tavsiyalar ishlab chiqish, shaxsning rivojlanish yo'nalishini shakllantirish, individual trening va ta'lim dasturlarini tashkil etish mumkin.

Ontogenez psixologiyada metodlarning barchasi bir-birini to'ldiruvchi xususiyatga ega bo'lib, shaxsning psixik xususiyatlarini tizimli o'rganish imkonini beradi. Kuzatish va eksperiment metodlari psixik jarayonlarning tabiatini aniqlashga xizmat qilsa, suhbat va anketalar metodlari shaxsning subyektiv tajribalarini o'rganishga yordam beradi. Psixodiagnostik usullar esa individual xususiyatlarni statistik va tizimli ravishda baholash imkonini beradi. Longitudinal va cross-sectional tadqiqotlar shaxsning rivojlanish jarayonining dinamikasini aniqlashga xizmat qiladi, kasbiy va ijodiy faoliyat monitoringi esa qobiliyat va iqtidorning amaliy namoyon bo'lishini tahlil qiladi.

Shunday qilib, ontogenez psixologiyada tadqiqot metodlari shaxsning psixik xususiyatlarini, temperament, xarakter, qobiliyat va iqtidor rivojini, shuningdek, ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'sirini tizimli tarzda o'rganish imkonini yaratadi. Bu metodlarning uyg'un qo'llanilishi shaxsning individual rivojlanishini, psixik jarayonlarning dinamikasini va kasbiy, ijodiy faoliyatdagi muvaffaqiyatini ilmiy asosda baholashga xizmat qiladi.

4.Gerontopsixologiya haqida umumiy tushuncha

Gerontopsixologiya bu - insonning qarilik va keksalik davridagi psixologik xususiyatlari, psixik jarayonlari va shaxsiy rivojlanishini o'rganuvchi psixologiya sohasi. U keksalik davrida xotira, tafakkur, diqqat, hissiyot, motivatsiya, muloqot va shaxslararo munosabatlarda yuz beradigan o'zgarishlarni ilmiy jihatdan tadqiq etadi.

Gerontopsixologiya asosiy e'tibori yosh o'tishi bilan yuzaga keladigan psixologik o'zgarishlar va ularga moslashish jarayonlariga qaratiladi. Keksalik davrida ayrim bilish jarayonlarining tezligi pasayishi mumkin, biroq hayotiy tajriba, bilim, ijtimoiy ko'nikmalar va amaliy donishmandlik muayyan darajada saqlanib qoladi. Shu sababli keksalikni faqat psixologik imkoniyatlarning pasayishi sifatida baholash to'g'ri emas. Mazkur sohada xotira va tafakkur, emotsional holatlar, o'z-

o'zini anglash, hayot mazmuni, ijtimoiy faollik va muloqot kabi jarayonlar alohida o'rganiladi. Ayniqsa, mehnat faoliyatidan nafaqaga chiqish, ijtimoiy rollarning o'zgarishi, yaqinlar bilan munosabatlar va yangi hayot sharoitlariga moslashish keksalik psixologiyasining muhim masalalaridan hisoblanadi. Gerontopsixologiya keksalarning psixologik farovonligi va faol hayot kechirishini qo'llab-quvvatlash masalalariga ham e'tibor qaratadi. Ijtimoiy aloqalarni saqlash, mazmunli faoliyat bilan shug'ullanish, muloqot qilish, yangi bilimlarni egallash va mustaqil qarorlar qabul qilish keksalik davrida psixologik faollikni qo'llab-quvvatlashi mumkin. Keksalik davrida idrok, diqqat, xotira, tafakkur, hissiyot va iroda jarayonlarida turli o'zgarishlar kuzatilishi mumkin. Mazkur o'zgarishlarning darajasi barcha insonlarda bir xil kechmaydi. Insonning sog'lom turmush tarzi, intellektual va ijtimoiy faolligi, hayotiy tajribasi, ta'lim darajasi hamda ijtimoiy muhiti psixologik rivojlanish xususiyatlariga ta'sir ko'rsatadi. Keksalik davrida hayotiy tajriba, bilim va ijtimoiy ko'nikmalar muhim psixologik resurs sifatida namoyon bo'ladi.

Gerontopsixologiyada ijtimoiy moslashuv muhim masalalardan biri hisoblanadi. Mehnat faoliyatining yakunlanishi, ijtimoiy mavqening o'zgarishi, kundalik hayot tartibining yangilanishi va yaqin insonlar bilan munosabatlardagi o'zgarishlar keksalik davrida yangi psixologik moslashuvni talab qiladi. Insonning faol ijtimoiy munosabatlarni saqlab qolishi uning psixologik faolligi uchun muhim ahamiyatga ega.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Ontogenez psixologiya nima va uning asosiy tadqiqot obyekti nima?
2. Ontogenez psixologiyaning asosiy vazifalari qaysilar?
3. Shaxsning psixik xususiyatlarini rivojlanish davrlariga ajratish nima uchun muhim?
4. Bolalikdan kattalikka qadar psixik jarayonlarni o'rganish qanday ilmiy ahamiyatga ega?

5. Temperament, xarakter va qobiliyatlarni ontogenez psixologiya nuqtayi nazaridan tadqiq etish qanday amalga oshiriladi?
6. Shaxsning individual xususiyatlari va ijtimoiy muhit ta'siri qanday aniqlanadi?
7. Gerontopsixologiya nimani o'rganadi?

2.8-MAVZU. PSIXIK RIVOJLANISH VA UNI DAVRLASHTIRISH MUAMMOSI

Reja:

1. Psixik rivojlanish tushunchasi va mazmuni.
2. Psixik rivojlanishning asosiy xususiyatlari.
3. Psixik rivojlanish davrlari.
4. Psixik rivojlanishdan orqada qolish.

Tayanch iboralar: psixik rivojlanish, psixik rivojlanish tushunchasi, psixik rivojlanish mazmuni, psixik taraqqiyot, rivojlanish qonuniyatlari, rivojlanish dinamikasi, psixik jarayonlar, psixik xususiyatlar, shaxs rivojlanishi, bilish jarayonlari, hissiy rivojlanish, irodaviy rivojlanish, ijtimoiy rivojlanish, individual rivojlanish, rivojlanish omillari, biologik omillar, ijtimoiy muhit, ta'lim va tarbiya, faoliyat, muloqot, rivojlanish bosqichlari, yosh davrlari, psixik rivojlanish davrlari, davrlashtirish.

1.Psixik rivojlanish tushunchasi va mazmuni.

Psixika (yunoncha psychikos – psixik) – bu yuksak darajada tashkil topgan materiyaning, ya'ni miya faoliyatining voqelikni alohida shaklda aks ettirish xususiyati hisoblanadi. Psixika asosan sezgi, tasavvur, tafakkur, irodaviy harakatlar va boshqa subyektiv obrazlarda namoyon bo'ladi.¹¹⁹ Psixika ikki jihatda ko'rinadi: birinchisi, uning mavjudlik usuli, ya'ni psixikaning miya faoliyatiga bog'liqligi; ikkinchisi, uning mazmuni, ya'ni obyektiv olamning subyektiv obraz sifatida aks etishi. Psixika materiya taraqqiyotining muayyan bosqichida, tirik organizmlarda sezuvchanlik va his qilish qobiliyati paydo bo'lishi bilan shakllangan. Tirik mavjudotning morfologik-fiziologik tuzilishi murakkablashgani sayin nerv tizimi, bosh miya va uning katta yarim sharlarining rivojlanishi jarayonida psixika ham takomillashadi. Inson va oliy darajadagi hayvonlarda psixikaning o'ziga xos organi

¹¹⁹ Haydarov F., Xalilova N. Psixologiya fanlarini o'qitish metodikasi. – Toshkent.: “Aloqachi” nashriyoti, 2007. 176 b..

bosh miya hisoblanadi. Shu bilan birga psixika – subyektivlik va obyektivlikning birligi bo‘lib, har doim muayyan subyektga xos xususiyatlarda namoyon bo‘ladi. Psixika individning o‘ziga xos xatti-harakatlari, shaxsiy fazilatlari va faoliyat uslublari bilan uzviy bog‘langan bo‘ladi.¹²⁰ Shu bilan birga, u obyektiv olamni aks ettiruvchi real jarayon sifatida ham qaraladi.

Psixika – bu psixik jarayonlar, psixik holatlar va insonning psixik xususiyatlarining zohiriy birligidir. Psixika rivojlanishining eng oliy shakli inson psixikasidir. Inson psixikasining shakllanishida mehnat va atrofdagi olam bilan o‘zaro munosabatlar hal qiluvchi ahamiyatga ega bo‘lgan. Shuni ta’kidlash lozimki, inson psixikasi faqat biologik taraqqiyot mahsuli emas, balki ijtimoiy-tarixiy taraqqiyotning ham natijasidir.

Inson psixikasining muhim xususiyatlaridan biri voqelikdagi hodisalarni oldindan baholash, vaziyatni tahlil qilish va o‘z faoliyatini rejalashtirish qobiliyatidir. Inson obyektiv borliqdagi predmet va hodisalarni tajriba hamda bilish jarayonlari orqali idrok etadi va ularga muvofiq o‘z faoliyatini tashkil etadi. Bunda psixik faoliyatda birinchi va ikkinchi signal sistemalarining o‘zaro ta’siri muhim ahamiyat kasb etadi. Birinchi signal sistemasi sezgi va bevosita idrokka, ikkinchi signal sistemasi esa til, abstrakt tushunchalar hamda mantiqiy tafakkurga asoslanib, insonning murakkab psixik faoliyatini ta’minlaydi. Shunday qilib, psixika – bu biologik va ijtimoiy omillarning uyg‘unlashuvi natijasida shakllangan, subyektiv idrok va obyektiv voqelikni birlashtiruvchi murakkab tizimdir. U shaxsning hissiy, kognitiv va irodaviy xususiyatlarini namoyon qiladi, atrof-muhit bilan faol munosabat o‘rnatish imkonini beradi va insonning rivojlanish jarayonini boshqaradi.

Shaxs taraqqiyotidagi ichki ziddiyatlar psixik rivojlanishning asosiy harakatlantiruvchi kuchidir. Eng muhim ziddiyatlardan biri shaxsda yangi ehtiyojlar paydo bo‘lishi va ularni qondirish uchun zarur vositalarning yetishmasligidir. Shu bilan birga, shaxsning erishgan taraqqiyot darajasi, hayot tarzi va ijtimoiy munosabatlar tizimidagi tutgan o‘rni o‘rtasidagi ziddiyat ham psixik faoliyatni

¹²⁰ **Axmudov N.R.** *Yosh davrlar psixologiyasi*. – Buxoro: OOO “Sadridin Salim Buxoriy” Durdona nashriyoti, 2022. – 45 b.

rag'batlantiruvchi omil hisoblanadi. Shaxs yangi sharoitga moslashishga intiladi. Masalan, bolalar bog'chaga, maktabga yoki yangi jamoaga qo'shilganda, ular mavjud muhitga moslashish jarayonida ichki ziddiyatlarni boshdan kechiradilar. Ta'lim va tarbiya jarayoni ham shaxs oldiga yangi vazifalar qo'yadi, faoliyatning yangi motivlarini shakllantiradi va psixik faoliyatni faollashtiradi. Shaxs ijtimoiy mavjudot sifatida ma'lum bir ijtimoiy munosabatlar sistemasida shakllanadi. Har bir tarixiy davrda shaxsning o'ziga xos xususiyatlari va psixik imkoniyatlari o'sha davrning ijtimoiy-iqtisodiy sharoiti, tarbiya tizimi va madaniy muhitiga bog'liq holda rivojlanadi. Shu bilan birga, shaxs taraqqiyoti ichki motivlar, ehtiyojlar va tashqi sharoitlarning o'zaro ta'siri orqali amalga oshadi.

XX asrga kelib, yosh psixologiyasi va pedagogik psixologiyada psixik rivojlanish omillarini talqin etuvchi ikki asosiy yo'nalish yuzaga keldi. Psixik rivojlanishning bir bosqichidan ikkinchisiga o'tish jarayonida yosh krizislari yuz beradi. Ushbu krizislar ikki yosh davri oralig'ida sodir bo'lgani sababli bir yosh davrining yakuni va keyingi davrning boshlanishiga to'g'ri keladi. Barcha yosh krizislari umumiy belgilarni o'z ichiga oladi. Bolalar krizis davrida qaysar va asabiy bo'lib qoladi, kattalar bilan nizolar yuzaga keladi, o'z bajaradigan ishlaridan bosh tortadi. Krizislar davrida paydo bo'lgan yangi ehtiyojlar qondirilmaganda, bolalar shunday reaksiya namoyon qiladi.

2.Psixik rivojlanishning asosiy xususiyatlari

Psixik rivojlanish bu - insonning ontogenez davomida psixik jarayonlari, holatlari, xususiyatlari va shaxsiy sifatlarining miqdoriy hamda sifat jihatdan o'zgarib borish jarayonidir. U tug'ilishdan boshlab hayotning barcha bosqichlarida davom etib, insonning atrof-muhit bilan faol o'zaro munosabati asosida amalga oshadi. Psixik rivojlanishning muhim xususiyatlaridan biri uzluksizlik hisoblanadi. Inson psixikasi bir bosqichdan ikkinchisiga o'tish jarayonida muntazam ravishda o'zgarib boradi. Biroq bu jarayon bir xil tezlikda kechmaydi: ayrim yosh davrlarida rivojlanish jadallashsa, boshqa davrlarda nisbatan barqaror kechishi mumkin. Shaxs ontogenezidagi ijtimoiy rivojlanish ikki yo'nalishda kechadi: ijtimoiylashuv va individuallashuv shaklida. Shu bilan birga, turli yosh davrlaridagi krizislar ham

xususiyatiga ko'ra farqlanadi. Bola avval ma'lum darajaga yetib, so'ngra tarbiyalanmaydi; aksincha, ta'lim va tarbiya jarayonida psixik rivojlanadi. Shu nuqtayi nazardan, L.S.Vigotskiy ta'lim jarayonining bolaning psixik rivojlanishidagi yetakchi rolini ta'kidlagan. Vigotskiy qoidalariga ko'ra, ta'lim bolaning mavjud rivojlanish darajasini emas, balki uning imkoniyatlarini biroz oshiradigan, kelajakdagi rivojlanish uchun zarur bo'lgan vazifalarni bajarishga yo'naltirilishi kerak. L.S.Vigotskiy ta'kidlaganidek, bolaning bugun kattalar yordamida bajarayotgan faoliyati ertaga mustaqil bajarishga qodir bo'ladi. Shu tarzda, bolaning eng yaqin rivojlanish zonasi aniqlanadi va ta'lim jarayoni shu zonaga mos ravishda tashkil etiladi. Har qanday psixik funktsiya ontogenez davomida ikki marotaba namoyon bo'ladi. Dastlab ijtimoiy (interpsixik) ko'rinishda, keyin intrapsixik shaklda – shaxsning ichki faoliyatiga aylanishi sifatida. Bu qonuniyat ixtiyoriy diqqat, mantiqiy xotira, tafakkur va iroda rivojlanishiga ham taalluqlidir.

Ontogenez davomida psixik funktsiyalar bir bosqichdan boshqa bosqichga qadamma-qadam o'tadi. Har bir yosh davrida tashqi ta'sirga psixikaning sezuvchanlik xususiyati turlicha bo'lib, ma'lum psixik funktsiyaning rivojlanishi uchun qulay sharoit yaratadi. Shu sababli bunday davr psixik funktsiyaning senzitiv davri deb ataladi. Bu davrda psixik jarayonlarning o'sishi eng yuqori darajada sodir bo'ladi, yangi ko'nikma va malakalar shakllanishi osonlashadi. Shu tarzda, psixik rivojlanish ijtimoiy, individual va biologik omillarning uzviy integratsiyasi orqali amalga oshadi.

3.Psixik rivojlanish davrlari

Psixik rivojlanish davrlari bu - inson ontogenezi davomida psixik jarayonlar, shaxsiy xususiyatlar, xulq-atvor va ijtimoiy munosabatlarda muayyan sifat o'zgarishlari yuzaga keladigan yosh bosqichlaridir. Har bir yosh davri o'ziga xos psixologik xususiyatlar, ehtiyojlar, qiziqishlar, rivojlanish vazifalari va yetakchi faoliyat turi bilan tavsiflanadi. Psixologiyada yosh davrlarini belgilashning turli mezonlari mavjud. Ayrim yondashuvlarda biologik yetilish, boshqalarida ijtimoiy tajriba, ta'lim-tarbiya, yetakchi faoliyat yoki shaxsning psixologik yangi tuzilmalari

asosiy mezon sifatida olinadi. Shu sababli yosh davrlarining chegaralari barcha nazariyalarda bir xil emas. Odatda inson psixik rivojlanishi quyidagi asosiy davrlarga ajratiladi: go‘daklik davri, ilk bolalik, maktabgacha yosh, kichik maktab yoshi, o‘smirlik, o‘spirinlik, yetuklik va keksalik davri. Go‘daklik davrida sezgi, idrok, harakat va dastlabki muloqot shakllari rivojlanadi. Ilk bolalikda nutq, tafakkur, mustaqil harakat qilish va predmetli faoliyat jadal shakllanadi.

Psixikaning irratsional tarkibiy qismlari – aqliy bilish jarayonlaridan tashqaridagi emotsiya va mayl orqali shaxsning xulqini tahlil qiluvchi nazariya **psixodinamika** bilan o‘rganiladi. Ushbu yo‘nalishning yirik namoyandalaridan biri amerikalik psixolog **E.Erikson** bo‘lib, u insonning umrini o‘ziga xos betakror xususiyatlarga ega sakkiz davrga ajratadi¹²¹.

Birinchi davr – go‘daklik. Tashqi dunyoga ongsiz “ishonch” tuyg‘usi paydo bo‘ladi. Buning asosiy sababi ota-onaning mehr-muhabbati, g‘amxo‘rligi va e‘tiboridir. Agar go‘dakda ishonch tuyg‘usi shakllanmasa, voyaga yetgan odamlarda umidsizlik va xavotir kuzatiladi.

Ikkinchi davr – ilk bolalik. Yarim mustaqillik va shaxsiy qadr-qimmat hissi rivojlanadi yoki, aksincha, uyat va shubha tuyg‘usi paydo bo‘ladi. Mustaqillikning o‘sishi bolaga o‘z tanasini boshqarish va kelajakda mas‘uliyat, tartib-intizom kabi shaxsiy xususiyatlarni shakllantirish imkonini beradi.

Uchinchi davr – o‘yin yoshi (5–7 yosh). Tashabbus tuyg‘usi rivojlanadi, bolalar o‘z xohish-istaklarini amalga oshirishga intiladi. Agar bu imkoniyat cheklansa, bolada aybdorlik hissi paydo bo‘ladi. Shu davrda guruh o‘yinlari, tengqurlar bilan muloqot va turli rollarni sinab ko‘rish bolaning ijtimoiy va ijodiy qobiliyatini rivojlantiradi.

To‘rtinchi davr – maktab yoshi. Bolaning asosiy xususiyati ko‘zlangan maqsadga erishish uchun intilish, tirishqoqlik va mehnatkashlikdir. Bu yoshda mehnatga munosabat va mahsuldorlik qadriyatlari shakllanadi. Shu bilan birga,

¹²¹ **Axmudov N.R.** *Yosh davrlar psixologiyasi*. – Buxoro: OOO “Sadriddin Salim Buxoriy” Durdona nashriyoti, 2022. 63-64 b.

bilimsizlik, muammolarni hal qilishdagi qiyinchiliklar va ong darajasining pastligi salbiy xususiyat sifatida namoyon bo'lishi mumkin.

Beshinchi davr – o'spirinlik. Shaxsiy xususiyatlar va o'ziga xoslik kuchayadi, boshqa odamlardan farqlanish kuzatiladi. Shu davrda “rolni kechiktirish” hodisasi yuz beradi – o'spirin o'zini turli rollarda sinab ko'radi, lekin barcha vazifalarni to'liq bajara olmaydi. Bu yoshda o'zini anglash, psixoseksual qiziqish va vaqtni yangicha his qilish rivojlanadi.

Oltinchi davr – yoshlik. Boshqa jinsga psixologik yaqinlashuv ehtiyoji kuchayadi. Shu davrda tanholik, shaxsiy chegaralarni anglash va o'zaro munosabatlar psixik rivojlanishda muhim rol o'ynaydi.

Yettinchi davr – yetuklik. Hayotiy faoliyatning barcha sohalarida (mehnat, ijod, g'amxo'rlik, tajriba uzatish) mahsuldorlik va ezgu niyatlarni amalga oshirish hissi namoyon bo'ladi. Shu davrda ba'zi jihatlarida turg'unlik tuyg'usi salbiy xususiyat sifatida paydo bo'lishi mumkin.

Sakkizinchi davr – qarilik. Inson o'z burchini uddalay olish, hayot tajribasidan qanoatlanish hissi bilan tavsiflanadi. Salbiy jihat sifatida hayot faoliyatidan noumidlik va ko'ngil sovishi kuzatilishi mumkin. Shu davrda donolik, soflik va tajriba asosida qaror qabul qilish xususiyatlari muhim ahamiyat kasb etadi.

D. B. Elkonin yosh davrlarini quyidagi bosqichlarga ajratishni lozim topadi:¹²²

1. Go'daklik (tug'ilgandan 1 yoshgacha) – asosiy faoliyat: bevosita emotsional muloqot;
2. Ilk bolalik (1–3 yosh) – asosiy faoliyat: jismoniy nozik harakatlar;
3. Maktabgacha (3–7 yosh) – asosiy faoliyat: rolli o'yinlar;
4. Kichik maktab yoshi (7–10 yosh) – asosiy faoliyat: o'qish;
5. Kichik o'smirlik (10–15 yosh) – asosiy faoliyat: shaxsning intim muloqoti;
6. Katta o'smirlik/ilk o'spirinlik (16–17 yosh) – asosiy faoliyat: o'qish va kasb tanlash.

¹²² O'sha manba. 65-bet.

Bundan tashqari, **A. A. Lyublinskaya** va **V. A. Kruteskiy** ontogenetik kamolotni pedagogik psixologik nuqtayi nazardan turli davrlarga ajratib, bolalar psixologiyasi fanida keng qo'llanilgan tasniflarni ishlab chiqqan. Shu tasniflar insonning shaxs sifatida shakllanishi bosqichlarini tushunishda va pedagogik jarayonlarni rejalashtirishda muhim ahamiyatga ega.

4.Psixik rivojlanishdan orqada qolish

Psixik rivojlanishdan orqada qolish bu- bolaning muayyan yosh bosqichida kutiladigan psixologik rivojlanish ko'rsatkichlariga nisbatan bilish jarayonlari, nutq, hissiy-irodaviy soha, ijtimoiy moslashuv yoki xulq-atvor rivojlanishining sekinroq kechishi bilan tavsiflanadigan holatdir. Mazkur holat bolaning barcha psixik funksiyalari bir xil darajada sust rivojlanishini anglatmaydi. Ayrim funksiyalar nisbatan yaxshi rivojlangan holda, boshqalarida sezilarli qiyinchiliklar kuzatilishi mumkin. Psixik rivojlanish sur'atining sekinlashishiga turli biologik va ijtimoiy-psixologik omillar ta'sir ko'rsatishi mumkin. Jumladan, homiladorlik va tug'ruq davridagi ayrim noqulay sharoitlar, asab tizimi faoliyatining individual xususiyatlari, uzoq davom etuvchi kasalliklar, shuningdek, bolaning rivojlanishi uchun yetarli bo'lmagan ijtimoiy muhit kabi omillar muayyan ahamiyatga ega. Shu bilan birga, sabablarni faqat bitta omil bilan izohlash to'g'ri emas, chunki rivojlanish jarayoni biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning o'zaro ta'siri asosida kechadi.

Psixik rivojlanishdan orqada qolish bilish jarayonlarida ham namoyon bo'lishi mumkin. Bunda diqqatni jamlash, xotirada saqlash, tafakkur operatsiyalarini amalga oshirish, topshiriqlarni mustaqil bajarish va yangi materialni o'zlashtirishda qiyinchiliklar kuzatiladi. Ayrim bolalarda nutq rivojlanishining sustligi, so'z boyligining cheklanganligi yoki fikrni izchil ifodalashdagi qiyinchiliklar ham uchrashi mumkin. Hissiy-irodaviy sohada bolaning emotsional reaksiyalarini boshqarishi, vaziyatga mos xulq-atvorni tanlashi, sabr-toqat ko'rsatishi va maqsadga muvofiq faoliyatni davom ettirishi bilan bog'liq qiyinchiliklar kuzatilishi mumkin. Ijtimoiy rivojlanishdagi qiyinchiliklar esa tengdoshlari bilan muloqot qilish, jamoaga moslashish, qoidalarga rioya qilish va mustaqil faoliyatni tashkil etishda namoyon bo'ladi. Mazkur holatni aniqlashda bolaning faqat bitta ko'rsatkichiga

emas, balki uning psixik rivojlanishining umumiy dinamikasiga e'tibor berish muhim. Psixologik kuzatish, suhbat, rivojlanish tarixini o'rganish, psixologik diagnostika va faoliyat mahsullarini tahlil qilish orqali bolaning individual xususiyatlari aniqlanadi. Zarur hollarda psixolog, pedagog, shifokor va boshqa mutaxassislarning kompleks yondashuvi qo'llanadi.

Psixik rivojlanishdan orqada qolish holatida bolaning imkoniyatlarini hisobga olgan holda individual rivojlantiruvchi va ta'limiy yondashuvni tashkil etish muhimdir. Bilish jarayonlarini rivojlantirish, nutqiy faollikni qo'llab-quvvatlash, hissiy-irodaviy o'zini boshqarishni shakllantirish, muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish hamda bolaning muvaffaqiyatli faoliyatini rag'batlantirish ijobiy rivojlanish uchun muhim shartlar hisoblanadi.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Psixika tushunchasi va uning asosiy xususiyatlari nimalardan iborat?
2. Psixik rivojlanishning asosiy xususiyatlari qaysilar?
3. Ontogenez psixologiyasi psixik rivojlanishni qanday o'rganadi?
4. Psixik rivojlanish va shaxs taraqqiyotidagi ichki ziddiyatlar o'rtasidagi bog'liqlik qanday izohlanadi?
5. Yosh davrlar psixologiyasida psixik rivojlanish bosqichlarini aniqlashning ilmiy asoslari nimadan iborat?
6. D. B. Elkoninning yosh davrlarini tasniflash mezonlari va asosiy faoliyatlari qanday?
7. E. Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasidagi asosiy davrlar va ularning xususiyatlari nimalardan iborat?
8. Psixik rivojlanishdagi ijtimoiylashuv va individuallashuv jarayonlari qanday farqlanadi?
9. Psixik rivojlanishdan orqada qolishning asosiy belgilari va unga ta'sir etuvchi omillar nimalardan iborat?

2.9 – MAVZU. MAKTABGACHA YOSH DAVRIDA PSIXIK RIVOJLANISH XUSUSIYATLARI

Reja:

1. Maktabgacha yosh davrda psixofiziologik taraqqiyotning umumiy tavsifi.
2. O‘yin maktabgacha yoshdagi bolaning yetakchi faoliyati sifatida.
3. Maktabgacha yosh davrda bilish jarayonlari va nutqning rivojlanishiga xos xususiyatlar.
4. Maktabgacha yosh davrida ijtimoiy emotsiyalarning shakllanishi.
5. Maktabga psixologik tayyorlik muammosi.

Tayanch iboralar: maktabgacha yosh, psixofiziologik taraqqiyot, bolaning jismoniy rivojlanishi, psixik rivojlanish, yosh xususiyatlari, yetakchi faoliyat, o‘yin faoliyati, syujetli-rolli o‘yin, ijodiy o‘yin, nutq rivojlanishi, lug‘at boyligi, bog‘lanishli nutq, ijtimoiy emotsiyalar, emotsional rivojlanish, empatiya, hamkorlik, muloqot, tengdoshlar bilan munosabat, ijtimoiy moslashuv, o‘z-o‘zini anglash, irodaviy rivojlanish, maktabga psixologik tayyorlik, intellektual tayyorlik, motivatsion tayyorlik, ijtimoiy-psixologik tayyorlik.

1.Maktabgacha yosh davrida psixofiziologik taraqqiyotning umumiy tavsifi

Maktabgacha yoshdagi bolalarda ijtimoiy hayot talablari, ya’ni axloqiy me’yorlarni bajarish yoki bajarmaslikka bog‘liq ravishda muayyan kechinmalar yuzaga keladi. Burch hissining ilk bor namoyon bo‘lishi 4-5 yoshlarga to‘g‘ri keladi. Chunki bu davrda mavjud bilimlar, ko‘nikma va malakalar asosida bolada axloqiy ong shakllana boshlaydi. Chunki bu davrda bolalar kattalarning talablarini tushuna boshlaydi va ularni o‘z xatti-harakati hamda boshqalarning xulq-atvoriga tatbiq eta boshlaydi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda faxr va uyat kabi etik kechinmalar ham paydo bo‘ladi. Faxr hissining paydo bo‘lishi uchun bola ongida konkret fazilatlar bilan atrofdagilarning ularga beradigan ijobiy bahosi o‘rtasida mavjud aloqadorlik haqida shakllangan tasavvurlar ichki asos bo‘lib xizmat qiladi. Jumladan, 4-5 yoshli

bolalar faoliyatning har xil turlarida erishadigan miqdoriy ko'rsatkichlar bilan birgalikda chiroyli raqsga tusha olish; tez chopa olish; axloqiy xususiyatlar (chidam, diqqat); bilan ota-onalari faxrlanadilar. Maktabgacha yosh davrining oxiriga kelib oliy hissiyotlar tobora ko'proq bola xulq-atvorining motivlariga aylanib boradi. Hissiyotlar vositasida bolalar jamiyatda o'rnatilgan estetik, axloqiy talablarga muvofiq ravishda o'z xohish istaklari, xatti-harakatlarini boshqara boshlaydi. Maktabgacha yoshdagi bolalar emotsiya va hissiyotlarning rivojlanishi bir qator shartlar bilan bog'liq. M.I. Lisinaning tadqiqotlari ko'rsatishicha, emotsiya va hissiyotlar bolaning kattalar va tengdoshlari bilan bo'lgan muloqoti jarayonida shakllanadi. Hayotining dastlabki yillaridan boshlab oiladan tashqarida tarbiyalangan bolalardagi sust emotsional rivojlanish butun hayotlari davomida saqlanib qolishi mumkin. Buning sababi shuki, maktabgacha tarbiya muassasalarida bitta kishiga ko'p bola to'g'ri keladi. Natijada tarbiyachilarning har bir bola bilan emotsional kontakti kam bo'ladi.

M.M.Kolsovaning ma'lumotlariga ko'ra, oiladagi nosog'lom muhit darhol bolaning chizadigan rasmlarida aks etadi. Oiladagi noto'g'ri munosabatlar ba'zida bir tomonlama affektiv bog'liqlikni (ko'pincha onaga bo'lgan bog'liqlikni) yuzaga keltiradi. Bunda bolaning tengdoshlari bilan muloqotda bo'lish ehtiyoji susayadi, bolaning xulq-atvori haddan tashqari kattalarga bog'liq bo'lib qoladi, bola, hatto, kuchli salbiy kechinmalar (masalan, o'zi bog'lanib qolgan odamga nisbatan rashk)ni his qilishi mumkin. M.M.Kolsova va V.S.Muxinaning tadqiqotlarida ko'rsatilishicha, bolada ota-onaga nisbatan rashkning namoyon bo'lishi oilada yangi farzand tug'ilishi bilan bog'liq bo'ladi. Emotsiyalar va hissiyotlar maktabgacha yosh davrida yetakchi bo'lgan faoliyat turi – o'yinda juda intensiv rivojlanadi. O'yin maktabgacha yoshdagi bolalar uchun nafaqat yetakchi, balki xilma-xil kechinmalarga boy faoliyat turidir.

Emotsiyalar va hissiyotlar bola faoliyati kechadigan ijtimoiy-psixologik vaziyat bilan bog'liq. Emotsiogen vaziyatlar, ya'ni kuchli kechinmalarni uyg'otuvchi vaziyatlar yangiligi, g'ayrioddiylik bilan ajralib turadi. Bola kattalarga nisbatan ancha ko'p emotsiyalarni boshdan kechiradi. Buning sababi shundaki,

bolaning hayoti tajribasi hali kam bo'lganligi uchun ko'p narsa unga g'aroyib va yangi bo'lib ko'rinadi. Vaziyatga ko'ra bolaning hissiyot va emotsiyalari ham ijobiy (muhabbat, xursandchilik), ham salbiy (jahl, nafrat) bo'lishi mumkin. Agar bola ehtiyojlarini qondira olish imkoniyatiga ega bo'lsa ijobiy kechinmalar (stenik kechinmalar) hosil bo'ladi. Bordi-yu, vujudga kelgan vaziyatda bola o'z ehtiyojlarini qondirish imkoniyatiga ega bo'lmasa, salbiy (astenik) emotsional kechinmalar paydo bo'ladi¹²³.

Hech kimga sir emaski, zamonaviy bolaning eng yaqin do'sti televizor yoki kompyuter, uning sevimli mashg'uloti esa multfilmlar tomosha qilish yoki kompyuter o'yinlaridir. Bolalar nafaqat kattalar bilan, balki bir-biri bilan ham kamroq muloqot qiladigan bo'lib qolishdi. Zamonaviy bolalar boshqalarning hissiyotlariga tobora kamroq reaksiya bildirmoqdalar. Atrof-muhitni his-tuyg'ularsiz idrok etish imkonsizdir. Hissiyotlar bizning e'tiborimizni muhim voqealarga yo'naltiradi, bizni muayyan harakatlarga tayyorlaydi va fikrlash jarayonimizga ta'sir qiladi. Hissiy xabardorliksiz biz o'z motivlarimiz va ehtiyojlarimizni to'liq tushuna olmaymiz hamda boshqalar bilan samarali muloqot qila olmaymiz. Hissiyotlarimiz qanday fikrlashimizga ta'sir ko'rsatadi. Ijtimoiy-hissiy rivojlanishni maktabgacha yoshdan boshlab shakllantirish zarur, chunki bolaning rivojlanishi u his qiladigan va yashaydigan dunyoning xususiyatlari bilan chambarchas bog'liqdir.

Kichik yoshdagi bolalar o'z hissiyotlarini nazorat qila olmasliklari sababli ko'pincha "hissiy asirlik"da bo'ladilar, bu esa impulsiv xulq-atvorga hamda tengdoshlari va kattalar bilan muloqotda qiyinchiliklarga olib kelishi mumkin.

Ammo shaxs rivojlanib borgani sari, ular kechinmalarni idrok etish va nazorat qilish, boshqalarning hissiy holatini tushunish, xulq-atvorning ongliligini oshirish hamda hissiyotlarni barqarorroq va chuqurroq qilish qobiliyatini asta-sekin shakllantirib boradilar. Maktabgacha ta'lim muassasalaridagi ish tajribasidan ko'rinib turibdiki, 4 yoshgacha bo'lgan bolalar bog'chaga kelganlarida tushkunlikka

¹²³ Nishanova Z., Alimova G. Bolalar psixologiyasi va uni o'qitish metodikasi. – Toshkent.: O'zbekiston Yozuvchilar uyushmasi Adabiyot jamg'armasi nashriyoti, 2006. 160 b.

tushadilar. Ular o'z his-tuyg'ularini ifoda eta olmaydilar, agar ifoda etsalar ham, buni qo'pol tarzda qiladilar, bu esa tengdoshlari va kattalar bilan muloqotda muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Ayrim hollarda maktabgacha yoshdagi bolalar guruhdagi asosiy xulq-atvor qoidalarini buzadilar va tengdoshlariga nisbatan eng oddiy vazifalarni bajarmaydilar. Bu ularning qoidalarni bilmasliklari yoki bajarishni xohlamasliklari sababli emas, balki bolaning o'rganish va hissiyotlarini nazorat qilish qobiliyati pastligi tufaylidir.

Ammo hissiy soha o'z-o'zidan sifatli rivojlanib qolmaydi, uni shakllantirish lozim. Bunda samarali vosita sifatida ijodiy teatr faoliyati xizmat qiladi. Teatr faoliyati hissiyotlarning bitmas-tuganmas manbayi, tajriba va kashfiyotlar rivoji, shuningdek, ma'naviy boylik bilan bog'lanish usulidir. Natijada bola dunyoni anglash hamda yaxshilik va yomonlikka bo'lgan munosabatini ifodalash uchun o'z ongi va qalbini ishga soladi. Ular muloqotdagi qiyinchiliklarni yengib o'tish quvonchini o'rganadilar va o'zlariga bo'lgan ishonchsizlikni bartaraf etadilar.

Dramatik pyesalarda eng muhimi yakuniy natija emas, balki ijodiy eksperiment jarayonidir. Improvizatsiyaga asoslangan bolalar o'yinlarining tabiiyligini saqlab qolish uchun ko'p mehnat qilish kerak. Kattalar nuqtayi nazaridan, agar bola musiqiy notani noto'g'ri aytsa yoki foydasiz harakatlar qilsa ham, dramatik o'yinga mutlaqo zarar yetmaydi. Drama bolalar uchun o'zini namoyon qilish va o'zligini anglash usulidir. Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun dramatik o'yinlar turli hissiyotlar: hayrat, hayajon, quvonch va hokazolar bilan to'ladir. Bu o'yin mashg'ulotlaridan nafaqat bola shaxsini rivojlantirish, balki uning hissiy tajribasini boyitish uchun ham foydalanish imkonini beradi. Hissiy intellektni rivojlantirish quyidagi maqsadlarni ko'zlaydi:

1. Bolalarning ma'naviy fazilatlarini mustahkamlash, masalan, yaqinlariga bo'lgan muhabbat va ular haqida g'amxo'rlik qilish istagi;
2. Boshqalarga bo'lgan qiziqishni oshirish, tushunish hissi va muloqotga bo'lgan ehtiyojni rivojlantirish;
3. Bolalarda nutqsiz (noverbal) muloqot vositalari: mimika, imo-ishoralar, pantomimalarni ifodalash bo'yicha ko'nikma va amaliy mahoratlarni shakllantirish;

4. Mustaqil faoliyat davomida o'z-o'zini nazorat qilishni rivojlantirish;
5. O'zining va boshqalarning hissiyotlarini tan olish qobiliyatini rivojlantirish.

Hissiy jihatdan faol bolalar bir yoki bir nechta qo'g'irchoqlar yoki buyumlar ishtirokidagi umumiy teatr tomoshalari va harakatlariga aniq qiziqish bildiradilar. Ular o'yinchoqlardan ko'plab harakatlarni bajarish uchun foydalanadilar, ularning aksariyati to'g'ridan-to'g'ri va yaqqol reaksiyalarga: kulgi, hayrat, quvonch va hokazolarga olib keladi. Shuni ta'kidlash muhimki, ko'plab hissiy bo'yalgan xatti-harakatlar so'zlar bilan birga kecha boshlaydi. Hayqiriqlar, yordam so'rab kattalarga murojaat qilish. Biroq, salbiy hissiyotlarga ega bolalarda yuqorida sanab o'tilganlarning barchasi butunlay mavjud emas yoki sust ifodalangan. Ushbu bolalar bilan ishlashda bitta obyekt bilan o'yin harakatlarining yangi usullarini o'zlashtirish, bolalar uchun mavzuli harakatlardan so'ng tabiiy ravishda yuzaga keladigan o'yin vaziyatlarini yaratish va binobarin, bolalarni faol nutqqa undash hamda qo'g'irchoqlar va boshqa shaklli o'yinchoqlarga nisbatan his-tuyg'ularni uyg'otishga harakat qilish uchun tushuntirish va og'zaki ko'rsatmalardan foydalanish zarur¹²⁴.

2.O'yin maktabgacha yoshdagi bolaning yetakchi faoliyati sifatida

Maktabgacha yoshdagi bolalarning asosiy xususiyatlari serharakatlik va taqlidchanlikdir. Bolaning doimiy faoliyatga bo'lgan ehtiyojini cheklash emas, uni maqsadli yo'naltirish lozim. Muloqot jarayonida bolada axloqiy me'yorlar, burch hissi, faxr va uyat kabi etik kechinmalar shakllanadi. U o'z yutuqlarini atrofdagilarning bahosi bilan bog'liqligini anglay boshlaydi. Ushbu davrda o'yin yetakchi faoliyat bo'lib, unda hissiyotlar jadal rivojlanadi. Bola hayotiy tajribasi kamligi sababli yangi vaziyatlarni "mo'jiza" sifatida qabul qiladi. Oiladagi muhit bolaning emotsional holatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi; nosog'lom muhit hatto bolaning chizgan rasmlarida ham aks etishi mumkin. Bolalar o'yin orqali hayotning

¹²⁴ Чагарова М. Д. Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста // Педагогический вестник. 2023. №31. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-emotsionalnogo-intellekta-u-detey-doshkolnogo-vozrasta-1> (дата обращения: 04.05.2026).

barcha jabhalarini aks ettirishga intiladilar. Ular nafaqat o'zlariga tanish narsalar, balki kattalarga xos bo'lgan, hali kuchlari yetmaydigan harakatlarni ham bajarishni xohlaydilar. Fan-texnika rivojlangan hozirgi zamonda bolalar tasavvuri yanada boyib, o'yinlarida xayoliy unsurlarni (uchar ot, mashina-odam) tez-tez qo'llaydilar. Bu esa ularning nafaqat borliqni anglashini, balki ichki ehtiyojlari va intilishlarini ham ifoda etadi.

Bolalarning o'yin jarayonida xayoliy va afsonaviy obrazlarni yaratishi tashqi muhitni aks ettirish shunchaki nafaol holat emas, faol, ijodiy va o'zgartiruvchan jarayon ekanligidan dalolat beradi. O'yin faoliyatining o'ziga xos jihati shundaki, undagi xatti-harakatlar va rollar ko'pincha umumiylik xarakteriga ega bo'ladi. Masalan, bola faqat o'ziga tanish bo'lgan bitta haydovchi yoki shifokorni emas, umumiy haydovchi yoki shifokor obrazini gavdalantiradi. Kichik guruh bolalarida obrazlar konkret (ona, ota, tarbiyachi) bo'lsa, o'rta va katta guruhlarda ular umumlashgan xarakterga ega bo'la boshlaydi. O'yin bilish quroli va qudratli tarbiya vositasi hamdir. U orqali bolalarda yuksak insoniy fazilatlarni shakllantirish mumkin. Kichik maktabgacha yoshda bolalar odatda yakka tartibda o'ynaydilar. Predmetli va konstruktorlik o'yinlar orqali ularning idroki, xotirasi, tasavvuri va tafakkuri rivojlanadi. 4-5 yoshdan boshlab, o'yinlar asta-sekin jamoaviy xarakter kasb etadi. Bu davrda bolalar kattalarning nafaqat buyumlarga, balki o'zaro munosabatlariga ham taqlid qila boshlaydilar.

Katta maktabgacha yoshda syujetli-rolli o'yinlar mazmunan boyiydi. Jarayonda bolalarning liderlik qobiliyati va tashkilotchilik ko'nikmalari yuzaga chiqadi. O'yin bilan bir qatorda tasviriy san'at ham bolaning psixik holatini o'rganishda muhim ahamiyatga ega. Bola chizgan rasmlar uning ichki kechinmalari, orzulari va dunyoni qanday idrok etishini aks ettiradi. Rasm chizish bolalar uchun o'yin faoliyatining o'ziga xos bir shakli bo'lib, unda bola dastlab ko'rayotgan narsalarini, keyinchalik esa xotirasidagi va xayolidagi obrazlarni tasvirlaydi.

Katta maktabgacha yoshdagi bolalar hayotida musobaqa unsurlari bo'lgan o'yinlar juda muhim o'rin tutadi, chunki aynan shunday faoliyat jarayonida muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi shakllanadi hamda mustahkamlanadi. Ushbu

davrga kelib, konstruktorlik o'yinlari asta-sekinlik bilan mehnat faoliyatiga aylanib boradi, natijada bola elementar mehnat ko'nikmalarini egallab, predmetlar bilan ishlash mahoratini oshiradi. Bolalarning o'yin faoliyatini tashkil etishda o'yinchoqlar tanlovi ham asosiy masalalardan biri bo'lib, bunda ularning yoshi, rivojlanish darajasi va qiziqishlarini hisobga olish zarur. Masalan, bir yoshdan uch yoshgacha bo'lgan bolalar tashqi muhitni endi o'zlashtirayotganlari sababli rang va hajmni ajratishda qiynaladilar. Shu bois ularga qo'g'irchoqlar bilan birga turli rangli mato qiyqimlari, o'g'il bolalar uchun esa bir-birining ichiga sig'adigan rangli qutichalar berish maqsadga muvofiqdir. Umuman olganda, o'yin faoliyati bolani insoniyatning ijtimoiy tajribasini egallash shakli bo'lgan ta'limga tayyorlaydi, chunki ijtimoiy tajribani o'zlashtirish uchun zarur bo'lgan nutq, elementar tushuncha va malakalar aynan o'yin orqali shakllanadi.

3.Maktabgacha yosh davrda bilish jarayonlari va nutqning rivojlanishiga xos xususiyatlar

Maktabgacha yoshda sezgi, idrok, diqqat, xotira, tafakkur va nutq kabi psixik jarayonlar jadal rivojlanadi. Bolalar narsalarni idrok qilishda ularning yaqqol ko'zga tashlanadigan belgilariga, ya'ni rangi va shakliga asoslansalar-da, ularni hali chuqur tahlil qilmaydilar. Ushbu yoshda diqqat asosan ixtiyorsiz bo'lsa-da, ixtiyoriy diqqatni o'stirishda o'yinning o'zni beqiyosdir, chunki bola o'yin davomida o'z tashabbusi bilan diqqatini ma'lum bir maqsadga yo'naltirishni o'rganadi. Bolaning xotirasi ham yangi talablar asosida takomillashib boradi va ular o'z faoliyati uchun ahamiyatli bo'lgan, kuchli taassurot qoldirgan narsalarni beixtiyor eslarida saqlab qoladilar. Maktabgacha yoshdagi bolalarda tafakkur jarayoni turmush tajribasining ortishi, nutqning jadal rivojlanishi va erkin harakat qilish imkoniyatlarining kengayishi natijasida juda tez shakllanadi. Bolaning turli sohalarga oid savollar berishi uning tafakkuri faollashayotganidan darak beradi, shu bois kattalar bolaning qiziquvchanligini so'ndirmasliklari, aksincha, tortinchoq bolalarni savollar orqali faollashtirishlari lozim. Har qanday tafakkur jarayoni taqqoslash, analiz va sintez qilishdan boshlanadi. Bu jarayonlarni rivojlantirishda tabiat qo'yniga qilingan sayohatlar katta yordam beradi. Nutq rivojlanishi ham ham miqdor, ham sifat

jihatidan takomillashib boradi: agar 3 yashar bolaning soʻz boyligi 1000–1200 tani tashkil etsa, 7 yoshga kelib bu koʻrsatkich 4000 taga yetadi. Bolalar nutqining oʻsishi oiladagi madaniy muhitga bogʻliq boʻlib, tili chuchuklik kabi holatlarni tuzatish uchun kattalar bola bilan doimo toʻgʻri va ravon tilda gaplashishlari zarur.

Axloqiy va ijtimoiy rivojlanish sohasida quyidagi muhim oʻzgarishlar kuzatiladi:

- Axloqiy tushunchalar
- Ragʻbatning oʻrni
- Muloqot motivlari
- Oʻqish va oʻzini koʻrsatish

Kichik va oʻrta maktabgacha yoshda bola xarakterining shakllanishi davom etadi. Bu jarayon, asosan, bolalarning kattalar xarakterini kuzatishlari asosida tarkib topadi. Shu yillardan boshlab bolada iroda, mustaqillik va tashabbuskorlik kabi muhim shaxsiy xususiyatlar rivojlana boshlaydi. Katta maktabgacha yoshda bola atrofdagi odamlar bilan turli faoliyatlarda muloqot va munosabatlarga kirishishni oʻrganadi. Bu esa unga kelajakda odamlar bilan til topishishda, ish yuzasidan va shaxsiy munosabatlarni meʼyorida oʻrnata olishida yordam beradi. Ushbu yoshdagi bolalar shaxsining shakllanishida ularning ota-onalari haqidagi fikrlari va ularga beradigan baholari nihoyatda ahamiyatlidir. Maktabgacha yoshdagi bolalarning xayoli, asosan, ularning turli-tuman oʻyin faoliyatlarida oʻsadi. Binobarin, bogʻcha yoshidagi bolalarda xayol qilish qobiliyati rivojlanishi bilan ularning tasavvurlari ham xilma-xil boʻlib boradi.

Bolalar xayolining oʻsishiga turli mashgʻulotlar bilan bir qatorda ertaklar ham faol taʼsir koʻrsatadi. Bolalar hayvonlar haqidagi ertaklarni eshitganlarida, ushbu obrazlarga nisbatan muayyan munosabat yuzaga keladi. Maktabgacha yoshdagi bolalarda yoqimli va yoqimsiz his-tuygʻular gʻoyat kuchli va juda tez namoyon boʻladi. Bolalarning his-tuygʻulari ularning organik ehtiyojlari qondirilishi yoki qondirilmasligi bilan bogʻliqdir. Ehtiyojlarning qondirilmasligi bolada noxushlik, norozilik va iztirob tuygʻularini qoʻzgʻaydi. Katta maktabgacha yoshdagi bolalarda burch hissi nima yaxshi-yu, nima yomonligini anglashlari hamda axloqiy

tasavvurlari o'rtasida bog'liqlik bor. Kattalar tomonidan buyurilgan topshiriqni bajarganlarida mamnunlik va shodlik tuyg'ulari paydo bo'lsa, tartib-qoidani buzib qo'rganlarida xafalik va ta'bi xiralik hissi tug'iladi.

Bolaning maktabda muvaffaqiyatli o'qishi ko'p jihatdan ularning maktabga tayyorgarlik darajasiga bog'liq. Bola, avvalo, maktabga jismoniy jihatdan tayyor bo'lishi kerak. Olti yoshli bolalarning anatomik-fiziologik rivojlanishi o'ziga xos tarzda kechadi va bu yoshda bola organizmi jadal o'sadi. Uning vazni oyiga 150–200 grammdan, bo'yi esa 0,5 santimetrdan ko'payadi. Olti yoshli bolalar turli tezliklarda yura oladilar, tez va yengil yugurish, sakrash, chang'ida uchish va suzish singari harakatlarni bemalol bajaradilar. Musiqa mashg'ulotlarida ham ushbu yoshdagi bolalar xilma-xil ritmik va plastik harakatlarni, turli mashqlarni aniq, tez va chaqqon bajarishga qodir bo'ladilar.

Bolaning maktabda muvaffaqiyatli o'qishi nafaqat uning aqliy va jismoniy tayyorgarligiga, balki shaxsiy hamda ijtimoiy-psixologik tayyorgarligiga ham bog'liq. Maktabga o'qish uchun kelayotgan bola yangi ijtimoiy mavqeni turli majburiyatlari va huquqlari bo'lgan, o'ziga nisbatan muayyan talablar qo'yiladigan o'quvchi maqomini olishga tayyor bo'lmog'i lozim.

Bu davrda bolalarda avvalo bilish sohalari, so'ngra esa emotsional-motivatsion yo'nalish bo'yicha ichki shaxsiy hayot boshlanadi. Mazkur yo'nalishlardagi rivojlanish obrazlilikdan simvollilikka qadar bo'lgan bosqichlarni bosib o'tadi. Obrazlilik deganda bolalarning turli obrazlarni yaratish, ularni o'zgartirish va erkin harakatga solish qobiliyati; simvollilik deganda esa belgilar tizimi bilan ishlash malakasi tushuniladi.

Maktabgacha yosh davrida ijodkorlik jarayoni boshlanadi. Ijodiy layoqat, asosan, bolalarning konstruktorlik o'yinlarida, texnik va badiiy ijodlarida namoyon bo'ladi. Ushbu davrda maxsus qobiliyat kurtaklarining birlamchi rivojlanishi ko'zga tashlana boshlaydi. Bilish jarayonlarida ichki va tashqi harakatlarning sintezi yuzaga keladi. Biror narsani idrok qilish jarayonida ushbu sintez perseptiv harakatlarda, diqqatda esa ichki va tashqi harakatlar hamda holatlar rejasini boshqarish va nazorat qilishda namoyon bo'ladi. Xotirada bu materialni esda saqlab qolish va esga

tushirishning ichki hamda tashqi tuzilmasini bog'lay olishda ko'rinadi. Tafakkurda esa amaliy masalalarni yechish usullarini yagona umumiy jarayonga birlashtirish sifatida yaqqol namoyon bo'ladi. Aynan shuning asosida insoniy intellekt shakllanadi va rivojlanadi.

Maktabgacha davrda tasavvur, tafakkur va nutq umumlashadi. Bu esa mazkur yoshdagi bolalarda tafakkur qilish omili sifatida ichki nutq yuzaga kelayotganidan dalolat beradi. Bilish jarayonlarining sintezi bolaning o'z ona tilini to'liq egallashi asosida yotadi. Bu davrda nutqning shakllanish jarayoni yakuniga yetib boshlaydi. Bola va uning atrofidagi kishilar orasida xilma-xil munosabatlar yuzaga kelib, bu munosabatlar zahirida turli motivlar yotadi. Bularning barchasi bolaning individualligini tashkil etib, uni boshqa bolalardan nafaqat intellekti, balki axloqiy-motivatsion jihatdan ham farqlanadigan shaxsga aylantiradi. Maktabgacha yoshdagi bolalar shaxsi rivojining cho'qqisi ularning o'z shaxsiy sifatlari, layoqatlari, yutuq va muvaffaqiyatsizliklarini anglash, ya'ni o'z-o'zini anglash hissining yuzaga kelishidir.

Bolaning idroki, tafakkuri, xotirasi, tasavvuri, nutqi va shaxsiy rivojlanishi yildan-yilga ulkan o'zgarishlarga uchraydi. Maktabgacha yoshdagi bolalarning psixologik xususiyatlari haqida yanada kengroq va xolis tasavvurga ega bo'lish uchun ushbu toifani uchta kichik guruhga bo'lish lozim.

4.Maktabgacha yosh davrida ijtimoiy emotsiyalarning shakllanishi

Uch yoshdan to'rt yoshgacha davr. Ijtimoiy-emotsional sohada bolalarning tengdoshlari va kattalar bilan muloqotga bo'lgan intilishi kuchayganini ta'kidlash mumkin, bu esa birgalikda o'ynash ko'nikmasining shakllanishiga imkon beradi. Bu yoshdagi bolalar bajonidil muloqotga kirishadilar, kattalarga yordam beradilar va o'yinchoqlarini baham ko'radilar. Ular gender rollarini (jinsiga xos rollarni) o'zlashtira boshlaydilar. Ushbu bosqich shakl, rang va kattalik kabi sensor standartlarni o'zlashtirish bilan bog'liq bo'ladi. Tafakkurning ko'rgazmali-obrazli shakli ustunlik qiladi. Nutq imkoniyatlari sezilarli darajada kengayadi, kundalik muloqotda murakkab gaplar paydo bo'ladi. Harakat faolligiga bo'lgan ehtiyoj juda

yuqori (uygʻoq vaqtining yarmi). Ushbu yosh guruhidagi bolalarda tezlik, kuch, egiluvchanlik, koordinatsiya va chidamlilik faol rivojlanadi. Diqqatni jamlash imkoniyatlari cheklanganligini hisobga olib, turli xil faol mashgʻulotlarni dam olish bilan almashtirib turish lozim. Ushbu bosqichning asosiy vazifalari bolaning harakat faolligiga boʻlgan ehtiyojini qondirish, oʻyin faoliyatini rivojlantirish, atrof-muhit haqidagi bilimlarini kengaytirish va muloqot koʻnikmalarini shakllantirishdir.

Toʻrt yoshdan besh yoshgacha boʻlgan bolalar odamlar bilan oʻzaro munosabatda boʻlishning turli usullarini egallaydilar. Oʻzaro munosabatlar haqidagi bilimlar doirasi kengayadi. Turli odamlar bilan oʻzini tutish xususiyatlarini farqlay boshlaydilar. Syujetli-rolli oʻyinlar alohida ahamiyat kasb etadi. Qoidalarga rioya qilish qobiliyati shakllanadi. Umumlashtirish va sabab-oqibat bogʻliqligini oʻrnatish koʻnikmalari namoyon boʻladi. Qiziquvchanlik kuchayadi, bu esa pedagoglarga ushbu davrda juda koʻp miqdordagi zarur maʼlumotlarni berish imkonini beradi; ushbu maʼlumotlar keyinchalik bolaning operativ xotirasida muhim oʻrin egallaydi. Jismoniy jihatdan chaqqonlik va koordinatsiya choʻqqisiga chiqadi. Bolalar muvozanatni saqlay oladilar, harakatlar yanada aniqroq boʻladi. Ushbu davrning asosiy vazifasi bolaning psixofizik salomatligini mustahkamlashdir. Oʻyin faoliyatiga, sogʻlom turmush tarziga va umumqabul qilingan xulq-atvor meʼyorlariga boʻlgan qiziqishni qoʻllab-quvvatlash zarur. Mehnat faoliyati shakllana boshlaydi.

Besh yoshdan yetti yoshgacha shaxsning intellektual, axloqiy-irodaviy va emotsional sohalari jadal rivojlanadi. Bolalar oʻzini va boshqalarni anglashga, motivlarni tushunishga intiladilar; oʻz xulq-atvor yoʻnalishini tanlaydilar, oʻz qilmishlarini baholaydilar. Amaliy va aqliy eksperiment oʻtkazishga, umumlashtirish va sabab-oqibat bogʻliqliklarini oʻrnatishga moyillik namoyon boʻladi. Nutq yanada savodli boʻladi, intonatsion rangdorlikka ega boʻlib, umumlashtiruvchi soʻzlar zaxirasi boyiydi. Biroq, oʻsib borayotgan imkoniyatlar turli faoliyat jarayonlarida organizmga yuklamaning ortishini ham anglatadi. Jismoniy faollik nuqtayi nazaridan qomatni shakllantirish, chidamlilik va kuchni rivojlantirishga eʼtibor qaratish lozim.

Ushbu davr vazifalariga salomatlikni mustahkamlash, harakat va gigiyenik madaniyatni yanada rivojlantirish, tengdoshlar va kattalar bilan o'zaro munosabat me'yorlariga o'rgatish kiradi. Qiziquvchanlikni, ijodkorlikni har tomonlama rag'batlantirish, o'quv faoliyatini egallashga tayyorgarlik ko'rish (prezumpitsiya) uchun ko'maklashish lozim. Bolaning har bir rivojlanish bosqichida uning psixik xususiyatlariga yetarlicha e'tibor qaratish zarur. Shuni unutmaslik kerakki, har bir bola o'ziga xosdir va yuqorida ko'rsatilgan davrlar u yoki bu tomonga siljishi mumkin, shuning uchun individual yondashuv talab etiladi. Yosh psixologiyasini har tomonlama o'rganish va ilmiy qoidalarni real bolalarga moslashtira olish pedagoglarga qo'yilgan vazifalarni eng samarali tarzda bajarish imkonini beradi. Ya'ni, maktabgacha yoshdagi bolalarning maktabda o'qishga intellektual, motivatsion va irodaviy tayyorligini ta'minlashga xizmat qiladi¹²⁵.

Maktabgacha davr emotsiyalarni ixtiyoriy boshqarish qobiliyatini rivojlantirish uchun sezgir davr hisoblanadi. Buning uchun bola diqqatni emotsional his-tuyg'ularga ixtiyoriy yo'naltirishni o'rganishi kerak. Turli emotsional hislarni rivojlantirishi va taqqoslashi, emotsiyalarni berilgan namuna bo'yicha yoki ixtiyoriy ravishda qayta tiklay olishi hamda emotsiyalarni faollashtirish vositalaridan foydalanishi kerak. Olti yoshga kelib, bolalarda kalla suyagi g'alvirsimon suyagi qismlarining birlashishi va eshituv yo'lining suyaklanishi yakunlanadi. Ensa, asosiy va peshona suyagining ikkala yarmi birlashishi bu yoshda hali to'liq tugallanmagan bo'ladi. Kalla suyaklari orasida tog'ayli zonalar saqlanib qoladi, shuning uchun bosh miya o'sishi davom etishi mumkin. Harakatli o'yinlar va gilamchalardagi mashg'ulotlarni o'tkazishda ushbu xususiyatlarni hisobga olish zarur, chunki burun va quloq sohasidagi hatto eng yengil zarbalar ham jarohatlarga olib kelishi mumkin.

Tayanch maydonining qisqarishi bilan bog'liq mashqlarda bolalar muvozanatni oson yo'qotadigan sakrashlarda hamda to'p bilan bajariladigan mashqlarda jarohat olish ehtimoli juda yuqori bo'ladi. To'p bilan ishlashda bolada

¹²⁵ Ковынева О. Г. Введенский Вадим Николаевич Психологические особенности детей дошкольного возраста // Universum: психология и образование. 2017. №11 (41). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-detey-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 04.05.2026).

uni sherigiga yetkazib berish uchun yetarli kuch bo'lsa-da, koordinatsiyaning mukammal emasligi to'pning uchish yo'nalishini o'zgartirib yuborishi va u qo'lga emas, yuzga tegishi mumkin. Shu sababli bolalarga to'pni sherigining qo'lga otish bo'yicha aniq ko'rsatmalar berish va buni doimiy eslatib turish zarur. Katta guruhda tennis to'plaridan foydalanishga faqat bolalarda tegishli ko'nikma to'liq shakllangan taqdirdagina yo'l qo'yiladi.

5–7 yoshli bolaning umurtqa pog'onasi ham deformatsiya qiluvchi ta'sirlarga nisbatan o'ta ta'sirchandir. Skelet mushaklari pay, fassiya va boylamlarning kuchsiz rivojlanganligi bilan xarakterlanadi. Tana vaznining ortiqchaligi, shuningdek, noqulay sharoitlar, masalan, bolaning tez-tez og'irlik ko'tarishi natijasida qomat buziladi, qorin osilib qoladi, yassioyoqlik rivojlanadi, o'g'il bolalarda esa churra paydo bo'ladi. Shuning uchun pedagog-xoreograf jismoniy mashqlarni bajarish jarayonida yuklamalarning bolalar quvvatiga mos kelishini nazorat qilishi shart. Bolalar suyagining elastikligi va egiluvchanligi nafaqat qo'l-oyoqlar, balki umurtqa pog'onasining ham jarohatlanishiga sabab bo'lishi mumkin. Maktabgacha yoshdagi bolalarda ayrim bo'g'imlar nomutanosib shakllanadi.

5 yoshgacha bo'lgan davrda tirsak bo'g'imi xaltasi tez o'sadi, biroq burchak suyagi boshchasini to'g'ri holatda ushlab turuvchi halqasimon boylam juda bo'sh bo'ladi. Buning oqibatida, cho'zilish mashqlarida bola qo'lidan tortilsa, ko'pincha bo'g'imning chiqishi yuzaga keladi.

5–7 yoshli bolalarda panja tuzilishi ham hali yakunlanmagan bo'ladi.

Qattiq poshnali va keragidan ortiq katta o'lchamdagi poyabzal, ortiqcha vazn va o'tkazilgan kasalliklar yassioyoqlikka sabab bo'lishi mumkin. Olti yoshga kelib gavda va qo'l-oyoqlarning yirik mushaklari yaxshi rivojlanadi, biroq mayda mushaklar, ayniqsa qo'l panjasi mushaklari hali kuchsiz bo'ladi. Shu sababli bolalar yurish, yugurish va sakrashni oson o'zlashtiradilar, lekin mayda mushaklar ishini talab qiluvchi mashqlarni bajarishda qiynaladilar.

Harakat faoliyatining asosi barqaror muvozanatni rivojlantirishdir. Bu mushak va paylardan olinadigan reflekslar, shuningdek, bosh va gavdaning fazodagi holati o'zgarishiga javob beruvchi vestibulyar apparat (ichki quloqda joylashgan

sezgi organi) reflekslarining o‘zaro ta’sir darajasiga bog‘liq. Bola ulg‘aygan sari muvozanatni saqlash ko‘rsatkichlari yaxshilanib boradi. Muvozanat mashqlarini bajarishda qizlar o‘g‘il bolalarga nisbatan biroz ustunlikka ega.

Markaziy asab tizimining rivojlanishi morfofiziologik belgilarning tezkor shakllanishi bilan tavsiflanadi. Olti yoshli bolaning miya yuzasi kattalar miya po‘stlog‘i hajmining 90% dan ortig‘ini tashkil etadi. Miyaning peshona qismlari shiddat bilan rivojlanadi. Murakkab aqliy harakatlar umumlashtirish, voqealar ketma-ketligi va sabab-oqibat bog‘liqligini anglash jarayonlarini belgilovchi nerv elementlarining differensiyalashuvi yakunlanadi. Katta maktabgacha yoshdagi bola o‘z mushak kuchlanishlarini farqlashga qodir. U mashqlarni turli amplituda bajarishi, sekin harakatlardan tezkor harakatlarga o‘tishi mumkin. Biroq, tormozlanishga asoslangan topshiriqlarni ehtiyotkorlik bilan dozalash zarur, chunki tormozlanish reaksiyalarining ishlab chiqilishi yurak urishi va nafas olish chastotasining o‘zgarishi bilan kechadi, bu esa asab tizimiga tushadigan katta yuklamadan dalolat beradi. Asabiy jarayonlarning xususiyatlari, kuch, muvozanat va harakatchanlik biroz takomillashadi. Bolalar savollarga tezroq javob beradilar, harakatlarni tezroq o‘zgartiradilar, bu esa mashg‘ulotlar intensivligini oshirishga imkon beradi. Biroq, asabiy jarayonlarning harakatchanligi hali yetarli darajada emas. Bola kutilmagan iltimosga sekin javob berishi yoki signal bo‘yicha tezda chetga sakrab ulgurmasligi mumkin. 5–6 yoshli bolalarda dinamik stereotiplar tez shakllanadi, lekin ularni qayta qurish qiyin kechadi. 5 yoshga kelib bolaning yuragi o‘lchami yangi tug‘ilgan davrga nisbatan 4 barobar ortadi. Yurak urishi (puls) beqaror va har doim ham ritmik bo‘lmaydi. Olti-yetti yoshda o‘rtacha puls chastotasi daqiqasiga 92–95 urishni tashkil etadi. Maktabgacha yoshdagi bolalarning nafas yo‘llari o‘lchami va tuzilishi kattalarnikidan sezilarli darajada farq qiladi. Xususan, ular ancha tor, shu sababli xonadagi harorat tartibi va havo namligining buzilishi bolada nafas olish a‘zolari kasalliklariga olib kelishi mumkin. Bolalar harakat faolligini to‘g‘ri tashkil etish ham muhim ahamiyatga ega. Harakat yetishmovchiligi natijasida nafas olish a‘zolari kasalliklari soni taxminan 20% ga ortadi. Shunday qilib, maktabgacha yosh davri bolaning ham umumiy, ham maxsus, jumladan,

xoreografik qobiliyatlarini rivojlantirish uchun sezgir davr hisoblanadi. Hozirgi vaqtda maktabgacha yoshdagi bolalarning umumiy va maxsus rivojlanishi uchun turli xil o'quv dasturlari ishlab chiqilgan.

Maktabgacha yoshdagi murg'ak qalblarning ham jismonan, ham ma'nan barkamol shaxs bo'lib shakllanishida madaniyat va san'at olami beqiyos qudratga ega bo'lgan hayotbaxsh sarchashmadir. Ushbu davrda bola ongi pokiza sahifa misoli har bir rangni, har bir navoni o'ziga singdirib, kelajakdagi shaxsining poydevorini quradi. San'at bilan oshno bo'lish, mitti vujudning dunyo nafosatini his etishi va o'zligini namoyon qilishi uchun ochilgan eng yorug' yo'ldir.

Raqsning sehrli harakatlari va musiqaning mayin ritmlari bolaning jismoniy kamolotida muhim o'rin tutadi. Har bir egiluvchan harakat qomatning tik va mustahkam bo'lishini ta'minlasa, tasviriy san'atdagi mayda unsurlar bilan ishlash mitti barmoqlarning chaqqonligini oshirib, tafakkur va nutqning uyg'onishiga turtki beradi. San'at vositasidagi bunday jismoniy faollik bolani intizomga, o'z tanasini boshqarishga va harakatlar mutanosibligini his qilishga o'rgatadi.

Ma'naviy kamolot yo'lida esa madaniyat bolaning ichki olamini boyituvchi bitmas-tuganmas xazinadir. Teatr sahnasidagi qahramonlar taqdiri, milliy ohanglar va xalq og'zaki ijodi namunalari murg'ak qalbda ezgulikka muhabbat, yomonlikka nafrat tuyg'usini uyg'otadi. San'at bolani atrofdagi olamni faqat ko'z bilan emas, balki qalb bilan ko'rishga, o'zgalar dardi va quvonchini his qilishga o'rgatadi. Milliy merosimizga bo'lgan hurmat esa uning qon-qoniga ajdodlar matonati va madaniyatini singdirib, haqiqiy vatanparvarlik ruhini shakllantiradi. Shu tariqa, san'at va madaniyat uyg'unligi bolani nafaqat sog'lom, balki yuksak didli, teran fikrli va ma'rifatli inson sifatida voyaga yetkazadi.

5.Maktabga psixologik tayyorlik muammosi

Maktabga psixologik tayyorlik -bolaning maktab ta'limiga kirishi va yangi ijtimoiy vazifalarni muvaffaqiyatli o'zlashtirishiga imkon beradigan psixologik xususiyatlar tizimidir. U bolaning faqatgina bilim va ko'nikmalarni egallaganligi bilan belgilanmaydi, balki uning yangi faoliyat turiga, o'qituvchi va tengdoshlari bilan munosabatga, ta'lim talablariga hamda maktab tartibiga moslashishga

tayyorligi bilan tavsiflanadi. Maktabga tayyorlikning muhim tarkibiy qismlaridan biri intellektual tayyorlik hisoblanadi. Bunda bolaning idrok, diqqat, xotira, tafakkur va tasavvur jarayonlarining rivojlanganlik darajasi muhim ahamiyatga ega. Bola predmetlarni taqqoslash, guruhlash, umumlashtirish, oddiy sabab-oqibat munosabatlarini tushunish, topshiriq shartini anglash va ma'lum ketma-ketlik asosida harakat qilish imkoniyatiga ega bo'lishi zarur. Motivatsion tayyorlik bolaning o'qishga nisbatan qiziqishi va maktabda yangi bilimlarni egallashga ichki ehtiyojining shakllanganligi bilan bog'liq. Maktabga borish istagi faqat yangi kiyim yoki o'yinchoqlarga ega bo'lish kabi tashqi motivlar bilan emas, balki bilim olish, yangi narsalarni o'rganish va o'z imkoniyatlarini namoyon etishga bo'lgan qiziqish bilan qo'llab-quvvatlanishi muhimdir. Irodaviy tayyorlik bolaning o'z xatti-harakatlarini boshqara olishi, topshiriqni oxirigacha bajarishi, qoidalarga rioya qilishi, diqqatini ma'lum faoliyatga yo'naltirishi va zarur hollarda o'z istaklarini nazorat qila olishini nazarda tutadi. Maktab ta'limida bola o'yin faoliyatidan farqli ravishda belgilangan tartib va talablar asosida harakat qilishi kerak. Shu sababli o'zini boshqarish va irodaviy barqarorlik maktabga moslashishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Ijtimoiy-psixologik tayyorlik bolaning o'qituvchi va tengdoshlari bilan muloqot qila olishi, guruhdagi qoidalarga amal qilishi, hamkorlik qilishi va yangi ijtimoiy mavqeni qabul qilishiga bog'liq. Bola "o'quvchi" maqomining mazmunini anglay boshlashi, kattalar ko'rsatmalarini tinglashi va tengdoshlari bilan konstruktiv munosabat o'rnatish olishi maktab muhitiga moslashishni yengillashtiradi.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Maktabgacha yoshdagi bolalarning psixik taraqqiyoti qanday kechadi?
2. Maktabgacha yoshdagi bolalar o'yinining psixologik xususiyatlari nimalardan iborat?
3. Maktabgacha yoshdagi bolalarda bilish jarayonlari qanday rivojlanadi?
4. Maktabgacha yoshdagi bolalar shaxsi qanday shakllanadi?
5. Maktabga psixologik tayyorgarlik deganda nima tushuniladi?

2.10-MAVZU. KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI O‘QUVCHILARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Reja:

1. Kichik maktab yoshi davrida psixik rivojlanishning umumiy tavsifi.
2. Kichik maktab yoshidagi bolaning maktabga moslashish muammosi.
3. Kichik maktab yoshi davrida kognitiv-affektiv sohalaridagi rivojlanish xususiyatlari.
4. Kichik maktab yoshi davrida motivatsion sohalaridagi rivojlanish xususiyatlari.

Tayanch iboralar: kichik maktab yoshi, kichik maktab yoshidagi o‘quvchi, psixik rivojlanish, yosh xususiyatlari, psixologik rivojlanish, maktabga moslashish, ijtimoiy moslashuv, o‘quv faoliyati, yetakchi faoliyat, bilish jarayonlari, kognitiv rivojlanish, diqqat, xotira, tafakkur, tasavvur, idrok, affektiv soha, hissiy rivojlanish, hissiy barqarorlik, motivatsion soha, o‘quv motivatsiyasi, bilishga qiziqish, muvaffaqiyat motivi, o‘z-o‘zini baholash, irodaviy rivojlanish, shaxs rivojlanishi.

1.Kichik maktab yoshi davrida psixik rivojlanishning umumiy tavsifi

Zamonaviy stressli vaziyatlar va ekologik jihatdan noqulay tashqi muhit sharoitida xavotirlanish darajasi bolaning shaxs sifatida shakllanishini belgilab beruvchi asosiy omillardan biriga aylanmoqda. Inson shaxsining ko‘plab xususiyat va sifatleri aynan hayotning shu davrida tarkib topadi. Ularning qanday poydevor bo‘lib xizmat qilishi bolaning butun kelgusi rivojlanishini belgilaydi. Bugungi kunda yuqori bezovtalik, o‘ziga ishonchsizlik va hissiy beqarorlik bilan ajralib turuvchi xavotirga beriluvchan bolalar soni ortib bormoqda. Shu sababli, bolalardagi xavotirlanish muammosi va uni erta bosqichda o‘z vaqtida korreksiya qilish masalasi nihoyatda dolzarbdir. Biroq, aniq mavzular doirasida amaliy vazifalarni hal etish sohasi hali ham yetarlicha ishlab chiqilmagan yo‘nalish bo‘lib qolmoqda¹²⁶.

¹²⁶ Белов В. Г., Коротенкова Р. Г., Гурьева М. А., Павловская А. В., Психологические особенности тревожности у учащихся младших классов // Ученые записки университета Лесгафта. 2011. №10. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-trevozhnosti-u-uchaschihsya-mladshih-klassov> (дата обращения: 04.05.2026).

Zamonaviy dunyoning shiddatli texnologiyalari va raqamli ekranlari qurshovida qolgan kichik maktab yoshidagi bolalar uchun qo'g'irchoq teatri ko'ngilochar maskan emas, ularning murg'ak qalblarini uyg'otuvchi, his-tuyg'ularini jilolovchi mo'jizaviy dargohdir. Ushbu san'at maskaniga tashrif buyurish bolaning dunyoqarashini kengaytirib, uning ma'naviy olamida chuqur va unutilmas iz qoldiradi. Qo'g'irchoq teatri bolalarni jonli muloqot va hissiyotlar dunyosiga yetaklaydi. Sahna ortidagi sehrli harakatlar va jonlantirilgan qahramonlar mitti tomoshabinning tasavvur olamini boyitadi. Bola o'zini voqealar markazida his etib, qahramonlar bilan birga quvonadi, qayg'uradi va muammolarga yechim izlaydi. Bu jarayon bolada empatiya, ya'ni o'zgalar dardini his qilish va tushunish tuyg'usini shakllantiradi. Bugungi kunda ko'p kuzatilayotgan bolalar xavotirlanishi va psixik zo'riqishlarini yumshatishda teatrning estetik ta'siri eng samarali malham bo'la oladi.

Shuningdek, qo'g'irchoq teatri bolaning ijtimoiy moslashuvida muhim ko'prik vazifasini o'taydi. Tomosha davomida bola jamoat joyida o'zini tutishni, boshqalar bilan birga hayajonlanishni va umumiy quvonchni baham ko'rishni o'rganadi. Sahnadagi har bir hikoya ortiga yashiringan ezgulik, adolat va do'stlik g'oyalari bolaning axloqiy mezonlarini mustahkamlaydi. Ekran qarshisida yolg'izlanib qolgan bolaning teatr muhitida qayta jonlanishi, uning muloqotga bo'lgan chanqog'ini qondiradi va olamni rang-barang bo'yoqlarda ko'rishga yordam beradi.

Badiiy so'z va jonli ijro uyg'unligi bolaning nutq madaniyatini ham yuksaltiradi. Aktyorlarning ifodali talaffuzi, boy lug'at boyligi va milliy ohanglar bolada ona tiliga bo'lgan muhabbatni kuchaytiradi. Shu bois, kichik maktab yoshidagi bolani qo'g'irchoq teatriga olib borish uni go'zallikdan bahra olishga, hayotning murakkab sinovlarini mehr va donolik bilan yengib o'tishga tayyorlash demakdir. Teatr bergan ma'naviy ozuqa bolaning xotirasida bir umrlik yorug' xotira bo'lib muhrlanib qoladi.

Psixolog L.S.Slavinaning tadqiqotlariga ko'ra, boshlang'ich sinf o'quvchilari orasida bilish faolligi yetarli darajada rivojlanmagan bolalar uchrashi mumkin. Bunday bolalar intellektual jihatdan me'yorda rivojlangan bo'lib, bu ularning o'yin

va kundalik amaliy harakatlarida yaqqol namoyon bo'ladi. Ularga xos bo'lgan faol fikrlash qobiliyatini o'quv jarayoniga yo'naltirish uchun o'qituvchidan alohida e'tibor talab etiladi. Dastlabki bosqichda o'quv vazifalarini bolaga tanish bo'lgan o'yin va amaliy faoliyat bilan bog'lab olib borish, ularning har bir yutug'ini qo'llab-quvvatlash lozim. Kichik maktab yoshidagi bolalarning yetakchi faoliyati o'qishdan iborat bo'lib, u qat'iy maqsadga yo'naltirilganligi bilan ajralib turadi. Bu davrda o'quvchilar o'qish, yozish va hisoblash malakalarini egallash bilan birga, ona tili, matematika, tarix, geografiya va tabiatshunoslik kabi fanlar asoslari bo'yicha katta hajmdagi bilimlarni o'zlashtiradilar. Natijada bolaning dunyoqarashi kengayadi, bilishga bo'lgan qiziqishi ortadi va aqliy rivojlanishi jadallashadi. Shuningdek, mustaqil ijodiy faoliyat uchun qobiliyat tarkib topib, o'qishga nisbatan mas'uliyatli munosabat shakllana boshlaydi. Ushbu yosh davrida bilish jarayonlari quyidagicha kechadi:

Idrok o'zining o'tkirligi va sofliigi bilan ajralib tursa-da, ko'pincha passiv kuzatuvchanlik xarakteriga ega bo'ladi. Diqqat hali ixtiyoriy ravishda kuchli shakllanmagan bo'lib, bolalar diqqatni uzoq vaqt bir joyga jamlashda qiyinchilikka duch kelishadi. Xotira ta'lim ta'sirida mazmunli eslab qolish sari rivojlanadi, biroq baribir ko'rgazmali-obrazli xotira ustunlik qiladi. Ular qoidalardan ko'ra aniq faktlar va narsalarni yaxshiroq eslab qoladilar. Xayol esa o'quv materiallarini tasavvur qilishda muhim o'rin tutadi va darsdan tashqari ekskursiya hamda amaliy mashg'ulotlar orqali boyib boradi. Garchi shaxs taraqqiyotidagi tub o'zgarishlar o'smirlik davriga to'g'ri kelsa-da, kichik maktab yoshi shaxs shakllanishida muhim poydevor hisoblanadi. Maktabga qadam qo'yish bolaning hayotidagi asosiy burilish nuqtasi bo'lib, u yangi ijtimoiy muhitga, o'qituvchilar va sinfdoshlar jamoasiga qo'shiladi, bu esa unda yangicha ijtimoiy munosabatlarni shakllantiradi. Shu bilan birga, ushbu murakkab shakllanish jarayoni o'ziga xos ziddiyat va psixologik to'siqlardan ham xoli emas.

Doimiy ravishda salbiy voqealarga duch keladigan bolalarda muammolar faqat o'quv faoliyati bilan cheklanib qolmay, balki sinfdoshlari bilan o'zaro munosabatlarning yomonlashishiga ham olib kelishi mumkin. Buning oqibatida

kichik maktab yoshidagi o'quvchida o'ziga nisbatan salbiy munosabat va ahamiyatsizlik hissi shakllanadi. Natijada u o'zini sinfdoshlariga nisbatan intellektual jihatdan sustroq deb baholay boshlaydi. Unda qandaydir kompensatsiya ehtiyoji tug'iladi. Ushbu yoshda kompensatsiya vositalari juda cheklangan bo'lgani sababli, bola mazkur ta'lim muassasasida o'rnatilgan xulq-atvor me'yorlariga ongli ravishda qarshilik ko'rsatishni boshlaydi. Bola tez-tez tartib-intizomni buzadi, boshqa o'quvchilar bilan mojaroga kirishadi, qo'pol va tajovuzkor bo'lib qoladi. Shu bilan birga, ayrim olimlar ta'kidlaganidek, bunday bola maktabga bo'lgan qiziqishini yo'qotadi. Bularning barchasi kelajakda bunday bolalarning assotsial shaxs bo'lib yetishishiga olib kelishi mumkin¹²⁷.

Ko'pincha ularda asab-psixik va psixosomatik buzilishlar yuzaga kelishi ehtimoli bor. Shuni hisobga olish kerakki, aksariyat hollarda ota-onalar kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning fiziologik va psixologik rivojlanish xususiyatlarini ularning umumiy o'zlashtirmasligidan farqlay olmaydilar. Kichik maktab yoshidagi bolalarning fiziologik, psixologik va hissiy rivojlanishi tushunchasini shakllantirishda aqliy, individual, axloqiy, psixoemotsional, fiziologik va irodaviy xususiyatlardagi ortda qolishni to'g'ri anglash muhimdir.

O'quv materialini o'zlashtirishdagi qiyinchiliklar turli omillar ta'sirida yuzaga keladi. Jumladan, bolaning maktabga nisbatan salbiy munosabati, atrof-muhitning ta'siri hamda maktab ta'limiga psixologik jihatdan yetarli darajada tayyor emasligi shular jumlasidandir. Shu bois o'quv materialini o'zlashtirishda qiyinchilikka duch kelayotgan o'quvchilar psixologik va pedagogik xususiyatlari hamda qiyinchiliklarning kelib chiqish sabablari jihatidan bir-biridan farqlanadi. Mazkur qiyinchiliklarni shartli ravishda ikki turga ajratish mumkin:

- a) bilish faoliyati bilan bog'liq kamchiliklar;
- b) o'quvchining shaxsiy sifatleri bilan bog'liq kamchiliklar.

¹²⁷ Амбалова С. А. Психологические проблемы учеников младших классов средней общеобразовательной школы // АНИ: педагогика и психология. 2018. №4 (25). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-problemy-uchenikov-mladshih-klassov-sredney-obsheobrazovatelnoy-shkoly> (дата обращения: 04.05.2026).

Shunday qilib, ushbu to'siq turlaridan kelib chiqib, ta'lim oluvchilarning quyidagi tiplarini ajratib ko'rsatish mumkin:

- o'quv faoliyati o'rtacha darajada namoyon bo'ladigan, ammo o'qishga nisbatan bilish qiziqishlari past bo'lgan o'quvchilar;
- bilish mustaqilligi past darajada, biroq o'quv faniga nisbatan bilish qiziqishi yetarli darajada yuqori bo'lgan o'quvchilar;
- ham bilish faolligi, ham motivatsiya darajasi, o'quv ehtiyojlari va qiziqishlari past bo'lgan o'quvchilar.

Bunday o'quvchilarni o'qishga jalb qilishda ijobiy natijalarga erishish uchun ularda nafaqat aqliy faoliyat usullarini rivojlantirish, balki kelgusi ta'limga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantirish ham talab etiladi. L.G. Maxmutova yozishicha, o'quv-tarbiya jarayonining ajralmas qismi pedagogik ta'siridir. Pedagogik ta'sir usullari orasida kichik maktab yoshidagi o'quvchilarni faol ijtimoiy-foydali va psixologik jihatdan oqilona faoliyat jarayoniga jalb qilish usul va uslublari ajratib ko'rsatish hamda ulardan muntazam foydalanish zarur. Boshlang'ich sinf o'qituvchisining amaliy faoliyatida oqilona talab qo'yish pedagogik ta'sirning asosiy mexanizmi bo'lib xizmat qiladi¹²⁸.

Talabdan tashqari, psixologik-pedagogik ta'sir usuli sifatida istiqbolli rejalar tizimini ham ajratib ko'rsatish lozim. Bu usul ma'lum bir faoliyatni uyg'otish va faollashtirish uchun nostandart vazifalarni qo'yish hamda o'quvchilar erishishga intiladigan istiqbolli maqsadlarni belgilashdan foydalanadi.

Psixologik-pedagogik ta'sir ko'rsatish usullari qatoriga rag'batlantirish va jazolashni ham kiritish lozim. Shuni anglab yetish kerakki, pedagogik talab ham bevosita, ham bilvosita (iltimos, maslahat, tahdid, ishonch bildirish, ma'qullash, talab) shakllarda bo'lishi mumkin.

Pedagog o'z faoliyatida eng turli xil bevosita va vositali talablardan foydalanadi. Pedagogik talab o'quvchilarga psixologik-pedagogik ta'sir ko'rsatishning muvaffaqiyatli vositasi bo'lishi uchun talab qo'yishning psixologik

¹²⁸ O'sha yerda.

usullarini bilish zarur. Har qanday talab mantiqiy yakuniga yetkazilishi shart. Barcha bolalar e'tibor markazida bo'lishi lozim.

Bolalar odatda rivojlanishning turli darajalarida bo'ladilar, shuning uchun qo'yilgan talab barcha o'quvchilar tomonidan bir xil bajarilmasligi mumkin. Bu xavfli holatdir, chunki o'quvchi ijtimoiy talablarni ham bajarmaslikka o'rganib qoladi. Talab qo'yilayotganda bolaning shaxsiga nisbatan hurmat ifoda etilishi lozim. Bu yerda gap pedagogik taktga rioya qilish haqida bormoqda. Rag'batlantirish va jazolash usullaridan foydalanish amaliyotida ularni maktabda qo'llash shartlarini bilish zarur. Pedagogik ta'sir usullarini tanlashda pedagog o'quv-tarbiya jarayonidagi sharoit, vaqt, o'quvchilarning yosh va individual xususiyatlariga muvofiqligini hisobga olishi maqsadga muvofiqdir. Faqat haqiqiy yutuqlar uchungina rag'batlantirish lozim, bolani haddan ziyod maqtab yuborish zararli.

O'qituvchining rag'batini o'quvchilar jamoasi qo'llab-quvvatlashiga erishish va rag'batlantirishning oshkoraligini ta'minlash muhimdir. Rag'batlantirish usullarini tanlashda bolalarning yoshi va individual xususiyatlarini hisobga olish lozim. Maktabga rivojlanishda kechikish bilan kelgan bolalar bir qator o'ziga xos xususiyatlarga ega. Ularda dasturiy materialni o'zlashtirish uchun zarur bo'lgan, odatda sog'lom rivojlanayotgan bolalar maktabgacha ta'lim davrida egallaydigan bilim, malaka va ko'nikmalar shakllanmagan bo'ladi. Shu sababli, bunday bolalar begona yordamisiz hisoblash, o'qish va yozishni o'zlashtira olmaydilar. Ular muayyan maktabda o'rnatilgan xulq-atvor normalariga rioya qilishda qiynaladilar. Komplekslarga ega bola esa kattalarning qo'llab-quvvatlashidan umid qilish uchun o'ziga yetarlicha ishonmaydi. U uzoq vaqt davomida bularning barchasiga chidashi mumkin, bu esa pirovardida ikki xil natijaga olib keladi. Yoki u ruhan sinadi, yoki o'zida kuch topib, yuzaga kelgan nosog'lom vaziyatni o'zgartira oladi.

2.Kichik maktab yoshidagi bolaning maktabga moslashish muammosi

Maktab ostonasiga qadam qo'yish va yangi o'quv faoliyatiga kirishish boladan o'z hayotini qat'iy tartibga solishni, belgilangan qoida va rejimga so'zsiz

bo'ysunishni talab etadi. Bu jarayon nafaqat o'quvchining kundalik tartibini, balki uning tevarak-atrofdagi voqelikka, insonlarga, jamoaga va o'z zimmasidagi majburiyatlariga nisbatan yangicha munosabatlar tizimini ham shakllantiradi. Bunday intizom va ijtimoiy muhit bolaning irodasini mustahkamlab, xarakterini toptiradi, dunyoqarashini kengaytirib, qobiliyatlarining jadal rivojlanishiga zamin yaratadi. Kichik maktab yoshi shaxsning axloqiy poydevori qo'yiladigan va ijtimoiy yo'nalishi qaror topadigan muhim davrdir. 1-sinfdan 4-sinfgacha bo'lgan vaqt mobaynida o'quvchilarning axloqiy ongi sezilarli o'zgarishlarga uchraydi. Dastlabki bosqichda (1-2 sinflarda) bolalarning axloqiy mulohazalari asosan shaxsiy tajribalari hamda ota-onasi va o'qituvchisining aniq ko'rsatmalari bilan cheklanadi. Biroq 3-4 sinflarga kelib, ularning axloqiy bilimlari boyib, yanada anglangan va umumlashgan shaklga kiradi. Bu yoshdagi o'quvchilar nafaqat o'z xatti-harakatlarini, balki boshqa kishilarning tajribasini ham tahlil qilishga intiladilar. Bu jarayonda badiiy adabiyotlar va tarbiyaviy filmlar muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, bolalarda axloqiy tashabbuskorlik o'sib, ko'p hollarda kattalarning turtkisiz ham ijobiy ishlarni mustaqil amalga oshira boshlaydilar. Shu bilan birga, bu davrda xarakter shakllanishi o'ziga xos murakkabliklarga ega. Kichik maktab yoshidagi bolalarning fe'l-atvori hali to'liq barqarorlashmagan bo'lib, ko'pincha beqarorlik va qarama-qarshiliklar bilan ajralib turadi. Shu sababli, boladagi vaqtinchalik psixik holatlarni uning doimiy xarakter xususiyati deb adashib baholamaslik lozim. N.D.Levitov keltirgan misolda o'qituvchi o'z o'quvchisini matonatli deb hisoblasa-da, psixologik kuzatishlar bu xususiyat faqat ma'lum sharoitlardagina ko'rinadigan o'tkinchi holat ekanligini isbotlagan. Kutilmagan muvaffaqiyatsizlik yoki tashqi bosim bolaning psixik muvozanatini tezda izdan chiqarishi mumkin. Bu esa kichik maktab yoshidagi bolalar bilan ishlashda ularning psixikatidagi o'zgaruvchanlikni doimiy e'tiborga olish zarurligini ko'rsatadi. Maktab ta'limining dastlabki yillarida bolaning bilishga bo'lgan qiziqishi va intellektual qiziquvchanligi jadal rivojlanadi. Dastlab bolalar ayrim fakt va hodisalarga alohida qiziqish ko'rsatsalar, keyinchalik voqea-hodisalarning sabablari, qonuniyatlari va o'zaro bog'liqliklarini anglashga intiladilar. Agar 1-2 sinf o'quvchilari asosan "bu nima?" degan savolga javob izlasa,

yuqori sinf o'quvchilari uchun "nima sababdan?" va "qanday qilib?" degan savollar ustuvorlik qiladi.

O'qish malakasining oshishi bilan ertak va badiiy adabiyotlarga, so'ngra sarguzasht va ilmiy-fantastik asarlarga qiziqish uyg'onadi. Ayniqsa, zamonaviy texnika: raketalar, avtomobil va samolyotlarga bo'lgan qiziqish tez shakllanadi. Qishloq maktablari o'quvchilarida esa 3-4 sinflarga kelib qishloq xo'jaligiga nisbatan sezilarli qiziqish uyg'onadi. O'qituvchi o'quvchining yutuqlarini munosib baholashi bolada ichki mamnuniyat va yangi muvaffaqiyatlarga intilish hissini uyg'otadi. Bu yoshdagi bolalar rasm chizish, loy va plastilindan narsalar yasash, ashula aytish va musiqaga juda moyil bo'ladilar. Bunday faoliyat estetik his-tuyg'ularni va tegishli qobiliyatlarni rivojlantirish uchun sharoit yaratadi.

Mehnat tarbiyasi ham shaxs shakllanishida katta ahamiyatga ega. Biroq, har qanday mehnat ham ijobiy sifatlarni tarbiyalamasligi mumkin. Faqat shaxsiy manfaat ko'zlangan mehnat xudbinlikni keltirib chiqarishi xavfi bor.

Shu sababli, bolalarni o'z-o'ziga xizmat qilish bilan birga, jamiyat uchun foydali bo'lgan jamoaviy mehnatga asta-sekin jalb etish, ularda mehnatsevarlik fazilatini shakllantirish lozim. O'quv faoliyati nafaqat bilish jarayonlarini, balki shaxsiy sifatlarni ham rivojlantiradi. O'qish bilan bir qatorda o'yin, muloqot va mehnat ham o'quvchi shaxsiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Bu davrda bolada muvaffaqiyatga erishish ehtiyoji va tengdoshlari orasida o'z o'rniga ega bo'lish intilishi kuchli bo'ladi. Ular o'z yutuqlarini doimo boshqalar bilan solishtiradilar va birinchi bo'lishni xohlaydilar. Musobaqalashish motivi ular uchun tabiiy psixologik ehtiyoj bo'lib, kuchli emotsional quvvat beradi. Bolaning o'z-o'ziga beradigan bahosi ko'p jihatdan o'qituvchining bahosiga va uning turli faoliyatlardagi muvaffaqiyatlariga bog'liq. Bu yoshdagi bolalarga xos bo'lgan ishonuvchanlik, ochiqlik va itoatkorlik ularni tarbiyalash uchun qulay imkoniyatdir.

Muvaffaqiyatga erishish motivlari bilan bir qatorda mehnatsevarlik va mustaqillik sifatlari ham rivojlanadi. Mustaqillikning shakllanishi kattalarning munosabatiga bog'liq. Agar bola haddan tashqari nazorat qilinsa, unda bo'ysunuvchanlik va qat'iyatsizlik mustahkamlanib qolishi mumkin. Bolada

mustaqillikni rivojlantirish uchun unga ishonch bildirish, mas'uliyatli vazifalarni topshirish va o'zini jamoada yetakchi sifatida his qila oladigan ijtimoiy-psixologik muhit yaratish muhimdir. 7–11 yoshli davrda bolalar o'zlarining individual xususiyatlarini anglay boshlaydilar. Bu bosqichda o'z-o'zini anglash jarayoni jadal rivojlanib, mustahkamlanadi. Bolalar o'z ismlariga ko'proq ahamiyat bera boshlaydi va uning tengdoshlari hamda atrofdagilar tomonidan ijobiy qabul qilinishiga intiladi. Shuningdek, tashqi ko'rinish va qad-qomatga beriladigan baho ham o'z-o'zini anglashda muhim o'rin tutadi. Kichik maktab davrining oxiriga kelib, ayniqsa qiz bolalarda yuz tuzilishiga alohida e'tibor berish kuchayadi.

3. Kichik maktab yoshi davrida kognitiv-affektiv sohalaridagi rivojlanish xususiyatlari

Kichik maktab yoshi bolaning psixik rivojlanishida muhim bosqich bo'lib, odatda 6–7 yoshdan 10–11 yoshgacha bo'lgan davrni qamrab oladi. Mazkur davrda o'quv faoliyatining yetakchi faoliyatga aylanishi natijasida bolaning bilish jarayonlari, hissiy kechinmalari va o'z xulq-atvorini boshqarish imkoniyatlari sezilarli darajada rivojlanadi. Kognitiv va affektiv sohalarining rivojlanishi o'zaro bog'liq holda kechib, bolaning ta'lim faoliyati va ijtimoiy munosabatlariga ta'sir ko'rsatadi.

Kognitiv sohada idrok asta-sekin maqsadga yo'naltirilgan va tahliliy xususiyat kasb etadi. Bola predmet va hodisalarning muhim belgilarini ajratish, ularni taqqoslash, guruhlash va umumlashtirish imkoniyatlarini egallaydi. Diqqatning ixtiyoriy shakli rivojlanib, bola o'qituvchi topshirig'iga muvofiq ma'lum vaqt davomida diqqatini bir faoliyatga yo'naltira oladi. Diqqatning barqarorligi va ko'chuvchanligi ham bosqichma-bosqich takomillashadi.

Xotira jarayonlarida ham sezilarli o'zgarishlar yuz beradi. Kichik maktab yoshida mexanik eslab qolish bilan bir qatorda mantiqiy va ixtiyoriy xotira rivojlana boshlaydi. Bola materialni ma'nosini tushungan holda eslab qolish, uni guruhlash, rejalashtirish va qayta tiklash usullaridan foydalanadi. Tafakkur esa ko'rgazmali-obrazli shakldan mantiqiy tafakkurga tomon rivojlanib, taqqoslash, tahlil, sintez, umumlashtirish va xulosa chiqarish imkoniyatlari kengayadi.

Affektiv sohada bolaning hissiyotlari tobora differensiallashadi. U o'zining quvonch, xafa bo'lish, qo'rquv, uyat, faxr, ranjish kabi kechinmalarini yaxshiroq anglay boshlaydi. Tengdoshlarining munosabati, o'qituvchining bahosi va ota-onaning munosabati bolaning hissiy holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu bilan birga, bola hissiyotlarini bevosita namoyon qilishdan asta-sekin ularni nazorat qilish va vaziyatga muvofiq boshqarishga o'tadi. Kichik maktab yoshida o'z-o'zini baholash va o'z imkoniyatlarini anglash jarayoni ham faol rivojlanadi. O'quv faoliyatidagi muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizliklar bolaning o'ziga bo'lgan munosabatiga ta'sir qiladi. O'qituvchi va ota-onaning qo'llab-quvvatlashi, bolaning individual imkoniyatlarini hisobga olish va faoliyat natijasini xolis baholash ijobiy o'z-o'zini baholashning shakllanishiga yordam beradi.

Kognitiv va affektiv sohalarning o'zaro bog'liqligi bolaning o'quv faoliyatida yaqqol namoyon bo'ladi. Bilishga bo'lgan qiziqish, muvaffaqiyatga intilish va ijobiy hissiy munosabat o'quv topshiriqlarini bajarishga bo'lgan faollikni oshiradi. Aksincha, doimiy muvaffaqiyatsizlik, kuchli xavotir yoki salbiy baholanish bolaning bilish faolligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. O'quv faoliyati jarayonida bolada o'z xulq-atvorini va faoliyatini muvofiqlashtirish, ongli ravishda qaror qabul qilish hamda o'z ishini mustaqil tashkil etish qobiliyati rivojlanadi. Bilim olishga bo'lgan qiziqishning qaror topishi bilan birga, xulq-atvor motivatsiyasi ham o'zgaradi.

Bunda o'rtoqlari va jamoaning fikri asosiy harakatlantiruvchi kuchga aylanadi. Natijada bolada axloqiy his-tuyg'ular va irodaviy xislatlar shakllanadi. 5–6 yoshda ko'zga tashlangan xususiyatlar keyingi to'rt yil davomida rivojlanib, o'smirlik davri bo'sag'asida ko'plab shaxsiy fazilatlar sifatida shakllanib bo'ladi. Bolalarning individualligi ularning bilish jarayonlarida ham yaqqol namoyon bo'ladi: bilimlari chuqurlashadi, ko'nikma va malakalari takomillashadi. 3–4 sinflarga borib, ko'pchilik bolalarda umumiy va maxsus layoqatlar ko'zga tashlanadi. Ayniqsa, hayot uchun muhim bo'lgan muvaffaqiyatga erishish motivining mustahkamlanishi boshqa qobiliyatlarning jadal o'sishiga turtki beradi.

Bu yoshda idrok, diqqat, xotira, tafakkur va nutq sezilarli darajada shakllangan bo'ladi. Shu bois, ta'lim jarayonida o'quvchilarga nisbatan kattalarga xos ba'zi uslublarni qo'llash imkoniyati tug'iladi. Bolaning psixik rivojlanishiga ota-onasi va, ayniqsa, o'qituvchisi bilan bo'lgan munosabatlari katta ta'sir ko'rsatadi. 3–4 sinflarga kelib, tengdoshlar bilan muloqotning ahamiyati ortadi, bu esa ta'lim-tarbiya maqsadlarida samarali foydalanish mumkin bo'lgan manbadir. Kichik maktab yoshidagi bolalar soatlab yolg'iz holda sevimli mashg'ulotlari bilan shug'ullanishlari mumkin, bu esa ularda mehnatsevarlik va mustaqillik fazilatlarini shakllantiradi. Ta'kidlash joizki, birinchi sinf o'quvchilarida mehnat motivlari asosan shaxsiydir: ular o'zlari uchun zarur narsalarni katta qunt bilan tayyorlasalarda, boshqalar uchun ishlash borasida hali yetarli tajribaga ega bo'lmaydilar.

4.Kichik maktab yoshi davrida motivastion sohalardagi rivojlanish xususiyatlari

Ko'pgina maktab o'quvchilarida o'zlashtirish bilan bog'liq muammolar yuzaga keladi. Aksariyat hollarda bu bolaning ish qobiliyati yoki intellektual imkoniyatlari bilan emas, balki o'qishga bo'lgan qiziqishning keskin pasayishi va o'quv motivatsiyasining susayishi bilan bog'liqdir. Maktab yoshida o'qish motivatsiyasini shakllantirishni mubolag'asiz zamonaviy maktabning markaziy muammolaridan biri deb atash mumkin. Ushbu muammoning dolzarbligi ta'lim mazmunining yangilanishi, o'quvchilarda bilimlarni mustaqil egallash usullari va bilish qiziqishlarini rivojlantirish vazifalarining qo'yilishi hamda ularda faol hayotiy pozitsiyani shakllantirish zarurati bilan belgilanadi.

Kichik maktab yoshida o'quv faoliyati doirasida kichik maktab yoshidagi o'quvchilar rivojlanishidagi eng muhim yutuqlarni ifodalovchi hamda keyingi yosh bosqichlarida rivojlanishni ta'minlovchi poydevor bo'lib xizmat qiladigan psixologik yangilanishlar tarkib topadi. Aynan shu sababli ham har bir yosh bosqichida o'quv motivatsiyasining psixologik xususiyatlarini o'rganish muammosi

juda muhimdir¹²⁹. Motivatsiya muammosi ham mahalliy, ham xorijiy psixologiyada dolzarb hisoblanadi. Bir tomondan, bu psixologik tadqiqotlarni amaliyotga joriy etish zarurati, insonning real xulq-atvori va uning tartibga solinishini o'rganish bugungi kunda xatti-harakat qonuniyatlarini, ayniqsa, rag'batlar va ularning amalga oshirilishiga oid bilimlarni talab qilishi bilan bog'liq. Ikkinchi tomondan, insonning harakatga bo'lgan ichki motivatsion moyilliklarining uning psixikatidagi ijtimoiy determinatsiya bilan aloqalarini ochib berish ehtiyoji yetilib qolgan¹³⁰.

Kichik maktab yoshidagi bolaning hayot yo'lida motivatsiya mitti niholning quyoshga talpinishi kabi hayotiy zaruriyatdir. Bu davr inson shaxsining poydevori qo'yiladigan, dunyoga bo'lgan ilk hayratlar ongli intilishga aylanadigan fasldir. Motivatsiya bolaning ichki imkoniyatlarini uyg'otuvchi, uning qalbidagi mitti uchqunlarni ulkan maqsadlar oloviga aylantiruvchi sehrli kuchdir. Busiz har qanday bilim mazmunsiz ma'lumotga, har qanday vazifa esa og'ir majburiyatga aylanib qoladi. Bolani madaniyat va san'at maskanlariga yetaklash uni yashash san'ati va ma'naviyat sarchashmalari bilan tanishtirishdir. Teatr, muzey va ko'rgazma zallari bolaning tafakkur chegaralarini kengaytiruvchi, uning dunyoqarashini rang-barang jilolar bilan boyituvchi bitmas-tuganmas xazinadir.

Teatr sahnasidagi jonli ijro orqali bola yaxshilik va yomonlik, sadoqat va jasorat kabi tushunchalarni tuyg'ular silsilasida o'rganadi. Bu uning emotsional olamini oziqlantiruvchi eng go'zal manbadir.

Muzeylarning sokin yo'laklarida sayr qilish esa o'tmish bilan kelajakni bog'lovchi ko'prik vazifasini o'taydi. Buyuk ajdodlarning mangu merosi bilan yuzma-yuz kelgan bola o'zida g'urur va o'zlikni anglash tuyg'usini tuyadi. Bunday lahzalar uning qalbidagi "Men ham buyuk ishlar qilishga qodirman!" degan ishonchni mustahkamlaydi. San'at galereyalaridagi ranglar jilosi va nafis ohanglar sehri bolaning xayolot dunyosini cheksiz qirralar bilan boyitadi. Xayoloti boy, qalbi

¹²⁹ Шевырдяева К. С. Психолого-педагогические особенности мотивации младших школьников // Вестник ПензГУ. 2013. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskie-osobennosti-motivatsii-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 04.05.2026).

¹³⁰ Шевырдяева К. С. Психолого-педагогические особенности мотивации младших школьников // Вестник ПензГУ. 2013. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskie-osobennosti-motivatsii-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 04.05.2026).

go‘zallikka oshno bo‘lgan o‘quvchi har qanday murakkab vazifaga ijodiy yondashadigan, izlanuvchan shaxs bo‘lib yetishadi. Madaniyat maskanlari bolaga dunyo naqadar keng va imkoniyatlar qanchalik ulkan ekanini ko‘rsatadi. Bunday ma’naviy oziq olgan bola o‘zini jamoaning ajralmas bo‘lagi sifatida his etib, nafaqat shaxsiy manfaati, balki umumiy ezgulik yo‘lida harakat qilishga chog‘lanadi. San’at bilan sug‘orilgan motivatsiya bolaning mitti yuragida porloq orzular poydevorini quradi, orzulari bor inson esa ilm cho‘qqilarini zabt etishdan aslo tolmaydi.

Mavzu bo‘yicha savollar.

1. Kichik maktab yoshidagi bolaning yetakchi faoliyati qaysi?
2. Kichik maktab davri qaysi yoshlarga to‘g‘ri keladi?
3. Kichik maktab yoshida bilish jarayonlarida qanday o‘zgarishlar ro‘y beradi?
4. Kichik maktab yoshidagi bolaning xarakteri nimalar ta’sirida shakllanadi?
5. Kichik maktab yoshidagi bolaning qiziqishlari qanday xarakter kasb etadi?
6. Kichik maktab yoshida bolaning hissiy rivojlanishida qanday o‘zgarishlar kuzatiladi?
7. Kichik maktab yoshidagi o‘quvchilarda o‘z-o‘zini baholash qanday shakllanadi?
8. Kichik maktab yoshida o‘quv motivatsiyasining qanday turlari shakllanadi?
9. Kichik maktab yoshidagi bolaning tengdoshlari bilan munosabatlari qanday rivojlanadi?

2.11-MAVZU. O‘SMIRLIK DAVRI

Reja

1. O‘smirlik davrdagi psixik rivojlanishning umumiy tavsifi.
2. O‘smirlik davri inqirozi va uning psixologik, psixofiziologik sabablari.
3. O‘smirlik davrida intellektual va emotsional xususiyatlari.
4. O‘smirlik davrida o‘z-o‘ziga baho berish tizimining rivojlanish xususiyatlari.
5. O‘smirlik davrida xarakter aksentuatsiyasi muammosi.

Tayanch iboralar: o‘smirlik davri, o‘smirlik yoshi, psixik rivojlanish, yosh xususiyatlari, psixofiziologik rivojlanish, biologik yetilish, jinsiy yetilish, o‘smirlik inqirozi, yosh inqirozi, psixologik o‘zgarishlar, intellektual rivojlanish, abstrakt tafakkur, tanqidiy tafakkur, emotsional rivojlanish, hissiy beqarorlik, o‘z-o‘zini anglash, o‘z-o‘ziga baho, o‘zini baholash, shaxsiy identifikatsiya, mustaqillikka intilish, tengdoshlar bilan munosabat, xarakter, xarakter aksentuatsiyasi, ijtimoiy moslashuv.

1.O‘smirlik davrdagi psixik rivojlanishning umumiy tavsifi

O‘smirlik davri bolalikdan kattalikka o‘tish bosqichi bo‘lib, an’anaviy tarzda insonning hayotiy, shaxsiy va kasbiy o‘zligini anglashi, rivojlanishi, ijtimoiylashuvi hamda individuallashuvidagi asosiy davr sifatida qaraladi. Tub ijtimoiy-iqtisodiy o‘zgarishlar, globallashuv va ijtimoiy noaniqlikning kuchayishi sharoitida o‘zligini anglash o‘ta murakkab vazifaga aylanib bormoqda. Bu esa, rivojlanish xatarlarini keltirib chiqaradi hamda o‘smirlik va yoshlik davrini zamonaviy ijtimoiy rivojlanish vaziyatining noqulay omillariga nisbatan ayniqsa zaif qilib qo‘yadi. O‘smirlik davridagi rivojlanishning barcha tomonidan tan olingan inqirozli xarakteri uning ziddiyatli ekanligini aks ettiradi. Bu ziddiyatlar ijtimoiy rivojlanish vaziyatining transformatsiyasi hamda hayotiy rejalar tuzish asosida o‘z-o‘zini rivojlantirishga o‘tish orqali hal etiladi. Shaxsiy va kognitiv rivojlanish qonuniyatlarini bilish, ushbu yosh davridagi rivojlanish vazifalarining o‘ziga xosligini anglash, shuningdek, rivojlanishdagi qiyinchiliklarni muvaffaqiyatli bartaraf etish va oldini olish bo‘yicha mahalliy hamda xorijiy tajribalarni hisobga olish o‘smirlik va yoshlik davridagi

barcha salbiy holatlarni yanada samarali yengib o'tishga xizmat qiladi. O'smirlik davri – bolalik va kattalik o'rtasidagi o'tish bosqichidir. “Katta” va “kattalik” so'zlarining etimologiyasi shuni belgilaydiki, katta odam bu muayyan yoshga to'lgan, yetuk, ijtimoiy va psixologik yetuklikka erishgan shaxsdir¹³¹.

Kattalik yoshi maqomini qo'lga kiritish jarayoni ulg'ayish jarayonining mazmunini tashkil etadi. Kattalik maqomi ijtimoiy munosabatlar tizimidagi muayyan o'rin, huquq va majburiyatlar majmuasi, ularning amalga oshirilishi uchun ijtimoiy mas'uliyatni o'z zimmasiga olish hamda kattalik maqomiga mos keladigan vazifalarni hal qilish uchun zarur bo'lgan shaxsiy, bilish va irodaviy kompetensiyalar bilan tavsiflanadi. Har bir tarixiy davrda kattalik maqomiga mos keladigan huquq va majburiyatlar to'plami, shuningdek, ularga adekvat bo'lgan kompetensiyalar o'zgarib borgan. Bu o'zgarishlar jamiyatning kattalik maqomini tartibga soluvchi ma'naviy-qadriyatli, ishlab chiqarish-iqtisodiy, ijtimoiy-siyosiy, davlat va madaniy rivojlanish darajasini aks ettiradi. O'smirlik insonning balog'atga yetish davri bo'lib, o'zining tub biologik va psixik o'zgarishlari bilan kamolotning boshqa bosqichlaridan tubdan farq qiladi. Mazkur palla, asosan, 11–15 yoshli o'g'il-qizlarni qamrab oladi va bu davrda jismoniy o'sish hamda jinsiy yetilish jarayonlari jadal kechadi.

Dastlab qizlar o'g'il bolalarga nisbatan tezroq ulg'ayadilar, bu ularda jinsiy balog'atning barvaqtroq boshlanishi bilan bog'liq. O'smirlik davrida o'g'il bolalarning bo'yi o'rtacha 25–30 sm, qizlarniki esa 18–20 sm ga uzayadi. Tananing intensiv o'sishi, asosan, naysimon suyaklar va umurtqa pog'onasining kengayishi hisobiga yuz beradi. Bu davrda suyaklar hali yetarli darajada qotmagan va yumshoq bo'lgani sababli, o'smirlarning og'ir sport turlari bilan shug'ullanishiga yo'l qo'ymaslik kerak. Aks holda, umurtqa pog'onasi qiyshayishi yoki bo'y o'sishining to'xtab qolishi kabi salbiy oqibatlar kelib chiqishi mumkin.

O'smirlikning ikkinchi yarmida yuz suyaklari, xususan, burun, yuqori jag' va yonoq qismlari shakllanib, deyarli o'zgarmaydigan qat'iy qiyofaga kiradi. Shu bilan

¹³¹ Молчанов С. Психология подросткового и юношеского возраста. Учебник для академического бакалавриата. – ЛитРес, 2016.

birga, og‘iz bo‘shlig‘i va bo‘g‘izda ham sezilarli o‘zgarishlar ro‘y beradi. Ovoz paylari uzayib, mustahkamlanadi. Natijada bolalarga xos o‘tkir va baland ovoz kattalarga xos yo‘g‘on hamda past ovoz bilan almashadi. O‘g‘il bolalarda bu jarayon keskin kechib, ba‘zan ovozning “buzilishi” (xo‘roz ovozi) kuzatilsa, qizlarda ovoz asta-sekin mayin, nozik va tekis jaranglay boshlaydi.

O‘smirlik davrida muskul sistemasi ham o‘ziga xos tarzda rivojlanadi. Muskullar jadal o‘sib mustahkamlansa-da, ular oyoq va qo‘l suyaklarining o‘sish sur‘atidan orqada qoladi. Muskullarning hali ingichka va nisbatan kuchsizligi sababli o‘smir gavdasi nomutanosib, harakatlari esa biroz beso‘naqay va notekis ko‘rinadi. Ayniqsa, tovonlarning tez o‘sishi va oyoqlarning uzunligi bu holatni yanada yaqqol ko‘rsatadi. Bu yoshda o‘smirlarda muskullarni chiniqtirishga kuchli ishtiyoq uyg‘onadi, ular turli og‘ir mashqlar va sport bilan faol shug‘ullana boshlaydilar. Nafas olish organlari jadal rivojlanishi natijasida o‘pkaning tiriklik sig‘imi sezilarli ortadi. Masalan, o‘g‘il bolalarda bu ko‘rsatkich 11 yoshda 1900–2000 ml bo‘lsa, 15 yoshga kelib 2600–2700 ml ni tashkil etadi. Natijada nafas olish chastotasi kamayadi. O‘g‘il bolalar asosan qorin bilan, qizlar esa ko‘krak bilan nafas ola boshlaydilar. Miya kislorodga juda ehtiyojmand bo‘lgani sababli, yaxshi shamollatilmagan xonalarda o‘smirlar tez charchaydi, ish qobiliyati pasayadi va intizomga rioya qilishlari qiyinlashadi. Shu bilan birga, yurak hajmi har yili o‘rtacha 25 foizga kengayib boradi. Qon bosimi birmuncha oshib (110–115 mm), yurak urish chastotasi sekinlashadi (11 yoshdagi 85–90 tadan 14–15 yoshda 70 tagacha).

Jinsiy yetilish jarayoni iqlim, milliy-etnografik omillar, ovqatlanish va turmush tarziga bog‘liq holda kechadi. O‘g‘il bolalarda bu jarayon 12–13 yoshdan, qizlarda 11–12 yoshdan boshlanadi. Hozirgi kunda jinsiy yetilish o‘g‘il bolalarda 15–16 yoshda, qizlarda esa 13–14 yoshda yakuniga yetmoqda. Bu davrda qarama-qarshi jinsga qiziqish ortib, orzu, sog‘inch va iztirob kabi murakkab kechinmalar paydo bo‘ladi. Ma’lumotlarga ko‘ra, o‘smirlar bu boradagi bilimlarning atigi 17 foizini ota-onadan, 9 foizini o‘qituvchilardan olib, qolgan qismini tengdoshlari yoki ko‘chadan eshitib o‘rganadilar. O‘smirlik shaxsning axloqiy va etik normalarni o‘zlashtirishidagi eng intensiv davrdir. Bola shaxsi maktab, jamoa va tarbiyachilar

ta'sirida rivojlanadi. Bu yoshda o'smirning o'z dunyoqarashi, e'tiqodi va baholash mezonlari tarkib topadi.

Agar kichik maktab yoshida bola kattalarning bevosita ko'rsatmalari yoki tasodifiy istaklar asosida harakat qilgan bo'lsa, endilikda u o'z qarashlari va prinsiplariga tayanadi. O'qituvchi va tarbiyachilar ushbu davrda axloqiy ongning shakllanishiga zamin qo'yilishini inobatga olishlari zarur. O'smir hodisalarni mantiqan tahlil qila boshlaydi. Masalan, ehtiyotsizlik tufayli singan stulni tuzatishni u jazo emas, balki tabiiy mas'uliyat sifatida tushuna oladi. O'smirlik davrida bola o'z xatti-harakatlarining natijasini anglay boshlaydi. Masalan, iflos qilingan joyni supurish o'smir uchun jazo emas, balki o'z xatosini tuzatishning mantiqiy natijasi sifatida qabul qilinadi. Psixologik tadqiqotlar o'smirlarning ma'naviy ongi yuksak darajada ekanligini va ular axloqiy tushunchalarni to'g'ri idrok etishini ko'rsatadi.

2.O'smirlik davri inqirozi va uning psixologik, psixofiziologik sabablari

Davr oxiriga kelib, bolada e'tiqod va dunyoqarashning shakllanishi bilan birga axloqiy ideallar ham yuzaga keladi. Bu ideallar o'smir uchun o'ziga xos "ma'naviy etalon" bo'lib xizmat qiladi. Kichik yoshdagi o'smirlar uchun odatda konkret bir shaxs ota-ona, o'qituvchi yoki badiiy asar qahramoni ideal bo'lsa, katta yoshdagi o'smirlarda bir necha ijobiy sifatlarni o'zida jamlagan umumlashgan obrazlar shakllana boshlaydi. O'smirlar o'z kelajagini yuksak orzular bilan bog'laydilar. Bugungi kunda ularning qiziqishlari koinotni zabt etish, raketa texnikasi, energiya manbalari hamda kimyo, fizika, biologiya va tibbiyot kabi ilm-fan sohalarida tadqiqotlar olib borishga yo'nalgan. Bunday orzu-istaklar o'smirlarning mamlakat ijtimoiy hayotida faol ishtirok etishga, ilm-fan va mehnat orqali xalqqa xizmat qilishga bo'lgan kuchli intilishidan darak beradi. Ular o'z kelajagini jamiyat ravnaqi va insoniyat manfaatlari bilan chambarchas bog'liq holda tasavvur qiladilar.

O'zini anglash jarayonida o'smir o'zining tashqi ko'rinishi, shaxsiy fazilatlari, yutuq va kamchiliklarini boshqa odamlar, birinchi navbatda, tengdoshlarining shunday xususiyatlari bilan solishtirish imkoniyatiga keskin

ehtiyoj sezadi. Keng ijtimoiy aloqalar ushbu ehtiyojni qondiradi va o'smirlik davrining boshlanishi uchun xarakterlidir¹³².

Bu bosqichda muloqot yuzaki xarakterga ega bo'lib, hali haqiqiy yaqinlik va ishonchni ko'zda tutmaydi. Keyinchalik do'stona munosabatlar o'smirlarga jamiyatga yaxshiroq moslashish va stressli vaziyatlarga xotirjamroq munosabatda bo'lish imkonini beradi; bunday vaziyatlarda tengdoshi bilan o'rnatilgan kuchli hissiy bog'liqlik himoya va qo'llab-quvvatlash vazifasini o'taydi, tengdoshlar bilan muloqot esa ijtimoiylashuvning asosiga aylanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning axloqiy kategoriyalarni tushunishi ko'pincha yuzaki yoki rasmiy xarakterga ega bo'ladi. Ularda o'zini anglash ehtiyoji amaliy faoliyat va ijtimoiy hayotiy talablar ta'sirida yuzaga keladi. O'smir jamoada o'z o'rnini aniqlashga, qaysi xislatlari unga muvaffaqiyat keltirishi yoki xalaqit berishini tushunishga intiladi.

O'zini anglash jarayoni, dastlab, bolaning o'z xatti-harakatlarini tushunishidan boshlanadi. Dastlabki bosqichda o'smir o'ziga kattalar (o'qituvchi, ota-ona) va tengdoshlarining nigohi bilan qaraydi. Yosh ulg'aygan sayin o'z shaxsini mustaqil tahlil qilish va baholash tendensiyasi kuchayadi. Natijada shaxsning murakkab sintetik sifatleri burch, qadr-qimmat, vijdon va prinsipiiallik kabi tuyg'ular anglanadi. Bunday izchillik o'smir shaxsining ma'naviy kamoloti uchun tabiiy va zaruriy bosqichdir.

Yosh psixologiyasi barcha psixologik tarmoqlar ichida eng anig'idir. Yoshga doir rivojlanish qonuniyatlarini har bir insonda kuzatish mumkin. Inson psixikati dinamik xususiyatga ega bo'lib, u butun umr davomida rivojlanib boradi. Har bir yosh bosqichi o'ziga xos xususiyat va qonuniyatlarga ega. O'smirlik davri esa eng qiziqarli va ziddiyatli yoshlardan biri hisoblanadi. Erta yoshlik davrida juda ko'p muhim hayotiy vazifalar hal etiladi¹³³.

¹³² Авдулова Т. Психология подросткового возраста. Учебник и практикум для академического бакалавриата. – ЛитРес, 2017.

¹³³ Леснянская Ж. А. Психология подросткового возраста и ранней юности //Чита: ЗабГУ. – 2018.

3.O'smirlik davrida intellektual va emotsional xususiyatlari

O'smirlik davri shaxsning biologik, psixologik va ijtimoiy jihatdan jadal o'zgaradigan rivojlanish bosqichlaridan biridir. Mazkur davrda bolaning bilish imkoniyatlari kengayib, tafakkur asta-sekin aniq-obrazli shakldan abstrakt-mantiqiy fikrlashga tomon rivojlanadi. Shu bilan birga, hissiy sohada ham sezilarli o'zgarishlar yuz berib, emotsional kechinmalar kuchliroq va murakkabroq namoyon bo'la boshlaydi. Intellektual rivojlanish o'smirlik davrining muhim xususiyatlaridan biridir. O'smir turli hodisalar o'rtasidagi sabab-oqibat aloqalarini chuqurroq anglash, muammolarni tahlil qilish, taqqoslash, umumlashtirish va xulosa chiqarish imkoniyatiga ega bo'ladi. U nafaqat mavjud ma'lumotni o'zlashtirish, balki uning mazmunini tahlil qilish, savol qo'yish va o'z nuqtai nazarini asoslashga intiladi.

O'smirlik davrida abstrakt va mantiqiy tafakkur faol rivojlanadi. O'smir konkret vaziyatlardan tashqari, nazariy tushunchalar, ehtimoliy holatlar va kelajakdagi voqealar haqida ham fikr yurita boshlaydi. Tanqidiy tafakkurning rivojlanishi natijasida kattalarning fikrlarini shunchaki qabul qilish o'rniga, ularni tahlil qilish va mustaqil baholashga ehtiyoj kuchayadi. Shu sababli o'smirlar o'z qarashlarini faol himoya qilishi va bahs-munozaralarga ko'proq kirishishi mumkin.

Emotsional sohada o'smirning kechinmalari nisbatan murakkablashadi. Quvonch, xafa bo'lish, g'azab, xavotir, uyat, faxr va ranjish kabi hissiyotlar kuchli namoyon bo'lishi mumkin. Biologik yetilish, ijtimoiy talablarning ortishi, tengdoshlar bilan munosabatlar va o'z-o'zini anglash jarayonining faollashuvi emotsional holatlarning o'zgaruvchanligiga ta'sir ko'rsatadi. O'smirlik davrida hissiy o'zini boshqarish asta-sekin takomillashadi. Dastlab ayrim vaziyatlarda hissiyotlarni nazorat qilish qiyin bo'lishi mumkin, biroq hayotiy tajriba, muloqot va ijtimoiy tajribaning ortishi bilan o'z kechinmalarini anglash va boshqarish imkoniyatlari kengayadi. O'smir uchun atrofdagilarning, ayniqsa tengdoshlarining munosabati muhim ahamiyatga ega bo'lib, ijtimoiy baholanish uning hissiy holatiga kuchli ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Mazkur davrda o'z-o'zini ang O'smirlik inson umrining bahori va yoz fasli tutashgan nuqta, qalbning eng jo'shqin va silsilali pallasidir. Bu davrda o'smir

nafaqat jismonan ulg‘ayadi, balki o‘zligini, hayotdagi o‘rnini va “men” degan tushunchaning tub mohiyatini qidiradi.

Mana shu murakkab psixik jarayonda madaniyat, san‘at va ijod o‘smir uchun shunchaki mashg‘ulot emas, balki najot qal‘asi va o‘z-o‘zini kashf etish maydoniga aylanadi. O‘smirning psixik dunyosi bo‘ronli dengizga o‘xshaydi. Unda bir vaqtning o‘zida isyon, yolg‘izlik, orzu va qo‘rquv mavj uradi. San‘at bu to‘fonlarni tinchlantiruvchi va ularni ijodiy quvvatga aylantiruvchi vositadir. Musiqa, tasviriy san‘at yoki she‘riyat orqali o‘smir o‘zining so‘z bilan aytib bo‘lmas kechinmalarini ifodalashni o‘rganadi. Bu jarayonda u o‘z hissiyotlarini begonalashtiradi ya’ni, dardini qog‘ozga tushirish yoki kuyga solish orqali ruhan yengillashadi va ichki muvozanatga erishadi. Madaniyat va san‘at muassasalari o‘smirga yuksak ma’naviy ideallarni taqdim etadi. Sahna asarlaridagi qahramonlar taqdiri, ularning jasorati va psixik iztiroblari o‘smir uchun o‘ziga xos axloqiy oyna vazifasini o‘taydi. U qahramonlar bilan birga yashaydi, ular bilan bahslashadi va natijada o‘zining hayotiy prinsiplarini shakllantiradi. San‘at unga hayot faqat qora va oqdan iborat emasligini, ranglar jilosi va insoniy munosabatlarning naqadar nafisligini ko‘rsatadi. Ijod o‘smirga eng katta ehtiyoji bo‘lgan erkinlikni beradi. Kattalar tomonidan qo‘yilgan qoidalar va taqiqlardan charchagan o‘smir ijodiy jarayonda o‘zining kichik dunyosini yaratadi. Bu yerda u xato qilishdan qo‘rqmaydi, bu yerda u o‘zining betakrorligini his qiladi. Ijodiy faoliyat xoh u loydan narsa yasash bo‘lsin, xoh zamonaviy raqs o‘smirda o‘ziga bo‘lgan ishonchni mustahkamlaydi va undagi “men kimgadir kerakman, men nimagadir qodirman” degan tuyg‘uni uyg‘otadi.

Xulosa qilib aytganda, madaniyat va san‘at o‘smirning psixikatini sug‘oruvchi ma’naviy yomg‘irdir. U o‘smirlikdagi isyonni bunyodkorlikka, yolg‘izlikni mushohadaga, qo‘pollikni esa nafosatga aylantira oladigan yagona kuchdir. San‘at bilan oshno bo‘lgan o‘smir bilimli, dunyoni bor bo‘yi bilan his qiladigan, qalbi go‘zallikka oshno barkamol shaxs bo‘lib yetishadi.

4.O‘smirlik davrida o‘z-o‘ziga baho berish tizimining rivojlanish xususiyatlari

O‘smirlik davrida o‘z-o‘ziga baho berish tizimi shaxsning psixologik rivojlanishida muhim o‘rin tutadi. Mazkur davrda o‘smir o‘zining tashqi ko‘rinishi, qobiliyatlari, xarakteri, bilimlari, xulq-atvori va tengdoshlari orasidagi mavqeiga nisbatan faol baho bera boshlaydi. O‘z-o‘ziga baho berish shaxsning o‘z imkoniyatlari va sifatlarini anglashiga, xulq-atvorini boshqarishiga hamda hayotiy maqsadlarini belgilashiga ta’sir ko‘rsatadi. O‘smirlik davrida o‘z-o‘zini anglash jarayonining jadallashuvi o‘z-o‘ziga baho berishning rivojlanishiga asos bo‘ladi. O‘smir “Men qandayman?”, “Mening qobiliyatlarim qanday?”, “Boshqalar meni qanday baholaydi?” kabi savollar ustida fikrlaydi. Natijada o‘zining kuchli va zaif tomonlarini anglash, shaxsiy xususiyatlarini taqqoslash va ularga munosabat bildirish jarayoni kuchayadi. O‘z-o‘ziga baho berishning shakllanishida tengdoshlar va kattalarning bahosi muhim ahamiyatga ega. O‘smir uchun tengdoshlari orasidagi mavqe, do‘stlik munosabatlari va jamoa tomonidan qabul qilinish darajasi katta ahamiyat kasb etadi. Ota-ona va o‘qituvchilarning munosabati ham o‘smirning o‘z imkoniyatlarini qanday baholashiga ta’sir ko‘rsatadi. Ijobiy va real baholash o‘ziga ishonchni qo‘llab-quvvatlasa, doimiy tanqid yoki taqqoslash o‘z-o‘ziga baholashning beqarorligiga olib kelishi mumkin.

Mazkur davrda o‘z-o‘ziga baho berish adekvat, yuqori yoki past ko‘rinishda namoyon bo‘lishi mumkin. Adekvat o‘z-o‘ziga baho berishda o‘smir o‘z imkoniyatlari va kamchiliklarini nisbatan xolis baholaydi. Yuqori baholashda o‘z imkoniyatlarini ortiqcha yuqori baholash, past baholashda esa o‘z kuchi va qobiliyatlariga ishonchsizlik kuzatilishi mumkin. O‘smirlik davrida ushbu baholarning barqarorligi hayotiy tajriba va ijtimoiy munosabatlar ta’sirida o‘zgarib boradi. O‘z-o‘ziga baho berish ideal “Men” va real “Men” o‘rtasidagi munosabat bilan ham bog‘liq. O‘smir qanday inson bo‘lishni xohlashi bilan o‘zini hozirgi holatda qanday qabul qilishi o‘rtasidagi farqni anglay boshlaydi. Mazkur tafovut me’yorida bo‘lsa, shaxsiy rivojlanish uchun motivatsiya manbai bo‘lishi mumkin.

Haddan tashqari katta tafovut esa norozilik, o'zidan qoniqmaslik yoki hissiy zo'riqishga sabab bo'lishi ehtimolini oshiradi.

O'z-o'ziga baho berish tizimining rivojlanishida muvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik tajribasi ham muhim o'rin tutadi. Ta'lim, sport, ijodiy faoliyat va tengdoshlar bilan munosabatlardagi natijalar o'smirning o'ziga bo'lgan munosabatini shakllantiradi. Shu sababli o'smirning individual imkoniyatlarini hisobga olish, uning ijobiy yutuqlarini e'tirof etish va xatolarini rivojlanish imkoniyati sifatida tushuntirish muhimdir.

5.O'smirlik davrida xarakter aksentuatsiyasi muammosi

Xarakter aksentuatsiyasi bu-shaxs xarakterining ayrim xususiyatlari boshqalarga nisbatan haddan tashqari kuchli namoyon bo'lishi bilan tavsiflanadigan individual-psixologik holatdir. Bunda xarakterning ayrim jihatlari keskin ifodalangan bo'lsa-da, bu holatning o'zi psixik buzilish sifatida baholanmaydi. Aksentuatsiya, ayniqsa, o'smirlik davrida yaqqol namoyon bo'lishi mumkin.

O'smirlik davrida biologik yetilish, o'z-o'zini anglashning faollashuvi, mustaqillikka intilish va tengdoshlar bilan munosabatlarning ahamiyati ortishi xarakter xususiyatlarining kuchliroq namoyon bo'lishiga sharoit yaratadi. Shu sababli ayrim o'smirlarda ta'sirchanlik, impulsivlik, qat'iyatlilik, namoyishkorlik, tortinchoqlik yoki muloqotga yuqori ehtiyoj kabi xususiyatlar muayyan vaziyatlarda keskinroq kuzatilishi mumkin. Xarakter aksentuatsiyasini o'rganishda Karl Leonhard va Andrey Lichkoning ilmiy qarashlari muhim o'rin tutadi. Leonhard xarakter va temperamentning ayrim jihatlari kuchayib namoyon bo'lishini tavsiflagan bo'lsa, Lichko aksentuatsiya xususiyatlarini ayniqsa o'smirlik davri bilan bog'liq holda o'rgangan. Uning yondashuvida aksentuatsiyaning turli ko'rinishlari o'smirning xulq-atvori va ijtimoiy munosabatlarida turlicha namoyon bo'lishi mumkin. O'smirlik davrida xarakter aksentuatsiyasining namoyon bo'lishiga oila muhiti, tarbiya uslubi, tengdoshlar bilan munosabat, maktab muhiti, ijtimoiy talablar va shaxsiy tajriba ta'sir ko'rsatadi. Masalan, o'smirning mustaqillikka bo'lgan ehtiyojini haddan tashqari cheklash ayrim xarakter xususiyatlarining keskin namoyon bo'lishiga olib kelishi mumkin. Aksincha,

qo‘llab-quvvatlovchi va hurmatga asoslangan munosabat o‘smirning ijtimoiy moslashuviga yordam beradi. Xarakter aksentuatsiyasi ta’lim va tarbiya jarayonida ham hisobga olinishi lozim. O‘smirning individual-psixologik xususiyatlarini to‘g‘ri tushunish, unga mos muloqot uslubini tanlash, ijobiy xarakter sifatlarini rivojlantirish va o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirish muhimdir. O‘smirni faqat aksentuatsiya xususiyati asosida baholash yoki unga qat’iy psixologik yorliq berish maqsadga muvofiq emas.

Mazvu bo‘yicha savollar.

1. O‘smirlik davridagi psixik rivojlanishning umumiy tavsifi qanday?
2. O‘smirlik davri inqirozi, uning psixologik va psixofiziologik sabablari hamda bu davrdagi intellektual va emotsional xususiyatlar nimalardan iborat?
3. O‘smirlik davrida o‘z-o‘ziga baho berish tizimi rivojlanishining qanday xususiyatlari bor?
4. O‘smirlik davrida xarakter aksentuatsiyasi muammosi nima?

2.12 – MAVZU. ILK O‘SPIRINLIK VA TALABALIK DAVRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Reja:

1. Ilk o‘spirinlik davri psixologiyasida umumiy tavsif.
2. Ilk o‘spirinlik davrida intellektual va emotsional rivojlanish xususiyatlari.
3. Ilk o‘spirinlik davrida muhabbat.
4. Ilk o‘spirinlik davrida o‘z-o‘zini anglashning rivojlanishi.
5. Ilk o‘spirinlik davrida kasbga yo‘naltirishning psixologik muammolari.

Tayanch iboralar: Ilk o‘spirinlik, o‘spirinlik davri, yosh xususiyatlari, psixik rivojlanish, intellektual rivojlanish, abstrakt tafakkur, mantiqiy tafakkur, tanqidiy fikrlash, ijodiy fikrlash, emotsional rivojlanish, hissiy barqarorlik, o‘z-o‘zini anglash, o‘z-o‘zini baholash, shaxsiy identifikatsiya, mustaqillik, hayotiy maqsadlar, dunyoqarash, qadriyatlar tizimi, shaxslararo munosabatlar, muhabbat, romantik munosabatlar, hissiy yaqinlik, tengdoshlar bilan munosabat, kasbiy yo‘nalish, kasbiy qiziqish, kasbiy motivatsiya, kasb tanlash, kasbiy identifikatsiya, talabalar psixologiyasi, ijtimoiy moslashuv.

1. Ilk o‘spirinlik davri psixologiyasiga umumiy tavsif

Ilk o‘spirinlik davri “kamolot bo‘zag‘asi” deb ta’riflanadi. Bu kamolot bosqichi fiziologik, psixologik va ijtimoiy chegaralarni o‘z ichiga oladi. Psixologiya fani o‘spirinlik muammosini kompleks o‘rganishni da’vat etadi. Bu juda qiyin masala, chunki psixofiziologik taraqqiyot sur’ati va uning bosqichlari ijtimoiy yetilish muddati bilan hamma vaqt ham to‘g‘ri kelavermaydi. Akseleratsiya natijasida bugungi bolalarimizning taraqqiyoti avvalgi avlodlarga nisbatan o‘rtacha ikki-uch yil avval yetilmoqda. Fiziologlar bu jarayonni ikkilamchi jinsiy belgilarning paydo bo‘lishiga qarab, uchta bosqichga ajratadilar:

I bosqich – prepubertat;

II bosqich – pubertat;

III bosqich – postpubertat.

Yosh psixologiyasi o'spirinlik yoshini I–II bosqichlar bilan bog'lab kelar edi. Akseleratsiya munosabati bilan o'spirinlik yoshining chegarasi endi 15–16 dan 18 yoshgacha bo'lmoqda. Demak, konkret mazmuni birinchi navbatda ijtimoiy sharoitlar bilan belgilanadi. Yoshlarning jamiyatda tutgan o'rni, ularning mavqei, ular egallaydigan bilimlarning hajmi va bir qator boshqa faktorlar ijtimoiy sharoitlarga bog'liqdir. Ilk o'spirinlik yoshi bolalarning 15 yoshdan 18 yoshgacha bo'lgan taraqqiyot davrini o'z ichiga oladi. Bu akademik litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilaridir.

Ilk o'spirinlik davrini ikkinchi o'tish davri deb hisoblash mumkin. Agar birinchi o'tish davri ko'proq bolalikka yaqin bo'lsa, ikkinchi o'tish davridagi o'spirin ko'proq yoshlik davriga yaqindir va shu jihatdan o'rganiladi hamda tadqiq etiladi. Ilk o'spirinlik davri, asosan, unda mustaqil hayotning boshlanishi bilan (o'rta maktabni tamomlab, litsey va kollejlarga kirishi) xarakterlanadi. Hayotdagi bu o'zgarishlar ilk o'spirin shaxsiga, uning o'zini anglashiga ta'sir ko'rsatadi. O'smirlardan farqli o'laroq, ilk o'spirinlar katta hayotni shunchaki tasavvur etmaydilar, balki unda ishtirok etadilar. O'spirin bola bilan katta odam o'rtasidagi oraliq mavqeni egallaydi. Bolaning jamiyatda tutgan o'rni kattalarga bog'liqdir.

Kattalar ularga hayot faoliyatining asosiy mazmuni va yo'nalishini belgilab beradilar. Bolaning bajaradigan roli kattalar rolidan sifat jihatidan farq qiladi. Hayot faoliyati murakkablashgan sari, o'spirinlarda ijtimoiy rollar ko'lamini nafaqat miqdoran kengayib qolmay, balki sifat jihatidan ham o'zgarib boradi. Masalan: 16 yoshda pasport oladi. 18 yoshdan faol saylash huquqiga va oila qurish imkoniyatiga ega bo'ladi, o'spirin jinoiy ishlar uchun javobgar bo'ladi. Ba'zi o'spirinlar bu yoshdan boshlab ishlay boshlaydilar va kasb tanlash haqida o'ylaydilar. Lekin shunga qaramay, o'spirinlarda kattalarga qaramlik xususiyatlari saqlanib qoladi.

O'spirinlar (16–18 yoshlar) o'zlarining psixologik xususiyatlari bilan boshqa yosh davridagi bolalardan keskin farq qiladilar. Jismoniy hamda aqliy jihatdan voyaga yetgan, kamolotga erishgan, dunyoqarashi va o'z-o'zini boshqarishi kabi yetuk insoniy xususiyatlari tarkib topgan bo'ladi. Ular vazmin, mulohazali bo'ladilar, katta yoshdagilarga hurmat-ehtirom bilan qaraydilar. Ular uzoqni

ko'zlaydigan, kelajak uchun qayg'uradigan, ota-onalarining yaqin yordamchisiga aylanadilar. O'quv faoliyati o'spirinning asosiy faoliyati bo'lib qolaveradi, o'qishga nisbatan ishtiyoq o'smirlik yoshiga qaraganda o'spirinlikda bir muncha yuqoriroq bo'ladi. Mustaqil hayotga tayyorgarlik va o'z-o'zini anglash bilan bog'liq motivlar bu davrda yetakchi o'rinni egallaydi. Motivlar tizimida jamiyatning to'laqonli a'zosi bo'lishga intilish, insonlarga naf keltirish kabi ijtimoiy motivlar ustunlik qiladi.

Rossiya psixologlari I.V.Straxov va A.L.Shnirman tadqiqotlarining ko'rsatishicha, o'spirinlik yoshidagi do'stlik o'smirlik yoshidagi do'stlikdan ba'zi bir xususiyatlari bilan farq qiladi. O'spirinlarda do'stlik motivlari ancha chuqurroq bo'ladi. Bularda oshkoralik, o'zaro ishonch, talabchanlik, sadoqat, doimiy yordam ko'rsatish, kamchiliklarni birgalikda tugatish, o'zaro hurmat va bir-birini tushunish kabi sifatlar namoyon bo'ladi. Do'stlik hislari ancha sermazmun bo'lib, qiziqishlar va faoliyatning keng doirasini qamrab oladi. O'spirinlik yoshidagi do'stlik ko'pincha butun umr bo'yi davom etadi. O'rtoqlik munosabatlari jamoani jipslashtirishga yordam beradi va uning hayotiy faoliyatini oshiradi. O'spirinlar do'stlik, samimiylik va emotsional sofdillik kabi xislatlarni birinchi o'ringa qo'yadilar. Do'stlarga nisbatan samimiy mehribonlik shaxsning reflektivlik darajasi hamda uning emotsional hayot xususiyatlariga bog'liqdir. O'spirin har doim rostgo'y va samimiy bo'lishni istaydi.

O'spirinlarni hali to'la katta odam deb hisoblab bo'lmaydi, chunki ularning shaxsiy xususiyatlarida hamon bolalik alomatlarini kuzatish mumkin. Bu holat o'spirinning fikrlarida, berayotgan baholarida, hayotga va o'z kelajagiga bo'lgan munosabatida ko'zga tashlanadi. Ko'pchilik o'spirinlar maktabni tugatish arafasida ham kasb tanlashga nisbatan mas'uliyatsiz yondashadilar. Bu davr o'spirinning axloqan o'z-o'zini anglashi, shuningdek, axloqning yangi bosqichiga o'tishi bilan xarakterlanadi. Intellekti yaxshi rivojlangan o'spirinlar kattalarni tashvishga solayotgan muammolarni tushuna oladilar va ularni muhokama qilishga qodir bo'ladilar. O'spirinlar juda ko'p muammoli savollarga javob izlaydilar. Ularning diqqatini ko'proq axloqiy masalalar tortadi. Agar kichik maktab yoshidagi o'quvchilar uchun axloqiy masalalarni yechish manbasi o'qituvchilar bo'lsa,

o'smirlar bu savollarga javobni ko'proq tengdoshlari davrasidan qidiradilar. O'spirin yoshdagilar esa savollarga to'g'ri javob topishda ko'proq katta kishilar foydalanadigan manbalarga murojaat etadilar. Bunday manbalar, asosan, real, ko'p qirrali va murakkab insoniy munosabatlar hamda ilmiy-ommabop, badiiy-publitsistik adabiyotlar, san'at asarlari, matbuot, radio va televideniye hisoblanadi. Bugungi o'spirinlarga hayotga nisbatan hushyorlik, aqliy-amaliy erkinlik va mustaqillik xosdir. Ular haqqoniylik tushunchasiga ham real tarzda yondashmoqdalar.

O'spirinlarda axloqiy dunyoqarash bilan bir qatorda ijtimoiy, siyosiy, iqtisodiy, ilmiy, madaniy va diniy sohalar bo'yicha ma'lum bir qarashlar vujudga keladi. Ko'p yillardan buyon o'spirinlarni yaxshilik va yomonlik, haqiqat va nohaqlik, axloqiylik va axloqsizlik masalalari tashvishlantirib keladi. Hozirgi davr o'spirinlari har bir narsaga shunchaki ishonuvchan yoki mutlaqo salbiy munosabatda bo'lmay, balki hayotga real, aqliy va amaliy ko'z bilan qaraydigan, ko'proq erkin va mustaqil bo'lishga intiluvchi yoshlardir. O'spirinlar ongli ravishda egallangan axloq normalari asosida o'z xatti-harakatlarini yo'lga solishga intiladilar. Bu esa, avvalo, o'spirinning o'zini anglash darajasi o'sishida namoyon bo'ladi. O'zini anglash murakkab psixologik struktura bo'lib, quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- bolada tashqi olamdagi predmetlar ta'siridan paydo bo'lgan sezgilar o'z tanasi sezgilaridan farqlana boshlaganda vujudga keladigan ilk anglash;
- o'zining shaxsiy "men"ini faol faoliyat asosida anglashi;
- o'zining psixik xususiyatlari va xislatlarini anglashi;
- ijtimoiy-axloqiy o'z-o'ziga baho berishning ma'lum tizimini anglashi.

Ushbu elementlarning barchasi bir-biri bilan funksional va genetik jihatdan bog'liqdir. Biroq bularning hammasi bir vaqtning o'zida shakllanmaydi. O'zining psixik sifatlarini anglash va o'z-o'ziga baho berish esa o'spirinlik yoshida borgan sari muhimroq ahamiyat kasb eta boshlaydi.

2. Ilk o'spirinlik davrida intellektual va emotsional rivojlanish xususiyatlari

O'spirinlik davri inson kamolotining eng murakkab va mas'uliyatli pallasi bo'lib, u psixologiyada "kamolot bo'sag'asi" yoki ikkinchi o'tish davri deb ta'riflanadi. Bu bosqich o'zining fiziologik, psixologik va ijtimoiy xususiyatlari bilan ajralib turadi. Ayniqsa, akseleratsiya jarayoni natijasida bugungi o'spirinlar avvalgi avlodlarga qaraganda bir necha yil oldin voyaga yetmoqdalar, bu esa ularning ijtimoiy mavqeyi va psixik dunyosiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. 15 yoshdan 18 yoshgacha bo'lgan bu davrda bola endi shunchaki kattalar hayotini tasavvur qiluvchi kuzatuvchi emas, balki unda faol ishtirok etuvchi shaxsga aylanadi. U 16 yoshida pasport olish, 18 yoshida saylovlarda qatnashish va oila qurish huquqiga ega bo'lish orqali jamiyatning to'laqonli a'zosi sifatida o'z o'rnini topishga intiladi. O'spirin o'zini anglashning yangi bosqichiga ko'tarilar ekan, unda burch, vijdon, or-nomus va shaxsiy qadr-qimmatni e'zozlash kabi yuksak ma'naviy tuyg'ular ustuvorlik qila boshlaydi.

Uning do'stlik munosabatlari ham o'smirlikdagidan farqli o'laroq, chuqur ishonch, sadoqat va ma'naviy yaqinlik asosiga quriladi hamda ko'pincha butun umrga tatigulik rishtaga aylanadi. O'spirin o'z ideallarini shakllantirishda ko'proq real hayotiy manbalarga, san'at va adabiyotga tayanadi, ijtimoiy-siyosiy hamda axloqiy masalalarda o'zining mustaqil va prinsipial pozitsiyasiga ega bo'lishga harakat qiladi. Bu davrning eng muhim xususiyati o'z-o'zini tarbiyalash ishtiyoqidir; o'spirin o'z shaxsidagi nuqsonlarni bartaraf etib, o'zi tanlagan ideal qiyofasiga intiladi. Garchi u mustaqillikka intilsa-da, hayotdagi muhim qarorlarni qabul qilishda, xususan, kasb tanlash va ijtimoiy mavqeini belgilashda hali ham ota-onasi, ustozlari va yaqinlarining ma'naviy ko'magiga, ularning e'tirofiga ehtiyoj sezadi. Shunday qilib, o'spirinlik shaxsning ongli ravishda o'z taqdirini belgilashi va ma'naviy barkamollik sari qo'yilgan ilk qat'iy qadamdir.

3. Ilk o'spirinlik davrida muhabbat

Ilk o'spirinlik davri shaxsning hissiy, ijtimoiy va ma'naviy rivojlanishida muhim bosqichlardan biri hisoblanadi. Mazkur davrda o'spirinning shaxslararo munosabatlari murakkablashib, qarama-qarshi jins vakiliga nisbatan qiziqish, yaqinlik va romantik hislar kuchayishi mumkin. Muhabbat o'spirin uchun nafaqat

hissiy kechinma, balki o'zini va boshqa insonni anglash, shaxslararo munosabatlarni tushunish jarayoni sifatida ham namoyon bo'ladi.

Ilk o'spirinlik davrida muhabbatning shakllanishida emotsional yaqinlik, o'zaro ishonch, hurmat va tushunish muhim o'rin tutadi. O'spirin o'z his-tuyg'ularini anglash va ularni boshqarishni o'rganadi. Shu bilan birga, boshqa insonning fikri, ehtiyojlari va hissiyotlarini hisobga olish qobiliyati rivojlanib boradi. Mazkur jarayon empatiya va shaxslararo munosabatlarning takomillashuvi bilan bog'liq. Bu davrda romantik hislar ba'zan kuchli emotsional kechinmalar bilan kechishi mumkin. Yoqtirish, hayajon, quvonch, rashk, sog'inish yoki ranjish kabi hissiyotlar o'spirinning psixologik holatiga ta'sir ko'rsatadi. Hissiy tajribaning yetarlicha shakllanmaganligi sababli ayrim o'spirinlarda his-tuyg'ularni baholash yoki boshqarishda qiyinchiliklar kuzatilishi mumkin. Ilk o'spirinlikda muhabbat tushunchasi asta-sekin faqat tashqi jozibadorlik bilan cheklanmay, shaxsiy fazilatlar, umumiy qiziqishlar, ma'naviy yaqinlik va kelajak haqidagi qarashlar bilan bog'lana boshlaydi. O'spirin o'ziga mos insonning xarakteri, dunyoqarashi, qadriyatlari va munosabat madaniyatiga e'tibor bera boshlaydi. Bu jarayon uning shaxsiy qadriyatlari va ideal munosabat haqidagi tasavvurlarining shakllanishiga yordam beradi. Muhabbatning rivojlanishida oila, do'stlar, ta'lim muhiti va umumiy ijtimoiy-madaniy muhit ham muhim ahamiyatga ega. O'spirinning yaqin munosabatlarga bo'lgan qarashlari oiladagi munosabatlar, kattalarning namunalari, tengdoshlar tajribasi va jamiyatdagi qadriyatlar ta'sirida shakllanadi. Shu sababli mazkur davrda o'spirinning hissiy tajribalariga hurmat bilan munosabatda bo'lish, uni kamsitmaslik va ishonchli muloqot muhitini yaratish muhimdir.

4. Ilk o'spirinlik davrida o'z-o'zini anglashning rivojlanishi

Ilk o'spirinlik davri o'z-o'zini anglash jarayonining jadal rivojlanishi bilan tavsiflanadi. Mazkur davrda o'spirin o'zining qobiliyatlari, xarakteri, qiziqishlari, imkoniyatlari va jamiyatdagi o'rnini chuqurroq anglay boshlaydi. "Men kimman?", "Qanday inson bo'lishni xohlayman?", "Hayotdagi maqsadim nima?" kabi savollar uning shaxsiy fikrlashida muhim o'rin egallaydi. O'z-o'zini anglashning rivojlanishi, avvalo, o'z shaxsini tahlil qilish va baholash imkoniyatlarining

kengayishi bilan bog'liq. O'spirin o'zining kuchli va zaif tomonlarini anglashga, xatti-harakatlari sabablarini tushunishga va ularni atrofdagilarning xatti-harakatlari bilan taqqoslashga intiladi. Natijada o'z-o'ziga baho berish tizimi nisbatan barqarorlashib boradi. Ilk o'spirinlikda "Men" obrazi murakkablashadi. O'spirin o'zini faqat tashqi belgilar yoki muayyan faoliyat orqali emas, balki xarakteri, dunyoqarashi, qadriyatlari, qobiliyatlari va kelajakdagi imkoniyatlari orqali tavsiflay boshlaydi. Real "Men" bilan bir qatorda ideal "Men" haqidagi tasavvur ham shakllanadi. O'spirin qanday inson bo'lishni istashi va hozirgi imkoniyatlarini taqqoslab, o'zini rivojlantirish yo'nalishlarini belgilaydi.

Mazkur davrda mustaqillikka intilish kuchayadi. O'spirin o'z qarorlarini mustaqil qabul qilish, shaxsiy fikrini himoya qilish va hayotiy tanlovlarini o'zi belgilashga intiladi. Kattalar bilan munosabatlarda ham o'zini teng huquqli shaxs sifatida qabul qilish ehtiyoji ortadi. Mazkur jarayon mustaqil mas'uliyatni anglash va o'z xatti-harakatlari natijalarini baholash bilan birga kechadi.

O'z-o'zini anglashning rivojlanishida ijtimoiy muhit muhim ahamiyatga ega. Oila, tengdoshlar, ta'lim muhiti va ijtimoiy munosabatlar o'spirinning o'zi haqidagi tasavvurlarini shakllantiradi. Boshqalarning bahosi muhim bo'lib qolsa-da, o'spirin asta-sekin tashqi baholardan ko'ra o'zining ichki mezonlari va qadriyatlariga tayanishga o'ta boshlaydi. Ilk o'spirinlik davrida o'z-o'zini anglash kasbiy va hayotiy rejalashtirish bilan ham chambarchas bog'liq. O'spirin o'z qobiliyatlari va qiziqishlarini kelajakdagi kasb bilan taqqoslaydi, hayotiy maqsadlarini belgilaydi va kelajakdagi "Men" obrazini shakllantiradi. Shu jihatdan, kasbiy yo'nalish va hayotiy istiqbolni belgilash o'z-o'zini anglashning muhim ko'rinishlaridan biri hisoblanadi.

Demak, ilk o'spirinlik davrida o'z-o'zini anglash shaxsiy xususiyatlarni anglash, o'z-o'ziga baho berish, "Men" obrazini shakllantirish, mustaqillikka intilish va kelajakni rejalashtirish jarayonlari orqali rivojlanadi. Mazkur nuqtai nazardan, o'spirinning o'z imkoniyatlarini real baholashi va shaxsiy maqsadlarini belgilashi uning psixologik yetukligi hamda ijtimoiy moslashuvi uchun muhim ahamiyatga ega.

5. Ilk o'spirinlik davrida kasbga yo'naltirishning psixologik muammolari

Bizningcha, ilk o'spirinlik davri shaxsning kelajakdagi hayot yo'nalishini belgilash, kasbiy qiziqishlarini aniqlash va mustaqil kasb tanlashga tayyorgarlik ko'rish jarayonida muhim bosqich hisoblanadi. Mazkur davrda o'spirinning o'z qobiliyatlari, qiziqishlari, ehtiyojlari va hayotiy maqsadlarini anglash darajasi ortadi. Shu bilan birga, kasb tanlash masalasi uning o'z-o'zini anglash, mustaqillikka intilish va kelajak haqidagi tasavvurlari bilan chambarchas bog'lanadi.

Kasbga yo'naltirishning asosiy psixologik muammolaridan biri o'spirinning o'z imkoniyatlarini to'g'ri baholay olishi bilan bog'liq. Ayrim hollarda shaxs o'z qobiliyatlari va kasbiy imkoniyatlarini yetarlicha anglamasligi yoki ularni ortiqcha baholashi mumkin. Shuning uchun kasb tanlash jarayonida qiziqish, qobiliyat, temperament, xarakter xususiyatlari, shaxsiy qadriyatlar va motivatsion yo'nalganlikni hisobga olish muhimdir.

Ilk o'spirinlik davrida kasbiy qiziqishlarning shakllanishi ham muhim psixologik masala hisoblanadi. O'spirinning muayyan kasbga qiziqishi ba'zan uning mazmun-mohiyatini chuqur anglashga emas, balki tashqi taassurotlar, tengdoshlar ta'siri yoki jamiyatdagi kasbning nufuzi haqidagi tasavvurlarga asoslanishi mumkin. Mazkur nuqtai nazardan, kasbning real mazmuni, unga qo'yiladigan talablar va zarur kompetensiyalar haqida obyektiv ma'lumot berish kasbiy tanlovning ongli bo'lishiga yordam beradi. Kasb tanlashga ota-ona, o'qituvchi, tengdoshlar va ijtimoiy muhitning ta'siri ham sezilarli. Ota-onalarning kasbiy istaklari ba'zan o'spirinning shaxsiy qiziqishlari bilan mos kelmasligi mumkin. Tengdoshlarning fikri yoki ommaviy axborot vositalarida ayrim kasblarning jozibador tarzda namoyish etilishi ham kasbiy tanlovga ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli ham, o'spirinning mustaqil fikrlashi va o'z kasbiy qarorini asoslay olishi kasbiy yo'naltirishning muhim vazifalaridan biridir. Yana bir muhim muammo - kasbiy motivatsiyaning shakllanishi. Kasb tanlashda moddiy manfaat, ijtimoiy mavqe, ota-ona xohishi kabi tashqi motivlar bilan bir qatorda, kasb mazmuniga qiziqish, o'z qobiliyatlarini namoyon etish, jamiyatga foyda keltirish va o'zini kasbiy jihatdan

rivojlantirish kabi ichki motivlarning shakllanishi muhim ahamiyatga ega. Ichki va tashqi motivlarning uyg'unligi kasbiy tanlovning barqarorligiga ta'sir ko'rsatadi.

Kasbiy yo'naltirish jarayonida kasbiy identifikatsiya masalasi ham alohida o'rin tutadi. O'spirin o'zini kelajakdagi kasbiy faoliyat subyekti sifatida tasavvur qila boshlaydi, tanlagan kasbining talablarini o'zining imkoniyatlari bilan taqqoslaydi va kelajakdagi "Men" obrazini shakllantiradi. Mazkur jarayon muvaffaqiyatli kechishi uchun o'spirinning o'z qobiliyatlari, kasbiy qiziqishlari va hayotiy maqsadlarini anglashiga yordam berish zarur. Kasbga yo'naltirishda psixologik diagnostika va individual maslahat muhim vosita hisoblanadi. Qiziqishlar, qobiliyatlar, shaxs xususiyatlari va kasbiy motivatsiyani o'rganishga qaratilgan metodikalar o'spirinning kasbiy imkoniyatlarini yaxshiroq anglashiga yordam beradi. Biroq diagnostika natijalari kasbni qat'iy belgilab beruvchi vosita emas, balki kasbiy tanlovni asoslashga yordam beruvchi psixologik ma'lumot sifatida qaralishi lozim sanaladi.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Ilk o'spirinlik davri psixologiyasining umumiy tavsifi qanday?
2. Ilk o'spirinlik davrida intellektual va emotsional rivojlanishning qanday xususiyatlari bor?
3. Ilk o'spirinlik davrida muhabbatning psixologik ahamiyati nimada?
4. Ilk o'spirinlik davrida o'z-o'zini anglash qanday rivojlanadi?
5. Ilk o'spirinlik davrida kasbiy tasavvurlarning shakllanishi?
6. Ilk o'spirinlik davrida kasbga yo'naltirishning asosiy psixologik muammolari nimalardan iborat?
7. Ilk o'spirinlik davrida kasb tanlashga qiziqish, qobiliyat va motivatsiya qanday ta'sir ko'rsatadi?
8. Ota-ona, o'qituvchi va tengdoshlarning o'spirinning kasbiy tanloviga psixologik ta'siri qanday namoyon bo'ladi?

2.13-MAVZU. YETUKLIK DAVRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Reja:

1. Yetuklik davri tushunchasi va uning yosh chegaralari.
2. Erta yetuklik davrining psixologik xususiyatlari.
3. O'rta yetuklik davrining psixologik xususiyatlari.
4. Kech yetuklik davrining psixologik xususiyatlari.
5. Yetuklik davridagi inqirozlar va shaxsning o'zini-o'zi anglashi.

Tayanch iboralar: yetuklik davri, yetuklik tushunchasi, yosh chegaralari, erta yetuklik, o'rta yetuklik, kech yetuklik, psixik rivojlanish, shaxs rivojlanishi, ijtimoiy yetuklik, kasbiy rivojlanish, kasbiy faoliyat, oilaviy munosabatlar, ijtimoiy rol, hayotiy tajriba, hayotiy maqsadlar, shaxsiy mas'uliyat, mustaqillik, o'z-o'zini anglash, o'z-o'zini baholash, o'zini-o'zi rivojlantirish, shaxsiy identifikatsiya, hayotiy qadriyatlar, emotsional barqarorlik, kognitiv rivojlanish, yetuklik inqirozi, hayotiy inqirozlar, shaxsning hayotiy yo'nalishi.

1.Yetuklik davri tushunchasi va uning yosh chegaralari

Yetuklik davri bu - inson ontogenezining muhim bosqichlaridan biri bo'lib, unda shaxsning jismoniy, psixologik, ijtimoiy va kasbiy rivojlanishi nisbatan barqaror shaklga ega bo'ladi. Mazkur davrda inson o'z hayotiy tajribasi, bilim va ko'nikmalariga tayangan holda mustaqil qarorlar qabul qiladi, kasbiy faoliyatini amalga oshiradi, oilaviy va ijtimoiy munosabatlarda muayyan mas'uliyatni o'z zimmasiga oladi. Yetuklik tushunchasi faqat ma'lum bir yosh chegarasi bilan belgilanmaydi. U shaxsning ijtimoiy mas'uliyati, mustaqilligi, kasbiy faoliyati, o'z-o'zini anglashi, hissiy barqarorligi va hayotiy maqsadlarini anglash darajasi bilan ham tavsiflanadi. Shu sababli turli psixologik va rivojlanish nazariyalarida yetuklik davrining yosh chegaralari bir-biridan farq qilishi mumkin. Inson hayotining yetuklik davri rivojlanish psixologiyasining eng murakkab va uzun bosqichi hisoblanadi. XX asrning birinchi yarmigacha psixologiya fanida bolalik va o'smirlik

davrlariga ustuvor e'tibor qaratilib, yetuklik shaxsning shakllanish jarayoni tugagan, o'zgaraydigan barqaror davr sifatida talqin etilardi. Biroq XX asrning ikkinchi yarmidan, ayniqsa B.G. Anan'ev, E. Erikson, K.G. Yung, D. Levinson, P. Baltes, G. Kraig kabi olimlarning fundamental tadqiqotlaridan keyin yetuklik davri ham faol rivojlanish va ichki o'zgarishlar davri ekanligi ilmiy asoslandi¹³⁴. Yetuklik davrini o'rganish bilan shug'ullanuvchi maxsus fan yo'nalishi akmeologiya deb ataladi. Bu atama yunoncha akmé – “cho'qqi”, “eng yuqori nuqta” so'zidan olingan bo'lib, inson kamolotining oliy darajasini, kasbiy va shaxsiy yutuqlarining cho'qqisini tadqiq etadi¹³⁵.

Yetuklik (kattalar davri) inson hayotining bolalik va o'smirlikdan keyin keladigan, jismoniy, psixik va ijtimoiy jihatdan to'liq shakllangan, mehnat faoliyati bilan shug'ullanadigan, oilaviy va jamiyatdagi vazifalarni mustaqil bajaradigan eng uzun davridir. Yetuklik davrining yosh chegaralari haqida psixologiya fanida turli yondashuvlar mavjud. B.G. Anan'ev tomonidan ishlab chiqilgan kompleks yondashuvga muvofiq, yetuklik uch bosqichga ajratiladi¹³⁶:

- erta yetuklik (yoshlik) – 20–40 yosh;
- o'rta yetuklik – 40–60 yosh;
- kech yetuklik (qarilik) – 60 yoshdan yuqori.

Bu bo'linish konvensional bo'lib, har bir shaxsning individual rivojlanishi, ijtimoiy-madaniy sharoitlari, salomatlik holati va kasbiy faoliyatiga ko'ra yosh chegaralari biroz farq qilishi mumkin. E. Erikson o'zining psixosotsial rivojlanish nazariyasida insonning butun hayotini sakkiz bosqichga ajratgan va ulardan oxirgi uchta yetuklik davriga to'g'ri keladi: yaqinlik va yakkalanish (intimacy vs isolation, 20–40 yosh), generativlik va turg'unlik (generativity vs stagnation, 40–60 yosh) va ego-integratsiya va umidsizlik (ego integrity vs despair, 60 yoshdan yuqori)¹³⁷. Eriksonning fikricha, har bir bosqichda shaxs muayyan ichki ziddiyatni hal qilishi orqali yangi sifat darajasiga ko'tariladi. Erta yetuklik davri inson

¹³⁴Anan'ev B.G. Inson – bilim obyekti sifatida. — SPb.: Piter, 2001. — 12-bet.

¹³⁵Akmeologiya: Darslik / A.A. Derkach umumiy tahriri ostida. — M.: RAGS, 2006. — 18–19-betlar.

¹³⁶Sapogova E.E. Psixologiya razvitiya cheloveka. — M.: Aspekt Press, 2005. — 372–375-betlar.

¹³⁷Erikson E.H. Identity and the Life Cycle. — New York: W.W. Norton, 1980. — P. 94–104.

hayotining eng faol, sarmahsul va istiqbolli davri sanaladi. Bu davrda shaxs jismoniy, intellektual va ijtimoiy jihatdan o'zining imkoniyatlari cho'qqisiga chiqadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, 25–30 yoshlarda inson tanasi o'zining eng yuqori biologik ko'rsatkichlariga erishadi, ya'ni reaksiya tezligi, mushak kuchi, sezgi organlari faolligi, suyak-mushak tizimining ishchanligi maksimum darajada bo'ladi. 30 yoshdan keyin esa jismoniy ko'rsatkichlar sekin-asta pasaya boshlaydi, lekin to'g'ri turmush tarzida bu jarayon ancha sustlashadi.

2.Erta yetuklik davrining psixologik xususiyatlari

Qoidaga ko'ra, erta yetuklik davri odatda 20-30 yosh oralig'ini qamrab oluvchi, shaxsning mustaqil hayotga faol kirib borishi va o'z hayotiy yo'nalishini belgilashi bilan tavsiflanadigan rivojlanish bosqichidir. Mazkur davrda insonning psixologik rivojlanishi biologik yetuklik, ijtimoiy tajriba, kasbiy faoliyat va shaxsiy munosabatlarning rivojlanishi bilan uzviy bog'liq holda kechadi. Erta yetuklikning muhim xususiyatlaridan biri o'z-o'zini anglashning chuqurlashuvi hisoblanadi. Shaxs o'zining qobiliyatlari, xarakter xususiyatlari, qiziqishlari, ehtiyojlari va hayotiy imkoniyatlarini yanada aniqroq baholay boshlaydi. "Men kimman?", "Qanday inson bo'lishni xohlayman?", "Hayotda qanday maqsadlarga erishishim kerak?" kabi savollar shaxsning hayotiy yo'nalishini belgilashda muhim ahamiyat kasb etadi. Erta yetuklik davrining muhim kognitiv yangiligi postformal tafakkur (postformal thought)ning shakllanishidir. Shvetsar psixologi J. Piajening kognitiv rivojlanish nazariyasida shakllanish bosqichlarining yakuni formal-operativ tafakkur (12 yoshdan keyin) hisoblanadi. Biroq K. Riegel, P. Arlin va J. Sinnott tadqiqotlari ko'rsatdiki, yetuklik davrida tafakkurning yangi sifati dialektik, kontekstual va relativistik xususiyatga ega bo'lgan postformal tafakkur shakllanadi¹³⁸. Bu tafakkur turining xususiyatlari quyidagilardir:

- ✓ muammoning bir necha to'g'ri yechimi bo'lishini qabul qilish;
- ✓ ziddiyatlarni rivojlanishning muhim mexanizmi sifatida tushunish;

¹³⁸Sinnott J.D. The Development of Logic in Adulthood: Postformal Thought and its Applications. — New York: Springer, 1998. — P. 24–28.

- ✓ bilimning kontekstga bog‘liqligini anglash;
- ✓ nazariy va amaliy bilimni birlashtirish.

Xorij olimi K.Uorner Shayye kattalar kognitiv rivojlanishining besh-olti bosqichli modelini taklif qilgan. Erta yetuklik davriga yutuqqa erishish bosqichi (20–30 yosh) va mas’uliyat bosqichi (30–40 yosh) to‘g‘ri keladi. Birinchi bosqichda shaxs olgan bilimlarini real hayotda aniq maqsadlarga erishish uchun qo‘llaydi; ikkinchi bosqichda esa oila va kasb doirasidagi mas’uliyatlarni bajarish uchun bilimlardan foydalanadi¹³⁹.

E. Erikson nazariyasiga ko‘ra, erta yetuklik davrining markaziy psixologik vazifasi yaqinlik (intimacy) ni o‘rnatish, ya’ni boshqa shaxs bilan chuqur, sodiq va o‘zaro mas’uliyatli munosabatlar qura olish qobiliyati. Buni bajara olmagan shaxs yakkalanish (isolation) holatiga tushadi: ijtimoiy aloqalardan qochadi, yuzaki munosabatlar bilan kifoyalanadi yoki butunlay yolg‘izlikni tanlaydi¹⁴⁰.

D.Levinsonning “Inson hayotining fasllari” nazariyasiga muvofiq, 28–33 yoshlarda “30 yosh inqirozi” yuz beradi. Bu davrda shaxs o‘zining hayot strukturasini ya’ni kasbiy tanlovini, oila vaziyatini, qadriyatlar tizimini qayta ko‘rib chiqadi. “Hayotda nima qilyapman?”, “Bu meni yo‘limmi?”, “Boshqacha yashashim mumkinmi?” kabi ekzistensial savollar yuzaga keladi¹⁴¹. Psixolog E.A. Klimov tomonidan ishlab chiqilgan kasbiy faoliyat bosqichlari nazariyasiga ko‘ra, erta yetuklik davrida shaxs adaptatsiya (kasbga moslashish, 20–25 yosh) va internal (mustaqil mutaxassis bo‘lib shakllanish, 25–35 yosh) bosqichlarini o‘taydi¹⁴². Bu davr oxirida ko‘pchilik shaxslar mahorat darajasiga ham erishadilar. Oilaviy hayotda erta yetuklik davri turmush qurish, farzand ko‘rish va ota-onalik vazifalarini bajarish bilan tavsiflanadi. Bu davrda shaxsning emotsional zukkoligi, muloqot ko‘nikmalari va o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyati intensiv ravishda rivojlanadi. O‘rta yetuklik shaxsning ijtimoiy faoliyati, professional tajribasi va hayotiy donoligi cho‘qqisiga

¹³⁹Schaie K.W. Intellectual Development in Adulthood: The Seattle Longitudinal Study. — Cambridge University Press, 1996. — P. 110–115.

¹⁴⁰Erikson E.H. Childhood and Society. — New York: W.W. Norton, 1963. — P. 263–266.

¹⁴¹Levinson D.J. The Seasons of a Man's Life. — New York: Knopf, 1978. — P. 84–89.

¹⁴²Klimov E.A. Psixologiya professionalnogo samoopredeleniya. — M.: Akademiya, 2004. — 198–204-betlar.

chiqadigan davr. Bu davrda inson nafaqat o'z hayotini boshqaradi, balki yosh avlodga ustozlik qiladi va jamiyat hayotida yetakchi rol o'ynaydi.

Bu davrda jismoniy salomatlikning bosqichma-bosqich pasayishi kuzatiladi: ko'rish o'tkirligi (presbiopiya), eshitish qobiliyati, mushak massasi va elastikligi kamayadi. Ayollarda 45–55 yoshlarda klimakterik davr menopauza yuz beradi. Erkaklarda andropauza deb ataladigan gormonal o'zgarishlar kuzatiladi. Bu o'zgarishlarning psixologik kechishi shaxsning oldingi hayotiy tajribasi va o'z-o'ziga munosabatiga bog'liq. Yetuklik davrining intellektual rivojlanishini tushunishda R. Kettellning ikki turli intellekt nazariyasi katta ahamiyatga ega¹⁴³. Ya'ni, suyuq (kristallashgan) intellekt (fluid intelligence) yangi muammolarni hal etish, mavhum mantiqiy fikrlash, yangi bilimlarni o'zlashtirish qobiliyati.

Bu intellekt asosan biologik asoslarga tayanadi va 20–25 yoshlarda cho'qqisiga chiqadi, keyin asta-sekin pasayadi. Kristallashgan intellekt bilim, tajriba, lug'at boyligi va madaniy malakalarga asoslangan aql. Bu intellekt yetuklik davrining oxirigacha rivojlanishda davom etadi va o'rta yetuklik davrida o'zining yuqori darajasiga yetadi. Aynan shu sababli o'rta yetuklik davridagi shaxs professional sohasida ekspert, boshqaruvchi va ustoz sifatida eng samarali bo'la oladi. E. Erikson nazariyasidagi yettinchi bosqich generativlik. Bu tushuncha ostida yosh avlodga g'amxo'rlik qilish, ularga ustozlik qilish, ijodiy meros qoldirish, jamiyat farovonligi uchun hissa qo'shish kabi ichki ehtiyojlar tushuniladi. Generativlik faqat o'z farzandlari bilan cheklanmaydi. Bu kasbiy ijodda, ijtimoiy faoliyatda, madaniy va ma'naviy meros yaratishda namoyon bo'lishi mumkin¹⁴⁴.

Buning aksi – turg'unlik. U shaxs o'z manfaatlariga ko'milib qoladi, hayotning ma'nosizligini his qiladi, intellektual va emotsional rivojlanish to'xtaydi. Eriksonning fikricha, generativ insongina o'z ichki ziddiyatini hal qilib, hayot mazmunini topadi. O'rta yosh inqirozi tushunchasini birinchi marta ilmiy tahlil qilgan olimlardan biri K.G. Yung hisoblanadi. U insonning hayot yarmidagi tubdan

¹⁴³Cattell R.B. Theory of Fluid and Crystallized Intelligence: A Critical Experiment // Journal of Educational Psychology. — 1963. — Vol. 54. — P. 1–22.

¹⁴⁴Erikson E.H. Childhood and Society. — New York: W.W. Norton, 1963. — P. 266–268.

o'zgarish jarayonini individuatsiya deb atagan. Bu shaxsning o'zining "haqiqiy o'zligini" topishi, soya tomonlarini integratsiya qilishi va butun shaxsga aylanishi jarayonidir¹⁴⁵.

O'rta yosh inqirozining asosiy psixologik mazmuni quyidagilarda namoyon bo'ladi:

o'tgan hayotni tanqidiy qayta ko'rib chiqish;
erishilgan natijalar va ko'zlangan maqsadlar o'rtasidagi tafovutni anglash;
vaqtning cheklanganligini his etish ("tugashga qarab" vaqt sanog'i);
o'lim haqidagi fikrlarning kuchayishi;
hayot ma'nosi haqidagi ekzistensial savollar;
yangi qadriyatlar va maqsadlar belgilash zaruriyati.

O'rta yosh inqirozini muvaffaqiyatli o'tgan shaxs hayotiy donolik, ichki barqarorlik va o'z-o'zini chuqur tushunish darajasiga erishadi. Aksincha, inqirozni hal qila olmagan shaxsda depressiya, alkogolizmga moyillik, oilaviy buzilish kabi muammolar yuzaga kelishi mumkin.

3.O'rta yetuklik davrining psixologik xususiyatlari.

O'rta yetuklik davrida shaxsning o'z-o'zini anglash darajasi yuqori bo'ladi. "Men-haqiqiy" va "Men-ideal" o'rtasidagi muvofiqlik kuchayadi, shaxs o'z imkoniyatlari va cheklovlarini realistik baholay oladi. K. Rogersning fikricha, aynan shu davrda shaxsning to'liq funksional yashash holati eng ko'p namoyon bo'ladi¹⁴⁶. Kech yetuklik davri inson hayotining yakuniy, lekin o'ziga xos qadr-qimmatga ega bo'lgan davri. Zamonaviy gerontopsixologiya bu davrni faqat "pasayish" deb emas, balki maxsus rivojlanish davri sifatida tahlil qiladi. Bu davrda axborotni qayta ishlash tezligi pasayadi, qisqa muddatli xotira sustlashadi, lekin uzoq muddatli

¹⁴⁵Jung C.G. The Stages of Life // The Collected Works of C.G. Jung. — Princeton University Press, 1969. — Vol. 8. — P. 397–401.

¹⁴⁶Rogers C. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. — Boston: Houghton Mifflin, 1995. — P. 184–196.

semantik xotira va kasbiy bilimlar saqlanib qoladi. P. Baltesning SOC-modeli qariyalar yoshining kognitiv resurslarni boshqarish strategiyasini tushuntiradi¹⁴⁷:

Selection (tanlash) – eng muhim faoliyatlarga e'tibor qaratish, ikkinchi darajali maqsadlardan voz kechish;

Optimization (optimallashtirish) – mavjud resurslarni eng samarali ishlatish, mashq qilish, takomillashtirish;

Compensation (kompensatsiya) – yo'qotgan imkoniyatlarni boshqa usullar (texnik vositalar, yordam, strategiyalar) bilan to'ldirish.

Mashhur pianinochi A. Rubinshteynning misoli ushbu modelni yorqin tasvirlaydi. U qariganida kamroq asarlarni ijro etgan, qolganlarini ko'p mashq qilgan, tez qismlarni esa avval sekinroq chalish orqali keyingi qismni tezroq tuyulishini ta'minlagan. E. Erikson nazariyasidagi yakuniy bosqich – ego-integratsiya. Agar inson o'z hayotini yagona, ma'noli, qadrli va o'z tanlovlari natijasi sifatida qabul qila olsa, u ego-integratsiya holatiga erishadi. Bunday shaxs o'lim qarshisida tinch turadi, hayotni avlodlarga meros sifatida qoldirish his-tuyg'usini his qiladi.

Aksincha, hayotini behuda o'tgan, asosiy imkoniyatlarini boy bergan deb hisoblagan shaxs umidsizlik holatiga tushadi va o'tmishga afsus chekadi, hayotdan norozi bo'ladi, o'limdan qo'rqadi¹⁴⁸. Eriksonning so'zlariga ko'ra, ego-integratsiya darajasiga erishish qariyaning nafaqat shaxsiy yutug'i, balki avlodlar uchun ma'naviy merosdir. L. Karstensen tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy-emotsional selektivlik nazariyasiga ko'ra, qariyalik davrida vaqt perspektivasining qisqarishi natijasida shaxs emotsional ma'noga ega aloqalarga ustuvor e'tibor qarata boshlaydi¹⁴⁹. Ya'ni, qariyalar yangi tanishlar orttirishdan ko'ra, mavjud yaqin munosabatlarni chuqurlashtirishni afzal ko'radilar. Shu sababli ularning ijtimoiy doirasi qisqarishi tabiiy va salbiy holat emas – bu ongli tanlov natijasidir. Tadqiqotchilar P. Baltes va U. Smitning Berlin hikmat paradigmasi tadqiqotlariga

¹⁴⁷Baltes P.B., Baltes M.M. Successful Aging: Perspectives from the Behavioral Sciences. — Cambridge University Press, 1990. — P. 1–34.

¹⁴⁸Erikson E.H. Identity and the Life Cycle. — New York: W.W. Norton, 1980. — P. 104–105.

¹⁴⁹Carstensen L.L. Socioemotional Selectivity Theory // Current Directions in Psychological Science. — 1995. — Vol. 4. — P. 151–156.

ko‘ra, qarilik davrida hikmat hayotning fundamental masalalari yuzasidan ekspertlik darajasidagi bilim va donolik shakllanishi mumkin. Hikmat besh asosiy mezon bilan tavsiflanadi: (1) keng faktik bilim, (2) keng protsedural bilim, (3) hayot davomiyligi konteksti, (4) qadriyatli relativizm, (5) noaniqlik va cheklanganlikni tan olish va boshqarish¹⁵⁰. Hikmat avtomatik ravishda yosh bilan kelmaydi. U faqat hayot tajribasini refleksiya qilib boruvchi shaxslarda rivojlanadi.

Yetuklik davri davomida bir necha normativ inqirozlar (yosh bilan bog‘liq, ko‘pchilik insonlar boshidan kechiradigan inqirozlar) kuzatiladi. Bular shaxs uchun og‘ir, ammo zaruriy bosqichlardir, chunki ular orqali shaxs yangi sifat darajasiga ko‘tariladi. 30 yosh inqirozi (28–33 yosh) – yoshlik davridagi tanlovlarni qayta baholash. “Bu mening yo‘limmi?” savoli markazda. Ko‘p hollarda kasbni almashtirish, oilaviy maqomni o‘zgartirish, yashash joyini ko‘chirish kabi qarorlar bilan birga keladi. O‘rta yosh inqirozi (40–45 yosh) – eng kuchli normativ inqiroz. Hayot “yarim soat”ida vaqtning cheklanganligi, o‘lim mavzusi, hayot ma‘nosi haqidagi ekzistensial savollar yuzaga keladi. Yung buni “hayotning kunduzigan kechgi yarmiga o‘tish” deb atagan.

Pensiya inqirozi (55–65 yosh) – kasbiy faoliyatdan chetlashish, ijtimoiy mavqe va kundalik tartibning tubdan o‘zgarishi. Identifikatsiyaning markaziy elementi (“men muhandisman”, “men o‘qituvchiman”) yo‘qolishi shaxsda chuqur ziddiyatlar keltirib chiqaradi. Kech qarilik inqirozi (75 yoshdan keyin) – o‘lim yaqinligini anglash, salomatlikning sezilarli pasayishi, yaqinlarning yo‘qotilishi bilan bog‘liq inqiroz. Bu davrda hayotni umumlashtirish (life review) jarayoni faollashadi. Inqirozlar shaxs uchun salbiy, balki rivojlanishning muhim mexanizmi sifatida tushunilishi kerak. L.S. Vigotskiy ta’kidlaganidek, har qanday yangi yosh shakllanishi inqiroz orqali yuz beradi¹⁵¹. Yetuklik inqirozlarini muvaffaqiyatli yengib o‘tish uchun shaxsda quyidagi resurslar muhim:

- ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash (oila, do‘stlar, professional jamoa);

¹⁵⁰Baltes P.B., Smith J. Toward a Psychology of Wisdom and its Ontogenesis. — New York: Cambridge University Press, 1990. — P. 87–120.

¹⁵¹Vigotskiy L.S. Yig‘ilgan asarlar. 4-tom: Bolalar psixologiyasi. — M.: Pedagogika, 1984. — 248–252-betlar.

- o‘z-o‘zini refleksiya qilish va anglash qobiliyati;
- hayotiy ma‘no izlash motivatsiyasi (V. Frankl logoterapiyasi);
- moslashuvchan strategiyalar va yangi vazifalarni qabul qilishga tayyorlik.

Mahalliy psixologiya fanida yetuklik davri masalalari M.G. Davletshin, E.G‘. G‘oziev, B.B. Qodirov, M. Vohidov, V.M. Karimova, Z.T. Nishonova, R. Sunnatova kabi olimlar tomonidan tadqiq etilgan. E.G‘. G‘oziev “Umumiy psixologiya” hamda “Yosh va pedagogik psixologiya” darsliklarida yetuklik davrining o‘zbek milliy madaniyati va oilaviy munosabatlar konteksidagi xususiyatlarini tahlil qilgan¹⁵². O‘zbek mentaliteti uchun “katta yoshli odamga hurmat”, “oqsoqollik instituti”, “oila ma’naviyati” kabi qadriyatlar yetuklik davrining ijtimoiy kechishiga o‘ziga xos rang beradi.

Yetuklik davri inson hayotining eng uzun, sermahsul va murakkab davri bo‘lib, uch asosiy bosqichdan iborat: erta yetuklik (20–40), o‘rta yetuklik (40–60) va kech yetuklik (60+). Har bir bosqichda shaxs o‘ziga xos rivojlanish vazifalarini hal qiladi, ya’ni yaqinlik o‘rnatish, generativ faoliyat olib borish va ego-integratsiyaga erishish. Yetuklik davri faqat “pasayish” yoki “barqarorlik” davri emas, balki ichki o‘zgarishlar, normativ inqirozlar va yangi shaxsiy sifatlarning shakllanishi bilan tavsiflanadigan faol rivojlanish davridir. Postformal tafakkur, kristallashgan intellekt, generativlik, hikmat bu davrning yangi shakllanish (novobrazovaniya)lari hisoblanadi. Yetuklik davri psixologik xususiyatlarini bilish o‘qituvchilar, psixologlar, ijtimoiy xodimlar, tibbiyot xodimlari, boshqaruvchilar va akmeologlar uchun amaliy ahamiyat kasb etadi. U kattalar bilan to‘g‘ri muloqot o‘rnatish, kasbiy yo‘naltirish, psixologik maslahat va inqirozlar paytida yordam ko‘rsatish imkonini beradi.

4.Kech yetuklik davrining psixologik xususiyatlari.

Kech yetuklik davri inson ontogenezining muhim bosqichlaridan biri bo‘lib, odatda 50–55 yoshdan keyingi davrni qamrab oladi. Ushbu bosqichda shaxsning hayotiy tajribasi, kasbiy bilimlari va ijtimoiy tajribasi sezilarli darajada boyigan

¹⁵²G'oziev E.G'. Umumiy psixologiya. — Toshkent: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2010. — 218–225-betlar.

bo'ladi. Shu bilan birga, jismoniy imkoniyatlar, ijtimoiy rollar va hayot sharoitlaridagi o'zgarishlar shaxsning psixologik holati va hayotiy yo'nalishiga ta'sir ko'rsatishi mumkin. Kech yetuklik davrining muhim xususiyatlaridan biri hayotiy tajribaning umumlashuvi hisoblanadi. Inson o'zining avvalgi hayot yo'lini tahlil qilib, erishgan yutuqlari, amalga oshirgan maqsadlari va yo'l qo'ygan xatolariga baho beradi. Hayotiy tajriba asosida voqea-hodisalarni chuqurroq tahlil qilish, muammolarga vazmin yondashish va oqilona qarorlar qabul qilish imkoniyatlari saqlanib qoladi. Mazkur davrda kognitiv jarayonlarda individual o'zgarishlar kuzatilishi mumkin. Ayrim hollarda axborotni tez qayta ishlash, yangi ma'lumotni o'zlashtirish va tezkor esga tushirish jarayonlari avvalgi davrlarga nisbatan sekinlashadi. Biroq uzoq yillar davomida to'plangan bilim, kasbiy tajriba, lug'at boyligi va amaliy ko'nikmalar saqlanib, murakkab vaziyatlarni hal qilishda muhim resurs bo'lib xizmat qiladi. Shu jihatdan qaralganda, kognitiv rivojlanishni faqat tezkorlik bilan baholash to'liq tasavvur bermaydi.

Emotsional sohada kech yetuklik davrida hissiy tajriba va vaziyatlarga munosabatning barqarorlashuvi kuzatilishi mumkin. Shaxs ko'plab hayotiy vaziyatlarni boshdan kechirganligi sababli turli muammolarga nisbatan vazminroq munosabat bildiradi. Shu bilan birga, yaqin insonlarning sog'lig'i, ijtimoiy mavqening o'zgarishi yoki yolg'izlik kabi omillar ayrim hollarda xavotir, tushkunlik yoki ruhiy zo'riqishni kuchaytirishi mumkin. Kech yetuklik davrida ijtimoiy rollarning o'zgarishi ham muhim psixologik xususiyat hisoblanadi. Kasbiy faoliyatning yakunlanishi yoki uning shaklining o'zgarishi, farzandlarning mustaqil hayotga kirib borishi, oiladagi rollarning yangilanishi shaxsdan yangi sharoitlarga moslashishni talab qiladi. Mazkur jarayonda ijtimoiy faollikni saqlash, muloqot doirasini kengaytirish va mazmunli faoliyat bilan shug'ullanish psixologik barqarorlik uchun muhimdir. Demak, bu yosh davrida o'z-o'zini anglash va hayot mazmunini qayta baholash jarayoni ham kuchayishi mumkin. Inson o'z hayot yo'lini tahlil qilib, kelajakdagi maqsadlarini qayta belgilaydi. Oilaviy munosabatlar, farzandlar va nabiralar bilan aloqalar, jamoatchilik faoliyati, ijodkorlik yoki shaxsiy qiziqishlar hayot mazmunining muhim manbalariga aylanishi mumkin.

5.Yetuklik davridagi inqirozlar va shaxsning o‘zini-o‘zi anglashi

Yetuklik davridagi inqirozlar shaxs hayotining muayyan bosqichlarida yuzaga keladigan, insonning avvalgi hayotiy qarashlari, maqsadlari, qadriyatlari va ijtimoiy rollarini qayta ko‘rib chiqishi bilan bog‘liq psixologik o‘zgarishlar majmuasidir. Bunday inqirozlar har bir insonda bir xil namoyon bo‘lmaydi va ularni faqat salbiy holat sifatida baholash to‘g‘ri emas. Ayrim hollarda inqiroz shaxsning yangi hayotiy maqsadlarni belgilashi va psixologik jihatdan rivojlanishi uchun imkoniyat yaratadi.

Erta yetuklik davrida inqirozlar ko‘proq mustaqil hayotga moslashish, kasb tanlash, kasbiy faoliyatni boshlash, oilaviy munosabatlarni shakllantirish va shaxsiy mas’uliyatning ortishi bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Inson o‘zining imkoniyatlari va real hayot sharoitlarini taqqoslaydi. Kutilmalar bilan mavjud natijalar o‘rtasidagi farq ayrim hollarda ichki ziddiyatlarni yuzaga keltiradi. O‘rta yetuklik davrida shaxs o‘zining avvalgi hayotiy tanlovlarini qayta baholashi mumkin. Kasbiy faoliyat, oilaviy munosabatlar, ijtimoiy mavqe va erishilgan natijalarni tahlil qilish jarayonida “Hayotimdan nimaga erishdim?”, “Kelajakda qanday maqsadlarga intilishim kerak?” kabi savollar dolzarb bo‘ladi. Mazkur davrda yuzaga keladigan o‘zgarishlar ko‘pincha hayot mazmunini qayta anglash va yangi maqsadlarni belgilash bilan bog‘liq.

Kech yetuklik davrida esa kasbiy faoliyatning yakunlanishi, ijtimoiy rollarning o‘zgarishi, farzandlarning mustaqil hayotga kirib borishi, sog‘liq va turmush tarzidagi o‘zgarishlar yangi psixologik vazifalarni yuzaga keltirishi mumkin. Shaxs o‘z hayot yo‘lini sarhisob qiladi, erishgan natijalariga baho beradi va mavjud hayot sharoitlariga moslashish yo‘llarini izlaydi. Yetuklik davridagi inqirozlarning muhim jihatini o‘z-o‘zini anglash jarayonining chuqurlashuvi bilan bog‘liq. O‘z-o‘zini anglash insonning o‘z imkoniyatlari, ehtiyojlari, qadriyatlari, xarakter xususiyatlari, ijtimoiy rollari va hayotiy maqsadlarini anglashini ifodalaydi. Yetuklik davrida inson o‘zining “real Men”i bilan “ideal Men”ini taqqoslab, hayotiy yo‘nalishlarini qayta ko‘rib chiqishi mumkin.

Mazkur jarayonda o‘z-o‘zini baholash ham muhim ahamiyatga ega. Kasbiy muvaffaqiyat, oilaviy munosabatlar, ijtimoiy mavqe va shaxsiy yutuqlar insonning

o'ziga bergan bahosiga ta'sir ko'rsatadi. Realistik va nisbatan barqaror o'z-o'zini baholash inqirozli vaziyatlarni konstruktiv tarzda yengib o'tishga yordam beradi. Aksincha, o'z imkoniyatlarini keskin past yoki yuqori baholash ichki ziddiyatlarning kuchayishiga olib kelishi mumkin. Yetuklik davridagi inqirozlarni yengib o'tishda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, mazmunli faoliyat, yaqin insonlar bilan muloqot, yangi maqsadlarni belgilash va o'z-o'zini rivojlantirish muhim psixologik resurslar hisoblanadi. Inson o'z hayotidagi o'zgarishlarni qabul qilishi, mavjud imkoniyatlarini qayta baholashi va yangi sharoitlarga moslashishi orqali psixologik barqarorlikni saqlab qolishi mumkin.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Yetuklik davriga ta'rif bering va uning yosh chegaralari haqidagi turli yondashuvlarni qiyoslang?
2. Akmeologiya fanining predmeti, vazifalari va boshqa fanlar bilan aloqasini izohlang?
3. E. Eriksonning psixosotsial nazariyasida yetuklik davriga oid uch bosqichni batafsil tavsiflang?
4. Erta, o'rta va kech yetuklik davrlarining psixologik xususiyatlarini qiyosiy tavsiflang?
5. Yetuklik davrida shaxsning o'z-o'zini anglashi va hayotiy maqsadlarining o'zgarishini izohlang?
6. Yetuklik davridagi psixologik inqirozlarning asosiy sabablari va ularning shaxs rivojlanishiga ta'sirini tushuntiring?
7. Yetuklik davrida kasbiy faoliyat, oilaviy munosabatlar va ijtimoiy rollarning shaxs psixologik rivojlanishidagi o'rnini tahlil qiling?
8. Yetuklik davrida kognitiv jarayonlar va intellektual rivojlanishning o'ziga xos xususiyatlarini tushuntiring?
9. Erta yetuklik davrida kasbiy shakllanish va oilaviy munosabatlarning psixologik xususiyatlarini izohlang?
10. O'rta yetuklik davrida hayotiy tajriba, qadriyatlar va shaxsiy mas'uliyatning rivojlanishini tavsiflang?

2.14 – MAVZU. GERONTOPSIXOLOGIYA

Reja:

1. Psixogerontologiya haqida umumiy tushuncha.
2. Keksayish davridagi shaxs psixologiyasi.
3. Keksalik davridagi shaxsning psixologik xususiyatlari
4. Uzoq umr ko'ruvchilar psixologiyasi.

Tayanch iboralar: gerontopsixologiya, psixogerontologiya, keksayish davri, keksalik davri, qarilik, uzoq umr ko'rish, uzoq umr ko'ruvchilar, psixik rivojlanish, shaxs psixologiyasi, yosh xususiyatlari, keksalik psixologiyasi, kognitiv jarayonlar, xotira, tafakkur, diqqat, idrok, emotsional holatlar, hissiy barqarorlik, o'z-o'zini anglash, o'z-o'zini baholash, hayotiy tajriba, hayot mazmuni, ijtimoiy faollik, ijtimoiy moslashuv, muloqot, yolg'izlik, pensiyaga moslashish, qarilik inqirozi, psixologik farovonlik.

1.Psixogerontologiya haqida umumiy tushuncha

Psixogerontologiya bu-insonning keksayish va qarilik davrlaridagi psixologik o'zgarishlarini, psixik jarayonlarning rivojlanish xususiyatlarini, shaxsning ijtimoiy-psixologik holati hamda qarilikka moslashish jarayonlarini o'rganuvchi psixologiya yo'nalishidir. U gerontologiya, rivojlanish psixologiyasi, tibbiyot va ijtimoiy fanlar bilan uzviy bog'liq holda rivojlanadi. Psixogerontologiyaning asosiy obyekti - keksalik davridagi inson shaxsi va uning psixologik rivojlanishi. Ushbu yo'nalishda xotira, diqqat, tafakkur, idrok, nutq, hissiy holatlar, motivatsiya, o'z-o'zini anglash va shaxslararo munosabatlarda yosh bilan bog'liq o'zgarishlar o'rganiladi. Mazkur jarayonlar barcha insonlarda bir xil kechmaydi. Ularning namoyon bo'lishida sog'liq holati, hayot tarzi, ta'lim darajasi, kasbiy tajriba, ijtimoiy muhit va shaxsiy faollik muhim ahamiyatga ega. Ilk bor psixogerontologiya psixologiya fanining tarkibiy qismi ekanini ilmiy jihatdan S.Xoll asoslagan bo'lsada, lekin bu yo'nalishning o'ziga xos xususiyatlari to'g'risida Mark Tulliy Sitseron ("Qatta Katon yoki keksayish haqida" asarida), I.I.Mechnikov ("Optimizm etyudlari"

kitobida), O'rta Osiyo allomalari donolik, donishmandlik haqidagi durdonalarida falsafiy fikr va mulohazalarni bildirganlar. Amerikalik psixolog S. Xoll (1846–1924) “Keksayish” monografiyasida amaliy va metodologik ahamiyatga molik qator g'oyalarni ilgari surgan. O'sha asar keng ilm ahli ichiga tez yoyilishiga qaramay, uning izdoshlari birdaniga ko'paymadi.

Yigirmanchi asrning 30-yillaridan boshlab keksalik davriga oid tibbiy – biologik tadqiqotlarning ko'payishi, shuningdek, inson kamolotiga shaxs sifatida yondashishning paydo bo'lishi psixogerontologiyaning rivojlanishiga birmuncha ta'sir ko'rsatdi. Ana shu tariqa keksayishga tibbiy, ijtimoiy jihatdan yondashish bilan bir qatorda psixologik jabhasi jihatdan yondashish ham vujudga keldi va psixogerontologiyaning tadqiqot sohasi kengayib bordi, shu soha bo'yicha ingliz tilida maxsus jurnallar chiqa boshladi. Ilmiy izlanishlarning aksariyati keksayish davridagi odamlar shaxsining xususiyatlari, diqqati, xotirasi, tafakkuri, aql-zakovatiga bag'ishlangan bo'lib, boshqa psixik holatlar, jarayonlar juda kam tadqiq qilingan. Hozir keksayish psixologiyasi ham gerontologiyaga, ham yosh psixologiyasi sohasiga taalluqli degan ikki xil ilmiy nazariya mavjud, vaholanki, ular o'zaro bog'liq bo'lib, bir-birini doimo ilmiy axborot va ma'lumotlar bilan boyitib turadi. Psixogerontologiya fanida gerontologiya, involyutsiya, geriatriya, gerogigiyena, geteroxronlik kabi ilmiy tushunchalar mavjud. Gerontologiya – grekcha so'z bo'lib – keksayishning, keksalikning kelib chiqishi demakdir.

Geriatrica- so'zi keksaygan inson shaxsini davolashni bildiradi.

Involutsiya- tushunchasi evolyutsiyaning teskarisi bo'lib, o'sishdan orqaga qaytishni ifodalaydi.

Gerogigiyena – keksaygan odamning salomatligini saqlash va mustahkamlash sohasidir.

Gerogigiyena keksa odamlarda asab psixik kasalliklarning oldini olish uchun xizmat qiladi.

Geteroxronlik – bir xil yoshdagi odamlarda psixik jarayonlarning turlicha (har xil vaqt va muddatda) namoyon bo'lishidir.

Psixogerontologiya fanida gerontogenezning evolyutsion omillari qatoriga I. V. Davidovskiy nasliy, ekologik, biologik, ijtimoiy alomatlarini kiritadi. D. Bromley insonni qarshi sikli uchta bosqichdan iborat bo'lishini ta'kidlaydi: 1) "ishdan, xizmatdan uzoqlashish" (iste'fo) 66–70 yosh; 2) keksalik (70 va undan katta yosh), 3) munkillagan keksalik (hasta keksalik va o'lim) – maksimum 110 yosh. Shu bilan birga keksayishning qonuniyatlari ham kashf qilingan, ular qatoriga quyidagilarni kiritish mumkin: 1) geteroxronlik (har xil vaqtlilik) qonuni; 2) o'ziga xoslik qonuni; 3) xilma-xillik qonuni.

I.V.Davidovskiy "Keksayish nima? nomli asarida ta'kidlaganidek, inson 50-60 yoshga to'lganda yoki undan oshgan chog'ida yetuklikning kechikkan davriga kirib keladi. Shu yoshdagi odamlarning o'limini XVIII asrdagi tengdoshlari bilan taqqoslansa, ularning yashash va mehnat qilish imkoniyati 75 yoshgacha uzayishi mumkin. Chunki hozirgi kunda nafaqani belgilash haqiqiy biologik qarish yoshidan 15–20 yil ilgarilab ketgan. Bu hol aqliy mehnat bilan shug'ullangan ziyoli odamlarda yaqqol ko'zga tashlanadi. I. V. Davidovskiyning fikricha, uzoq umr ko'ruvchilar asosan ozg'in, faol, harakatchan odamlar bo'lib, havodan erkin nafas olishni juda yoqtiradilar, organizm faoliyatiga daxldor tinka quritar kasalliklardan holi bo'ladilar.

Tadqiqotchi P. P. Lazerev 1928-yilda umr o'tishi bilan ko'ruv apparati markaziy etnologiyasining xiralashuvini aytgan edi. Keyinchalik, 1967-yilda amerikalik psixolog Gregori bu fikrni tajribadan o'tkazdi va inson keksayishi bilan retseptor apparatining optik funksiyasi zaiflashadi, ko'ruv sezgisi va idrokni xiralashtiradi, dedi. Ko'zning rangni sezishi yosh ulg'ayishi bilan o'zgarib boradi, hatto, rangni ajratish qobiliyati sezilarli darajada pasayadi. Shuni alohida ta'kidlash kerakki, rang ajratish, spektr nurlarining yoyilishi Ibn Sino tomonidan tushuntirib berilgan. Psixogerontologik nuqtai nazardan sezish vaqtini tadqiq qilgan E. N. Sokolov, E.I.Boyko, A.R.Luriyalar sezish vaqti yosh davrining informatsion stimul funksiyasidan boshqa narsa emas deya xulosa chiqaradilar. Ular sezish vaqtining egri chiziqli ko'rsatkichlarini sxema tarzida ishlab chiqib, keksalik davriga xos

ikkita xususiyatni chuqur tahlil qildilar. Xuddi shunga o'xshash ma'lumotlar D. Birron, D. Botvinnik tajribalarida ham olingan.

Psixogerontologiyada keksa erkak va ayollarning psixologik xususiyatlarini o'rganishda ko'proq test (sinov)dan foydalaniladi. Testlar o'z maqsadi, mohiyati hamda tizimiga binoan bir nechta ko'rinishga ega:

- 1) maqsadga yo'naltirilgan, bilim hajmini aniqlovchi standart testlar – imtihon – sinov varaqasi;
- 2) insonning aql-zakovatini o'lchashga moslashtirilgan aql testlari;
- 3) inson shaxsining fazilatlarini tekshirishga mo'ljallangan testlar;
- 4) inson iste'dodi, iqtidori hamda qobiliyatining darajasini aniqlashga qaratilgan testlar.

Keksayish davrida odamlar psixologiyasini o'rganish testlar yordamida amalga oshirilishi sinaluvchilarda irodaviy kuch-quvvat sarflash, aqliy zo'riqish, asabiy tanglik holatlarini kamaytirish uchun xizmat qiladi, tajribada vaqtdan tejamli foydalanish imkoniyatini yaratadi. Shu bilan birga testlar kishilarda (rang-barangligi uchun) qiziqish, tabiiy mayl, shug'ullanish his-tuyg'usini uyg'otadi. Testlar bilan ishlashda vaqt cheklanganligi sabablar ayrim nuqsonlarga yo'l qo'yiladi, lekin ularni aynan o'sha sinaluvchilarda muayyan vaqt o'tgandan keyin takror o'tkazilsa, kamchiliklar barham topishi mumkin. Keksalar psixologiyasini tadqiq qilishga oid tajribalarda psixogerontologiyaning ayrim usullaridan keng foydalanilmoqda.

Biologik keksayish. Nafaqa yoshiga to'lgan kishilarning ishini davom ettirish istagi va ulardan foydalanish ehtiyoji tibbiyot va psixikat ilmi oldiga bir qancha talablar qo'yadi. Bu talablar M. D. Aleksandrova va uning shogirdlari ta'kidlaganidek, 60 yoshdan oshgan odamlarning somatik sihatliligi ularning ishlab chiqishda qatnashishiga qanchalik imkon berishini, insonning psixik salomatligi ishlashda qay darajada yordamlashuvini, sog'lom keksa odamning psixofiziologik funktsiyalari, psixik jarayonlari, shaxsiy xususiyatlari va kasbkorlik uchun zarur talablarga mos kelish-kelmasligini aniqlashdan iboratdir. Bu usulda bir qancha elat, jamoa, hududning xuddi shu yoshdagi aholisi bilan solishtiriladi.

Asab tizimining qarishi. V. D. Mixaylova - Lukasheva, M. M. Aleksandrovskeya kabi olimlarning fiziologik va gistologik tadqiqotlarida keksalarning asab tizimi, bosh miya tuzilishi o'zgarishi o'rganilgan bo'lib, bu hol makroskopiya va mikroskopiya ma'lumotlari asosida ifodalangan. Makroskopiya ma'lumotlariga ko'ra: a) keksalik davrida miyaning og'irligi 20–30 foiz yengillashadi; b) bir davrning o'zida miya bilan kalla suyagining hajmi o'rtasida disproporsiya kuchayadi; v) keksayish davrida miya burmalari kamayadi va ariqchalari kengayishi: kuzatiladi, bular ayniqsa miya qobig'ining peshona qismida yaqqol ko'rinadi va yetuk yoshdagi odamlarga qaraganda 3–4 ta yo'l qisqaradi; g) miyaning zichligi ortadi.

Mikroskopiyaning natijalariga binoan: 1) nerv hujayralarining umumiy miqdori kamayadi, bu o'zgarish qobig'ining III-V zonalarida aniq bilinadi; 2) Purkine hujayralarining miqdori keskin kamayadi, hujayralarning yo'qolishi yetuk kishilarga nisbatan 25 foiz ko'p bo'ladi; 3) nerv hujayralari ajinlashadi: yadro esa noto'g'ri ko'rinishga ega bo'la boshlaydi; 4) nerv tolalari yo'g'onlashadi; 5) xabar olib boruvchi yo'lda mielin tolalarining miqdori ozayadi.

Sensor-perseptiv funktsiyalarning qarishi. Ko'rish Funktsiyasining yosh davri dinamikasiga bag'ishlangan qator tadqiqotlar mavjud bo'lib, amerikalik psixolog Kruk tadqiqotining ma'lumotlariga qaraganda, agar vaqt hech bir cheklanmasa, ko'ruv stimullarini idrok qilish 20–50 yoshli odamlarda bir tekis, aniq va to'g'ri amalga oshishi mumkin. Mabodo vaqt cheklangan bo'lsa, idrok qilinayotgan jism qisqa vaqt namoyish qilinsa, qo'zg'atuvchinining kuchi o'zgarib tursa, yoshlar bilan kattalar o'rtasida keskin farq vujudga keladi. Oddiy turmushda bu hol jismlarga uzoq muddat termulish imkoniyati va sun'iy yorug'likdan foydalanish ko'ruv idroki pasayishining oldini oladi va muvaqqat uzilishni barham toptiradi.

Bir guruh psixologlarning uqtirishicha, idrok funksiyasidagi yosh davriga bog'liq pasayishning asosiy sabablaridan biri miya po'stining gnostik zonasidagi neyronlar miqdorining kamayishidir. U. Mayls va A. Uelford uning pasayishini aytganlar. Eshitish. Eshitish qobiliyatining eng yuqori darajasini 14–15 yoshlarga to'g'ri keladi, undan keyingi kamolot davrlarida biroz pasayish yuz beradi. Ko'pgina

olimlarning fikricha, inson yoshining ulg'ayishi bilan eshitishning zaiflashuvi mo'tadil holat hisoblanib, organizmning biologik qarishi bilan uzviy bog'liq ravishda kechadi. Ishlab chiqarishdagi kuchli shovqin odamning eshitish qobiliyatini yomonlashtiradi. Eshitish uquvini yo'qotish erkaklarda ayollarga qaraganda ko'p uchraydi.

Ta'm bilish sezgisida ham yosh ulg'ayishi va keksalik tufayli ayrim o'zgarishlar vujudga keladi. Masalan nordon, shirin va achchiqni sezish 50 yoshgacha keskin o'zgarmasada, lekin undan keyingi o'sish davrida maza so'rg'ichlari miqdorining kamayishi evaziga sezgi chegaralarining kengayishi sodir bo'ladi.

Hid sezgirligining o'zgarishiga asosiy sabab nerv uchlari va tolalarida karaxtlikning boshlanishidir. Bundan tashqari, hid bilish sezgirligi kamayishining sabablari havoning ifloslanishi, zaharli va qo'lansa hidli moddalar bilan nafas olish, chekish, oziq-ovqatda A vitamini etishmasligidir.

Keksayganda og'riq va teri-tuyush sezgirligi ham pasayadi. Tebranish sezgirligi ham yosh o'tgan sari yomonlashadi, orqa miyaning orqa qismlaridagi degenerativ o'zgarish ana shu holatni keltirib chiqaradi.

Keksalik davriga 61–74 yoshdagi erkaklar va 56–74 yoshdagi ayollar kiradi. Ushbu yosh davridagi insonlar hayot tarzi, ijtimoiy faolligi va shaxslararo munosabatlari jihatidan o'ziga xos xususiyatlarga ega. Shunga ko'ra, ularni shartli ravishda ikki guruhga ajratish mumkin: birinchi guruhga mehnat faoliyatini yakunlab, ijtimoiy hayotda deyarli ishtirok etmayotgan keksalar; ikkinchi guruhga esa nafaqada bo'lishiga qaramay, mehnat, jamoatchilik yoki boshqa ijtimoiy faoliyat turlarida faol ishtirok etayotgan keksalar kiradi.

Mazkur davrda hissiy kechinmalar va psixik holat ham shaxsning hayot tarzi, sog'lig'i, oilaviy muhiti hamda ijtimoiy faolligiga bog'liq holda namoyon bo'ladi. Ayrim keksalarda barqaror kayfiyat, xotirjamlik, o'z qadr-qimmatini anglash va hayotdan qoniqish hissi ustun bo'lsa, boshqalarida oilaviy osoyishtalik, tabiat va jamiyatdagi ijobiy o'zgarishlardan zavqlanish hamda hayotiy tajribaga tayangan holda xotirjam turmush tarzini kechirishga intilish kuzatiladi. Shu bilan birga, bu

yosh davridagi kishilar moddiy va ma'naviy qadriyatlarga munosabati, hayotiy maqsadlari hamda turmush tarziga ko'ra ham bir-biridan farqlanadilar. Keksalik davrida kuzatiladigan psixologik inqirozning namoyon bo'lishi ko'p jihatdan aynan ushbu omillarning o'zaro ta'siri bilan belgilanadi.

2.Keksayish davridagi shaxs psixologiyasi

Keksayish davrida biologik organning zaiflashuvi psixik jarayonlarning ham o'zgarishiga olib keladi. Psixik keksayish alomatlari ayollarda ertaroq paydo bo'ladi. Erkak va ayollar o'rtasidagi farqlar borgan sari yaqqol ko'zga tashlana boshlaydi. Bu farqlar bilish jarayonlari (sezgi, idrok, xotira, tafakkur), axloqqacha (farosatlilik, hushyorlik, hozirjavoblik, topqirlik) va aql-zakovat (aql, bilim, ijtimoiy tajriba, mahorat, ijodiy faoliyat, barqaror malaka) kabi psixik holatlarda o'z aksini topadi. Ayollarning zaifa deb nomlanishi ham bejiz emas, chunki jismoniy zaiflikdan tashqari boshqa psixik kechinmalarda ham beqarorlik sezilib turadi (ko'z yoshi quvonchdan bo'lsa irodaning zaifligini ko'rsatadi, g'am-g'ussa, o'kinish, tug'yon sababli bo'lsa his-tuyg'uni boshqarish imkoniyati yo'qligini ko'rsatadi).

Ayollarning tabiiy azobdan (tug'ish, bola tarbiyasi) tashqari xizmat, oila tashvishi, yumushi, mehr-muhabbatga otashligi, nozik qalbi tashqi qo'zg'atuvchilarga tez javob beruvchanligi jihatdan ertaroq qarishga olib keladi (asab tizimining buzilishi, irodaviy zo'riqish, aqliy tanglik holatlari).

Keksalik davrining psixologik xususiyatlari ko'plab mahalliy va xorijiy olimlar tomonidan tadqiq etilgan. Jumladan, V. Shevchuk keksalarning ijtimoiy faolligini o'rganib, yosh ortishi bilan ularning ijtimoiy hayotdagi ishtiroki izchil kamayib borishini aniqlagan. Tadqiqot natijalariga ko'ra, 65 yoshdagilarning 24,1 foizi, 70 yoshdagilarning 17,4 foizi va 75 yoshdagilarning 7,7 foizi ijtimoiy faoliyatda ishtirok etmagan.

M. D. Aleksandrova oliy ta'lim muassasalari professor-o'qituvchilarining ilmiy mahsuldorligini o'rganish asosida keksalikning dastlabki bosqichida turli fan sohalari vakillari o'rtasida ayrim tafovutlar kuzatilishini, biroq yosh ortishi bilan bu farqlar asta-sekin kamayib borishini ta'kidlaydi. Mazkur natijalar keksalik davrida

intellektual faoliyatning saqlanib qolishi ko'proq shaxsning kasbiy faolligi, hayotiy tajribasi va individual xususiyatlariga bog'liq ekanligini ko'rsatadi.

Keksalik davrida intellektual rivojlanishni baholash masalasi amerikalik psixolog D. Veksler tomonidan ham chuqur tadqiq etilgan. U kattalar intellektini baholash uchun maxsus psixodiagnostik metodikani ishlab chiqib, uni intellektni kompleks baholash vositasi sifatida amaliyotga joriy etgan. Veksler shkalasi verbal va noverbal topshiriqlardan iborat bo'lib, shaxsning xotira, tafakkur, lug'at boyligi, umumiy bilimlari, mantiqiy fikrlashi hamda fazoviy idrok kabi kognitiv funksiyalarini baholash imkonini beradi. Tadqiqotlar natijalariga ko'ra, ayrim kognitiv funksiyalar, xususan, qisqa muddatli xotira va axborotni qayta ishlash tezligi yosh ortishi bilan pasayishi mumkin, biroq lug'at boyligi, hayotiy tajriba va umumiy bilimlar kabi ko'rsatkichlar nisbatan barqaror saqlanib qoladi. Mazkur variatsiyalardan foydalanib, eksperimental psixologiyaga yangi ko'rsatkich kiritishni taklif qiladi, u deterioratsiya koeffitsienti deb ataydi.

Psixolog D.Veksler testi to'g'risida har xil tanqidiy mulohazalar mavjud bo'lsada, lekin muallifning yoshlarga tatbiq qilgan testi ularning aqliy tayyorgarligi darajasini, o'qishga uquvliligini bildirsa, keksalarda u hayotiy tajribalarga asoslangan donishmandlikni anglatadi, degan fikr to'g'ridir. Keksalik davriga 75–90 yoshdagi erkak va ayollar (buva va buvilar) kiradi va bunday odamlarning boshqa yosh davrlaridagi odamlardan keskin farqlanadigan xususiyatlari yaqqol ko'zga tashlanadi. Keksalarni jismoniy va aqliy faollikka moyil hamda passiv turmush tarziga ko'nikkan qariyalar guruhlariga ajratish mumkin. Ijtimoiy faollik faxriyalar jamoasida, kasbiy jamoalar faoliyatida qatnashishda o'z ifodasini topadi.

Keksalik davrida ayrim insonlarda hayot istiqbollarining qisqarishi bilan bog'liq psixologik kechinmalar kuzatilishi mumkin. Bu holat kelajakni rejalashtirishga bo'lgan intilishning pasayishi hamda yaqinlari farovonligi va oilaviy masalalarning muvaffaqiyatli hal etilishiga ko'proq e'tibor qaratish bilan namoyon bo'ladi. Shuningdek, ushbu davrda sog'liq bilan bog'liq tashvishlarning ortishi, hayotiy tajriba va qadriyatlarni yaqinlariga yetkazishga intilish, qarindosh-urug'lar bilan o'zaro munosabatlarni mustahkamlash hamda ma'naviy xotirjamlikka erishish

ehtiyoji kuchayishi kuzatiladi. Jismoniy harakat imkoniyatiga ega bo'lgan qariyalar mehnat qilishga intiladilar, biroq uning mahsulidan ko'ngillari sira to'lmaydi. Ular tarixiy voqealarni tirik guvoh sifatida batafsil bayon qilib beradilar. Nutqdagi juz'iy kamchiliklarni hisobga olmaganda (ayrim mantiqiy bog'lanishdagi nuqson, talaffuzning buzilishi) keng ko'lamdagi axborotlarni o'zgalarga uzatish imkoniyatiga ega.

Biologik qarish psixik jarayonlar, holatlar, xususiyatlar va xatti-harakatlarda keskin o'zgarishlarni vujudga keltiradi. Aksariyat sezgi organlari zaiflashadi, asab tizimi kuchsizlanadi, ma'lumotlarni qabul qilish (xotira) va ularni qayta ishlash, mohiyatini anglash (tafakkur), u yoki bu holatlarga nigohini to'plash va unda muayyan muddat tutib turish (diqqat) qiyinlashadi. Irodaning kuchsizlanishi og'riq sezgilariga nisbatan bardoshlilik tuyg'usini yemira boshlaydi. Natijada tashqi ta'sirni qabul qilishda diqqatni saralash xususiyati o'z ahamiyatini yo'qotib borishi sababli qari odam bola tabiat arazchan, ko'ngli bo'sh, hissiyotga beriluvchan xarakterli bo'lib qoladi.

Shuning uchun ular bilan muloqotga kirishishda mazkur shaxsning sifatlarini hisobga olish, maqsadga muvofiqdir. Xotiraning zaiflashuvi qariyalarda hayolparastlik illatini keltirib chiqaradi, ko'pincha esda olib qolish, esda saqlash va esga tushirish o'rtasida ko'pgina sabablarga ko'ra nomutanosiblik tug'iladi, natijada unutish jarayoni kuchayadi. Diqqatni muayyan obyektga to'play olmaslik oqibatida biron faoliyat turi ustida uzoq mashg'ul bo'la olmaslik vujudga keladi. Narsa va jismlarni noto'g'ri idrok qilish, ya'ni illyuziyalar ko'proq o'rin egallaydi. Monokulyar va binokulyar ko'rishda xilma-xillik yuzaga keladi. Xarakter hislatlarida chekinish, hadiksirash, ishonchsizlik hislari yetakchi rol o'ynay boshlaydi. Amerikalik psixologlar Frennd va Zabeklar keksalik davrida tafakkurning tanqidiyligini o'rganishda tafakkurning obyekti torayishi va keskin rad qilish kuchayishini aniqlaganlar. D. Bromley qariyalarda ijodiy tafakkurning pasayishi, o'ta qiyinchilik bilan yangi sharoitga moslashuvini va dogmatizmga asoslanishini topgan. Tadqiqotchi B.A.Grekov so'z assotsiatsiyasi metodi asosida, keksalarda xotira jarayonining quyidagi xususiyatini tekshirgan.

1) 70–80 yoshlardagi keksalikda xotira (ayniqsa mexanik esda olib qolish) zaiflashadi;

2) 70–89 yoshlarda mantiqiy-ma'noli xotirada miqdorning ahamiyati saqlanadi;

3) obrazli xotira zaiflashadi;

4) 70–89 yoshlarda xotiraning barqarorlik negizida ma'noning ichki aloqasi yotadi;

5) uzoq muddatli xotira kuchsizlanadi;

6) 90 yoshda nutqning ichki bog'lanishi buziladi;

7) xotiraning obrazli, hissiy turlari nutqning tuzilishiga bo'ysunmay qoladi.

Psixologiyada qariyalarda aqliy faollikni o'rganishda korreksion sinov va Krepilin sinovidan foydalaniladi.

Sog'lom qariyalarda donishmandlik umrning oxirgi nafasiga qadar saqlanishi tajribalarda qayd qilindi. Psixopatologik holatlar barcha qariyalar uchun majburiy bosqich emasligi ham tasdiqlangan. Keksalik davrida, umuman ayollar bilan erkaklar o'rtasidagi donishmandlikda farq mavjud bo'lsa ham, lekin qariyalar orasidagi donishmandlik, donolik xislatlari ham ikkala ham jinsga xosdir. Shuning uchun ikkala jins o'rtasida biologik qarishda tafovut mavjud bo'lsada, lekin psixik jihatdan zaiflashuv jarayonida o'zaro yaqinlik hukm suradi. G. Leman o'z tadqiqotlarida turli sohalaridagi mutaxassislar faoliyatini tahlil qilib, ularning o'ziga xos xususiyatlarini atroflicha ifodalagan. Masalan, fransuz rassomi Klod Mone 50 yoshda 86 yoshigacha ijodiy quvvatini sira bo'shashtirmay, sermahsul mehnat qilgan. Uning ijodida hech qanday tushkunlik ro'y bermagan. G. Leman o'z tadqiqotlarida ijodiy faollikning o'ziga xos ko'rinishlarini yozuvchi misolida o'rgangan. Muallif hind yozuvchisi R. Tagorning ijodiyotini tahlil qilib, uning ijod cho'qqisi 69 yoshda bo'lganini aniqlagan (yozuvchilar ijodiyot cho'qqisi 34 yoshda, 43 yoshda ham uchraydi). R. Tagorning 25 yoshida yozgan "Kelin" she'ri bilan 78 yoshda yozgan "Sarob" asari o'rtasidagi o'xshashlik va ustunlik chuqur ifodalangan. G. Leman bastakor I. S. Bax (1685–1750) ijodiyotini tekshirib, uning durdona asarlari keksalikda yaratilganini aniqlagan. G. Leman o'z

tajribalarida huquqshunoslik, hisobchilik kasblaridagi shaxslarni o'rganib, ular ijodiyotini muhim jihatlarini ochib bergan. Keksalik yoshidagi chol va kampirlarda o'z shaxsiyatiga yangicha munosabatlar paydo bo'ladi. Ko'pincha ular o'zlarini kamroq bezovta qilishga, jismoniy kuch-quvvatni ayashga, ehtiyotkorlik bilan harakat qilishga odatlanadilar, organizmlarining toliqishiga yo'l qo'ymaydilar, iloji boricha nutq faoliyatiga kamroq murojaat qiladilar, ortiqcha axborotlarni qabul qilmaydilar. Keksalikda er-xotin o'rtasidagi munosabat yanada mustahkamlanadi, yangi shakl va yangi sifat kasb etadi. Muloqot kezida barcha taassurotlar, ma'lumotlar, kechinmalar, his-tuyg'ular yuzasidan fikr almashadilar. Bir-birlarini qo'msash, hamdardlik kabi yuksak tuyg'ular totuvlikni yanada mustahkamlaydi.

3.Keksalik davridagi shaxsning psixologik xususiyatlari

Keksalik davrining yana bir xususiyati boshqa kishilarga, begonalarga ham xayrixohlik bildirishdir. Ana shu yuksak insonparvarlik hissi tufayli ular yer yuzidagi jamiki inson zotiga yaxshilik tilaydilar. Bu so'nggi yuksak tuyg'u baynalmilalchilikning tabiiy ko'rinishidir. Qariyalardagi rahmdillik, poklik, orastalik, muloyimlik, samimiylik singari tuyg'ularning ifodalanishi boshqa yosh davridagi odamlar tuyg'usiga aslo o'xshamaydi. Shuning uchun "qari bilganni – pari bilmas", – degan naql bor.

Keksalik inson umrining oltin kuz fasli bo'lib, unda hayot shovqinlari tin oladi va qalb sokinlik, mazmun hamda go'zallikka har qachongidan ham ko'proq tashna bo'ladi. Bu pallada madaniyat va san'at ruhni yoshartiruvchi, hayotga yangicha rang baxsh etuvchi sehrli chashmaga aylanadi. Keksalarimizni san'atning shunday yo'nalishlariga yo'naltirish joizki, ular bu orqali ham o'tmish xotiralarini e'zozlasinlar, ham bugungi kunning nafosatidan bahra olsinlar.

Musiqa va ashula san'ati keksa qalbning eng yaqin hamrohidir. Mumtoz navolar, maqomlar va milliy ohanglar inson psixikatini xotirjamlikka yetaklaydi. O'tmishning shirin damlarini eslatuvchi eski plastinkalar yoki jonli ijrodagi diltartib kuylar keksalarimiz uchun psixik quvvat manbaidir. Tasviriy va amaliy san'at esa keksalikdagi yolg'izlik tuyg'usini yengishda beqiyos kuchga ega. Mo'yqalam surish, naqsh chizish yoki loydan turli buyumlar yasash kabi mashg'ulotlar keksalar

uchun o'z ichki dunyosini namoyon etish imkonidir. Ranglar jilosi bilan ishlash miya faoliyatini charxlaydi, qo'l mehnatidagi nozik harakatlar esa jismoniy tetiklikni saqlashga yordam beradi. Ularning boy hayotiy tajribasi matolardagi kashtalarda yoki polotnolardagi manzaralarda aks etsa, bu haqiqiy san'at durdonasiga aylanadi. Badiiy adabiyot va kitobxonlik bu yoshda ma'naviy suhbatdosh vazifasini o'taydi. Tarixiy asarlar, falsafiy mushohadalar va memuar janridagi kitoblar keksalar uchun fikrlar dunyosini kengaytiradi. Ularni kutubxonalarda tashkil etiladigan "Ma'naviyat kechalari" yoki yoshlar bilan o'tkaziladigan "Avlodlar uchrashuvi"ga chorlash, keksalarimizga o'z bilim va tajribalarini meros qilib qoldirish baxtini his ettiradi.

Teatr va kino san'ati esa ijtimoiy muloqotning eng jonli ko'prigidir. Sahna asarlaridagi qahramonlar taqdirini kuzatar ekan, keksa tomoshabin hayotga teranroq nazar tashlaydi, jamiyat bilan hamnafaslikni his qiladi. Muzeylar va ko'rgazma zallari bo'ylab sayr qilish esa ularga madaniy merosimizning ajralmas bo'lagi ekanliklarini eslatib turadi. Xulosa qilib aytganda, keksalarimizni san'at olamiga yetaklash ularning umriga mazmun, yuzlariga tabassum va qalblariga nur ulashish demakdir. San'at bilan oshno bo'lgan nuroniy otaxon va onaxonlarimizning hayoti nurli, duolari mustahkam va keksalik gashti haqiqiy sadoqatli bo'ladi.

4.Uzoq umr ko'ruvchilar psixologiyasi

Uzoq umr ko'ruvchilar psixologiyasi bu- insonning uzoq davom etadigan hayot yo'li sharoitida uning psixik jarayonlari, shaxsiy xususiyatlari, hissiy holatlari, ijtimoiy munosabatlari va hayotga munosabatini o'rganuvchi psixogerontologiyaning muhim yo'nalishidir. Uzoq umr ko'rish jarayoni har bir insonda individual kechadi va unga biologik, psixologik, ijtimoiy hamda turmush tarzi bilan bog'liq omillar ta'sir ko'rsatadi. Uzoq umr ko'ruvchilarning muhim psixologik xususiyatlaridan biri hayotiy tajribaning boyligi hisoblanadi. Ko'p yillik hayot davomida inson turli ijtimoiy, oilaviy va kasbiy vaziyatlarni boshdan kechiradi. Natijada muammolarni baholash, qaror qabul qilish, odamlar bilan munosabat o'rnatish va murakkab vaziyatlarga moslashish bo'yicha katta tajriba shakllanadi. Mazkur tajriba shaxsning psixologik resurslaridan biri sifatida

namoyon bo'lishi mumkin. Kognitiv jarayonlar uzoq umr ko'ruvchilar psixologiyasining muhim jihatlaridan biridir. Yosh ulg'ayishi bilan ayrim hollarda axborotni tez qayta ishlash, diqqatni tez ko'chirish yoki yangi ma'lumotni o'zlashtirish tezligi pasayishi mumkin. Biroq bu barcha kognitiv imkoniyatlarning bir xil darajada susayishini anglatmaydi. Hayotiy bilimlar, so'z boyligi, kasbiy tajriba va uzoq muddatli xotirada saqlangan ma'lumotlar muayyan darajada barqaror bo'lib qolishi mumkin. Uzoq umr ko'ruvchilarda hissiy barqarorlik va hayotiy tajribaga asoslangan vazminlik ham kuzatilishi mumkin. Inson ilgari boshdan kechirgan turli vaziyatlar asosida hayotdagi muammolarga nisbatan realistik munosabat shakllantiradi. Shu bilan birga, yaqin insonlarning yo'qotilishi, yolg'izlik, sog'liqdagi o'zgarishlar yoki ijtimoiy aloqalarning qisqarishi ayrim keksalarda xavotir va ruhiy zo'riqishlarni yuzaga keltirishi mumkin.

Ijtimoiy faollik uzoq umr ko'ruvchilarning psixologik holatida muhim o'rin egallaydi. Oila a'zolari, do'stlar, qo'ni-qo'shnilar va boshqa ijtimoiy guruhlar bilan muntazam muloqot qilish insonning jamiyat bilan aloqasini saqlashga yordam beradi. Mazmunli faoliyat, jamoat tadbirlarida ishtirok etish, sevimli mashg'ulotlar bilan shug'ullanish va avlodlararo muloqot psixologik faollikni qo'llab-quvvatlashi mumkin. Uzoq umr ko'ruvchilar psixologiyasida hayot mazmuni va o'z-o'zini anglash ham alohida ahamiyatga ega. Inson o'z hayot yo'lini tahlil qiladi, erishgan yutuqlarini baholaydi va o'z tajribasining keyingi avlod uchun ahamiyatini anglaydi. Farzandlar va nabiralar tarbiyasida ishtirok etish, tajribasini boshqalarga yetkazish, ijodiy yoki ijtimoiy faoliyat bilan shug'ullanish hayotning mazmunli kechishiga xizmat qilishi mumkin. Uzoq umr ko'ruvchilarning psixologik xususiyatlarini o'rganishda individual farqlarni hisobga olish muhimdir. Bir xil yoshdagi insonlarning kognitiv imkoniyatlari, hissiy holati, ijtimoiy faolligi va hayot tarzida sezilarli farqlar bo'lishi mumkin. Shuning uchun uzoq umr ko'ruvchilarni faqat yosh mezoni asosida baholashdan ko'ra, ularning individual hayot tajribasi, sog'lom turmush tarzi, ijtimoiy aloqalari va shaxsiy resurslarini kompleks hisobga olish maqsadga muvofiq.

Umuman olganda, uzoq umr ko'ruvchilar psixologiyasi insonning keksalik davridagi psixik imkoniyatlari, hayotiy tajribasi, hissiy holati, ijtimoiy faolligi va hayot mazmunini anglash jarayonlarini o'rganadi. Faol ijtimoiy hayot, mazmunli faoliyat, muntazam muloqot va shaxsiy qiziqishlarni saqlab qolish keksalik davrida psixologik farovonlikni qo'llab-quvvatlovchi muhim omillar sifatida qaraladi.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Keksalik davrida kognitiv jarayonlarda qanday psixologik o'zgarishlar kuzatiladi?
2. Keksalik davrida hissiy holat va shaxslararo munosabatlar qanday o'zgaradi?
3. Keksalik davrida ijtimoiy faollik va muloqotning shaxs psixologik holatiga ta'siri qanday?
4. Keksalik davrida hayot mazmuni va o'z-o'zini anglash qanday namoyon bo'ladi?
5. Uzoq umr ko'ruvchilar psixologiyasining o'ziga xos xususiyatlari nimalardan iborat?

2.15-MAVZU. TA'LIM VA TARBIYA PSIXOLOGIYASI

Reja:

1. Ta'lim psixologiyasining mohiyati.
2. O'qishning mohiyati va qonuniyatlari.
3. N.D.Levitov bo'yicha o'zlashtirishning psixologik komponentlari.
4. Ta'lim jarayonini boshqarish muammosi. rivojlanish.
5. Ta'limni individualashtirish.

Tayanch iboralar: ta'lim psixologiyasi, ta'lim jarayoni, ta'limning psixologik mohiyati, o'qish faoliyati, o'qishning mohiyati, o'qish qonuniyatlari, o'zlashtirish, o'zlashtirish jarayoni, o'zlashtirishning psixologik komponentlari, o'quv faoliyati, bilim, ko'nikma, malaka, o'quv motivatsiyasi, bilish faoliyati, ta'limni boshqarish, ta'lim jarayonini boshqarish, psixologik boshqaruv, ta'lim va rivojlanish, shaxs rivojlanishi, rivojlantiruvchi ta'lim, individual ta'lim, ta'limni individuallashtirish, individual yondashuv, o'quvchining individual xususiyatlari, qobiliyat, o'quv imkoniyatlari.

1.Ta'lim psixologiyasining mohiyati

Ijtimoiy ehtiyojlar va sharoitlar o'quv jarayonining xarakteri, uning vazifalari, mazmuni, shakllari, usullari va vositalarini qonuniy ravishda aniqlab beradi. Agar o'qitish jamiyat talablarini e'tiborga olmasa, u holda uni, albatta, qayta qurish va takomillashtirish kerak. Demak, ta'lim berish, tarbiyalash va talabalarning umumiy rivojlanishini bir butunlikda amalga oshirish zarur. Ta'limning mazmuni hayot va hozirgi zamon fani bilan bog'langan bo'lganligi uchun ham, vazifalarda mamlakatning iqtisodiy rivojlanishini jadallashtirish muammolari, ishlab chiqarishni mexanizatsiyalash, avtomatlashtirish hamda kompyuterlashtirish kabilar asosida intensivlash o'z aksini topishi kerak. Ta'lim qoidalari – o'qituvchining faoliyatini hamda talabalar tomonidan ilmiy bilimlarning o'zlashtirilishi, tegishli ko'nikma va malakalar hosil qilinishining asosiy qonun va yo'nalishlarini o'z ichiga oladi. Shu bilan bir vaqtda, ta'lim qoidalari har ikkala faoliyatni, ya'ni o'qituvchi va talaba tomonidan o'z oldiga qo'yilgan vazifalarni muvaffaqiyatli amalga oshirish imkoniyatini beradigan bir qancha talablarni ham umumlashtirib beradi. Shunga

ko‘ra, ta’lim qoidalari o‘qitishning eng muhim vazifalari nazariy va amaliy jihatdan to‘g‘ri hal qilinishining asosiy negizi hisoblanadi.

Ta’lim qoidalari deb umuminsoniy tarbiyaning maqsad va vazifalarini amalga oshirishga qaratilgan o‘qish va o‘qitish jarayonlarining yo‘nalishi, talabalar tomonidan ilmiy bilimlarning o‘zlashtirilishi, bilim va malakalar hosil qilinishining asosiy qonun va qoidalari yig‘indisiga aytiladi. So‘nggi yillarda olimlar tomonidan yaratilgan pedagogik adabiyotlarda didaktik qoidalar turlicha guruhlashtirilmoqda.

Tevarak-atrofnı o‘rab olgan dunyoning qonuniyatlarini, narsa va hodisalarning ichki muhim xossalari hamda o‘zaro aloqalarini aks ettiruvchi bilimlarga ilmiy hisoblanadi. Ta’limning ilmiyligi qoidasi talaba va o‘quv materiallaridagi qonuniyatlarnı aks ettirishi, tushunishi va o‘zlashtirilishi uchun to‘g‘ri sharoit yaratish maqsadida zarurdir. Nazariy qoidalarnı tushunish – materialni ilmiy asosda izohlab berishning muhim belgisi bo‘lib, u talabaning fikrlash faoliyati xususiyatlarini belgilaydi. Ilmiy bilimlar voqelikning har xil darajasida aks ettirilishi mumkin. Ilmiy izoh ta’limning hamma bosqichlarida ilmiylik qoidasi vazifalaridan biri bo‘lib, u nazariy ma’lumotlar tizimi orqali tevarak-atrofdagi dunyoning qanchalik chuqur aks etganligini bilib olishga xizmat qiladi. Ilmiylik qoidasi barcha yosh guruhlaridagi va turli o‘quv yurtlaridagi talabalarga o‘rgatish uchun ilmiy jihatdan ishonchli, amalda sinab ko‘rilgan ma’lumotlar berilishini talab etadi. Ilmiy bilimlarnı egallash jarayonida talabalarda ilmiy dunyoqarash va e’tiqod tarkib topadi, tafakkur rivojlanadi.

Ta’limning ilmiylik qoidasi o‘quv jarayonida talabalarnı hozirgi zamon fan-texnika taraqqiyoti darajasiga muvofiq keladigan bilimlar bilan qurollantirish hamda yoshlarnı ilmiy tadqiqot usullari bilan tanishtirib borishni ta’minlashga qaratilgan. Didaktikaning ilmiylik qoidasi nafaqat maktab ta’limining mazmuniga, balki o‘qitish usullariga ham aloqadordir. U ta’lim jarayonida fan-texnika yutuqlaridan foydalana oladigan o‘qitish usullarini takomillashtirishni ham talab etadi. Dars mazmunining maqbul tuzilishini tanlash didaktikaning tizimlilik qoidasini hisobga olishni taqozo qiladi.

Ta'limda izchillikka rioya qilib o'qitish lozim, toki bugun o'rganilgan bilimlar kecha o'rganilganlarini mustahkamlasin, ertaga o'rganiladiganlariga esa zamin hozir qilsin. Ya'ni, o'tilayotgan fan yoki bayon qilinayotgan yangi materialning talabalar tomonidan oldin o'zlashtirilgan ilmiy bilimlar, ko'nikma va malakalar bilan izchil uzviy bog'lanishi, shu bilan bir vaqtda navbatdagi ta'lim bosqichiga poydevor yaratilishi nazarda tutiladi. Ta'limning bosh vazifasi - o'quvchilarga fan asoslarini faol, ongli, mustahkam va sistemali ravishda egallashini ta'minlashdir. O'zlashtirish – o'quvchining uyushgan bilish faoliyatidir. Ijodiy o'zlashtirish sifatida o'qish va bilim egallash “nimani o'qitish” omiliga bog'liq. O'zlashtirishning psixologik komponentlari:

1. O'qishga ijobiy munosabatda bo'lish;
2. Material bilan bevosita hissiy tanishish;
3. Tafakkur (olingan materialni faol qayta ishlash jarayoni);
4. Qabul qilingan va ishlab chiqilgan materialni esda olib qolish.

O'quv faoliyati shunday jarayonki, unda shaxsning psixik jarayonlari shakllanadi va rivojlanadi, uning asosida yangi faoliyat turlari yuzaga keladi. O'quv faoliyati insonning butun hayoti davomida namoyon bo'luvchi uzluksiz jarayondir. Rus psixologi A.N.Leontev inson faoliyatining psixik va Amaliy shakllari mavjudligini, bola ongi aynan o'quv faoliyatida o'sishini ta'kidlaydi. D.B.Elkonin esa o'quv faoliyatining xususiyatlarini ko'rsatib, uni mohiyatiga, mazmuniga va o'zini namoyon bo'lish shakliga ko'ra ijtimoiyligini ta'kidlaydi.

2.O'qishning mohiyati va qonuniyatlari

O'quv faoliyati bu shunday faoliyatki, uning natijasida avvalo o'quvchida o'zgarish yuz beradi. Uning mahsuli turli motivlar asosida, qurilgan bo'lishi darkor. Bu motivlar bevosita o'quvchi shaxsining o'sishi va rivojlanishi bilan bog'liq bo'lishi kerak. O'quv faoliyati ta'lim, o'qish va o'rganish degan tushunchalar bilan bevosita bog'liqdir. Ta'lim o'qituvchi va o'quvchi hamkorligidagi o'quv faoliyati o'qituvchining bilim, ko'nikma va malakalarini o'quvchilarga o'rgatish jarayonidir. Ta'lim jarayoni bevosita muayyan axborotni, harakatlarni, hulq-atvorning shakllarini o'zlashtirishga qaratilgandir. O'quv faoliyati bilan bog'liq bo'lib, ular

bilim, ko'nikma va malakalarni o'zlashtirishga, o'rgatishga xizmat qiladi. O'quv faoliyatining besh elementi mavjud:

1. O'quv motivlari;
2. O'quv topshiriqlari;
3. O'quv harakatlari;
4. O'qituvchining nazorati.

D.B.Elkoninning ta'kidlashicha, o'quv faoliyatining shakllantirilishi bu faoliyat ayrim kishilar bajarilishini asta-sekinlik bilan o'quvchining o'ziga o'qituvchining ishtirokisiz mustaqil bajarish uchun o'tkazilishidir. Ta'lim jarayoni alohida tashkil etiladigan hamda boshqariladigan faoliyat bo'lib, u o'quvchilarning o'quv faoliyatlarini tashkil etadi va ularni boshqaradi. Madaniyat va san'at shunchaki insonning bo'sh vaqtini mazmunli o'tkazuvchi vosita emas, u shaxsni shakllantiruvchi, uning ma'naviy olamini boyituvchi va dunyoqarashini kengaytiruvchi eng quvvatli ta'lim-tarbiya qurolidir. Insoniyat tarixida san'at hamisha jamiyatning axloqiy mezonlarini belgilab beruvchi va millat o'zligini anglatuvchi mayoq vazifasini o'tab kelgan.

San'atning tarbiyaviy kuchi uning emotsional ta'sirchanligida yashiringan. Quruq nasihat yoki qat'iy qoidalar inson ongi tomonidan ba'zan qarshilik bilan qabul qilinishi mumkin, ammo san'at asari xoh u ta'sirli musiqa bo'lsin, xoh hayotiy dramatik asar inson qalbiga to'g'ridan-to'g'ri yo'l topadi. U insonni o'zgalarning dardi bilan yashashga, hamdardlik tuyg'usini his qilishga o'rgatadi. Bu orqali esa shaxsdagi bag'rikenglik, mehr-oqibat va adolat kabi axloqiy fazilatlar tabiiy ravishda shakllanadi. Ta'lim jarayonida madaniyatning o'rni beqiyos. Muzeylar, tarixiy obidalar va san'at galereyalari o'tmish bilan bugunni bog'lovchi ko'prikdir. Buyuk ajdodlarning merosi bilan tanishish yosh avlodda o'zlikni anglash, milliy g'urur va vatanparvarlik tuyg'ularini uyg'otadi. Bu darslikdagi oddiy faktlarni tiriltiradi va ularni hayotiy tajribaga aylantiradi. Inson san'at orqali go'zallikni his qilishni o'rganar ekan, uning didi charxlanadi va hayotga nisbatan ijodiy yondashuv paydo bo'ladi. Madaniyat va san'at ta'lim-tarbiya jarayonining ajralmas qismidir. U insonni nafaqat bilimli mutaxassis, balki go'zallikni qadrlaydigan, yuksak axloqli va

ma'naviy barkamol shaxs etib tarbiyalaydi. San'at bilan sug'orilgan tarbiya eng mustahkam va samarali tarbiya bo'lib, u inson qalbida mangu muhrlanib qoladi.

Ta'lim va ta'lim jarayonida bolani rivojlanish muammosi psixologik markaziy masalalardan biridir. Ta'lim va rivojlanish muammosiga doir qator nazariyalar ishlab chiqilgan bo'lib, ulardan biri, aqliy hatti-harakatlar, bilimlar, malaka va ko'nikmalarni bosqichma-bosqich rivojlantirish nazariyasi (P.Y.Galperin). P.Y.Galperin-nazariyasi bo'yicha bilimlarni o'zlashtirish jarayoni olti bosqichni boshidan kechirib, ulaga:

1. Motivatsiya;
2. Tushuntirish;
3. Moddiy formadagi xatti-harakatlarni bajarish;
4. Baland ovozda xatti-harakatlar va vazifalarni bajarish;
5. Bajariladigan xatti-harakatlarni ichki rejada ovoz chiqarmay bajarish;
6. Faoliyatni fikran bajarish kiradi.

Ushbu nazariyada ta'limning uchta asosiy turlari ajartiladi:

-birinchi turda–xatti-harakatlarni o'zlashtirish xatolar bilan kechadi, berilayotgan material yetarli darajada anglanilmaydi, ta'lim oluvchi ta'limning asl mohiyatini tushunib yetmaydi;

-ikkinchi turda-materialni nisbatan dadil va to'la tushunilishi va material bilan bog'liq tushunchalarni ajratilishi bilan xarakterlanadi;

-uchinchi tur-tez, samarador, va bexato xatti-harakatlarni o'zlashtirilishini ta'minlab beradi.

V.V.Davidov nazariyasi. Ushbu nazariya kichik maktab yoshidagi o'quvchilarni ilmiy tushunchalarni o'zlashtirilishi lozim bo'lib, bu o'z o'rnida xususiyan umumiy bilimlarga o'tilishni ta'minlaydi. Qator nazariyalar muammoli darslarni tashkil etishga qaratilgandir. Ta'limning psixologik asoslari muammosi ko'pgina masalalarni qamrab oladi. Ta'limning muvaffaqiyati bir qator psixologik omillarga bog'liq bo'ladi. Avvalo o'quvchining o'qishga bo'lgan munosabatiga to'xtaylik. Bu munosabat diqqatda, his-tuyg'ularda, qiziqishlar va irodada, shuningdek, shaxsning tutgan yo'lida namoyon bo'ladi.

Ta'lim jarayoni avvalo o'quvchilar diqqatini yo'lga solishni talab etadi. Darslarda ko'rgazmali qurollardan, texnik va EHM vositalaridan foydalanish ta'lim oluvchida ixtiyorsiz diqqatni yuzaga keltiradi. Ta'lim jarayonida ta'lim beruvchining vazifasi darsda ishlash holatini yuzaga keltirishgina emas, balki o'quvchilarning darsda o'tiladigan materialni idrok etishga tayyor turishlarini kuzatish hamdir. Dars jarayonida bu qonuniyatlarni nazarda tutish va o'quvchilar diqqatini materialning asosiy jihatlariga jalb etish hamda ularni takrorlash kerak.

Ta'lim jarayonining samaradorligi ko'p jihatdan o'qituvchi tomonidan beriladigan ko'rsatmalarga ham bog'liq. O'qituvchining roli shundan iboratki, u o'quvchilarga tegishli ustanovkani hosil qilishi, nimani vaqtincha, nimani umrbod esda olib qolishi kerakligini, nimani butunlay esda olib qolmasdan, faqat tushunib olish kifoya qilinishi, nimani so'zma-so'z esda olib qolishni, nimaning ma'nosini o'z so'zlari bilan aytib berish uchun esda olib qolish zarurligini ko'rsatib o'tish lozim. Kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, bunday ko'rsatmalar berilmaganda, o'quvchilarda ko'pincha noto'g'ri tasavvurlar vujudga keladi.

3.N.D.Levitov bo'yicha o'zlashtirishning psixologik komponentlari

Nikolay Dmitriyevich Levitov (1890–1972) pedagogik va yosh psixologiyasi sohasida tadqiqot olib borgan rus psixologi bo'lib, o'quv faoliyati va bilimlarni o'zlashtirishning psixologik jihatlariga alohida e'tibor qaratgan. Uning qarashlarida o'zlashtirish o'quvchining tayyor bilimni shunchaki qabul qilishi emas, balki bilimlarni anglash, eslab qolish, amalda qo'llash va faoliyat jarayonida mustahkamlash bilan bog'liq murakkab psixologik jarayon sifatida qaraladi. N.D.Levitov yondashuvida o'zlashtirishning muhim tarkibiy jihatlaridan biri bilimni anglash hisoblanadi. O'quvchi yangi materialning mazmunini tushunishi, uning asosiy belgilarini ajratishi va avvalgi bilimlari bilan bog'lay olishi zarur. Mazkur jarayonda idrok, diqqat, tafakkur va nutq kabi bilish jarayonlari faol ishtirok etadi.

Ikkinchi muhim jihat - bilimlarni eslab qolish va saqlash. O'quv materiali mazmunan anglangan holda xotirada mustahkamlanadi. Mexanik yodlashdan ko'ra, materialni tushunish, mantiqiy bog'lash va amaliy faoliyatda takrorlash bilimlarning

barqarorligini ta'minlaydi. O'zlashtirishning yana bir muhim komponenti bilimlarni qo'llash bilan bog'liq. O'quvchi egallagan bilimlarini yangi vaziyatlarda qo'llay olishi, masalalarni mustaqil hal qilishi va nazariy bilimlarni amaliy faoliyat bilan bog'lashi o'zlashtirishning samaradorligini ko'rsatadi.

Shuningdek, o'zlashtirish jarayonida o'quv motivatsiyasi va faol munosabat muhim ahamiyatga ega. O'quvchining bilim olishga qiziqishi, o'quv vazifalarini bajarishga intilishi va natijaga erishish motivi ta'lim samaradorligini oshiradi. Motivatsiya yetarli bo'lmagan sharoitda bilimni anglash va mustahkamlash jarayoni ham qiyinlashishi mumkin. O'qitishning emotsionalligi ta'limning muvaffaqiyatligini ta'minlovchi omillardan biridir. Ta'lim berish jarayoni emotsional jarayon. Agar o'quvchilarga berilayotgan axborot ularda hech qanday his-tuyg'u uyg'otmasa, uni o'quvchilar yaxshilab esda olib qolmaydilar. Gap o'quvchilarning psixik holatlari, ya'ni ularning muayyan bir paytdagi kechinmalari haqida ham borishi kerak, albatta. Ulardagi quvonchli, optimistik kayfiyat o'quv faoliyatini juda samarali qiladi. O'quvchilar emotsional ruhdagi materialni durustroq o'zlashtirib oladilar. O'tkazilgan tajribalar o'quvchilar hech qanday his-tuyg'u uyg'otmaydigan materialga qaraganda, emotsional ruhdagi materialni yaxshiroq eslab qolishlarini ko'rsatadi.

Qadimda greklar juda ajoyib iborani qo'llaydilar: "Talaba-to'ldirib turilishi kerak bo'lgan idish emas, balki yoqib turilishi lozim bo'lgan mash'aldir". Bu fikrning tagida chuqur ma'no bor. Zero, o'qituvchi biz yuqorida ta'kidlab o'tgan ta'lim metodlari muammoli ta'lim, qisman izlanish metodi va tadqiqot metodlaridan keng qo'llanishi kerak. Ta'lim jarayonini bugungi kundagi asosiy bo'lgan shaxsni shakllantirish bo'lib, yuqorida aytib o'tgan metodlardan foydalanish uchqunlardan katta mash'allar paydo bo'lishini ta'minlab beradi. Ta'lim jarayonida o'quvchilarning bilishga qiziqishlari g'oyat katta rol o'ynaydi. Ma'lumki, qiziqish o'quvchilarning emotsional bezagi, biror buyumni, biror faoliyatni tanlash munosabati va yo'nalishidir.

Psixologiyada qiziqish-bu shaxsning o'zi uchun qimmatli yoki yoqimli bo'lgan muayyan narsa va hodisalarga munosabatidir. Qiziqishlar shaxsning muhim

va individual xususiyatlaridan biri bo'lib hisoblanadi. Qiziqishlar o'quvchilar hayotida katta rol o'ynaydi. Ular o'quv faoliyatini faollashtiruvchi asosiy turtkilar-motivlardir. Qiziqishlar maktab o'quvchisiga fan asoslarini durustroq o'zlashtirib olishlariga, aqliy qobiliyatlarning o'sishiga, bilim doirasining kengayishiga imkon beradi. O'qituvchining vazifasi o'quvchini dastlab qiziqtirib qolgan ishning o'zi bilan shug'ullanishga majbur qilish emas, ta'sirchan qilish, qiziqishlarining markaziga aylanib qolgan faoliyat bilan shug'ullanish istagiga, mayliga aylantirishdir.

Umumiy psixologiya kursidan ma'lumki, iroda bu shaxsning o'z oldiga qo'ygan maqsadining aniqligi, uni amalga oshirish uchun intilishi, maqsad yo'lida ma'lum bir qarorga kelish tezligi va uni o'z vaqtida ijro etishi bilan belgilanadigan sifatidir. Ta'lim jarayonida o'quv materialiga bo'lgan diqqatning barqaror bo'lishida irodaviy zo'r berishning ahamiyati nihoyatda kattadir. Psixologlar olib borgan tadqiqotlarda o'quvchilar tomonidan berilgan materialning o'zlashtirilishi ko'p jihatdan irodaning tarbiyalanishiga bog'liqdir. Ta'lim jarayonida o'quvchilarning bilish jarayonlarini shakllantirishga alohida e'tibor qaratish lozim. Zero, bilish murakkab intellektual faoliyat bo'lib, u jonli mushohadadan abstrakt tafakkurga, undan esa amaliyotga o'tish orqali amalga oshadi. Idrokni tarkib toptirishda o'quvchilarning yosh xususiyatlarini hisobga olish nihoyatda muhimdir. Chunki fazo, vaqt va harakatlarni idrok etish qobiliyati turli yosh davrlarida turlicha namoyon bo'ladi.

Ko'pgina psixologlar ta'lim jarayonini tahlil qilar ekanlar, uni yetarli darajada boshqarib bo'lmaydigan jarayon deb ta'kidlaydilar. Lekin uni butunlay boshqarib bo'lmaydigan stixiyali ravishda tartib topadigan jarayon deb atash noto'g'ri, - bu hol aniq maqsadni ko'zlab ta'lim berish g'oyasining o'ziga zid bo'lar edi. Biroq o'qituvchi ta'limni tashkil etadi, unga rahbarlik qiladi, uni amalga oshiradi va yo'naltiradi, degan fakt ta'lim yetarli darajada boshqariladigan va tartibga solinadigan jarayondir degan ma'noni anglatmaydi.

Chunki biz boshqariladigan ta'lim deb, shunday ta'limni ayta olamizki, bunda har bir bolaning harakatidagi har bir qadam nazorat qilinadi, o'qituvchi har bir

o'quvchining har bir bosqichida muayyan bilimlarni o'zgartirishi yoki muayyan ko'nikma va malakalar hosil qilishi haqida uzluksiz axborot olib turadi, yangi material avvalgi materialni o'zlashtirish xarakteriga qarab taqdim qilinadi. Albatta, o'qituvchi ta'lim jarayonida o'quvchilarning bilimlarini o'zlashtirish jarayonini va aqliy rivojlanishning borishi har bir paytda, har bir o'quvchiga nisbatan hamma tafsilotni nazorat qilmaydi va nazorat qila olmaydi. O'qituvchi o'quvchilar tomonidan material qanday o'zlashtirilayotgani haqida juda umumiy tasavvurgagina ega bo'ladi, o'qitishda esa u odatda har kimning individual imkoniyatlarini emas, balki o'rtacha o'qiydigan o'quvchi ko'zda tutadi. Mumkin bo'lgan yo'llardan biri o'zlashtirish jarayonini berilgan topshiriqni o'zlashtirish jarayoni sifatida maxsus tashkil etishdir.

4. Ta'lim jarayonini boshqarish muammosi

Ta'lim jarayonini boshqarishning boshqa imkoniyatlarini qidirish programmalashtirilgan ta'limning psixologik asoslarini ishlab chiqish bilan bog'langan. Psixologik nuqtai-nazardan qaraganda, programmalashtirilgan ta'lim nima u odatdagi ta'limdan nima bilan farq qiladi? Buni tushunish uchun o'quv jarayonini uning qatnashchilari; ta'lim beradigan, bilimlarni yetkazadigan o'quvchi tomonidan sxematik tarzda tasavvur qilib ko'rmoq kerak. O'qituvchi bilan o'quvchi, ma'lumki o'quv jarayonining ikki qismidir. O'qituvchi tushuntiradi, isbotlaydi, dalil keltiradi, chizadi, rasm soladi, tajriba qilib ko'rsatadi, o'quvchi ko'radi, tinglaydi, tushunishga, o'zlashtirishga, esda olib qolishga harakat qiladi, fikr yuritadi, umumlashtiradi. Buning ma'nosi shuki, "to'g'ri aloqa kanali" orqali axborot subyektidan obyektga, o'qituvchidan o'quvchiga yetkaziladi. O'qituvchi o'quvchining qanday ta'lim olayotgani haqida axborotga ega bo'lmay turib, ko'r-ko'rona ta'lim bera olmaydi. Programmalashtirilgan ta'limda oddiy, an'anaviy ta'limning barcha ana shu salbiy tomonlariga barham beriladi, dasturlashtirilgan ta'lim o'quv jarayonini doimiy nazorat qilib turish va boshqarishni ta'minlaydi.

Dasturlashtirilgan ta'limning mohiyati uning mashinalashgan bo'lishida (texnika vositalarini qo'llash holda) ham, shuningdek mashinalashmagan bo'lishida ham emas. Dasturlashtirilgan ta'lim o'qitishni shunday tashkil etishni nazarda

tutadiki, bunda o'rganayotgan o'quvchi oldingi materialni egallab olmasdan turib o'zlashtirishda navbatdagi qadamni qo'ya olmaydi. Buning uchun o'quv materiali qat'iy mantiqiy izchilikda joylashtirilgan kichik qismlarga bo'linadi. Rejalashtirilgan ta'lim bilish faoliyatining har bir qadamini haqiqatda nazorat qilishni ta'minlaydi va bu bilan o'quv jaryonini to'la-to'kis boshqarish imkonini beradi.

Qaytarma aloqa hamma vaqt harakatda bo'ladi va o'zlashtirishning individual xususiyatlariga muvofiq ravishda o'quv jarayonini tartibga solib turish imkonini beradi. Dasturlashtirilgan ta'lim o'qituvchini chetlashtirmaydi, uning o'quv jarayoniga o'tkazadigan ta'sirini pasaytirmaydi, balki uni qora, texnik ishlardan xolos qiladi. Bunday sharoitda o'qituvchi o'quv jarayonining borishiga faolroq ta'sir ko'rsata oladi, ta'limga individual yondoshishni muvaffaqiyatliroq amalga oshira oladi, tarbiya jarayoniga ko'proq e'tibor bera oladi, ko'rsata oladi, ta'limga individual yondashishni muvaffaqiyatliroq amalga oshira oladi. Boshqaruv bu shunday yo'naltiruvchi kuchki, u insonlardagi ijodiy potensial imkoniyatlarini oladigan sharoitlarni yuzaga chiqarishni maqsad qilib qo'yadi. Ta'limdan kutiladigan natija psixologiyada maqsad deyiladi. Ulardan birinchisi, o'quv jarayonini to'g'ri tashkil eta olish, ikkinchisi esa o'quvchilarning shaxsiy qiziqish va ehtiyojlarini qondirish.

Rivojlantiruvchi ta'lim o'qitishning muammoli usulida o'qituvchi o'quvchilarning bilish jarayonlarini boshqaradi, uni tashkil etadi va nazorat qiladi. O'quvchi esa muammoni tushunadi. Uni echish yo'llarini qidiradi va uni echadi. Bunday hollarda o'quvchi tafakkuining mahsuldorligi oshadi va uning mustaqilligi rivojlanadi. O'quvchining o'qishga bo'lgan qiziqishini rivojlantirish uchun o'qituvchi quyidagi qoidalarga tayanishi lozim:

- O'quv jarayonini shunday tashkil etish lozimki, bunda o'quvchi faol harakat qilishi, mustaqil izlanishi, yangi bilimlarni o'zi kashf etishi va muammoli xarakterdagi masalalarni yechish uchun sharoit izlashi kerak;
- O'quvchilarga bir xil o'qitish usullari va bir turdagi ma'lumotlarni berishdan qochish kerak;

– O‘rganilayotgan fanga nisbatan qiziqishning namoyon bo‘lishi uchun ayni shu fan yoki bilim, o‘quvchining o‘zi uchun qanchalik ahamiyatli va muhim ekanligini bilishi kerak;

– Yangi material qanchalar o‘quvchi tomonidan avval o‘zlashtirilgan bilimlar bilan bog‘liq bo‘lsa, u o‘quvchi uchun shunchalik qiziqarli bo‘ladi;

– Haddan ziyod qiyin material o‘quvchida qiziqish uyg‘otmaydi. Berilayotgan bilimlar o‘quvchining kuchi yetadigan darajada bo‘lishi lozim.

O‘quvchining o‘quv faolligini oshirish uchun qiziqarli misollar, aqliy o‘yinlardan keng foydalanishi lozim. Lekin ta’limdagi har bir beriladigan bilim yorqin, qiziqarli bo‘lavermaydi, shuning uchun o‘quvchilarda iroda, qat’iylik, mehnatsevarlik kabi xislatlarning kamol toptirilishi nihoyatda zarurdir. Ana shu xislatlar o‘quvchining kelgusida o‘z-o‘zini nazorat qilishga o‘z-o‘zini baholashga va mustaqil ta’lim olishga asos bo‘lish kerak. Tarbiya psixologiyasi maqsadga muvofiq ravishda tashkil etilgan pedagogik jarayon sharoitida inson shaxsiy shakllanishining qonuniyatlarini o‘rganadi. Tarbiya har qanday jamiyatning muhim vazifasidir.

Tarbiya shaxsning ijtimoiy, ma’naviy va ishlab chiqarish faoliyatiga tayyorlash maqsadida uning ma’naviy, jismoniy kamolotiga muntazam ravishda ta’sir ko‘rsatish jarayonidir. Ta’lim bilan tarbiya bir-biri bilan chambarchas bog‘liq. Ta’lim-tarbiyaning muhim vositasi bo‘lib, maqsad va vazifalarga u orqali erishiladi. Oila, turli jamoat tashkilotlari, fan-texnika, adabiyot, san’at, ommaviy axborot vositalari, radio va televedeniya, targ‘ibot-tashviqot ishlari ham tarbiyaga kuchli tas’ir ko‘rsatadi.

Bolaga avval ta’lim berish kerakmi yoki tarbiya berish kerakmi degan savollar yuradi, el orasida tarbiya ishi farzand dunyoga kelishi bilanoq darhol shafqat tuyg‘usini uyg‘otadi, deydilar. Psixologlar tarbiyaviy ish metodlarining texnologik asoslarini ishlab chiqayotganlarida, tarbiyaning uni baholab bo‘lmaydi, degan fikrga asoslanadilar. Bu metodlar qo‘llanilayotganda, birinchidan, tarbiyalanayotgan o‘quvchining yosh va individual xususiyatlarini, ikkinchidan, shu o‘quvchi a’zo bo‘lgan bolalar kollektivining xususiyatlarini, nihoyat, tarbiyaviy ta’sir ko‘rsatiladigan muayyan aniq sharoitlarni hisobga olish zarur. Tarbiya metodi deb

tarbiyachi, murabbiyning tarbiyalanuvchilarida onglilik, iymon, e'tiqod va insoniy xulq-atvor qoida normalarini shakllantirish maqsadida ularga pedagogik va psixologik ta'sir ko'rsatish usuliga aytiladi.

Shaxsning ijobiy yo'nalishi tarkib toptirish uchun maktab o'quvchisining barcha vaziyat va holatlarda to'g'ri yo'l tutishini istashi hamda to'g'ri yo'l tutishi uchun uning nima qilishini bilishi, o'zi hurmat qiladigan kishilarning nima qilayotganlarini ko'rishi va o'zi ham to'g'ri xulq-atvorli bo'lishini mashq qilishi zarur. Shaxsning rivojlanishida turli ta'sirlar, o'quv jarayoni va boshqa vositalardan tashqari tarbiyaning shaxsiy namunasi katta ahamiyatga ega. Bolalar balog'at yoshiga yetib, mustaqil hayotni boshlagunlariga qadar ko'pchilik sharoitlarda bilish, o'rganish jarayonida asosan o'quvchiga ota-ona, qo'ni-qo'shniga, doston, drama qahramonlariga taqlid qilishadi.

5. Ta'limni individualashtirish

Ta'limni individuallashtirish bu - o'quv jarayonini har bir o'quvchi yoki talabaning individual-psixologik xususiyatlari, qobiliyati, qiziqishi, ehtiyoji, bilim darajasi va o'zlashtirish sur'atini hisobga olgan holda tashkil etish tamoyilidir. Mazkur yondashuvda barcha ta'lim oluvchilarga bir xil talab va usullarni qo'llashdan ko'ra, ularning individual imkoniyatlariga mos pedagogik sharoit yaratishga e'tibor qaratiladi. Ta'limni individuallashtirishning psixologik asosini shaxsning individual farqlari tashkil etadi. O'quvchilarning diqqat, xotira, tafakkur, qobiliyat, temperament, motivatsiya va o'quv faoliyatiga munosabatida sezilarli farqlar mavjud. Shu sababli bir xil o'quv materialini turli ta'lim oluvchilar tomonidan turlicha tezlikda va turli darajada o'zlashtirilishi mumkin.

Individuallashtirish jarayonida avvalo o'quvchining boshlang'ich bilim darajasi va o'quv imkoniyatlari aniqlanadi. Shundan kelib chiqib, o'quv topshiriqlarining murakkabligi, hajmi, bajarish sur'ati va taqdim etish usullari moslashtiriladi. Kuchli o'quvchilarga murakkabroq va ijodiy topshiriqlar berish, qo'shimcha yordamga ehtiyoj sezadigan o'quvchilarga esa tushuntirish va bosqichma-bosqich topshiriqlar taqdim etish mumkin.

Ta'limni individuallashtirishda o'quv motivatsiyasi va qiziqishlarni hisobga olish ham muhimdir. O'quvchining qiziqishlariga mos topshiriqlar uning ta'lim jarayonidagi faolligini oshiradi. Mustaqil ishlash, muammoli vaziyatlarni hal qilish, ijodiy topshiriqlar va amaliy faoliyatdan foydalanish o'quvchining o'z imkoniyatlarini namoyon etishiga yordam beradi. Mazkur jarayonda o'qituvchining individual yondashuvi alohida ahamiyatga ega. O'qituvchi o'quvchining kuchli va rivojlantirilishi zarur bo'lgan jihatlarini aniqlab, unga mos ta'lim strategiyasini tanlaydi. Muntazam teskari aloqa, rag'batlantirish va obyektiv baholash o'quvchining o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi hamda o'quv faoliyatini takomillashtirishga undaydi. Ta'limni individuallashtirish individual ta'lim tushunchasi bilan bog'liq bo'lsa-da, ular aynan bir xil emas. Individual ta'lim ko'proq alohida ta'lim oluvchi uchun maxsus tashkil etilgan ta'lim shaklini anglatadi. Individuallashtirish esa umumiy ta'lim jarayonining o'zida har bir o'quvchining individual xususiyatlarini hisobga olishni nazarda tutadi.

Mavzu bo'yicha savollar.

1. Ta'lim psixologiyasining mohiyati nimadan iborat?
2. O'qishning mohiyati va qonuniyatlari qanday tavsiflanadi?
3. N.D. Levitov bo'yicha o'zlashtirishning psixologik komponentlari nimalardan iborat?
4. Ta'lim jarayonini boshqarish va rivojlantirish muammolari nimalardan iborat?
5. Ta'limni individuallashtirish deganda nima tushuniladi?
6. Ta'limni individuallashtirishning psixologik asoslari nimalardan iborat?
7. O'quvchilarning individual-psixologik xususiyatlarini hisobga olish ta'lim samaradorligiga qanday ta'sir qiladi?
8. Ta'limni individuallashtirishda o'qituvchining individual yondashuvi qanday ahamiyatga ega?
9. Individual ta'lim va ta'limni individuallashtirish o'rtasidagi farq nimadan iborat?

XULOSA

Global o'zgarishlar va murakkab ijtimoiy-madaniy transformatsiyalar kechayotgan bugungi davrda jamiyatning ma'naviy qiyofasini saqlab qolish hamda uni yanada boyitish masalasi katta ahamiyat kasb etmoqda. Bunday sharoitda madaniyat va san'at sohasi shunchaki ijodiy faoliyat maydoni emas, balki inson ruhiga orom beruvchi, jamiyatning ichki muvozanatini tiklovchi va ijtimoiy muhitni sog'lomlashtiruvchi qudratli ma'naviy kuch sifatida namoyon bo'lmoqda. Zamonaviy san'atning taraqqiyot yo'li bugun faqat estetik zavq ulashish chegarasidan chiqib, insonning tashqi voqelik bilan murakkab munosabatlarini tahlil qiluvchi chuqur falsafiy jarayonga aylandi. U shaxsning o'z-o'zini anglashiga ko'maklashadi, uning qalbidagi yashirin kechinmalarni va psixologik ziddiyatlarni badiiy obrazlar orqali yuzaga chiqaradi. Bu jarayon inson qalbi ummonining kashf etilmagan qatlamlariga nur olib kirish barobarida, millat madaniyatining boy merosini zamonaviy ijodiy loyihalar bilan boyitishga xizmat qiladi. Ma'naviy hayotning aksiologik asoslaridan biri hisoblangan san'at nafaqat insonning ichki dunyosini boyitadi, balki jamiyatning ma'naviy va madaniy taraqqiyotiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. San'at asarlari shaxsning ongli va ongsiz psixik jarayonlariga ijobiy ta'sir etish, jamiyatda insonparvarlik, bag'rikenglik va o'zaro hurmat g'oyalarini qaror toptirish, shuningdek, milliy madaniy meros bilan zamonaviy badiiy tafakkur o'rtasida uzviy bog'liqlikni ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Shu bois madaniyat va san'atning psixologik jihatlarini zamonaviy ijtimoiy voqelik sharoitida chuqur o'rganish bugungi kunning dolzarb ilmiy va amaliy vazifalaridan biridir. Shaxsning ichki dunyosini boyitishga xizmat qiluvchi badiiy-psixologik omillarni tadqiq etish jamiyatning madaniy salohiyatini yuksaltirish, fuqarolarning psixik barqarorligini mustahkamlash hamda Uchinchi Renessans g'oyalarini ro'yobga chiqarishga xizmat qiladi. San'atning estetik, tarbiyaviy va psixologik imkoniyatlaridan samarali foydalanish esa barkamol shaxsni tarbiyalash, milliy va umuminsoniy qadriyatlarni mustahkamlash hamda jamiyatning barqaror rivojlanishini ta'minlashning muhim omillaridan biri hisoblanadi.

Psixologiya fani madaniyat va san'at sohasida faoliyat yurituvchi mutaxassislar uchun muhim ahamiyatga ega. Chunki ijodiy jarayon, o'quvchi va tinglovchilar bilan muloqot, ularning didi va psixikatini anglash bevosita psixologik bilimlarga bog'liq. Ayniqsa, ta'lim tizimida faoliyat olib boruvchi musiqa o'qituvchilari uchun pedagogik va psixologik yondashuvlar o'quvchilarning qobiliyatini rivojlantirish, ularda san'atga bo'lgan qiziqishni shakllantirishda muhim omil hisoblanadi. Shu munosabat bilan, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 15-noyabrdagi PQ-391-sonli "Umumiy o'rta ta'lim maktablarida musiqa madaniyati fani o'qitilishini tubdan takomillashtirish hamda ushbu fan o'qituvchilarining kasbiy faoliyatini rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarorida qator muhim vazifalar belgilab berilgan.

Mazkur qarorga muvofiq, madaniyat va san'at yo'nalishidagi oliy ta'lim muassasalarining o'quv dasturlari doirasida psixologiya va pedagogika fanlarini o'zlashtirgan musiqa yo'nalishi bitiruvchilariga umumiy o'rta ta'lim maktablarida musiqa madaniyati fanini o'qitishga ruxsat beriladi. Bunda musiqa madaniyati fani o'qituvchilariga milliy cholg'u asboblardan kamida bittasini ijro eta olish ko'nikmasiga ega bo'lish talabi qo'yiladi. Shuningdek, madaniyat va san'at yo'nalishidagi oliy ta'lim muassasalari bitiruvchilarining bitiruv oldi amaliyoti kelishuv asosida maktablarda tashkil etilishi nazarda tutilgan.

Qarorda belgilanishicha, Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi, Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi, Madaniyat vazirligi hamda Bilim va malakalarni baholash agentligi tomonidan 2025/2026-o'quv yiliga qadar musiqa madaniyati fani o'qituvchilarining bilim darajasi va kasbiy mahoratini aniqlash bo'yicha milliy baholash tizimi ishlab chiqilib, amaliyotga joriy etiladi. Shu bilan birga, 2025/2026-o'quv yilidan boshlab madaniyat yo'nalishida kadrlar

tayyorlaydigan oliy ta'lim muassasalarida psixologiya va pedagogika fanlarini o'qitish amaliyotini keng joriy etish belgilangan¹⁵³.

Madaniyat va san'at sohasi shaxs kamoloti va jamiyatning ma'naviy tarbiyasini takomillashtiruvchi, insonni yuksak marralar sari ruhlantiruvchi eng oliy ma'rifiy platformadir. Zero, san'at bor joyda yuksalish, nafosat va ma'naviy butunlik doimo barqaror bo'ladi. Inson qalbi jimjit dengizga o'xshaydi. Yuzasi sokin, tubida esa behisob to'lqinlar yashirin. Umumiy psixologiya ana shu tubga nazar tashlashga jur'at etadi. U ko'zga ko'rinmaydigan fikrlar, sezilmay o'tadigan kechinmalar, anglanmay qoladigan istaklar izidan boradi. Har bir qarash ortida idrok yotadi, har bir so'z ortida tafakkur, har bir harakat ortida esa ichki turtki mavjud.

Inson nima uchun shunday o'ylaydi, nima sababdan aynan shunday his qiladi, javoblar shu fandan izlanadi. Diqqatning bir nuqtaga jamlanishi, xotiraning o'tmishni asrab qolishi, tafakkurning yangi yo'l topishi ongning nozik ishlashidir. Shaxs asta-sekin shakllanadi, tajriba, muhit va ichki kechinmalar uni yo'naltirib boradi. Umumiy psixologiya insonni tashqi qiyofadan ichki olamga olib kiradi. U yerda shovqin yo'q, lekin ma'nolar juda chuqur. Shu chuqurlikni anglagan sayin, inson o'ziga yaqinlashadi, o'zini anglash sari qadam qo'yadi. Psixikat haqidagi qarashlar fanning boshqa sohalarida shakllanishiga qaramay, o'z ta'rifi va mavjudlik shartlariga ko'ra u ularga bog'liq emas. Qisqacha aytganda, psixikat hech narsaning hosilasi emas va hech narsaga keltirib bo'lmaydi. U haqda biz nimani tahlil qilayotganimiz va ushbu tahlilni nimadan kelib chiqib amalga oshirayotganimiz kontekstida mulohaza yuritish mumkin. Psixikat bir vaqtning o'zida ham jamoaviy, ham individual fenomen bo'lib, u bizga obyektiv ko'rinish beruvchi nuqtayi nazarimizga va subyektiv kechinmalarimiz markaziga aylanadi.

Psixologiya – bu fan, o'qitish esa – san'atdir. Fanlar esa hech qachon bevosita o'z-o'zidan san'atni keltirib chiqarmaydi. Mantiq hali birorta insonni to'g'ri

¹⁵³ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Umumiy o'rta ta'lim maktablarida musiqa madaniyati fani o'qitilishini tubdan takomillashtirish hamda ushbu fan o'qituvchilarining kasbiy faoliyatini rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori. 2024-yil 15-noyabr, PQ-391-son. Qarang: <https://lex.uz/docs/7221711>

fikrlashga o'rgatgani yo'q, xuddi shuningdek, ilmiy etika ham hali hech kimni yaxshi amallar qilishga majbur qila olmadi. Pedagogika va psixologiya yonma-yon odimlagan, ammo birinchisi ikkinchisidan aslo kelib chiqmagan. Ikkalasi ham teng ahamiyatga ega bo'lib, biri ikkinchisiga bo'ysunmagan.

Aynan shunday, o'qitish va psixologiya hamisha o'zaro muvofiqlashtirilgan bo'lishi kerak, biroq bu qandaydir muayyan o'qitish usuli yagona va shu tarzda muvofiqlashtirilgan degani emas, chunki ko'plab usullar psixologiya qonunlariga mos kelishi mumkin. Psixologiya amaliy masalalarga, jinoyatchilikni o'rganishga, kasalliklarni davolashga, mehnat va xo'jalik faoliyatiga tatbiq etila boshladi. "Hammasi shundan dalolat beradiki, - deydi Myunsterberg, – tez orada bizda haqiqiy amaliy psixologiya paydo bo'ladi. Va o'shanda bunday amaliy psixologiya shunchaki amaliy maqsadlarda foydalanish mumkin bo'lgan nazariy psixologiya parchalari yig'indisi bo'lmaydi. Amaliy psixologiya oddiy psixologiyaga nisbatan xuddi muhandislik fanining fizikaga bo'lgan munosabatidek munosabatda bo'ladi¹⁵⁴.

Umumiy psixologiya darsligining mazkur sahifalari insoniyatning eng buyuk mo'jizasi inson psixikati va uning cheksiz imkoniyatlari haqidagi fundamental bilimlar poydevorini o'zida mujassam etadi. Biz sezgi va idrokning ilk uchqunlaridan boshlab, inson tafakkurining eng yuksak cho'qqilarigacha bo'lgan murakkab yo'lni bosib o'tar ekanmiz, har bir psixik jarayon zamirida hayotning naqadar go'zal va mantiqiy qonuniyatlar asosiga qurilganiga guvoh bo'ldik. Psixologiya fani bizga insonni ijtimoiy munosabatlar mahsuli va o'z taqdirining ongli yaratuvchisi sifatida namoyon etdi. Xotiraning oltin zanjirlari bizni o'tmish bilan bog'lasa, xayolning qanotlari kelajak sari yetaklaydi, diqqat esa borliqning cheksiz shovqinlari ichidan eng muhim haqiqatlarni saralab olishimizga ko'maklashadi.

Hissiyotlar va emotsiyalar olami esa inson hayotiga rang va mazmun bag'ishlovchi, uni harakatga keltiruvchi ichki energiya manbai ekanligi yana bir bor

¹⁵⁴ Виготский Л. С. и др. Педагогическая психология. – 1991. – С. 480.

o'z isbotini topdi. Psixologik savodxonlik zamonaviy dunyoda kishiga ma'naviy xotirjamlik va teran anglash baxtini ham hadya etadi. Inson psixikati doimiy harakatda va o'zgarishda bo'lgan tirik ummon kabi bo'lib, uni o'rganish hech qachon nuqta qo'yiladigan jarayon emasdir. Darslikda bayon etilgan metodologik yondashuvlar kelgusida har bir tadqiqotchiga va talabaga inson qalbining arxitekturasini tushunishda, shaxslararo munosabatlardagi murakkab tugunlarni yechishda hamda intellektual salohiyatni yuzaga chiqarishda mayoq bo'lib xizmat qiladi.

Biz ishonamizki, ushbu bilimlar poydevori ustiga qurilgan har bir xulosa insonning yanada komilroq, anglangan va mazmunli hayot kechirishi uchun ma'naviy-ma'rifiy quvvat bag'ishlaydi. Insonni anglash dunyoni anglash demakdir va bu yo'ldagi har bir qadam ezgulikka qo'yilgan qadamdir.

TESTLAR

1. I.P. Pavlov insonlarni qanday tiplarga ajratadi?

- A) badiiy, fikrlovchi, o'rta
- B) mavhum, mantiqiy, jonli
- V) tasavvurli, yorqin idrokli
- G) badiiy, fikrlovchi, aralash
- D) fikrlovchi, o'rta, yetakchi

2. I.P. Pavlov insonlarni tiplarga ajratishda nimalarni asos qilib oladi?

- A) shartli reflekslarni
- B) shartsiz reflekslarni
- V) oliy nerv faoliyati tiplarini
- G) birinchi va ikkinchi signal tizimlari munosabatini
- D) nerv jarayonlarining qonuniyatlarini

3. I.P. Pavlov ikkinchi signal tizimini qanday nom bilan ataydi?

- A) signallarning signali
- B) birinchi signallar tizimi
- V) ikkinchi signallar tizimi
- G) fikrlovchi signallar tizimi
- D) badiiy signallar tizimi

4. Shaxsning psixik faoliyatida birinchi signal tizimi ustunlik qilsa, bu inson qanday tipga taalluqli bo'ladi?

- A) badiiy tipga
- B) fikrlovchi tipga
- V) o'rta tipga

G) obrazli tipga

D) mulohazali tipga

5. Agarda ikkinchi signal tizimi ustunlik qilsa, bu inson qanday tipga taalluqli bo'ladi?

A) badiiy tipga

B) fikrlovchi tipga

V) o'rta tipga

G) obrazli tipga

D) mulohazali tipga

6. Agarda har ikkala signal tizimi muvozanatda (aralash) bo'lsa, bu inson qanday tipga taalluqli?

A) badiiy tipga

B) fikrlovchi tipga

V) o'rta tipga

G) obrazli tipga

D) mulohazali tipga

7. Qaysi tip uchun taassurotlar, jonli tasavvur, yorqin idrok va emotsiyalar natijasida vujudga keladigan obrazlarning yorqinligi xosdir?

A) badiiy tipga

B) fikrlovchi tipga

V) o'rta tipga

G) obrazli tipga

D) mulohazali tipga

8. Qaysi tip uchun mavhum mantiqiy tizimlar, nazariy mulohazalar va metodologik muammolarning ustunligi xosdir?

A) badiiy tipga

B) fikrlovchi tipga

V) o'rta tipga

G) obrazli tipga

D) mulohazali tipga

9. Qobiliyatning tabiati va tashxis qilish yo'llarini tadqiq etgan olim qaysi qatorda ko'rsatilgan?

A) V.P. Yagunkova

B) V.A. Kruteskiy

V) S.P. Kudryavsev

G) F. Galton

D) A.V. Kovalyov

10. Qaysi olim tomonidan matematik qobiliyatlar chuqur o'rganilgan?

A) V.P. Yagunkova

B) V.A. Kruteskiy

V) S.P. Kudryavsev

G) F. Galton

D) A.V. Kovalyov

11. O'zbek psixologlaridan qaysi biri texnik qobiliyatlar muammosi bilan shug'ullangan?

A) V. Karimova

B) B. Qodirov

V) M. Davletshin

G) G'. Shoumarov

D) R. Sunnatova

12. Qaysi qatorda qobiliyat tushunchasiga to'g'ri ta'rif berilgan?

- A) shaxsning aqliy imkoniyatlari qo'llanilishini ifodalovchi layoqat
- B) shaxs ijodiy faolligining eng yuqori darajasi
- V) faoliyatni egallash va amalga oshirish muvaffaqiyatini ta'minlovchi shaxsning individual-psixologik xususiyati
- G) shaxsning biror faoliyatni mustaqil, original tarzda bajarish imkoniyati
- D) qobiliyatlarning rivojlanishi uchun zarur bo'lgan irsiy jihatdan asoslangan xususiyat

13. Qaysi qatorda layoqat (zadadatki) tushunchasiga to'g'ri ta'rif berilgan?

- A) shaxsning aqliy imkoniyatlari qo'llanilishini ifodalovchi daraja
- B) shaxs ijodiy faolligining eng yuqori darajasi
- V) faoliyatni muvaffaqiyatli amalga oshirishni ta'minlovchi xususiyat
- G) shaxsning biror faoliyatga bo'lgan moyilligi
- D) qobiliyatlarning rivojlanishi uchun asos bo'ladigan irsiy-fiziologik xususiyatlar

14. Qaysi qatorda talant tushunchasiga to'g'ri ta'rif berilgan?

- A) shaxsning aqliy imkoniyatlari qo'llanilishini ifodalovchi layoqat
- B) shaxs ijodiy faolligining eng yuqori darajasi
- V) faoliyatni muvaffaqiyatli amalga oshirishni ta'minlovchi xususiyat
- G) shaxsning biror faoliyatni mustaqil va original tarzda bajarishini ta'minlovchi qobiliyatlar majmuasi
- D) qobiliyatlarning rivojlanishi uchun zarur bo'lgan irsiy asab tizimi xususiyati

15. Faoliyatni egallash va amalga oshirish muvaffaqiyatini ta'minlovchi shaxsning individual psixologik xususiyati nima deb ataladi?

- A) talant
- B) qobiliyat
- V) daholik
- G) layoqat

D) iqtidor

16. Odamlar va hayvonlar uchun umumiy bo'lgan, idrok, xotira va oddiy muloqot bilan bog'liq qobiliyat turi nima deb ataladi?

A) maxsus qobiliyatlar

B) umumiy qobiliyatlar

V) xususiy qobiliyatlar

G) nazariy qobiliyatlar

D) tabiiy qobiliyatlar

17. Ijtimoiy-tarixiy tabiatga ega bo'lib, jamiyatdagi taraqqiyotni belgilovchi qobiliyat turi qanday nomlanadi?

A) maxsus qobiliyatlar

B) umumiy qobiliyatlar

V) xususiy qobiliyatlar

G) nazariy qobiliyatlar

D) madaniy (o'zlashtirilgan) qobiliyatlar

18. Insonning turli faoliyatlari muvaffaqiyatini ta'minlovchi aqliy qobiliyatlar, xotira, nutq va harakatlar aniqligi qaysi qobiliyat turiga kiradi?

A) maxsus qobiliyatlar

B) umumiy qobiliyatlar

V) xususiy qobiliyatlar

G) nazariy qobiliyatlar

D) tabiiy qobiliyatlar

19. "Qobiliyatlar tug'ma ravishda beriladi va inson bilimlarining asosi ideal olamdagi tasavvurlardir" degan fikr muallifi kim?

A) Platon

B) Gall

- V) Dekart
- G) I. Pavlov
- D) Spirmen

20. Kimning fikricha, inson qobiliyatlari miya yarim sharlaridagi maxsus qat'iy markazlarga bog'liq va ularning rivojlanishi miya hajmi bilan belgilanadi?

- A) Platon
- B) Gall
- V) Dekart
- G) I. Pavlov
- D) Spirmen

21. "Talentning irsiyatga bog'liqligi, uning qonunlari va oqibatlari" asari muallifi kim?

- A) Platon
- B) Gall
- V) Dekart
- G) F. Galton
- D) Spirmen

22. Qaysi qatorda talantning asosiy belgilari ko'rsatilgan?

- A) faoliyatni muvaffaqiyatli ta'minlash
- B) faoliyatda originallik va mustaqillikning mavjudligi
- V) qobiliyat va iste'dodlarning o'zaro uyg'unligi
- G) ijtimoiy hayotni o'zgartiruvchi yaratuvchanlik imkoniyati
- D) barcha javoblar to'g'ri

23. Yuksak iste'dod (daholik) bosqichlari uchun qaysi xususiyatlar xos?

- A) ziyraklik, faoliyatga doimiy shaylik va jiddiylik
- B) mehnatsevarlik va yuqori mahsuldorlik
- V) tafakkur tezligi, tahlil va umumlashtirishning yuqori darajasi
- G) barcha javoblar to'g'ri
- D) to'g'ri javob berilmagan

24. Frenologik ta'limot (bosh suyagi tuzilishiga qarab qobiliyatni aniqlash) kim tomonidan ishlab chiqilgan?

- A) Platon
- B) Gall
- V) Dekart
- G) I. Pavlov
- D) Spirmen

25. Frenologik ta'limotga ko'ra, inson bosh miya suyagi nechta bo'lakka ajratilgan?

- A) 25
- B) 32
- V) 37
- G) 17
- D) 27

26. Qaysi olimlar oliy nerv faoliyati xususiyatlarining qobiliyatlar tuzilishiga ta'sirini aniqlashga urinishgan?

- A) B.M. Teplov va V.D. Nebilitsin
- B) V.D. Nebilitsin va I.M. Sechenov
- V) I.M. Sechenov va A.G. Kovalyov
- G) A.G. Kovalyov va I.P. Pavlov

D) Barcha javoblar to'g'ri

27. Qaysi nazariya layoqatning inson ichki tuzilishiga (fiziologiyasiga) bog'liqligini asoslab beradi?

A) ikkinchi signal tizimi haqidagi ta'limot

B) layoqatning tug'ma irsiy belgilarga asoslanishi

V) layoqatni miyaning mikrotuzilishi va sezgi a'zolari bilan bog'lovchi faraz

G) irsiyat qonunlari haqidagi ta'limot

D) barcha javoblar to'g'ri

28. Qaysi qatorda iste'dod tushunchasiga to'g'ri ta'rif berilgan?

A) qobiliyatlar taraqqiyotining yuksak bosqichi

B) murakkab faoliyatni mustaqil va original bajarish imkonini beruvchi qobiliyatlar majmui

V) shaxsning individual-psixologik xususiyatlari yig'indisi

G) shaxs ijodiy faolligining eng yuqori darajasi

D) aqliy imkoniyatlarni ifodalovchi umumiy qobiliyat

29. Inson qobiliyatlarini rivojlantirishning eng muhim ijtimoiy omili qaysi?

A) barqaror maxsus qiziqishlar

B) layoqat (zadadatk)

V) talant

G) irsiyat

D) ta'lim va tarbiya

30. Qobiliyatlarning rivojlanishi inson bosh suyagining tuzilishiga bog'liqligi haqidagi ta'limot qanday ataladi?

A) xiromantiya

B) fizionomika

V) frenologiya

G) grafologiya

D) xarakterologiya

GLOSSARIY

Agressiya – bu zarar yoki og‘riq keltirishga qaratilgan xatti-harakatlar. Bu jismoniy yoki og‘zaki bo‘lishi mumkin va ko‘pincha idrok etilgan tahdidlarga munosabatdir. Bu psixologiya va sotsiologiyada o‘rganishning muhim jihati.

Anti-ijtimoiy shaxs buzilishi – bu ko‘pincha jamiyat normalari va qonunlari bilan ziddiyatlarga olib keladigan, boshqalarning huquqlarini e‘tiborsiz qoldirish yoki buzish bilan tavsiflangan psixologik kasallik.

Asosiy atribut xatosi – bu kognitiv noto‘g‘rilik bo‘lib, unda odamlar tashqi omillar ta‘sirini kam baholaydilar va boshqalarning xatti-harakatlarini baholashda ichki omillar ta‘sirini ortiqcha baholaydilar. Bu ijtimoiy psixologiyani o‘rganishda hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Bog‘lanish nazariyasi – odamlar o‘rtasidagi uzoq muddatli munosabatlar dinamikasini tushuntiradi, xususan, ota-ona va bola munosabatlari shaxsiy rivojlanishga qanday ta‘sir qilishiga e‘tibor beradi. Erta hayotdagi xavfsiz va ishonchsiz bog‘lanishlar kelajakdagi ijtimoiy va hissiy rivojlanishda hal qiluvchi rol o‘ynaydi.

Binge ovqatlanish buzilishi – tez-tez va noqulaylik tug‘diradigan darajada ko‘p miqdorda oziq-ovqat iste‘mol qilish epizodlari bilan tavsiflanadi. Bu nazoratni yo‘qotish hissi bilan bog‘liq psixologik kasallik bo‘lib, jiddiy jismoniy kasalliklarga olib kelishi mumkin.

Bipolyar buzuqlik – bu psixik kasallik bo‘lib, kayfiyatning keskin o‘zgarishi, shu jumladan manik va depressiv pasayishlar. Bu insonning xatti-harakati va kundalik hayotda ishlash qobiliyatiga ta‘sir qiladi.

Dissotsiativ identifikatsiya buzilishi – bu dissotsiatsiyaning og‘ir shakli bo‘lib, insonning fikrlari, xotirasi va o‘zligini his qilishda aloqa etishmasligini keltirib chiqaradigan aqliy jarayon. Ilgari ko‘p shaxs buzilishi deb nomlanuvchi bu holat ko‘pincha erta bolalik davrida boshdan kechirilgan travmaga murakkab psixologik javobdir.

Divergent fikrlash – bu muammoni hal qilish va ijodkorlikda qo‘llaniladigan kognitiv jarayon bo‘lib, unda odam bitta muammoga juda ko‘p noyob yechimlarni

ishlab chiqaradi. Turli xil fikrlashni o'z ichiga olgan psixologiya tadqiqotlari yoki eksperimentlar kontekstida yondashuv yoki ko'rsatma barcha ishtirokchilar uchun bir xil bo'lishi mumkin, lekin na subyektlar, na ba'zan hatto tadqiqotchilar ham har bir ishtirokchining fikrlari qanday yo'nalishda bo'lishini taxmin qilishmaydi. Ushbu turdagi fikrlash bir nechta mumkin bo'lgan javoblarni o'rganishni rag'batlantiradi, har bir shaxsning fikrlash jarayoni an'anaviy echimlar bilan cheklanmagan turli yo'nalishlarda harakat qilish imkonini beradi.

Dopamin – bu mukofotga asoslangan xatti-harakatlarda katta rol o'ynaydigan neurotransmitter. Mukofotlarning aksariyat turlari miyadagi dopamin darajasini oshiradi va ko'plab giyohvand moddalar dopamin neyron faolligini oshiradi.

Ekzistensiya – ekzistensializmning asosiy tushunchalaridan biri bo'lib, inson shaxsining mavjudlik usulini anglatadi. Uni aql bilan tushunib bo'lmaydi, balki faqat ichki tuyg'ular va kechinmalar orqali his qilish mumkin.

Essensiya – hodisaning mohiyati.

Gestalt terapiyasi – bu psixoterapiyaning ekzistensial/eksperimental shakli bo'lib, shaxsiy mas'uliyatni ta'kidlaydi va u shaxsning hozirgi paytdagi tajribasiga, terapevt-mijoz munosabatlariga, inson hayotining ekologik va ijtimoiy kontekstlariga va odamlarning umumiy vaziyati natijasida o'zini o'zi tartibga soluvchi tuzatishlarga e'tibor beradi.

Guruhning qutblanishi – bu ma'lum bir mavzuni muhokama qilayotgan bir guruh odamlar muhokamadan keyin muammoga nisbatan keskinroq pozitsiyani egallaganlarida sodir bo'ladi. Bu hodisa ijtimoiy psixologiyada, xususan, hakamlar hay'ati qarorlari, davlat siyosati va hatto kundalik qarorlar kontekstida muhim ahamiyatga ega.

G'ayritabiiy psixologiya – bu psixologik buzilishlar va g'ayrioddiy xatti-harakatlar, his-tuyg'ular va fikrlash shakllarini o'rganish bo'lib, ular funksional buzilishlarni keltirib chiqaradigan yoki tushunmasligi mumkin. Bu soha psixologik tanglikning turli shakllariga va ularni yengillashtirishga qaratilgan tadbirlarga qaratilgan.

G'oyalar olami – barcha narsa va hodisalarning ideal mohiyatlaridan iborat ierarxik tuzilgan olam bo'lib, uning cho'qqisida ezgulik turadi.

Fleshli xotiralar – muhim voqealarning yorqin, batafsil xotiralari. Odatda, bunday xotiralar shaxsiy yoki tarixiy ahamiyatga ega bo'lgan hissiy jihatdan qo'zg'atadigan voqeani o'rganishni o'z ichiga oladi.

Chegaradagi shaxs buzilishi – bu kuchli hissiy beqarorlik, impulsiv xatti-harakatlar va notinch munosabatlar bilan tavsiflangan psixik salomatlik holati bo'lib, ko'pincha tark etishdan qo'rqish va beqaror o'zini o'zi tasavvur qilish natijasida yuzaga keladi.

Klassik konditsionerlik – bu ikkita qo'zg'atuvchi qayta-qayta juftlashganda sodir bo'ladigan o'rganish jarayoni: birinchi navbatda ikkinchi qo'zg'atuvchi tomonidan paydo bo'lgan javob oxir-oqibat faqat birinchi stimul tomonidan paydo bo'ladi.

Kognitiv dissonans – bu bir vaqtning o'zida ikki yoki undan ortiq qarama-qarshi e'tiqodlar, g'oyalar yoki qadriyatlarga ega bo'lgan odamning psixik noqulayligi. Bu noqulaylik noqulaylikni kamaytirish va muvozanatni tiklash uchun e'tiqod yoki xatti-harakatlardan birining o'zgarishiga olib kelishi mumkin.

Kognitiv qayta qurish – bu irratsional yoki noto'g'ri fikrlarni aniqlash va ularga qarshi kurashish uchun ishlatiladigan terapevtik usul. Bu kognitiv xulq-atvor terapiyasining asosi bo'lib, odamlarga sog'lom, samaraliroq fikrlash shakllarini rivojlantirishga yordam beradi.

Kosmosentrizm – Qadimgi Gretsiyada paydo bo'lgan falsafiy qarashlar tizimi bo'lib, unga ko'ra olam go'zal, uyg'un va shu bilan birga dahshat solishga qodir bo'lgan kosmos sifatida idrok etiladi. Atrof-muhitdagi barcha hodisalar kosmos prizmasi orqali ko'rib chiqilgan.

Muvofiqlik – bu munosabat, e'tiqod va xatti-harakatlarning guruh meyorlariga mos kelishi. Bu ijtimoiy xulq-atvorda kuchli kuch bo'lib, ijtimoiy psixologiyada keng o'rganiladi.

Mudofaa mexanizmlari – bu shaxslar, guruhlar va hatto xalqlar tomonidan haqiqatga dosh berish va o'z-o'zini imidjini saqlab qolish uchun kiritilgan

psixologik strategiyalar. Ular ko‘pincha ongsiz ravishda ishlaydi va rad etish, repressiya va ratsionalizatsiyani o‘z ichiga olishi mumkin.

Muvaffaqiyat motivatsiyasi – shaxsning vazifalarni bajarish va maqsadlarga erishishga intilishini anglatadi. Bu insonning xulq-atvorini hayotning turli sohalarida, jumladan, ta’lim, martaba va shaxsiy yutuqlarda muvaffaqiyatga olib keladigan kuchdir.

Ta’sirli prognozlash – bu odamlarning kelajakdagi hissiy holatini bashorat qilish jarayoni. Bu ko‘pincha kelajakdagi voqealarga, ham ijobiy, ham salbiy hissiyotlarga moslashish qobiliyatini kam baholashni o‘z ichiga oladi.

Tasdiqlash tarafkashligi – bu ma’lumotni izlash, sharhlash, ma’qullash va eslab qolish, shu bilan birga muqobil imkoniyatlarga nomutanosib ravishda kamroq e’tibor berib, o‘zining oldingi e’tiqodlari yoki gipotezalarini tasdiqlaydigan tarzda.

Tasodif – inson uchun kutilmaganda yuz beradigan, oldindan ko‘ra bilish qiyin yoki imkonsiz bo‘lgan hodisa.

Ta’sir qilish terapiyasi – bu odamlarga o‘z qo‘rquvlariga qarshi turishga yordam berish uchun ishlab chiqilgan psixologik davolash. Odamlar biror narsadan qo‘rqishganda, ular qo‘rqadigan narsalar, harakatlar yoki vaziyatlardan qochishga moyildirlar. Ushbu davolash bemorning tashvishini yengish uchun qo‘rqinchli obyekt yoki kontekstga hech qanday xavf tug‘dirmasdan ta’sir qilishni o‘z ichiga oladi.

Tengdoshlar bosimi – bu tengdoshlar guruhining ta’siri bo‘lib, odamlarni guruh meyorlariga moslashish uchun o‘z munosabatlarini, qadriyatlarini yoki xatti-harakatlarini o‘zgartirishga undaydi.

Qoniqishning kechikishi – bu darhol mukofot olish vasvasasiga qarshi turish va keyingi mukofotni kutish qobiliyati. Bu hissiy intellekt va o‘zini o‘zi boshqarishning muhim jihati.

Xulq-atvorni o‘zgartirish – bu shaxsning xatti-harakatlarini kuchaytirish yoki jazolash kabi usullar yordamida o‘zgartirishni o‘z ichiga oladi. Odatda turli xil terapevtik sharoitlarda, shu jumladan fobiya va boshqa psixologik kasalliklarni davolashda qo‘llaniladi.

Yengish mexanizmlari – bu odamlar stress va qiyin vaziyatlarni yengish uchun foydalanadigan strategiyalar. Bular sogʻlom boʻlishi mumkin, masalan, ijtimoiy yordam izlash yoki nosogʻlom, giyohvand moddalarni suisteʼmol qilish kabi.

Rivojlanish psixologiyasi – bu inson hayoti davomida qanday va nima uchun oʻzgarishini ilmiy oʻrganadigan fan. Ushbu intizom biologik, ijtimoiy, hissiy va kognitiv jarayonlar kabi nazariy sohalarining keng doirasini koʻrib chiqadi.

Hissiy intellekt – bu oʻz his-tuygʻularini va boshqalarning his-tuygʻularini aniqlash va boshqarish qobiliyati. Bu, odatda, kamida uchta koʻnikmalarni oʻz ichiga oladi: hissiy ong, his-tuygʻulardan foydalanish va ularni fikrlash va muammolarni hal qilish kabi vazifalarda qoʻllash qobiliyati va hissiyotlarni boshqarish qobiliyati, bu kerak boʻlganda oʻz his-tuygʻularini tartibga solish va boshqalarni koʻtarish yoki tinchlantirish.

Empatiya – bu boshqa odam oʻz nuqtayi nazaridan nimani boshdan kechirayotganini tushunish yoki his qilish qobiliyati, yaʼni oʻzini boshqa odamning oʻrniga qoʻyish qobiliyati. Bu hissiy intellektning muhim tarkibiy qismidir.

Ekzistensial inqiroz – bu shaxs oʻz hayotining mazmuni, maqsadi va qadriyatlarini qayta baholaydigan, ularning mohiyatini shubha ostiga qoʻyadigan psixologik holatdir. Bunday vaziyatda inson hayotining mazmuni, yashashdan koʻzlangan maqsadi va mavjudligining ahamiyati haqida chuqur mulohaza yuritadi. Mazkur hodisa insonning mavjudligi, erkinligi, tanlovi va masʼuliyatini oʻrganuvchi ekzistensial psixologiya yoʻnalishining muhim tadqiqot obyektlaridan biri hisoblanadi.

Psixologiyada yoʻq boʻlib ketish – bu xatti-harakatning pasayishi yoki yoʻqolishiga olib keladigan shartli javobning asta-sekin zaiflashishini anglatadi. Ushbu konsepsiya odatda odamlar va hayvonlarni oʻz ichiga olgan terapiyada qoʻllaniladi.

Sabab – oʻzidan keyin muqarrar ravishda oqibat deb ataladigan yangi hodisani keltirib chiqaradigan hodisadir.

Soxta xotira – bu psixologik hodisa bo‘lib, unda odam sodir bo‘lmagan yoki sodir bo‘lganidan boshqacha sodir bo‘lgan narsani eslaydi. Inson xotirasining bu qiziq jihati his-tuyg‘ular, tasavvurlar, ishoralar va takliflar inson xotirasini qanday qilib keskin buzishi mumkinligini ko‘rsatadi.

Oqim – bu shaxsning faoliyatga to‘liq singib ketgan, faoliyat jarayonida diqqatni jamlash va zavqlanish darajasini boshdan kechiradigan psixologik holat. Bu atama Mixaly Csikszentmihalyi tomonidan ommalashgan.

Odatlanish – bu o‘rganishning oddiy shakli bo‘lib, unda organizm takroriy ta’sir qilishdan keyin stimulga javob berishni to‘xtatadi. U odamlarda ham, hayvonlarda ham moslashuvchan xatti-harakatlar yoki assotsiativ bo‘lmagan o‘rganish shakli sifatida qaraladi.

Operant konditsionerlik – bu xatti-harakat uchun mukofot va jazolash orqali yuzaga keladigan o‘rganish usuli. Operant konditsionerlik orqali shaxs ma’lum bir xatti-harakat va natija o‘rtasida bog‘lanishni amalga oshiradi.

O‘rganilgan nochorlik – bu travmatik hodisa yoki doimiy muvaffaqiyatga erisha olmaslik natijasida kelib chiqadigan kuchsizlik tuyg‘usidan aziyat chekadigan holat. Bu depressiyaning asosiy sabablaridan biri deb hisoblanadi.

Erkin assotsiatsiya – bu psixoanalitik terapiya amaliyoti bo‘lib, bemor ongsiz ongni o‘rganish usuli sifatida senzurasiz xayoliga kelgan narsani aytadi. Bu usul psixoanalizning diagnostik jarayonlarida asosiy hisoblanadi.

Evristik – bu odamlarga muammolarni tez va samarali hal qilish va xulosa chiqarish imkonini beradigan aqliy yorliq. Ushbu oddiy strategiyalar qaror qabul qilish vaqtini qisqartiradi va odamlarga keyingi harakatlar yo‘nalishi haqida o‘ylashdan to‘xtamasdan ishlashga imkon beradi.

Gipomaniya – psixik holatning doimiy disinhibisyonu va kayfiyatning ko‘tarilishi (eyforiya) bilan tavsiflanadi, uning xatti-harakati psixik tushkunlik holatida odamning odatiy xatti-harakatlaridan sezilarli farq qiladi. Bu odatda bipolyar II buzuvchilik bilan og‘rigan odamlarda kuzatiladi.

Id, ego va superego – Zigmund Freydning psixikaning tizimli modelida aniqlangan psixik apparatning uch qismi; ular faoliyati va o‘zaro ta’siri bo‘yicha

aqliy hayot tasvirlangan uchta nazariy konstruksiyadir. Id - muvofiqlashtirilmagan instinktiv istaklar to‘plami; ego - bu uyushgan, realistik qism; superego esa tanqidiy va axloqiy rol o‘ynaydi.

Yashirin tarafkashlik – bu bizning tushunchamiz, harakatlarimiz va qarorlarimizga ongsiz tarzda ta’sir qiladigan munosabat yoki stereotiplarni anglatadi. Ham ijobiy, ham salbiy baholarni o‘z ichiga olgan bu noto‘g‘ri qarashlar ixtiyoriy ravishda va shaxsning ongi yoki qasddan nazoratisiz faollashadi.

Intellektual koeffitsient yoki IQ – bu inson intellektini baholash uchun mo‘ljallangan standartlashtirilgan testlar yoki subtestlar to‘plamidan olingan umumiy ball. IQ testining balli qo‘ng‘iroq chizig‘iga asoslanadi, ko‘pchilik odamlar o‘rtacha diapazonda ball to‘playdi.

Nazorat o‘chog‘i – bu psixologik tushuncha bo‘lib, odamlar o‘zlarining hayotlariga ta’sir qiladigan vaziyatlar va tajribalarni nazorat qilishlariga qanchalik kuchli ishonishlarini anglatadi. Ichki nazorat markaziga ega bo‘lganlar voqealar va ularning natijalariga ta’sir qilishlari mumkinligiga ishonishadi, tashqi nazorat markaziga ega bo‘lganlar esa hamma narsada tashqi kuchlarni ayblaydi.

Uzoq muddatli xotira – bu ma’lumotlarni uzoq vaqt davomida saqlashni anglatadi. U katta hajmdagi ma’lumotlarni potensial cheksiz muddatga (ba’zan butun umrga) saqlash imkoniyatiga ega. Uning xotiralarni tiklash qobiliyati bir necha soniya oldin va o‘nlab yillargacha davom etadi.

Maslouning ehtiyojlar ierarxiyasi – bu psixologiyadagi motivatsion nazariya bo‘lib, u ko‘pincha piramida ichidagi ierarxik darajalar sifatida tasvirlangan inson ehtiyojlarining besh darajali modelini o‘z ichiga oladi. Shaxslar yuqoriroq ehtiyojlarni qondirishdan oldin, ierarxiyadagi pastroq ehtiyojlar qondirilishi kerak. Ierarxiyaning pastki qismidan yuqoriga qarab, ehtiyojlar quyidagilardan iborat: fiziologik, xavfsizlik, sevgi va tegishlilik, hurmat va o‘zini o‘zi anglash.

Psixik to‘plam – bu vaziyatlarga o‘tmishda qanday munosabatda bo‘lgan bo‘lsa, shunday yondashish tendensiyasidir. Bu kognitiv tarafkashlikning bir turi

bo‘lib, bizni muammoning muqobil yechimlarini ko‘rishga to‘sqinlik qilishi mumkin, ayniqsa oldingi usul muvaffaqiyatli bo‘lsa.

Ehtiyotkorlik – bu meditatsiya va boshqa mashg‘ulotlar orqali rivojlanishi mumkin bo‘lgan hozirgi vaqtda sodir bo‘layotgan ichki va tashqi tajribalarga e‘tiborni jalb qilishning psixologik jarayoni.

Ko‘zgu neyronlari – bu hayvon harakat qilganda ham, boshqasi tomonidan bajarilgan bir xil harakatni kuzatganda ham yonadigan neyronlar. Ushbu aks ettirish jarayoni tushunish, taqlid qilish va empatiya bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin, chunki bu neyronlar odamga boshqa odamning xatti-harakatlarini idrok etish va tushunishga imkon beradi.

Kayfiyat buzilishlari – bu psixik kasalliklar toifasi bo‘lib, u odamning kayfiyatining ko‘tarilishi yoki pasayishi bilan tavsiflanadi, masalan, katta depressiya yoki bipolyar buzuqlik. Kayfiyatning buzilishi uyqu rejimi va faollik darajasining o‘zgarishiga olib kelishi mumkin va odamning ishlash qobiliyatini sezilarli darajada yomonlashtiradi.

Neyroplastiklik – shuningdek, miya plastisitivligi, asab tizimining tuzilishini, funksiyalarini yoki aloqalarini qayta tashkil etish orqali ichki yoki tashqi ogohlantirishlarga javoban o‘z faoliyatini o‘zgartirish qobiliyatidir.

Vahima buzilishi – bu takrorlanadigan kuchli vahima hujumlari bilan tavsiflangan anksiyete buzilishi. Bundan tashqari, u kamida bir oy davom etadigan jiddiy xatti-harakatlar o‘zgarishlarini va boshqa hujumlarning oqibatlarini yoki tashvishlari haqida tashvishlanishni o‘z ichiga olishi mumkin.

Paranoid shaxs buzilishi – bu paranoyya va keng tarqalgan, uzoq vaqtdan beri davom etadigan shubha va boshqalarga nisbatan umumiy ishonchsizlik bilan tavsiflangan psixik kasallik.

Perseptiv doimiylik – bu inson ongining xususiyati bo‘lib, uning yordamida idrok obyekti yorug‘lik, masofa yoki burchakning o‘zgarishi kabi turli xil sharoitlarda bir xil xususiyatlarga ega bo‘lgan holda idrok qilinadi.

Periferik asab tizimi (PNS) – bu asab tizimining ikkita asosiy tarkibiy qismidan biri bo‘lib, ikkinchi qismi markaziy asab tizimidir. PNS miya va orqa miya

tashqarisidagi nervlar va gangliyalardan iborat. PNSning asosiy roli markaziy asab tizimini oyoq-qo'llar va organlar bilan bog'lashdan iborat bo'lib, asosan miya va ekstremitalar o'rtasida oldinga va orqaga ketadigan aloqa relesi sifatida xizmat qiladi. Bu tizim tana funktsiyalarini tartibga solish va tashqi ogohlantirishlarga javob berishda hal qiluvchi ahamiyatga ega. PNS ikkita quyi tizimga bo'linadi: ixtiyoriy harakatlarni boshqaradigan somatik asab tizimi va ixtiyoriy reaksiyalarni boshqaradigan avtonom asab tizimi, uning ongli va ongsiz funksiyalarida muhim rolini ta'kidlaydi.

Proyektsiya – bu psixologik himoya mexanizmi bo'lib, unda odamlar o'zlari uchun qabul qilinishi mumkin bo'lmagan xususiyatlarni boshqa odamga berishadi.

Shikastlanishdan keyingi stress buzilishi – bu dahshatli voqea yoki uni boshdan kechirish yoki guvohlik berish natijasida yuzaga keladigan psixik salomatlik holati. Alomatlar o'z ichiga eslashlar, qo'rqinchli tushlar va og'ir tashvish, shuningdek, voqea haqida boshqarib bo'lmaydigan fikrlarni o'z ichiga olishi mumkin.

Zaruriyat – muayyan qonuniyatning amal qilishi natijasida erta yoki kech, ammo albatta yuz beradigan hodisa (boshqacha aytganda, bu qonuniyatdir).

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Umumiy o‘rta ta’lim maktablarida musiqa madaniyati fani o‘qitilishini tubdan takomillashtirish hamda ushbu fan o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatini rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarori. 2024-yil 15-noyabr, PQ-391-son. Qarang: <https://lex.uz/docs/7221711>
2. Abduraxmanovna B. G. Shaxslarning individual xarakter xususiyatlari va uni namoyon bo‘lish shakllari // Global Science Review. – 2025. – T. 4. – №. 6. – C. 677-684.
3. Andrijauskas A. The Sources of the Psychology of Art and Its Place among the Disciplines That Study Art and Creativity. *Arts* 2022, 11, 96. <https://doi.org/10.3390/arts11050096>
4. Akbaraliyeva A. T., Orifjonova N. Inson temperamentining individual dinamik xususiyatlari va psixik faoliyatdagi roli // Ta’lim innovatsiyasi va integratsiyasi. – 2026. – T. 61. – №. 2. – C. 217-220.
5. Al-Balkhi A. Z. Sustenance of the Soul: The Cognitive Behavior Therapy of a Ninth Century Physician / translation and annotation by M. Badri. – Herndon: The International Institute of Islamic Thought, 2013. – 92 p.
6. Bandura A., Adams N. E., Beyer J. Xulq-atvor o‘zgarishiga vositachilik qiluvchi kognitiv jarayonlar // Shaxs va ijtimoiy psixologiya jurnali. – 1977. – T. 35. – №. 3. – S. 125.
7. Berntson G. G., Cacioppo J. T., Sarter M. Psychophysiology // Biological psychiatry. – 2002. – C. 123-138.
8. Bolotova A.K., Jukov Y.M., Petrovskaya L.A. Ijtimoiy aloqalar. Muloqot psixologiyasi. – 2016 yil.
9. De Simone F, Kourtesis P, Collina S, Nicolais F, Presta R and Montanari R (2025) Editorial: Psychology and art: exploring new ways of interaction. *Front. Psychol.* 16:1542235. doi: 10.3389/fpsyg.2025.1542235

10. Cacioppo J. T., Tassinary L. G., Berntson G. (ed.). Handbook of psychophysiology. – Cambridge university press, 2007.
11. Carr H. A., Kingsbury F. A. Qobiliyat tushunchasi // Psixologik sharh. – 1938. – T. 45. – №. 5. – S. 354.
12. Eshmirzayev Q. Shaxsning individual psixologik xususiyatlari temperament // Academic research in educational sciences. – 2025. – №. Conference. – C. 363-365.
13. Fayziyeva U., Jumayev N. Umumiy psixologiya: o‘quv qo‘llanma. – Buxoro, 2021. – 219 b.
14. Fiske S. T., Russell A. M. Cognitive processes // The SAGE handbook of prejudice, stereotyping and discrimination. – 2010. – C. 115-130.
15. Glaskin K. Dreams, perception, and creative realization // Topics in Cognitive Science. – 2015. – T. 7. – №. 4. – C. 664-676.
16. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya: darslik. – Toshkent: “O‘qituvchi”, 2010. – 352 b.
17. Haydarov F. I., Halilova N. I. Umumiy psixologiya: darslik. – Toshkent: Fan va texnologiyalar, 2010. – 330 b.
18. Haydarov F., Xalilova N. Psixologiya fanlarini o‘qitish metodikasi. – Toshkent: “Aloqachi”, 2007.
19. Howe M. J. A. Concepts of ability // Human Abilities. – Psychology Press, 2013. – C. 39-48.
20. Ikromova S. A. Ijtimoiy psixologiyaning bugungi kundagi ahamiyati // Pedagogik tadqiqotlar jurnali. – 2024. – T. 2. – №. 1. – C. 193-196.
21. Irene Daum (2016): Irene Daum: Psychology and Art. w/k–Between Science & Art Journal. <https://doi.org/10.55597/e1227>
22. Ivanov P.I., Zufarova M.Y. Pedagogika psixologiy. – T.: “O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati”, 2008. – 480 b.
23. Jons E. Sigmund Freyd // Psixo-tahlil xalqaro jurnali. – 1940. – T. 21. – S. 2.
24. Leeper R. Cognitive processes. – 1951.

25. Nichols R. C. The origin and development of talent // The Phi Delta Kappan. – 1967. – T. 48. – №. 10. – C. 492-496.
26. Nishanova Z., Alimova G. Bolalar psixologiyasi va uni o‘qitish metodikasi. – Toshkent.: O‘zbekiston Yozuvchilar uyushmasi Adabiyot jamg‘armasi nashriyoti, 2006. 160 b
27. Mather G. The psychology of art. – Routledge, 2020.
28. Ochilova G. O., Akbarova S. S. Kasbiy kompetentlik: darslik. – Toshkent, 2022.
29. Safayev N.S., Mirashirova N.A., Odilova N.G. Umumiy psixologiya nazariyasi va amaliyoti. – T.: Nizomiy nomidagi TDPU, 2013.
30. Seth A. K. et al. Measuring consciousness: relating behavioural and neurophysiological approaches // Trends in cognitive sciences. – 2008. – T. 12. – №. 8. – C. 314-321.
31. Tillayeva G. H. Akmeologiyaning axloqiy jihatlari // Вестник молодых ученых. – 2025. – T. 1. – C. 147-153.
32. To‘xtanaxarova X. Xotira jarayonlari: mexanizmlari, turlari va rivojlantirish usullari // Science and Education. – 2025. – T. 6. – №. 12. – C. 733-737.
33. Turg‘unboyev K., Tolipov M., Oxunov I. Ijtimoiy pedagogika asoslari: o‘quv qo‘llanma. – Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2008.
34. Vohidov M. Maktabgacha tarbiya psixologiyasi. – Toshkent, 1970.
35. Wundt W. M., Judd C. H. Outlines of psychology. – Williams & Norgate, 1902.
36. Hakimova S. Inson temperamentining psixologik xususiyatlari va ularning ijtimoiy hayotdagi o‘rni // Science and Education. – 2025. – T. 6. – №. 11. – C. 981-985.
37. Worthy L. D. Culture and psychology. – 2025.
38. Weir, K. (2025, September 1). What happens in the brain when we experience art. Monitor on Psychology, 56(6). <https://www.apa.org/monitor/2025/09/art-mind-brain>
39. Александров Ю. И. Психофизиология. – СПб.: Питер, 2007.

40. Антипов С. С. Воображение как свойство человека // Философская школа. 2018. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/voobrazhenie-kak-svoystvo-cheloveka> (дата обращения: 22.04.2026).
41. Авдулова Т. Психология подросткового возраста. Учебник и практикум для академического бакалавриата. – ЛитРес, 2017.
42. Андрианова Е. С. Мотивы и мотивация // Молодежь и будущее: профессиональная и личностная самореализация. – 2020. – С. 22-23.
43. Амбалова С. А. Психологические проблемы учеников младших классов средней общеобразовательной школы // АНИ: педагогика и психология. 2018. №4 (25). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-problemy-uchenikov-mladshih-klassov-sredney-obscheobrazovatelnoy-shkoly> (дата обращения: 04.05.2026).
44. Аристова И. Л. Общая психология // Мотивация, эмоции, воля: Учебное пособие. – Владивосток: ТИДОТ ДВГУ, 2003.
45. Axmadov N.R. Yosh davrlar psixologiyasi. – Buxoro: Durdona nashriyoti, 2022.
46. Воин А. М. Искусство как познание (i) // Concorde. 2019. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/iskusstvo-kak-poznanie-i> (дата обращения: 22.04.2026).
47. Белов В. Г., Коротенкова Р. Г., Гурьева М. А., Павловская А. В., Психологические особенности тревожности у учащихся младших классов // Ученые записки университета Лесгафта. 2011. №10. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-trevozhnosti-u-uchaschihsya-mladshih-klassov> (дата обращения: 04.05.2026).
48. Блонский П. П. и др. Память и мышление. – Питер, 2001.
49. Выготский Л. С. и др. Педагогическая психология. – 1991. – С. 480.
50. Гришина Н. В. Курт Левин: жизнь и судьба // Жизненное пространство в психологии. – 2000.
51. Деменёв Д. Н. Художественная воля как онтологическое основание искусства // Философская мысль. 2020. №3. URL:

- <https://cyberleninka.ru/article/n/hudozhestvennaya-volya-kak-ontologicheskoe-osnovanie-iskusstva> (дата обращения: 23.04.2026).
- 52.Иванников В. А. Понятие личности в психологии // Вопросы психологии. – 2012. – №. 5. – С. 125-131.
- 53.Ильин Г. Л. Некоторые вопросы психологии общения // Вопросы психологии. – 1986. – №. 5. – С. 113-124.
- 54.Карпов А. В. Психология труда. – 2014.
- 55.Ковынева О. Г. Введенский Вадим Николаевич Психологические особенности детей дошкольного возраста // Universum: психология и образование. 2017. №11 (41). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-detey-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 04.05.2026).
- 56.Комарова Е. Ю. Развитие хореографических способностей детей в дошкольном образовательном учреждении : выпускная квалификационная работа. Уральский государственный педагогический университет, Институт музыкального и художественного образования, Кафедра художественного образования. — Екатеринбург, 2019. 78 с.
- 57.Карцева Г. А. Личност художника в создании произведения искусства // Вестник ТГУ. 2011. №12. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/lichnost-hudozhnika-v-sozdanii-proizvedeniya-iskusstva> (дата обращения: 22.04.2026).
- 58.Кирьякова А. В. Теория ориентации личности в мире сущностей. – Оренбург, 1996.
- 59.Ключко В. Е., Краснорядсева О. М., Хван Н. В. Индивидуально-психологические характеристики двух типов хронотопической организации жизненного мира человека // СибСкрипт. – 2015. – №. 3-3 (63). – С. 148-154.
- 60.Корягина Н. А., Антонова Н. В., Овсянникова С. В. Психология общения. – 2018.

61. Лабунская В. А., Менджериская Ю. А., Бреус Е. Д. Психология затрудненного общения. – 2001.
62. Лисина М. И. Проблемы онтогенеза общения // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2009. – Т. 2. – №. 2. – С. 101-110.
63. Луценко Е. Л. Эффективность психофизиологических тренингов при разных особенностях личности // Вісник Харківського університету. – 2010. – №. 44. – С. 111-115.
64. Леснянская Ж. А. Психология подросткового возраста и ранней юности // Чита: ЗабГУ. – 2018.
65. Менделевич В. Д. Клиническая и медицинская психология. – М.: Медпресс, 1999.
66. Молчанов С. Психология подросткового и юношеского возраста. Учебник для академического бакалавриата. – ЛитРес, 2016.
67. Мизгаров Е. О. Искусство мышления // Культура. Духовность. Общество. 2014. №9. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/iskusstvo-myshleniya> (дата обращения: 22.04.2026).
68. Мурзина С. М. Психология художественного творчества // Ученые записки ОГУ. Серия: Гуманитарные и социальные науки. 2008. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologiya-hudozhestvennogo-tvorchestva> (дата обращения: 22.04.2026).
69. Остонова Г.Р. Психолого-педагогические основы восприятия и воображения // European research. – 2019. – С. 30-31.
70. Петровский А. В., Ярошевский М. Г. Психология. – М.: Академия, 2002.
71. Русалов В. Темперамент в структуре индивидуальности человека. – М.: Институт психологии РАН, 2015.
72. Сердюк И. И. Условия формирования и развития личности // Концепт. – 2016. – №. Т15. – С. 1741-1745.
73. Серкин В. П. Методы психологии субъективной семантики и психосемантики. – М.: Пчела, 2008.

74. Солдатова Е., Лаврова Г. Психология развития и возрастная психология. – ЛитРес, 2019.
75. Симакова М. С. Технологии эффективного взаимодействия с селевой аудиторией // Вестник ННГУ. 2020. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tehnologii-effektivnogo-vzaimodeystviya-s-tselevoy-auditoriey> (дата обращения: 23.04.2026).
76. Шевырдяева К. С. Психолого-педагогические особенности мотивации младших школьников // Вестник ПензГУ. 2013. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskie-osobennosti-motivatsii-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 04.05.2026).
77. Тихомиров О. К., Ключко В. Е. Эмоциональная регуляция мыслительной деятельности // Вопросы психологии. – 1980. – Т. 5. – С. 23-31.
78. Токарева Г. В., Дорфман Л. Я. Имплитные процессы в западной психологии // Психология. Психофизиология. – 2014. – Т. 7. – №. 1. – С. 17-27.
79. Тонконогов А. В. Культура человеческого мышления как социальный феномен // Социально-гуманитарные знания. 2013. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kultura-chelovecheskogo-myshleniya-kak-sotsialnyy-fenomen> (дата обращения: 22.04.2026).
80. Третьякова А. Н., Полевая М. В. Психологические методы управления персоналом // Научный вестник МГИИТ. – 2012. – №. 2. – С. 112-117.
81. Чагарова М. Д. Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста // Педагогический вестник. 2023. №31. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-emotsionalnogo-intellekta-u-detey-doshkolnogo-vozrasta-1> (дата обращения: 04.05.2026).
82. <https://asab.cc/uz/jenciklopediya/2232-temperament-va-uning-tiplari.html>
83. <https://lib.jdpu.uz/storage/uploads/files/Uumiy%20psixologiy.%20Xalilova.pdf>
84. https://renessans-edu.uz/files/books/2024-12-03-11-17-50_48b6d209c8b0d549df6696fb98fcfe67.pdf
85. <https://uz.wikipedia.org/wiki/Tafakkur>