

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

MA‘MUN UNIVERSITETI



**ZAMONAVIY PSIXOLOGIYADA
JAMIYATNING DOLZARB MUAMMOLARI:
YECHIMLAR VA ISTIQBOLLAR**

mavzusida Xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya

2024-yil 20-21-may

1-qism

TOSHKENT – 2024

Tahririyat hay'ati: A.O.Nurjonov, E.M.Xudoynazarov, D.A.Urazbayeva, M.B.Kalandarova, B.B. Nurullayeva, N.R.Jumaniyozova, X.A.Kasimova, I.K.Jumaniyozova, B.A.Raximov.

Ma'sul muharrir: DSc. D.A. Urazbayeva

Taqrizchilar ps.f.d., prof. Z.T.Nishonova, ps.f.d., prof. D.G.Muxamedova, ps.f. n., dots. B.B. Nurullayeva.

“Zamonaviy psixologiyada jamiyatning dolzarb muammolari: yechimlar va istiqbollar” mavzusidagi xalqaro ilmiy konferensiya maqsadi bugungi kunda jamiyatimizning turli sohalaridagi mavjud muammolarning psixologik tahlili, psixodiagnostikasi, psixokorreksiyasi va psixoprofilaktikasini amaliy imkoniyatlarini aniqlash hamda ularni bartaraf qilishning chora-tadbirlarini ishlab chiqishdan iboratdir.

Konferensiya sho'balari doirasida antropologik psixologiya, akmeologiya, muloqot psixologiyasi, tibbiy psixologiya, rivojlanish psixologiyasi, yuridik psixologiya, surdopsixologiya, tiflopsixologiya, logopediya, inqirozli va xavfli vaziyatlar psixologiyasi, stress psixologiya, pedagogik psixologiya, o'qituvchi psixologiyasi, savdo-sotiq psixologiyasi, ommaviy axborot psixologiyasi, hulq-atvor psixologiyasi, din psixologiyasi sohalariga bag'ishlangan ilmiy- amaliy tadqiqot natijalari aks etgan

Ushbu konferensiya to'plami mazkur yo'nalishda ilmiy izlanishlar olib borayotgan professor-o'qituvchilar, ilmiy tadqiqotchilar, talaba va magistrantlar uchun foydali bo'ladi deb umid qilamiz.

Mazkur to'plamga kiritilgan materiallarning mazmuni, undagi statistik ma'lumotlar va me'yoriy hujjatlar sanasining to'g'riligiga hamda tanqidiy fikr-mulohazalarga mualliflarning o'zlari ma'suldirlar.

Konferensiya o'tkazilishi O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2024-yil 20-mart 76-sonli buyrug'i bilan ma'qullangan.

Ushbu konferensiyasi materiallari Ma'mun universitetining 2024-yil 26-aprel 9-sonli qarori bilan nashrga tavsiya qilindi.

Kirish

Hurmatli hamkasblar

Mamlakatimizda ilm-fanni har tomonlama rivojlantirishga, yoshlarning o'z iste'dodlarini ro'yobga chiqarishlari, o'zlari tanlagan mutaxassisliklari bo'yicha chuqur bilim olishlari, kasb-hunar o'rganishlari uchun barcha zarur shart-sharoitlar yaratilgan. Yoshlar bilimini, malakasini, mahoratini oshirib, ijtimoiy-iqtisodiy va boshqa barcha jabhalarda yanada faol bo'lib, istiqbolli loyihalarini hayotga keng tatbiq etilmoqda. Bugungi kunda turli soxalarda kuzatilayotgan ilm-fan yutuqlari Yangi O'zbekiston taraqqiyotining muhim omili sifatida hizmat qiladi. Yurtimizda ta'lim jarayoniga, ilmiy-amaliy tadqiqotlar olib borilishiga alohida e'tibor qaratilayotganini ta'kidlab o'tishimiz zarur.

Ilm-fan rivojlanishining yana bir sharti sifatida soha olimlari o'zaro fikr va tajriba almashishishlarini misol qilishimiz mumkin. Xalqaro ilmiy konferensiyalar o'tkazish esa olimlarni bir joyga jamlashda, yangi g'oyalash tug'ilishida o'ziga xos o'rin tutadi.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 4-iyuldagi PQ-200-son qarori ijrosini ta'minlash hamda O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2024-yildagi buyrug'iga asosan mamlakatimizda o'tkaziladigan xalqaro va respublika miqyosidagi ilmiy hamda ilmiy-texnik anjumanlar rejasiga muvofiq Ma'mun universitetida o'tkazilayotgan "Zamonaviy psixologiyada jamiyatning dolzarb muammolari: yechimlar va istiqbollar" mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya bugungi kunda turli sohalarda mavjud muammolarning psixologik tahlili, psixodiagnostikasi, psixokorreksiyasi va psixoprofilaktikasining amaliy imkoniyatlarini aniqlash hamda ularni bartaraf qilishning chora-tadbirlarini ishlab chiqishga qaratilgan.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019 yil 3 fevraldagi PF-4190 son "O'zbekiston Respublikasida aholi ruhiy salomatligini saqlash xizmatini rivojlantirish bo'yicha 2019-2025 yillarga mo'ljallangan konsepsiyasi" to'g'risidagi Farmoni, O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 7 iyundagi 472-son "Psixologiya sohasida kadrlarni tayyorlash tizimini yanada takomillashtirish va jamiyatda huquqbuzarliklarning oldini olish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Qarori hamda boshqa me'yoriy hujjatlar doirasida belgilangan keng ko'lamli strategik chora-tadbirlarni amalga oshirishda mazkur "Zamonaviy psixologiyada jamiyatning dolzarb muammolari: yechimlar va istiqbollar" mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya muayyan darajada xizmat qiladi.

Psixologik tadqiqotning asosiy predmeti inson faoliyati va xatti-harakati deb belgilanadigan bo'lsa, mazkur sohaning asosiy vazifasi psixik faoliyat o'rganish hisoblanadi. So'nggi davrda psixologik tadqiqotlar doirasi sezilarli darajada kengaydi, yangi ilmiy yo'nalishlar va fanlar paydo bo'ldi. Psixologiyaning fan sifatida yurtimizda rivojlanish tarixiga e'tibor beradigan bo'lsak shuni ta'kidlash lozimki, u oxirgi davr mobaynida rivojlandi. Lekin tarixan, umuman psixologiyaning O'zbekiston hududida shakllanishini tahlil qilinsa, uning diniy-falsafiy olimlar va qarashlar tizimida o'ziga xos tarzda shakllanib borganini ko'rish mumkin.

Mamlakatimizda psixolog mutaxassislar oldida juda muhim tadqiqot mavzulari mavjudki, ularda hozirgi davrda shaxs va turli ijtimoiy guruhlar psixologiyasida ro'y berayotgan o'zgarishlar, turli yosh, demografik etnik professional guruhlarga mansub bo'lgan kishilarning ijtimoiy tasavvurlari, ular asosida ijtimoiy xulq-atvorni ilmiy boshqarish asoslari ishlab chiqilishi lozim. Bugungi xalqaro konferensiya doirasida ijtimoiy psixologiyasi, klinik psixologiya, boshqaruv psixologiyas, kognitiv psixologiya guruhlar, hamda ta'lim jarayoning takomillashtirishning pedagogic va psixologik asoslariga oid masalalar sohaning yetakchi olimlari va tadqiqotchilardan o'z yechimini kutmoqdaki, ularda ilg'or fan yutuqlaridan foydalanilgan holda xududning milliy o'ziga xos qirralari ishlab chiqilishi kerak. Hozirgi zamon psixologiyasi takomillashib, oxirgi yillarda turli sohalar doirasida ilmiy-tadqiqot ishlari olib borilishi albatta, tahsinga sazovor.

“Zamonaviy psixologiyada jamiyatning dolzarb muammolari: yechimlar va istiqbollar” mavzusida tashkillashtirilgan xalqaro ilmiy konferensiya mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya sho'ba doirasida antropologik psixologiya, akmeologiya, tahdid va terrorizm psixologiyasi, muloqot psixologiyasi, biokonstitutsion psixologiya, tibbiy psixologiya, rivojlanish psixologiyasi, tergov psixologiyasi, psixologik adabiyotshunoslik, surdopsixologiya, tiflopsixologiyasi, logopediya, inqirozli va xavfli vaziyatlar psixologiyasi, ekzoteratik psixologiya, pedagogik psixologiyasi, o'qituvchi psixologiyasi, savdo-sotiq psixologiyasi, ommaviy axborot psixologiyasi, hulq-atvor psixologiyasi, din psixologiyasi sohalariga bag'ishlangan muammo va yechimlari bag'ishlangan ilmiy- amaliy tadqiqot natijalari aks etgan.

Xalqaro ilmiy konferensiyada O'zbekiston Respublikasi hamda jahon mamlakatlarining nufuzli olimlari, yetakchi ilmiy-tadqiqot muassasalarining tadqiqotchilari ishtirok etdi. Konferensiya doirasida hozirgi kunda kechayotgan global beqarorliklar, dunyo miqyosida o'zaro ishonch va bir-birini tushunish xislatlarining yetishmasligi, geosiyosiy qarama-qarshiliklar davom etayotgan davr, tibbiy psixologik, oilaviy muammolar, inklyuziv soha muaommolari, xalqaro va mintaqaviy, shuningdek, zamonaviy psixologiya sohasi oldidagi dolzarb muammolar ilmiy tahlil etilgan.

Yosh va navqiron Ma'mun universitetida tashkil qilingan “Zamonaviy psixologiyada jamiyatning dolzarb muammolari: yechimlar va istiqbollar” mavzusida xalqaro konferensiya kelajakda psixologiya sohasida yechimini kutayotgan ko'pgina ilmiy – amaliy tadqiqot ishlarida yangi zamonaviy g'oyalarning tug'ilishi poydevor bo'lib xizmat qilishiga umid bildiramiz.

Ma'mun universiteti ta'sischisi Nurjonov Arslon Otanazarovich

1-SHO‘BA

PSIXOLOGIYADA SHAXS MUAMMOSI

ONKOLOGIK BEMORLARNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARINI TADQIQ QILISH ZARURATI

Urazbayeva Dilbar Abdullayevna

*Ma‘mun universiteti Psixologiya va tibbiyot kafedrasi professori,
psixologiya fanlari doktori (DSc)
E:mail:urazbayeva.dilbar @bk.ru*

Bugungi kunda xorijda psixoonkologiya sohasi rivojlanishi davomida psixologik yordam, psixokorreksiya, psixoterapiya tadbirlari onkologik bemorlar uchun talabgir soha sifatida qabul qilingan hamda o‘zining klinik va profilaktik ahamiyatini isbotlagan.

Bemor kasallikni o‘zining butun borlig‘iga havf sifatida qabul qilib, u nafaqat og‘riqlardan, so‘lib borish va erta o‘limdan, balki jismoniy nuqsonlar (masalan, jarrohlik amaliyoti orqali a‘zo yoki tana qismini olib tashlash, ximioterapiya natijasida soch to‘kilishi)dan ham, shuningdek, kasalxonada uzoq bo‘lishi natijasida ijtimoiy izolyatsiya va aloqalarda chegaralanishlarga olib boradigan yaqinlarining xavotiridan ham qo‘rqadi. Ayniqsa, bizning jamiyatimizda faoliyatning ajratib ko‘rsatilgan roli jismoniy kuchni yo‘qotishda va kasbiy mehnatga qodirlik insonda juda og‘ir kechiriladi. Saraton, masalan miokard infarkti yoki insultga o‘xshab kundalik uchradigan kasallik hisoblanmaydi va oxirgilar unchalik havfli emas. Onkologik kasalliklar «shunchaki» kasallikdan ko‘proq ma‘noni anglatadi: saraton – bu qandaydir davosiz, «o‘lim xabari»dir. Boshqa insonlar bilan buni shunchaki suhbatlashib bo‘lmaydi. Ko‘pincha «rak» so‘zini aytish qo‘rquv uyg‘otadi, xuddiki, unda tabu mavjudday. Hatto shifokorlar ko‘pincha kasallikni o‘z nomi bilan gapirmaydi va kasallikni kechirish imkoniyati bemorlar bilan muhokama qilinmaydi. Hamma narsa umumiy ko‘rinishda izohlanadi, bemor kasallik haqida noaniq tasavvurlarga ega bo‘ladi, ko‘pincha unga umuman hech nima aytmaydilar, bemorning shubhalari yanada kuchayaveradi, lekin unga yordam bermaydi, natijada bemor o‘zini tashlab qo‘yilganday his qiladi [2], [4].

Kuzatuvlarga ko‘ra, jamiyatda mehnat jamoalarida faoliyat olib boradigan saraton bilan kasallangan bemor odatda ishga cho‘ng‘ishga moyil, unda ong va faoliyat sohasi kuchli rivojlangan bo‘ladi. U umid qiladiki, yaxshi lavozim unga ishonch va e‘tirof qilinishni beradi. Shuning uchun u xatolik va kamchiliklarni og‘ir o‘tkazadi. Ishdagi muvaffaqiyatsizliklar ko‘pincha salbiy sifatli o‘sma kasalliklari kelib chiqishidan oldin aniqlanadi. Undan tashqari bundaylar yaqin insonni yo‘qotishni og‘ir o‘tkazadi. Bunga asosiy sabab tipik onkologik bemor tashqi aloqalarga e‘tiborsiz holda, faqat bitta odam bilan munosabatlarini o‘rnatadi. U ota-onasi, farzandlari yoki turmush o‘rtog‘i uchun o‘zini doimiy qurbon qilishga moyil bo‘lib, bu munosabatlarni o‘ziga oladi hamda sherigini yo‘qotmaslik uchun

barcha narsaga tayyor. Agar qandaydir sabab bilan ish ajrimgacha borsa, bu «taqdirning zarbasi» bemorni psixojismoniy muvozanatdan chiqarib yuborishi mumkin.

Onkologik bemorlarda xayol sohasi cheklangan bo'lib, xayol faqatgina qo'rquvlar, xavotir, ikkilanishlar yo'nalishida rivojlanadi. Yomon sifatli o'sma kasalliklardagi bemorlar ko'pincha anglangan istaklari bo'yicha tasavvurlarga ega bo'lmaydilar, agar ega bo'lsalar ham, orzu qilgan yoki xohlagan narsalarini amalga oshirishga ularda qat'iyat yetishmaydi. Tuyg'usi tug'yon uradigan (ekspansiv) niyatlari odatda ular bolalik paytida bostirilgan yoki ularning maqsadlari o'z-o'zini qurbon qilish bilan bog'liq, chegaraga ega emas. Shu nuqtai nazardan metastazalar 4 ta soha nizolarini qayta ishlash, ularning alohida mavjudligini kamaytirish integratsiyasi uchun signal hisoblanadi. Oxirgi 5-10 yilda kechirilgan mikrojarohatlar differentsiatsiyasi va aniqlanishi katta yordam hisoblanadi.

Olib borilgan ko'p sonli shaxs tadqiqotlari asosida onkologik bemor va boshqa kasallik tashxisi qo'yilgan bemorlarda tadqiqot momentida, shunday xulosa qilish mumkinki, taqlid uchun modellar va ularning tanasiga (salomatlik\kasallik, go'zallik, ovqatlanish), kasbi va ishiga, insonlar\sharikliklar bilan muloqotiga, kelajakka va hayotiy falsafaga nisbatan munosabat bazaviy konsepsiyalari o'zida kasallik prognozi, rivolanishi va kechishida bemorning sub'ektiv baholashi bilan tanishish imkonini qamrab oladi. Oilaviy konsepsiya tiplari «undan nima?» yoki «bularning barchasi baribir hech qanday ma'noga ega emas», «hamma narsani borligicha qabul qilish kerak», «salomatlik - bu hamma narsa, salomatliksiz hayot hech narsa» kabilar kelajakni yopiq va umidsiz qabul qiladi. Ko'pincha bunday odamlar katta bo'lganlarida ham bunday qarashlardan azoblanadi. Xususiy ehtiyojlarni ular umuman qabul qilishmaydi yoki ularga e'tibor qilmaydilar. O'zlarining hissiyotlarini izohlash ularga juda qiyin hisoblanib, ularning ko'pgina muammolari jinsiy soha bilan bog'liq bo'ladi. Ular o'zlarining emotsional muammolarini birin-ketin hal qilishni va kundalik ko'ngilsizliklardan qutulishni o'rganmaganlar va muammolar xuddi ularni «ichiga kiradi» va ularni tanasi bilan his qiladi [3].

Havfli sifatli o'sma kasalligini psixosomatik tushunish uchun hal qiluvchi ahamiyat shunday ochiq faktga egaki, insonning immun tizimi saraton kasalligi kelib chiqishi bilan chambarchas bog'liq, organizmning qarshilik ko'rsatishidan, uning himoyaviy kuchi hujayralar o'zlarini «tinch» tutishlari yoki to'xtatib bo'lmas darajada bo'linib boshlanishi bilan bog'liq. Ma'lumki, organizmning himoyaviy kuchlari ruhiy jarohatlar bilan kuchsizlanadi, shunday ekan, emotsiyalar ham saratonning rivojlanishi va kechishiga ta'sir qilishi mumkin. Bu taxminni tasdiqlaydigan, olib borilgan ko'pgina ilmiy tadqiqotlarga ko'ra, bugungi kunda onkologik kasalliklarning rivojlanishida psixik omillar muhim rol o'ynaydi. Bu fakt nafaqat o'smaning rivojlanishi, namoyon bo'lishi va o'sishi uchun, balki uni kamaytirish uchun ham muhimdir [3], [4].

Onkologik bemorlarda mavjud nizolarni qayta ishlashning 4 ta shakli kasallik tashxisi, davolanishi va prognozi uchun yaxshi imkoniyat taqdim qiladi:

- Bemorning umidsizligi, ya'ni «nima uchun aynan men» kabi xayollarni, kasallik mohiyati, hayot mazmuni haqidagi savollarni muhokama qilish yordamida bartaraf qilish mumkin.

- Agar bemorni aniq vaziyatdan kelib chiquvchi sheriklar, bolalar, oila va tanishlari bilan muloqotga yo'naltirilsa, ijtimoiy yolg'izlikni hammasidan ham osonroq bartaraf qilish mumkin bo'ladi.

- Stressli vaziyatlarni jarohatli ta'sir ko'rsatuvchi ishdagi dolzarb qobiliyatlarni tahlil qilish bilan bartaraf etish mumkin.

- Jismoniy omillarni mo'tadillashtirishga bir tomondan, mos ximioterapiyani, relaksatsiya metodikalarini va to'g'ri ovqatlanishni ta'minlash, ikkinchidan boshqa 3 ta soha munosabatlarini muvozanatlashtirish orqali erishish mumkin.

Onkologik bemorlar bilan psixologik xizmatni amalga oshirishda nafaqat uning yaqin qarindoshlari, balki bemor bilan bevosita muloqot qiladigan tibbiy xodimlar – davolovchi shifokor, tibbiy va sanitar hamshiralar bilan ham ish olib borishi maqsadga muvofiq. Chunki tibbiy xodimlarda namoyon bo'ladigan har qanday psixologik holatlar bevosita bemorga ahamiyatli ta'sir qiladi. Aksariyat hollarda tibbiy xodimlarning ehtiyotsizligi yoki boshqa sabablarga ko'ra, onkobemor bilan munosabati unda yatrogeniyalarga sabab bo'lib qolishi mumkin, natijada esa bu holat bemorning psixikasiga jiddiy ta'sir ko'rsatib, kasallik belgilari kuchayishiga olib kelishi ehtimoli yuqori.

Bundan tashqari onkologik kasalliklar bilan ishlaydigan tibbiy xodimlar butun dunyoda kasbiy zo'riqish va kuyish sindromi rivojlanishi bo'yicha psixiatrik kasalliklardan keyin 2 - o'rinda turadi. Ilmiy tadqiqotlar natijasiga ko'ra, ko'pchilik onkolog-shifokorlarga emotsional kuyishning rezistensiya (qarshilik ko'rsatish) bosqichi xos [1], [5].

Demak, bu o'rinda onkologik bemorlar bilan psixokorreksion tadbirlarni olib borishda ularning yaqin qarindoshlari va tibbiy xodimlar bilan ham psixologik tadbirlarni o'tkazish muhim ahamiyatga egadir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Беляев А.М Онкопсихология для врачей-онкологов и медитсинских психологов. Руководство. Издание 2-ое, дополненное // А.М.Беляев и коллетив авторов/ Ред.А.М.Беляев, В.А.Чулкова, Т.Ю.Семиглазова, М.В.Рогачев.- СПб: Изд-во АНО «Вопросы онкологии», 2018.- 436 с

2. Гнездилов А.В. Психология и психотерапия потер: пособие по паллиативной медитсине для врачей, психологов и всех интересующихся проблемой. СПб.: Реч; 2002.-162 с.

3. Urazbaeva D. A. ONKOLOGIK BEMORLAR IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK HOLATINI TADQIQ QILISH XUSUSIYATLARI //NAUCHNO-TEORETICHESKIY JURNAL "MA'MUN SCIENCE". – 2023. – T. 1. – №. 1.

4. URAZBAEVA D. SOCIO-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF LIFE ACTIVITY OF ONCOLOGICAL PATIENTS //O'ZBEKISTON MILLIY UNIVERSITETI XABARLARI, 2022, [1/10] ISSN 2181-7324.

5. Чулкова В. соавт. Эмотсиональное выгорание и вопросы профессиональной психологической подготовки врачей-онкологов// Вопросы онкологии.: СПб., 2020. -Т.66. №2.- С 127-134.

ЗАМОНАВИЙ ЖАМИЯТДА ИНКЛЮЗИВ ТАЪЛИМ МУАММОЛАРИ ВА РИВОЖЛАНИШ ИСТИҚБОЛЛАРИ

Ибраимов Холбой Ибрагимович –Т.Н.Қори Ниёзий номидаги Ўзбекистон педагогика фанлари илмий тадқиқот институти директори, академик.

**Таълимнинг энг юқори кўрсаткичи -
бу бағрикенгликдир.**

*Америкалик ёзувчи, жамоат арбоби,
филантроп, педагог Хелен Келлер*

Ҳар қандай жамият фуқаролари, ҳар бир ота-она эса ўз фарзандлари ҳар томонлама етук, комил инсон бўлиб вояга етишига, муносиб фуқаролар бўлиб, давлат тараққиётига, гуллаб яшнашига ўз улушларини қўшишидан манфаатдор.

БМТ Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти статистикасига кўра, Ер шари аҳолисининг 15 фоизиди турли даражадаги аномалиялар учрайди. Ўзбекистонда эса, Давлат статистика қўмитасининг маълумотларига кўра, 2019 йил 1 январь ҳолатида 16 ёшгача бўлган 101316 нафар ногиронлиги бўлган бола рўйхатдан ўтган. Шулардан, 21153 нафари жисмоний ва руҳий ногиронлиги бўлган болалар учун ихтисослаштирилган мактаблар ва мактаб-интернатларда, 6131 нафари сил ва суяк касалликларига чалинган болалар учун санаторий типидagi мактаб-интернатларда, 13272 нафари эса уйда индивидуал тарзда таълим олишади. Бу кўрсаткичнинг мунтазам ўсиб бораётгани ҳар бир инсонга ўзини атрофдагилар билан тенг ҳис қилиши ҳамда ўз салоҳиятини юзага чиқариш учун имкониятлар яратиш бўйича самарали ишларни амалга оширишга ундайди.

Сунгги йилларда мамлакатимиз таълим тизимида амалга оширилаётган ислохотлар алоҳида таълим эҳтиёжи бўлган болаларни ҳам инсонпарварлик ёндашуви асосида қамраб олинаётганини кўрсатмоқда.

Конституциямизнинг 50-моддасида: “Ҳар ким таълим олиш ҳуқуқига эга. Давлат узлуксиз таълим тизими, унинг ҳар хил турлари ва шакллари, давлат ва нодавлат таълим ташкилотлари ривожланишини таъминлайди... Таълим ташкилотларида алоҳида таълим эҳтиёжларига эга бўлган болалар учун инклюзив таълим ва тарбия таъминланади”[1] дея белгиланган.

1993-йил 1-декабрда 153 мамлакат бола ҳуқуқлари ҳақидаги конвенцияни ратификация қилиш йўли билан ўзларининг болалар келажагини муҳофаза қилишга тайёр эканлигини намойиш этдилар. Бола ҳуқуқлари ҳақидаги Конвенция бу бутун жаҳон болаларига хос бўлган болалар ҳуқуқлари ҳақидаги Бирлашган Миллатлар Ташкилотининг шартномасидир. Конвенция бола ҳуқуқлари ҳақидаги универсал расмий Кодексдир. Конвенцияда болалар ҳуқуқлари тўрт тоифага ажратиб берилган бўлиб, 54 моддани ўз ичига қамраб олган. Болалар ҳуқуқлари тоифалари:

- а) Яшай олиш ҳуқуқи;*
- б) Болалар зўравонлик ва эксплуатация қилинишидан ҳимояланган бўлишлари шарт;*
- с). Ривожлана олиш ҳуқуқи;*

д). *Иштирок этиш ҳуқуқи* [2].

2020 йилнинг 23-сентябрида қабул қилинган Ўзбекистон Республикаси “Таълим тўғрисида”ги Қонунининг 4-моддасида таълим соҳасидаги асосий принциплар келтирилган бўлиб, улардан бири таълим соҳасида камситишларга йўл қўйилмаслиги [3] деб белгилаб қўйилган. Демак, ақлий ва жисмоний ривожланишидаги нуқсонлардан қатъий назар ўқувчиларга таълим-тарбия бериш масаласи бугунги кунда таълим тизимида турган асосий муаммолардан бири ҳисобланади.

Умуман олганда, жаҳон тажрибасига назар ташласак алоҳида ёрдамга муҳтож болаларни таълим билан қамраб олиш даражалари қуйидагича кўринишларда амалга оширилиши мумкинлигини кўрамиз:

Эксклюзия – таълим билан қамраб олинмаган яъни таълимдан ташқарида ногиронлиги бор болалар. Бундай болалар таълимга жалб этилмайди ва ўз-ўзидан уларнинг таълим олиш ҳуқуқлари таъминланмайди.

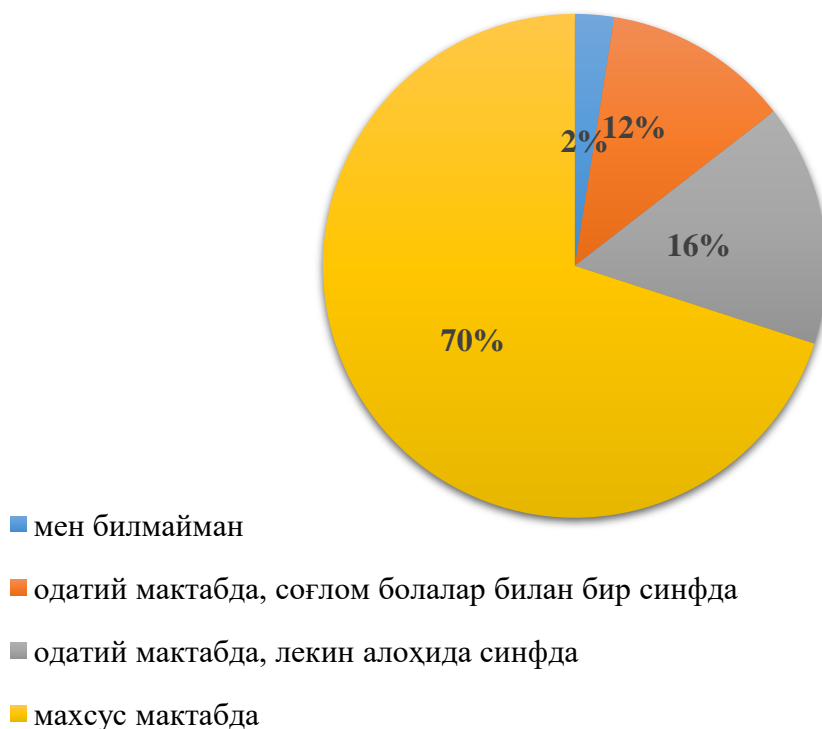
Сегрегация – алоҳида ёрдамга муҳтож болаларни умумий таълимдан алоҳидалаш ва уларга махсус мактаб ва интернатларда таълим бериш.

Интеграция – алоҳида ёрдамга муҳтож болалар учун умумтаълим мактабларида алоҳида синфларни ташкил этиш.

Инклюзия – алоҳида ёрдамга муҳтож болалар бошқа болалар билан умумтаълим мактабларида бир синфда таҳсил олиши.

БМТ нинг 2019 йилда эълон қилган “Ўзбекистонда ногиронлиги бўлган болалар ва катталар аҳволининг таҳлили” номли қўлланмасида қайд қилинишича, Ўзбекистонда ўтказилган ва “Ногирон болаларнинг ўқиши учун энг яхши жойи қайси?” деган саволга қуйидаги респондентлар қуйидаги тартибда жавоб беришган (1.1-расм):

1.1-расм: Ногирон болаларнинг ўқиши учун энг яхши жой тўғрисида умумий меъёрлар



Диаграммдан кўришиб турибдики, жамиятда инклюзив таълим ва унинг имкониятлари тўғрисида етарлича таассуротлар шаклланиб улгирмаган.

Янги Ўзбекистон тарихида инклюзив таълимнинг қисқача ривожланиш хронологиясини кўриб, шундай хулосага келиш мумкинки, кейинги пайтларда алоҳида таълим эҳтиёжлари бўлган болаларга таълим бериш ва ривожлантириш масаласига кенг эътибор қаратилмоқда ва соҳада жуда катта силжишлар ҳам кузатилмоқда. Юқорида санаб ўтилган меъёрий-ҳужжатларда келтирилган вазифалар мамлакатимизда алоҳида таълим эҳтиёжлари бўлган болаларга таълим-тарбия бериш соҳасида янгилик бўлиши билан бирга, таълим тизими олдида турган бир қатор муаммоларга ечим топиш мажбуриятини кўндаланг қўяди. Ушбу муаммолар қуйидагилар:

1. Инклюзив таълим тизими соҳасидаги норматив базанинг ҳамон саёзлиги;

2. Инклюзив таълим тизими учун малакали педагог кадрларни тайёрлаш ва уларнинг инклюзив компетентлигини узлуксиз ривожлантириб бориш заруриятининг юқорилиги;

3. Мактабгача таълим ташкилотлари, умумий ўрта ва ўрта махсус таълим, профессионал таълим, олий таълим тизимида инклюзив таълим беришнинг узлуксизлиги ва изчиллигини таъминлаш муаммоси;

3. Инклюзив таълим жорий этилган муассасаларни моддий-техника базасини мустаҳкамлаш эҳтиёжининг юқорилиги;

4. Инклюзив таълим муассасаларида ўқитувчи ва тарбиячилар учун зарур адабиётлар, методик қўлланмаларнинг етарли эмаслиги;

5. Хавфсиз инклюзив таълим муҳитининг етарли даражада таъминланиши борасидаги муаммолар ва ҳ.к.

Инклюзив таълимни амалиётга жорий этиш ўз-ўзидан педагоглар ва тарбиячилар фаолиятига қўйиладиган талабнинг ортишини, уларнинг функционал мажбуриятларини кўпайишини ва профессионал малакаларини кенгайтириш эҳтиёжини келтириб чиқаради. Анъанавий билим ва малакаларнинг ўзигина бу таълим турида етарли эмас[4].

Инклюзив таълимнинг вазифалари қуйидагилардан иборат:

- ривожланишнинг турли имкониятларига эга бўлган ўқувчилар учун ҳар қандай камситилишни истисно қиладиган, барча болаларга тенг муносабатда бўлишни таъминлайдиган ягона мослаштирилган ижтимоий муҳитни яратиш;

- жамоатчилик ҳамда таълим жараёнининг барча иштирокчиларида алоҳида таълим эҳтиёжлари бўлган ўқувчилар муаммоларига нисбатан бағрикенглик муносабатини шакллантириш;

- таълим жараёнида соғлом болалар билан бир қаторда алоҳида таълим эҳтиёжлари бўлган болаларнинг ақлий ва ижтимоий салоҳиятларини ривожлантириш;

- барча ўқувчилар учун давлат таълим стандартларига мувофиқ умумий ўрта таълим дастурларини ўзлаштириш учун имконият яратиш;

- ўқувчиларнинг ҳар томонлама ривожланиши, эмоционал-иродавий соҳаси, билиш фаолиятини фаоллаштириш, ижтимоий кўникма ва салоҳиятини шакллантириш учун шарт-шароитлар яратиш;

• алоҳида таълим эҳтиёжлари бўлган болаларни тарбиялаётган оилаларга маслаҳат ёрдами бериш ҳамда ота-оналарни фарзандларига таълим-тарбия бериш, педагогик технологиялар, таълим-тарбия метод ва воситаларини қўллаш соҳасида хабардорлик даражасини ошириш, уларни психологик-педагогик жиҳатдан қўллаб-қувватлаш [5].

Шуни таъкидлаш лозимки, бўлажак мутахассисларда инклюзив компетентликни шакллантириш мураккаб, узлуксиз ва тизимли жараёб бўлиб, қуйидаги тавсиялар инклюзив таълим муҳитида ишлай оладиган замонавий кадрларни тайёрлашда ҳисобга олиниши лозим:

1. Инклюзив таълимни жорий этишда узвийлик ва ўзаро алоқадорлик тамойилларига риоя этиш;

2. Инклюзив таълим муаммоси нафақат бўлажак дефектолог мутахассислар балки бўлажак бошланғич таълим, мактабгача таълим йўналиши педагог- тарбиячилари тўқнаш келиши тайин бўлган муаммо ҳисобланар экан ушбу йўналишлар ўқув режасидаги педагогик туркум фанлар мазмунига инклюзив таълим мазмунини сингдириш лозим;

3. Инклюзив таълим беришнинг замонавий назарияларини таълим амалиётига сингдириш, бўлажак бошланғич таълим, мактабгача таълим педагог-тарбиячиларига таълим беришда шахсга йўналтирилган ёндашувлар асосларини эгаллашга шароит яратиш;

4. Инклюзив таълим тизими жорий қилинган умумтаълим муассасаларига тьютор (ёрдамчи педагог ходим) сифатида олий таълим муассасаларининг бошланғич таълим, мактабгача таълим йўналишидаги юқори курс талабаларини педагогик амалиёт даврида ихтиёрийлик асосида жалб қилиш;

5. Педагог ва тарбиячилар учун алоҳида ёрдамга муҳтож болаларга ҳавфсиз инклюзив таълим муҳитини яратишга ёрдам берувчи педагогик, психологик, методик типдаги адабиётлар, қўлланмалар, тавсия ва дастурларни ишлаб чиқиш лозим.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. <https://lex.uz/docs/6445147> Ўзбекистон Республикасининг Конституцияси. – Қонунчилик маълумотлари миллий базаси, 01.05.2023 й., 03/23/837/0241-сон

2. <https://lex.uz/docs/2595913> Бола ҳуқуқлари тўғрисида Конвенция. 1989 йил 20 ноябрь.

3. <https://lex.uz/docs/5013007> Ўзбекистон Республикасининг Таълим тўғрисидаги Қонуни. – Қонун ҳужжатлари маълумотлари миллий базаси, 24.09.2020 й.

4. Ибраимов Х. И. Янги ўзбекистонда инклюзив таълим: бугунги ҳолат, мавжуд муаммолар ва ривожланиш истиқболлари //Fan, ta'lim va amaliyotning integrasiyasi. – 2023. – С. 5-8.

5. Oizi T. K. S. Topical Issues Formation of Inclusive Competence of Future Teachers in the Republic of Uzbekistan //JournalNX. – С. 103-106.

OILA BARQARORLIGIGA SHAXSLARARO MUNOSABATLAR IJTIMOIY PSIXOLOGIK OMIL SIFATIDA

Akramova Feruza Akmalovna

*Toshkent davlat pedagogika universiteti Umumiy psixologiya kafedrası
professori, psixologiya fanlari doktori*

Dunyoda amalga oshirilayotgan ilmiy tadqiqotlarda oila, mehnat jamoalari, ta'lim maskanlarida sog'lom o'zaro munosabatlarni o'rnatish, psixologik muhitni barqarorlashtirish borasida ilmiy izlanishlarga alohida e'tibor qaratilmoqda. Shunday ekan, oilaviy munosabatlar, oiladagi shaxslararo munosabatlarning ijtimoiy-psixologik ta'siri hamda etnik stereotiplar va psixologik ustanovkalarni oilaviy hayotga psixologik tayyorligini kompleks o'rganish, ularning hali yaxshi o'rganilmagan jihatlarini ilmiy tadqiq qilish jiddiy ahamiyat kasb etadi.

Psixologik bilimlarni inson tomonidan o'rganilishi shuning uchun ham muhimki odamlarning bilimdonligi nafaqat tashqi olamda ro'y berayotgan ob'ektiv hodisalar mohiyatiga aloqador bilimlar majmuiga ega bo'lish bilan, balki hayotda munosib o'rin egallash, o'z ichki imkoniyatlari va salohiyatidan samarali foydalangan holda faoliyatini oqilona tashkil etishning barcha sirlaridan boxabar bo'lish, o'ziga va o'zgalarga ta'sir ko'rsatishning usul va vositalarini bilish va ulardan o'z o'rnida unumli foydalanishni nazarda tutadi.

Kundalik hayotning tobora shiddatli tus olayotgani insonga bo'layotgan axborot xurujining ko'pligi, ijtimoiy muammolarning haddan ziyod zidlashuvi natijasida asablarning taranglashishi juda ko'p insonlarni stress holatiga duchor etmoqda. Shu nuqtai nazardan bizning tanlagan mavzuumiz o'smirlik yoshi davridagi o'ziga xos psixik zo'riqishlar asosiy stress holatlarning yuzaga kelishi va uni bartaraf etish jihatlarini nazariy va amaliyo yoritishga asoslanganligi bilan ahamiyatga egadir.¹

Mustaqillik yillarida oila va oilaviy tarbiya muammolari masalasida pedagog olimlardan A.Munavvarov, O.Musurmonova, M.Inomova, M.Mahmudova, A.Muxsiyevlar o'zlarining ilmiy-tadqiqot ishlarida ushbu masalani yoritishgan. Masalan, p.f.d. professor O.Musurmonova "Yuqori sinf o'quvchilari ma'naviy madaniyatini shakllantirishning pedagogik asoslari", p.f.d. prof. M.Inomovanning "Oilada bolalarni ma'naviy-axloqiy tarbiyalashda milliy qadriyatlardan foydalanishning pedagogik asoslari" (mustaqil hayot ostonasidagi yoshlari) mavzusidagi dissertasiyalari shular jumlasidandir. O'smir o'g'il bolalarni oilaviy hayotga tayyorlash muammosi pedagog-psixolog olimlar tomonidan muayyan darajada o'rganilgan bo'lsada, ammo hayot bu jarayonni yanada takomillashtirishni talab qilmoqda. Shuning uchun biz tadqiqotimiz mavzusini "Talabalarni oilaviy hayotga tayyorlashning ijtimoiy psixologik shart-sharoitlari" tarzida tanladik.

Jahon psixologiyasi fanida shaxsning kamoloti, uning rivojlanishi to'g'risida xilma-xil nazariyalar yaratilgan bo'lib, tadqiqotchilar inson shaxsini o'rganishda turlicha pozitsiyada turadilar va muammo mohiyatini yoritishda o'ziga xos yondashishga egadirlar.

¹ Karimov I. A. Barkamol avlod - O'zbekiston taraqqiyotining poydevori.-T.: O'zbekiston, 1997. - 64 b.

Biogenetik nazariyaning yirik namoyondalaridan biri bo'lmish amerikalik psixolog S.Xoll psixologik taraqqiyotning bosh qonuni deb "rekapitulyatsiya qonuni"ni (filogenezni qisqacha takrorlashni) hisoblaydi. Uning fikricha, ontogenezdagi individual taraqqiyot filogenezning muhim bosqichlarini takrorlaydi.

Olimning talqiniga binoan, go'daklik hayvonlarga xos taraqqiyot pallasini qaytarishdan boshqa narsa emas. Bolalik davri esa qadimgi odamlarning asosiy mashg'uloti bo'lgan ovchilik va baliqchilik davriga aynan mos keladi.

8-12 yosh oralig'ida o'sish davri o'smiroldi yoshidan iborat bo'lib, yovvoyilikning oxiri va sivilizatsiyaning boshlanishidagi kamolot cho'qqisiga hamohangdir. O'spirinlik esa jinsiy yetilishidan (12-13) boshlanib, to yetuklik davri kirib kelgunga qadar (22-25 yoshgacha) davom etib, u romantizmga ekvivalentdir. S.Xolning talqiniga qaraganda, bu davrlar "bo'ron va tazyiqlar", ichki va tashqi nizolar (konflikt)dan iborat bo'lib kechishi davomida odamda "individuallik tuyg'u"si vujudga keladi. Shaxsni rivojlanishining ushbu nazariyasi o'z davrida bir talay tanqidiy mulohazalar manbai vazifasini o'tadi, chunki inson zotidagi rivojlanish bosqichlari filogenezni aynan takrorlamaydi va takrorlashi ham mumkin emas.

E.Shpranger "O'spirinlik davri psixologiyasi" degan asarida qizlarning 13 yoshdan 19 yoshgacha, yigitlarning esa 14 yoshdan 22 yoshgacha kiritishni tavsiya qiladi. Ushbu yosh davrida yuz beradigan asosiy o'zgarishlar E.Shpranger bo'yicha:

- a) shaxsiy "Men"ni kashf qilish;
- b) refleksiyaning o'sishi;
- v) o'zining individualligini anglash (tushunish) va shaxsiy xususiyatlarini e'tirof qilish;
- g) hayotiy ezgu rejalarining paydo bo'lishi;
- d) o'z shaxsiy turmushini anglagan holda qurish ustanovkasi va boshva holatlar.

Uning fikricha, 14-17 yoshlarda vujudga keladigan inqirozning mohiyati ularga kattalarning bolalarcha munosabatidan qutulish tuyg'usini tug'ilishidan iboratdir. 17-21 yoshlarning yana bir xususiyati-o'zining tengqurlari va jamoatchilik qurshovidan "uzilish inqirozi" va tanholik tuyg'usining paydo bo'lishidir. Bu holatni tarixiy shartlanganlik shart-sharoitlar va omillar vujudga keltiradi.

Jinsiy balog'atga yetish va jismoniy rivojlanishdagi o'sish o'smir ruhiyatida yangi psixologik tuzilishlarning yuzaga kelishida muhim ahamiyatga ega. Birinchidan, bu o'smir uchun juda sezilarli bo'lgan o'zgarishlar bo'lib, ular o'smirning katta bo'lganini his qilishining yuzaga kelishining obyektiv manbasi bo'lib xizmat qiladi (uning asosida o'smir o'zining kattalarga o'xshashligini his qiladi). Ikkinchidan, jinsiy balog'atga yetish boshqa jins vakiliga qiziqishni rivojlantiradi, yangi kechinma, hissiyot, tuyg'ularni yuzaga keltiradi. O'smirning ichki bandligi va yangi taassurotlar, kechinmalarga munosabati darajasi ularning o'smir hayotidagi o'rni keng ijtimoiy sharoitlar bilan, o'smir hayotining konkret individual sharoitlari, uning tarbiyasi va muloqoti xususiyatlari bilan belgilanadi. Bu o'rinda o'smir shaxsi shakllanishiga faqat kattalar uchun mo'ljallangan kitoblar

va kinofilmlar salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bularning barchasi, shuningdek o'rtoqlari bilan sevgi va jins muammolari haqida gaplashishlari o'smirlarda odamlar munosabatlarining intim jihatlariga ko'tarinki qiziqishni yuzaga keltirishi, erotik an'analar va ilk seksuallikni rivojlantirishi mumkin. Har ikkala jins o'smirlari uchun bu davrda ilk romantik hislarning yuzaga kelishi «birinchi muhabbat» ga duch kelishi, birinchi bo'salarni olish kabilar me'yoriy hol hisoblanadi.

Yuqorida keltirib o'tilgan xuquqiy avtonomiya ayni vaqtda bola o'smirlik yoshiga yetishi bilan unga qator xuquqiy imkoniyatlar berilishi bilan xarakterlanadi. Bu davrda bola yuridik shaxs hisoblanib, ovoz berish xuquqiga ham ega bo'ladi. Mabodo, bu davrda o'smirning ota-onasi ajralib ketgudek bo'lsa, o'smirning kaerda va kim bilan qolishi uning xohishiga qarab xal etiladi. Shuningdek, bola bu davrda o'z imkoniyatidan kelib chikqqn holda rasmiy ravishda jismoniy mexnat bilan shugullanishi ham mumkin. Lozim bo'lsa, ulardan o'z xatti-xarakati, qiliqlari uchun javob berishi ham talab qilinadi. Shu kabi xuquqiy imkoniyatlarga ega bo'lish va bundan o'smirning xabardorligi uning xuquqiy avtonomiyasining yuzaga kelishini ta'minlaydi. Bunday avtonomiyaga ega bo'lish o'smirda o'z xatti-xarakati uchun javobgarlik, ma'suliyatlilik xissini yuzaga keltiradi.²

Iqtisodiy avtonomiya ham ma'lum darajada xuquqiy avtonomiyaga bog'liq holda yuzaga kelib, bevosita o'smirning o'z moddiy extiyojlarini boshqalar, ota-ona yordamisiz qondira olishi mumkinligi bilan bog'liq. O'smir endi o'z extiyojlarini qondirish uchun ota-onasiga tula tobe bo'lmaydi. O'zi ishlab topgan daromadlari hisobiga o'z ehtiyojlarini qisman bo'lsa-da qondirishi, o'zining shaxsiy mablagiga, jamgarmasiga ega bo'lishi va ayrim hollarda bu mablag'lardan hohishiga ko'ra foydalanishi mumkin. Ayniqsa, xozirgi bozor iqtisodiyotiga o'tish davri bilan bog'liq ravishda o'smirlar o'rtasida tijorat ishlari bilan, turli daromadli ishlar bilan shug'ullanish va ular orqali o'zlarining kundalik extiyojlarini qondira olish, xatto o'z ehtiyojlaridan ortiqroq mablag'ga ega bo'lishi ham mumkin. Bunday holatlar o'smirlarda iqtisodiy avtonomiyaning yuzaga kelishini ta'minlaydi. O'smirlik avtonomiyalaridan yana biri - emotsional avtonomiyadir. Ma'lumki, bola dunyoga kelgan ondan boshlab u onasi va atrofdagilarning emotsional, xissiy qo'llab-quvvatlash, mexr-muxabbatini namoyon qilishiga, erkalashiga extiyoj xis qiladi. Shuning uchun ham ilk bolalik yoshidagi, maktabgacha va kichik maktab yoshidagi bolalarni suyib, erkalab ularni ko'chib, boshini silab, yoqimli gaplar va muomala bilan ularga xissiy yaqinlik namoyon qilinsa, ular bundan quvonib, xursand bo'ladilar va erkalayotgan shaxsga nisbatan talpinadilar. Buni yosh bolalarning onasiga suykalishi, ularning pinjiga suqilishi, ularga erkalanishi hollarida kuzatishimiz mumkin. Shuningdek, bolalar o'z tengdoshlari bilan bo'ladigan o'zaro munosabatlarida nizo-tortishuvlarga duch kelganida va ayniqsa, tengdoshlaridan «jabrlanganda», «engila boshlaganidan», ota-onasidan va atrofidagi yakinlaridan emotsional dalda, xissiy qo'llab-quvvatlash kutadi va bu borada ularga murojaat qiladi. Agar o'z vaqtida shu xissiy daldani ola

² Xaydarov F., Jo'raev N. Stress yoki ruhiy muvozanatni saqlash osonmi? –T., 1997.

olsa, uzini erkin, tetik, golib xis qiladi va ular bilan quvonib yuradi. O'zining kichkinagina hayotida duch kelgan «muammolarini» xal qilishda kattalar yordamiga muxtoj likni xis qiladi, ulardan muntazam foydalanishga intiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Mirziyoev Sh.M. «Erkin va farovon demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz».- T.: «O'zbekiston»-2016 yil.

2. Mirziyoev Sh.M. «Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz».- T.: «O'zbekiston»-2017 yil.

3. Avloniy Abdulla. Turkiy guliston yoxud axloq. – T.: O'qituvchi, 1992. – 160 b.

4. Akramova F.A. Main problems of providing psychological service to the family // Ilim ha'm ja'miyet, Нукус, 2020 № 4. -P.105-107 (19.00.00. № 2).

5. Akramova F.A. The divorce factors of families and psychological service to the family. //International Scientific Journal ISJ Theoretical & Applied Science Philadelphia, USA issue 01, volume 81, 325-328. published January 30, 2020. (19.00.00. № 3).

6. Akramova F.A. Socio-psychological problems early marriage in Uzbekistan // Theoretical & Applied Science International Scientific Journal, Year: 2020 Issue: 06 Volume: 86 Published: 30.06.2020 p. 405-415. (19.00.00.№ 3).

7. Akramova F.A. Main requirements psychological service for families// European Journal of Research and Reflection in Educational Science, Great Britain Progressive Academic Publishing. [Electronic resource]. 2020, October, 8 (10), Part II, 16-18.(19.00.00.№2).

8. Akramova F.A. Psychological service and models of psychological assistance family as a necessary factor of family strengthening // ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal, India. Vol 11, Issue 4, April 2021, ImpactFactor: SJIF 2021=7,492 P.1574-1579. (19.00.00. № 2).

3. Акрамова Ф.А. Психологические особенности готовности старшекласников к семейным отношениям. Семья и дети в современном мире. Сборник материалов конференции. Том VI. -СПб.: Изд. РГПУ им. А.И.Герцена, 2020. -1468 с. С. 37-41.

10. Акрамова Ф.А. Предназначение и социально-психологические проблемы семей в Узбекистане // «Научные исследования XXI века» 2020 № 5. - С. 319-323. Дата выпуска– 28.06.2020 г. ISSN: 2713-14084.

ЗАМОНАВИЙ ТАДҚИҚОТЛАР ВА УЛАРДА КЎП УЧРАЙДИГАН ХАТОЛАР

*Нишанова Замира Таскаревна – ТДПУ профессори,
психология фанлари доктори*

Олим, ижодкор инсонлар билан кўришиб, улар билан гаплашишимиз бу – ҳаётда биз намуна олишимиз мумкин бўлган асосий ҳодиса ҳисобланади. Бу ҳақида, Президентимиз Ш.Мирзиёев – «Мен доимо зиёли, олим, ижодкор инсонлар билан суҳбатлашишга интиламан ва бундай

мулоқотларни ҳамиша соғинаман. Нега десангиз, олимлик – Аллоҳ нури тажассум этган улуғ бир мартаба. Бу мартабадан жамиятнинг бутун вужудига зиё таралади. Олимларнинг суҳбатидан инсон ўзига маънавий бойлик олади, қалб кенгликларини, тафаккур теранлигини ҳис қилади»³. Бугунги анжуман туфайли олимлар, бўлажак олимлар билан ғойибона бўлса-да, суҳбатлашиб турганимдан бахтиёрман.

Сўнгги пайтларда илмий салоҳиятли кадрларга эътибор туфайлими, илмий иш қилгандан сўнг моддий жиҳатдан рағбатлантиришнинг кўплиги туфайлими илмий иш қилувчилар сони арифметик прогрессия бўйича ортиб бормоқда. Бу илмий ишларда кўп учрайдиган хатоларга илмий раҳабарлар ва тадқиқотчилар эътиборини қаратишни лозим топдим.

Биринчидан, тадқиқотчининг асосий методика билан ёрдамчи методикани ажрата олмаслиги, уларнинг нимага хизмат қилишини билмаслиги туфайли содир бўладиган хатолар. Асосий методика - тадқиқот предметини диагностика қилишга хизмат қилади. Ёрдамчи методика эса тадқиқот предметига таъсир этувчи омилларни аниқлашга хизмат қилади.

Иккинчидан, тадқиқотчи томонидан бир нечта асосий методикани танлаш туфайли содир бўладиган хатолар. Тадқиқотчи тадқиқот предмети бўйича қанча кўп методика топсам, шунча яхши деган тасаввурда бўлади ва 3-4 та предметни очиб берувчи методикани ўтказиши натижасида умумий хулосага келиши қийинлашади. Шунинг учун асосий методика кўпи билан 2 та бўлгани мақсадга мувофиқ. Улар ҳам предметнинг турли жиҳатларини очиб беришга хизмат қилиши зарур.

Учинчидан, ишни ёрдамчи методика натижасидан бошлаш туфайли содир бўладиган хатолар. Баъзан тадқиқотчи тадқиқот предметини ёддан чиқариб, ёрдамчи методика натижаларини келтиришдан бошлайди. Масалан, мавзу талабаларда ироданинг ривожланиши бўлса, ўз-ўзини баҳолаш ёки қадриятни аниқлайдиган методика натижаларини келтиришдан бошланган ишлар ҳам минг афсуски, учрайди.

Тўртинчидан, ишни корреляциядан бошлаган тадқиқотлардаги хатолар. Бу билан тадқиқотчи корреляция нимага хизмат қилишини билмаслиги аён бўлади. Корреляция одатда тадқиқот предметига таъсир қилувчи омилларни аниқлаш учун, асосий методика ва ёрдамчи методика шкаллари орасидаги ички алоқадорлик, боғланишларни аниқлашга хизмат қилади.

Бешинчидан, тадқиқотнинг фақат бир ҳудудда ўтказилиши натижасида содир бўладиган хатолар. ОАК талаби бўйича тадқиқот 3 регионда ўтказилиши керак. Семинар ва ҳимоя жараёнида олимлар томонидан кўп саволлар туғилишига, ишнинг яна чўзилишига олиб келади.

Олтинчидан, учта регионни таққослаш, ҳудудий фарқларни аниқлаш вазифаси қўйилмаса-да, ҳажмни ошириш учун амалга оширилган хатолар. Аввал ҳар бир ҳудуд натижалари, сўнгра умумлаштирилиб, натижалар берилади, энг қизиғи доимо тадқиқотчи яшайдиган ҳудуд, ёки ишлайдиган муассаса натижаси доимо юқори чиқади. Бундай учта регионни таққослаш

³ Мирзиёев Ш.М. Янги Ўзбекистон стратегияси. Тошкент-2021. Б.42-43.

19.00.05 - ижтимоий психология, этнопсихология бўйича тайёрланаётган ишларда бўлгани маъкул, шунда -да, бундай вазифа қўйилган бўлса.

Еттинчидан, олинган натижаларни қайта ишлашдаги хатолар. Натижаларнинг қайси мезонга мослиги Колмогоров-Смирнов мезони билан текширилмаслиги натижасида келиб чиқадиган хатолар. Аввал параметрик мезон, ёки нопараметрик мезонга мослиги текширилиши, параметрик бўлса, иккиламчи статистик методлардан Стъюдент ва Пирсон, нопараметрик бўлса, Ман-Уитни, Спирмен, Уилкоксон мезонларидан фойдаланилиши зарур. Минг афсуски, айрим ишларда улар текширилмай, аралаш қўлланилган.

Саккизинчидан, тадқиқот натижаларини сонда бериш туфайли содир бўладиган хатолар. Бу ҳам жуда катта хато ҳисобланади, одатда курс ишида сонда берса бўлади, лекин БМИ да ҳам ҳеч бўлмаганда фоизда келтирилади.

Тўққизинчидан, тадқиқот натижаларини ҳам жадвалда, ҳам расмда келтириш туфайли содир бўладиган хатолар. Бу одатда ҳажмни сунъий равишда оширишга интилиш сифатида баҳоланади.

Ўнинчидан, натижаларни нотўғри расмийлаштириш, миқдор ва сифат таҳлил қилиш туфайли содир бўладиган хатолар. Кўпчилик тадқиқотчилар олинган натижаларни таҳлил қилишда қийналади, хато расмийлаштиради, корреляция ва аҳамиятлилик даражаси -ҳарфларини алмаштириб қўйишади. Миқдор таҳлилни ҳар бир кўрсаткич бўйича амалга оширмай, умумий қилиб номигагина келтиради, психологик таҳлил қарийб келтирилмайди.

Ўн биринчидан, хулосанинг янгиликка мос эмаслиги натижасида пайдо бўладиган хатолар. Хулоса янгилик асосида, унинг мазмунини сақлаган ҳолда, тадқиқот натижалари асосида расмийлаштирилиши керак.

Ўн иккинчидан, тавсияларни умумлаштириб, тадқиқот натижаларига таянмасдан келтириш туфайли содир бўладиган хатолар. Тавсиялар манзилли бўлиши ва тадқиқот натижалари асосида ишлаб чиқарилиши мақсадга мувофиқ.

Ўн учинчидан, илмий раҳбар ишни ўқимасдан, Кенгашга тавсия этиши натижасида содир бўладиган хатолар. Минг афсуски, шогирдлар сонини кўпайтириб, лекин ишини ўқимайдиган илмий раҳбарлар ҳам талайгина. Кенгашга топширишдан аввал илмий раҳбар илмий ишни тўлиқ кўриб, грамматик, стилистик, орфографик хатоларини бартараф этиб, иш тугалланган деган илмий хулоса берганидан сўнггина Кенгашга топшириши мумкин.

Юқорида келтирилган хатоларга илмий раҳбарлар ва тадқиқотчилар эътибор бериши натижасида бу каби хатоларга йўл қўймайдилар деган умиддаман. Бу эса республикамизда рақобатбардош илмий салоҳиятли етук кадрларнинг тайёрланишига ўзига хос ҳисса бўлади.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ДЕТЯМ⁴

К.В. Карпинский

*доктор психологических наук, профессор,
заведующий кафедрой экспериментальной и прикладной психологии
Гродненский государственный университет им. Янки Купалы*

Современные цивилизованные общества придают ребенку большое значение, что продиктовано общественной потребностью в детях и социальной ценностью детства. В системе конвенциональных (нормативных) социальных ценностей ребенок относится к традиционным семейным ценностям. Руководствуясь объективной необходимостью общества в детях, государство, церковь и многие другие социальные институты направляют усилия и ресурсы на обеспечение условий для сохранения, реализации и массового распространения ценности детей и детства.

Несмотря на нормативную социальную ценность и конвенциональное значение детей в масштабе общественно-исторической жизни, в контексте индивидуальной жизнедеятельности конкретного взрослого ребенок может наделяться весьма разным личностным смыслом. В рамках предложенной нами концепции выделяются следующие психологические типы личностного смысла ребенка для взрослого: 1) *позитивный терминальный смысл*, при котором ребенок осмысливается как самостоятельная жизненная ценность; 2) *позитивный прагматический (инструментальный, или ресурсный) смысл*, при котором ребенок осмысливается как: а) средство, инструмент, ресурс – словом, условие, способствующее реализации жизненных ценностей; б) помощник, соратник, партнер – словом, субъект, содействующий реализации жизненных ценностей; 3) *негативный терминальный смысл*, при котором ребенок осмысливается как антиценность; 4) *негативный прагматический (преградный, или барьерный) смысл*, при котором ребенок осмысливается как: а) преграда, помеха, барьер – словом, условие, препятствующее реализации жизненных ценностей; б) противник, конкурент, соперник – словом, субъект, противодействующий реализации жизненных ценностей взрослого. Наконец, возможно *смысловое отчуждение ребенка*, при котором он представляет чуждое, ненужное, лишнее, безразличное – словом, абсолютно бессмысленное – обстоятельство жизни взрослого [1].

Каждый из указанных выше типов личностно-смыслового отношения к ребенку характеризуется специфической *онтологией, феноменологией, структуралистикой и регуляторикой*. В данном случае под онтологией понимается характеристика объективного места и роли ребенка в контексте жизненного мира и жизненного пути взрослого; под феноменологией – характеристика субъективного восприятия, понимания и переживания ребенка в плоскости индивидуального сознания взрослого; под

⁴ Исследование выполнено при поддержке гранта БРФФИ Г23УЗБ-053 «Ценностное отношение к детям в регуляции репродуктивного и родительского поведения в современной белорусской и узбекской семье».

структуралистикой – характеристика личностных структур, выступающих субстратом личностного смысла ребенка, и их соотношения с другими смысловыми структурами в строении смысловой сферы личности взрослого, в первую очередь, в его индивидуальной мотивационно-смысловой иерархии; под регуляторикой – характеристика функций, выполняемых личностным смыслом ребенка в системе психической регуляции отдельных форм поведения, видов деятельности и целостной жизнедеятельности взрослого. Описание того или иного типа личностного смысла ребенка для взрослого в единстве онтологического, фенологического, субстратно-структурного и функционально-регуляторного аспектов составляет его целостную психологическую характеристику [3].

Проанализируем специфику позитивного терминального смысла, который соответствует ценностному отношению взрослого к ребенку/детям.

В *онтологическом аспекте* этому типу личностного смысла ребенка отвечает *детоцентрическая организация жизненного мира* и *детономическая направленность жизненного пути* взрослого. Это значит, что ребенок составляет условный «центр» жизненного мира, системообразующий «узел» всех жизненных отношений взрослого. К ребенку сходится большинство жизненных отношений и реализующих их видов деятельности, вокруг него выстраивается и «вращается» повседневная жизнь взрослого. При такой организации остальные сферы жизненных отношений (профессия и карьера, досуг и рекреация и т.д.) локализованы на периферии жизненного мира взрослого. Детоцентризм, как особенность строения жизненного мира, сочетается с детономизмом, как особенностью динамики жизненного пути взрослого. Последняя выражается в том, что ребенок устойчиво задает общую логику и сквозную направленность жизнедеятельности взрослого в долгосрочной (в пределе – биографической) перспективе. Свои решения и поступки, дела и занятия, слагающие индивидуальную жизнедеятельность, взрослый ориентирует преимущественно на ребенка, и большую часть фундаментальных жизненных ресурсов – времени, физических сил, ментальной энергии (внимания), финансовых средств и т.п. – также направляет именно на него.

В *феноменологическом аспекте* ценностному отношению к детям соответствует понимание и переживание взрослым субъективной значимости ребенка. Специфическими феноменологическими особенностями ценностного отношения к ребенку выступают, во-первых, позитивная валентность адресованных ему представлений и переживаний взрослого; во-вторых, предельность – крайняя выраженность позитивных представлений (идеализация ребенка) и чрезвычайная интенсивность позитивных эмоций и чувств (любовь к ребенку). Словом, в случае ценностного отношения ребенок воспринимается, мыслится и переживается взрослым как *любимый, идеальный и сверхзначимый другой*. При этом основной модальностью эмоционально-чувственного переживания субъективной значимости ребенка является любовь к нему и детям вообще (детолюбие).

В *структурно-субстратном аспекте* ценностное отношение к детям выражается в специфическом способе иерархического строения смысловой сферы личности взрослого. Вершину индивидуальной мотивационной иерархии составляет ребенок, а остальным мотивам взрослого отведено подчиненное положение. При таком строении ребенок соответствует статусу *личностной ценности* – супермотива, который побуждает, направляет и смыслообразует уже не какую-то парциальную деятельность, а целостную жизнедеятельность взрослого, т.е. всю совокупность освоенных и практикуемых им видов деятельности. По сути, в данном случае ребенок выступает для взрослого как *источник смысла всей жизни*.

В *регуляторном аспекте* ценностное отношение специфично тем, что ребенок в контексте психической регуляции индивидуальной жизнедеятельности и личностного развития взрослого выполняет широкий спектр регулирующих функций: *субординационную* (ребенок оценивается как главная ценность, которая устойчиво предпочитается другим распространенным терминальным ценностям – здоровью, карьере, богатству и т.д.); *смыслообразующую* (ребенок переживается как источник смысла жизни и залог осмысленной жизни); *идентификационную* (наличие ребенка и родительство рассматриваются как важнейшая составляющая собственной Я-концепции и идентичности); *гедонистическую* (наличие ребенка расценивается как обязательное условие жизненного успеха, субъективный стандарт «хорошей жизни», источник позитивного аффекта и удовлетворенности жизнью); *эвдемоническую* (рождение и воспитание ребенка воспринимается как непреложное условие полноценной жизни, продуктивной самореализации и счастья); *развивающую* (рождение и воспитание ребенка мыслится в качестве одной из ведущих жизненных задач, без которой невозможно достижение подлинной психологической (личностной, психосоциальной) зрелости), а также *функции самотрансценденции и персонализации* (рождение и воспитание ребенка рассматривается как способ конструирования жизненной перспективы, самотрансценденции и персонализации) [2].

Таким образом, ценностное отношение к ребенку является многофункциональным феноменом в контексте индивидуальной жизнедеятельности взрослого. В системе психической регуляции личностного развития и функционирования ребенок способен выполнять функции высшей ценности, источника смысла жизни, критерия самореализации и жизненного успеха, основания для идентичности, условия подлинной зрелости/взрослости, предпосылки гедонии и эвдемонии, средства моделирования жизненной перспективы, способа самотрансценденции и персонализации.

Список использованной литературы

1. Карпинский, К.В. Личностный смысл ребенка: что дети значат для взрослых / К.В. Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2023. – 515 с.
2. Карпинский, К.В. Ребенок как источник смысла жизни: сущность и проявления ценностного отношения к детям / К.В. Карпинский // Динамика

смысловой реальности и акме личности: сб. науч. тр. / отв. ред. Т.А. Попова, Г.А. Вайзер. – Москва: ФНЦ ПМИ, 2023. – С. 24 – 28.

3.Карпинский, К.В. Личностный смысл ребенка в регуляции детско-родительских отношений / К.В. Карпинский // Общение в эпоху конвергенции технологий : сб. науч. тр. / отв. ред. Н.Л. Карпова [и др.]. – М.: ФГБНУ «ПИ РАО», 2022. – С. 203 – 207.

СВЯЗЬ ОТНОШЕНИЯ К БОЛЕЗНИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЖЕНЩИН, ПЕРЕНЕСШИХ ХИРУРГИЧЕСКОЕ ВМЕШАТЕЛЬСТВО ПО ПОВОДУ РАКА МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Хазова Светлана Абдурахмановна, доктор психол.н., проф. кафедры специальной педагогики и психологии

(Костромской государственной университет, Московский институт психоанализа, Россия)

Рукавишникова Дина Рафаиловна, магистрант (Московский институт психоанализа, Москва, Россия)

С каждым годом наблюдается увеличение числа женщин, страдающих раком молочной железы. Эта тенденция характерна для различных стран, включая Европу, Северную Америку, Китай и Россию. Современные методы обследования и лечения рака молочной железы позволяют выявлять его на ранних стадиях и продлевать жизнь пациенток. Несмотря на значительные достижения в области медицины, психологический аспект заболевания часто остается недооцененным, что может негативно влиять на результаты лечения [Алехин А.Н., Кондратьева К.О., 2019; Уразбаева Д.А., 2022].

Существует определенное противоречие в опубликованных результатах исследований, касающихся влияния различных факторов на качество жизни женщин с раком молочной железы. Среди этих факторов выделяются возраст, стадия заболевания, образование, социально-демографические характеристики, возможные осложнения, но в том числе и вид хирургического вмешательства [Исмагилов А.Х., Карасев В.Е., 2022]. Мастэктомия и резекция молочных желез являются серьезными хирургическими процедурами, которые существенно влияют на физическое и психическое благополучие женщин. После подобных вмешательств женщины часто сталкиваются с рядом эмоциональных вызовов (чувства потери, горя, тревоги, стыда, беспокойства, депрессии), требующих особого внимания и поддержки.

Исследования о влиянии разных видов оперативного вмешательства на качество жизни у женщин с раком молочной железы представляют смешанные результаты. Некоторые исследования показывают, что радикальная мастэктомия может снизить качество жизни по сравнению с органосохраняющими операциями, наблюдается развитие депрессии и угнетенного состояния [Исмагилов, Карасев, 2022]. Другие исследования указывают на то, что органосохраняющие операции могут улучшить восприятие тела и качество жизни пациентов [Максимов Д. А. и др., 2019;

Cieślak K., Golusiński W. 2018]. Необходимо отметить, что данные об эмоциональных и психологических аспектах мастэктомии и резекции молочных желез все еще ограничены и требуют дальнейшего исследования.

Цель исследования: выявление особенностей эмоционального состояния женщин, перенесших частичную резекцию либо радикальную мастэктомию по поводу рака молочной железы, с типом отношения к болезни.

В выборку исследования вошла 61 женщина, из них 37,7% (N=22) после частичной резекции молочной железы – первая группа, 62,3% (N=33) после мастэктомии – вторая группа. Для проведения исследования был определен **комплекс диагностических методик:** ТОБОЛ (Л.И. Вассерман, А.Я. Вукс, Б.В. Иовлев, Э.Б. Карпова, 1987); Торонтская алекситимическая шкала, TAS-26 (G.T. Taylor, D. Ryan, R. Bagby, 1985; адаптация НИПНИ, 2005); Госпитальная Шкала Тревоги и Депрессии, HADS (A. Zigmond, R. Snaith, 1983; адаптация А.В. Андрющенко, 2003). Статистические методы: непараметрический критерий U Манна-Уитни, критерий ранговых корреляций Спирмена.

Сравнительный анализ выраженности типов отношения к болезни позволяет говорить о преобладании у женщин после резекции молочной железы анозогнозического типа (U=52,0, p=0,022) по сравнению с женщинами с проведенной мастэктомией. Так, для них существенно более характерно преуменьшение серьезности болезни и возможных последствий для здоровья, склонность к более легкомысленному отношению к болезни, снижение критичности к своему состоянию, что иногда проявляется пренебрежением рекомендациями врача относительно режима жизни, «уходом» в работу. Эти женщины отмечают чаще состояние умиротворения (U=205,5, p=0,020), надежды (U=204,5, p=0,016), радости (U=215,5, p=0,034) и счастья (U=219,0, p=0,039).

Для женщин, перенесших радикальную мастэктомию, более свойственными являются паранойяльный (U=217,0, p=0,034) и дисфорический (U=206,5, p=0,015) типы отношения к болезни, характеризующиеся подозрительностью, настороженностью, стремлением обвинять в болезни других людей, приписывать возможные осложнения или побочные действия лечения некавалифицированности врачей, деспотичным отношениям к близким, требованием особого внимания и отношения. Эти женщины чаще говорят о негативных эмоциях, переживании печали (U=171,5, p=0,003), горя (U=217,5, p=0,034) и злости (U=224,5, p=0,045) по сравнению с женщинами первой группы. Интересно, что ни по показателю алекситимии, ни по показателям тревоги и депрессии значимых различий установлено не было.

Однако очень показательными являются результаты корреляционного анализа: отличаются как сами корреляции, так и их количество (p≤0,05): в первой группе женщин, перенесших резекцию молочной железы, между показателями алекситимии, депрессии и тревоги, с одной стороны, и показателями отношения к болезни установлено десять корреляций, и все они положительные. Так, возрастание выраженности тревожного и

апатического отношения к болезни связано с возрастанием всех трех показателей – депрессии, тревоги и алекситимии, что приводит в конечном счете к угнетенному настроению, снижению психической активности, безразличию к результатам лечения либо, наоборот, к излишней мнительности. Повышение тревоги и алекситимии также связано с усилением сенситивного отношения к болезни – повышению уязвимости, ранимости, чрезмерной ориентации на мнение окружающих о болезни. Усиление депрессивных тенденций связано с ипохондрическим и дисфорическим отношением, при которых преобладают озлобленность, агрессивность, чрезмерное сосредоточение на болезненных ощущениях, мнительность. Интересной является положительная корреляция гармоничного отношения к болезни и тревоги; можно предположить, что в данном случае тревога может способствовать более адекватному отношению к лечению, без склонности преувеличивать тяжесть заболевания либо недооценивать ее: реалистичная оценка своего состояния включает в себя осознание возможных рисков и рецидивов.

В группе женщин, перенесших радикальную мастэктомию, связей существенно больше – 20, при этом есть как положительные, так и отрицательные ($p \leq 0,05$). Так, высокая выраженность таких типов отношения к болезни как тревожный, ипохондрический, неврастенический, меланхоличный, апатический, паранойяльный и дисфорический связаны с повышением выраженности тревожных и депрессивных проявлений. Лишь эргопатический тип отношения к болезни, предполагающий «уход» от болезни в работу, связан со снижением выраженности депрессивных и тревожных реакций. Также отметим, что высокая выраженность меланхолического (предполагающего удрученность, неверие в возможность выздоровления) и тревожного (выраженная тревога об исходе болезни) типа отношения к болезни в данной группе женщин связана с выраженными нарушениями распознавания, называния и выражения эмоций (алекситимией).

Из результатов корреляционного анализа видно, что связь между типом отношения к болезни и эмоциональным состоянием является достаточно тесной хотя и носит разный характер в группах женщин, которым была проведена мастэктомия или резекция молочной железы. Несмотря на это, прослеживается определенная тенденция, свойственная для обеих групп – высокая приверженность дезадаптивному отношению к болезни связана с повышением выраженности тревожных и депрессивных состояний. Адаптивные типы отношения к болезни (например, гармоничный) не обязательно связаны со стабилизацией эмоционального состояния.

Наши выводы представляют важную информацию для более глубокого понимания эмоционального состояния женщин, столкнувшихся с раком молочной железы и подвергшихся различным хирургическим вмешательствам. Они имеют практическое значение для разработки индивидуальных методов поддержки и лечения, а также для определения групп риска с целью предоставления дополнительной психологической помощи.

Список литературы:

1. Алёхин А.Н., Кондратьева К.О. Семантика переживания психической травмы молодыми женщинами со злокачественными новообразованиями молочной железы // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2019. № 194. С. 38-46.

2. Васильева А. В., Караваева Т. А., Лукошкина Е. П., Вайс Э. Э., Яковлева Ю. А. ПТСР у пациенток с раком молочной железы после оперативного лечения (мастэктомии). Клинико-психологические особенности // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М.Бехтерева. 2018. № 4. С. 83-92.

3. Исмагилов А.Х., Карасев В.Е. Психоэмоциональное состояние и качество жизни пациенток после различных вариантов хирургического лечения рака молочной железы в раннем послеоперационном периоде. Пластическая хирургия и эстетическая медицина. 2022. №1. С. 49-55.

4. Максимов Д. А., Асеев А. В., Веселова Н. В., Сурсимова О. Ю., Сулейманова О. О. Анализ динамики психосоматического статуса женщин, больных раком молочной железы, после выполнения онкопластических радикальных резекций и мастэктомий в процессе комплексного лечения // Современные проблемы науки и образования. 2019. № 4. 61 с. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://s.science-education.ru/pdf/2019/4/29120.pdf> (дата обращения: 03.07.2023).

5. Уразбаева Д.А. Саратон ташхиси кўйилган беморларнинг психоэмоционал ва психологик ҳолатларининг ўзаро боғлиқлиги // ЎЗМУ хабарлари Ташкент. 2022. № 11. Б. 204-207. Cieślak K., Golusiński W. Coping with loss of ability vs. emotional control and self-esteem in women after mastectomy // Reports of Practical Oncology and Radiotherapy. 2018. Vol. 23. N. 3. P. 168-174.

POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT AS THE PREVENTIVE PERSPECTIVE FOR WORK WITH ADOLESCENTS - ASSUMPTIONS, IMPLEMENTATIONS AND CHALLENGES

*Krzysztof Sawicki, prof. dr.
University of Białystok [Poland]
Faculty of Education*

Positive Youth Development [PYD] has been a crucial theoretical background in research on adolescence and the implementation of educational and preventive interventions in recent decades. The emphasis on a positive context in the perception of development is a crucial issue and means relying on one's strength in striving for autonomy, practical action, and, as a result, in striving for self-fulfillment in subsequent periods of life [Seligman & Csikszentmihalyi, 2000].

The perception of behavior contrary to social norms within PYD is significant. According to this approach, the existing solutions contributed to reducing their scale but did not solve the problem because they were not synonymous with developing potential skills. Their goal is to raise a person free

from problems, but it does not mean preparation for adult life. Moreover, the existing approaches limited the possibility of a holistic look at young people [especially their strengths], thus creating a problematic, unfavorable image of young generations [Arnold & Silliman, 2017; Benson et al., 2006].

The essence of PYD is contained in the so-called Five Cs [Lerner et al., 2013, 2015; Lerner & Steinberg, 2004], which initially consisted of five components, but in the course of work, they were expanded to six and consist of:

Competencies - include cognitive [the ability to solve problems, make decisions, or learn the principles of logical thinking], social [the ability to build and maintain interpersonal relationships and resolve conflicts], educational [school grades, attendance, or test results], and professional dimensions [work habits and the ability to choose a career development path].

Confidence - a young person's ability to perceive values, but also a positive assessment of themselves and their relationships with others [peers, adults]

Connection - is an adolescent's ability to build and strengthen positive relationships with other people, institutions, and organizations.

Character—considers the rules of conduct internalized by young people, as well as respect for applicable social standards, principles, and cultural norms.

Care - perceived as the ability to empathize and want to understand other people.

Contribution—involvement in life and activities for the benefit of the community, social activity, young people's sense of responsibility for their place of life, and membership of the local community [Lerner et al., 2005].

This concept is the background of numerous research projects aimed at young people, including those that aim to create an optimal space for educational development, strengthen generational and intergenerational relations, promote co-responsibility for the living environment, and develop the ability to act creatively in a threat situation [Geldhof et al., 2014; Phelps et al., 2009].

The Relational Developmental Systems Perspective [RDSP] is an approach developed based on PYD, according to which the development of adolescents is perceived in a holistic and relational dimension [Overton, 2015]. Development is influenced by the people and contexts in which adolescents operate daily and are defined as developmental regulations. They can be the basis for adaptive actions [a source of mutual benefits for individuals entering into relationships in specific contexts] but also manifestations of maladjustment. [relations that harm and/or the contexts in which these relationships occur]. The constant duplication of each model leads to the consolidation of an adaptive or de adaptive attitude.

Social Justice Youth Development [SJYD] is another model of working with youth by PYD, aiming to develop adolescents' awareness of everyday social relationships [Camarota, 2011]. It pays attention to developing the activity of young people from marginalized communities and aims to develop their awareness of personal potential and sense of social and human responsibility. These components constitute the basis for implementing social justice activities. This model of work with youth fulfills two essential functions: it limits the impact of unfavorable development conditions. It is the basis for social changes at the level

of local structures by strengthening the sense of youth participation. It is possible thanks to the integration of three areas: self-awareness, community, and global perspective, becoming the basis for developing young people's involvement and empathy and promoting the idea of social justice [Ginwright & Cammarota, 2002], which is sometimes referred to as youth-inspired community transformation [Ross, 2011].

Programs based on PYD can directly support school achievement. For example, college orientation workshops are programs designed to prepare male participants for further stages of education [Whipple et al., 2020]. It is carried out in the form of four-week mentoring stays, during which young people live outdoors [in tents or barracks], learn English, mathematics, financial management, and career planning; an essential element is a physical activity, which culminates in taking up a challenge [e.g., conquering a mountain peak].

Art education programs based on PYD may also empower extracurricular activities. An example is a program for developing musical expression for young people from disadvantaged backgrounds [Barrett & Bond, 2015]. It aims to strengthen social inclusion, minimize prejudices and stereotypes, increase social cohesion, and [particularly important] strengthen the position of students from communities at risk of marginalization. Such activities aim to build a positive group culture [Orson et al., 2020] and enable better adaptation of at-risk youth [mainly migrant youth], providing them with numerous psychosocial benefits.

Project K plays a special role in strengthening the well-being of youth at risk of emotional and behavioral disorders [Deane et al., 2017]. Its foundation is three areas: survival activity, taking up challenges [tasks to be completed] in the community, and an annual mentoring partnership. Although the essence of such programs does not directly concern school education, young people participating in such activities become more motivated to learn.

In addition to the unquestionable benefits resulting from implementing PYD, it is also necessary to present critical comments resulting from evaluating activities implemented based on PYD. Regarding the assumptions of such program activities, it is stated that PYD as an alternative to concepts and theories based on identifying negative phenomena is nothing new apart from the skillful exposure of issues that have long been widely known [Kelly, 2006]. More decisive criticisms state that relying solely on positive potentials in working with youth may be harmful [Coussée et al., 2009].

Critics of PYD raise doubts about its socio-political context, which translates into the promotion of neoliberal principles of vocational education, close partnership in education and business, as well as the transformation of schools and other institutions working with youth following the needs of large corporations and business while ignoring the essence of local labor markets. [Sukarieh & Tannock, 2011]. This perspective is difficult to implement by young people from marginalized communities, which makes it unattractive to them and may even become a form of systemic violence [Coleman, 2021].

Evaluation studies indicate that implementing the Five Cs poses significant problems, particularly about one of the elements [Care]. Research indicates a

correlation between this element and anxiety and even depression; as a result, "a clear pattern suggests a potential risk of internalizing problems when a teenager "worries too much" [Geldhof et al., 2019, p.6]. Additionally, excessive exposure to Care is believed to correlate with adaptation and ultimately lead to "emotional hypersensitivity or anxiety-provoking excessive concern for [or about] the thoughts and feelings of others" [Geldhof et al., 2014, p.944]. Youth with a high level of empathy may manifest adaptation problems resulting from excessive focus on problems experienced by others, but also caused by excessive care of the youth and their loved ones [Tone & Tully, 2014] .According to another criticism, sociopathic people exhibiting high levels of self-confidence fit well into the structure of one of the Five Cs [Competences] [Geldhof et al., 2014].

Further doubts concern the implementation of programs with youth from minority or marginalized groups because such youth are insufficiently involved. As a result, the effectiveness of the program for such beneficiaries results from the socio-cultural effect of youth from minority groups adapting to peers from majority groups [Deane et al., 2017].

Despite the above-mentioned critical remarks, it should be stated that PYD is an essential theoretical basis for work with youth, which results from adopting a holistic perspective, combining the resources of the individual and the environment, drawing attention to creating a sense of agency, developing participation, implementing think global act local strategies, which still require more attention in working with youth.

REFERENCES:

Arnold, M. E., & Silliman, B. [2017]. From theory to practice: A critical review of positive youth development program frameworks. *Journal of Youth Development*, 12[2], 1–20. <https://doi.org/10.5195/JYD.2017.17>

Barrett, M. S., & Bond, N. [2015]. Connecting through music: The contribution of a music programme to fostering positive youth development. *Research Studies in Music Education*, 37[1], 37–54. <https://doi.org/10.1177/1321103X14560320>

Benson, P. L., Scales, P. C., Hamilton, S. F., & Sesma, A. Jr. [2006]. Positive Youth Development: Theory, Research, and Applications. In Handbook of Child Psychology. In W. Damon & R. M. Lerner [Eds.], *Handbook of child psychology* [6th ed, pp. 894–941]. John Wiley & Sons.

Cammarota, J. [2011]. From hopelessness to hope: Social justice pedagogy in urban education and youth development. *Urban Education*, 46[4], 828–844. <https://doi.org/10.1177/0042085911399931>

Coleman, B. R. [2021]. Managing the disconnect: A critical case study of neoliberalism in youth development practice. *Journal of Community Psychology*, 49[4], 907–926. <https://doi.org/10.1002/jcop.22350>

Coussée, F., Roets, G., & De Bie, M. [2009]. Empowering the powerful: Challenging hidden processes of marginalization in youth work policy and practice in Belgium. *Critical Social Policy*, 29[3], 421–442. <https://doi.org/10.1177/0261018309105178>

Deane, K. L., Harré, N., Moore, J., & Courtney, M. G. R. [2017]. The impact of the project k youth development program on self-efficacy: A randomized controlled trial.

Journal of Youth and Adolescence, 46[3], 516–537. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0463-9>

Geldhof, G. J., Bowers, E. P., Mueller, M. K., Napolitano, C. M., Callina, K. S., & Lerner, R. M. [2014]. Longitudinal analysis of a very short measure of positive youth development. *Journal of Youth and Adolescence*, 43[6], 933–949. <https://doi.org/10.1007/s10964-014-0093-z>

Geldhof, G. J., Larsen, T., Urke, H., Holsen, I., Lewis, H., & Tyler, C. P. [2019]. Indicators of positive youth development can be maladaptive: The example case of caring. *Journal of Adolescence*, 71, 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.11.008>

Ginwright, S., & Cammarota, J. [2002]. New terrain in youth development: The promise of a social justice approach. *Social Justice*, 29, 82–95.

Kelly, P. [2006]. The entrepreneurial self and ‘youth at-risk’: Exploring the horizons of identity in the twenty-first century. *Journal of Youth Studies*, 9[1], 17–32. <https://doi.org/10.1080/13676260500523606>

Lerner, R. M., Lerner, J. V., Bowers, E., & Geldhof, G. J. [2015]. Positive youth development: A relational developmental systems model. In W. F. Overton & P. C. Molenaar [Eds.], *Handbook of child psychology and developmental science: Vol. 1: Theory and Method* [pp. 607–651]. Wiley.

Lerner, R. M., Napolitano, C. M., Boyd, M. J., Mueller, M. K., & Callina, K. S. [2013]. Mentoring and Positive Youth Development. In D. L. DuBois & M. J. Karcher [Eds.], *Handbook of Youth Mentoring* [pp. 17–27]. Sage.

Lerner, R. M., & Steinberg, L. [2004]. The Scientific Study of Adolescent Development: Past, Present, and Future. In R. M. Lerner & L. Steinberg [Eds.], *Handbook of adolescent psychology: Vol. 1: Individual bases of adolescent development* [3rd ed., pp. 1–14]. Wiley.

Orson, C. N., McGovern, G., & Larson, R. W. [2020]. How challenges and peers contribute to social-emotional learning in outdoor adventure education programs. *Journal of Adolescence*, 81, 7–18. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.02.014>

Overton, W. F. [2015]. Processes, relations, and relational-developmental-systems. In W. F. Overton, P. C. Molenaar, & R. M. Lerner [Eds.], *Handbook of child psychology and developmental science* [pp. 9–62]. Wiley.

Phelps, E., Zimmerman, S., Warren, A. E. A., Jeličić, H., von Eye, A., & Lerner, R. M. [2009]. The structure and developmental course of Positive Youth Development [Pyd] in early adolescence: Implications for theory and practice. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30[5], 571–584. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2009.06.003>

Ross, L. [2011]. Sustaining youth participation in a long-term tobacco control initiative: Consideration of a social justice perspective. *Youth & Society*, 43[2], 681–704. <https://doi.org/10.1177/0044118X10366672>

Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. [2000]. Positive psychology. An introduction. *The American Psychologist*, 55[1], 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>

Sukarieh, M., & Tannock, S. [2011]. The positivity imperative: A critical look at the ‘new’ youth development movement. *Journal of Youth Studies*, 14[6], 675–691. <https://doi.org/10.1080/13676261.2011.571663>

Tone, E. B., & Tully, E. C. [2014]. Empathy as a “risky strength”: A multilevel examination of empathy and risk for internalizing disorders. *Development and Psychopathology*, 26[4pt2], 1547–1565. <https://doi.org/10.1017/S0954579414001199>

Whipple, S. S., Frein, S. T., & Kline, K. A. [2020]. The college orientation workshop as an experiential, positive youth development program. *Journal of Experiential Education*, 43[2], 185–204. <https://doi.org/10.1177/1053825920908292>

СОЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О НАСИЛИИ В ОТНОШЕНИЯХ ПАРТНЕРОВ

Е. А. Силина¹, Т.Л. Крюкова²

¹ Костромской государственной университет
seal1rin@gmail.com

² Костромской государственной университет
tat.krukova44@gmail.com

УДК 316.6

В статье представлено исследование структуры социальных представлений о насилии - ядро и периферия. Выявлены факторы, объединяющие представления в группы. Выборку составили люди, которые находятся в близких романтических или семейных отношениях.

Ключевые слова: социальные представления, насилие со стороны интимного партнёра, близкие отношения

Социальные представления – это социально выработанное и разделяемое с другими людьми знание. Они направлены на то, чтобы люди осваивали окружающую среду, понимали и могли объяснить факты и идеи, существующие в мире, могли воздействовать на других и действовать вместе с ними, могли позиционировать себя по отношению к ним, отвечать на вопросы и т.д. (Почебут, Мейжис, 2010). В данном исследовании мы сосредоточились на изучении представлений о насилии в близких отношениях со стороны интимного партнера, которое может проявляться в различных формах, включая психологическое, физическое и социально-экономическое насилие. Существует ряд факторов, включая личностные и социальные, которые повышают риск проявления данного вида насилия в отношениях. Насилие со стороны интимного партнера имеет серьезные последствия для отношений, жертвы и актора насилия, на общество в целом (Wallace, 2016). Как справедливо отмечает Анна Квятковска, «Популярное мнение о насилии в отношении женщин, насилии в близких отношениях или домашнем насилии зачастую имеет мало общего с реальностью этих отношений. Люди склонны недооценивать распространенность насилия, не всегда понимают динамику насилия в отношениях, смеются и развлекаются ложными представлениями о насильниках, и их мотивах и редко понимают психику жертвы» (Kwiatkowska, 2013, С. 87).

Представления о насилии играют важную роль в формировании проявления насильственного поведения в обществе. Каждый человек имеет свои собственные представления о том, что является насилием, а что нет. Эти

представления находятся под влиянием контекста культуры, образования, семейного воспитания, пережитого опыта и других факторов. В свою очередь, представления могут влиять на то, как люди воспринимают насилие, как они реагируют на него и как сами проявляют насильственное поведение. Изучения социальных представлений — это ключ к пониманию спусковых механизмов тех или иных схем поведения (Московичи, 1995). Поэтому данный конструкт лежит в основе нашего исследования - как возможность ближе изучить сложный феномен насилия в близких отношениях в обществе. Исследование позволяет расширить область имеющихся данных. Основной акцент делается на картине представлений о насилии в обыденном сознании общества, о том, что люди относят к насильственному поведению.

Цель исследования: выявить каковы социальные представления о насилии, а также их структуру - ядро и периферию представления о насилии.

Общая гипотеза: социальные представления о насилии имеют определенную структуру, противоречивы, недостаточно полные, в основном негативно репрезентируют насилие в близких отношениях. **Эмпирическая база исследования.** Выборку составляют люди, которые находятся в близких романтических или семейных отношениях. В исследовании добровольно приняли участие 126 респондентов от 18 до 59 лет (ср. возраст = 29,5, стд. откл. = 8,5): 86 женщин (ср. возраст = 29,5, стд. откл. = 8,8) и 40 мужчин (ср. возраст = 29,5, стд. откл. = 7,8).

Методы: Опросник о насилии, разработанный авторами. Включает в себя 10 открытых вопросов, направленных на выявления представлений о насилии (установки и отношение; информацию: маркеры насилия, что является насилием, виды и формы насилия). **Анализ маркеров различных видов насилия (Насилия.нет).** Опросник составлен авторами на основе тестов Центра по работе с проблемой насилия «НАСИЛИЮ.НЕТ», для выявления отношения к различным видам насилия (физического, психологического, экономического, сексуализированного).

Важным шагом исследования представлений о насилии является контент- анализ полученной информации от респондентов с целью выявить структуру социальных представлений, которые сильно связаны с социокультурным контекстом. Например, в Польше и в России широко распространено мнение, что существует прямая причинно-следственная связь между употреблением алкоголя и насилием. Это поведение выражается в распространенной поговорке о «хорошем муже», который «бьет только тогда, когда пьет» (см. Kwiatkowska, Roszak, 2007). Точно так же ревность часто приравнивается к любви (как и контролирующее поведение, часто связанное не с любовью, а с собственничеством и ревностью), а телесные наказания широко воспринимаются как средства воспитания детей.

В ходе нашего анализа ответов на открытые вопросы (например ...?) было выявлено 62 категории, объединённые в группы: чувства, связанные с насилием; установки по отношению к насилию; выделяемые виды насилия; маркеры насилия; причины насилия.

В ядро социальных представлений нами отнесены категории с наибольшей частотой встречаемости - данные категории выделили более 20% респондентов (рис 1). Наибольший вес имеют виды насилия - физическое и психологическое. В картине мира респондентов, данные категории наиболее полно описывают феномен насилия. Также к базовым-коренным представлениям о насилии относятся физическое воздействие - применение силы, причинение вреда, действие против воли человека и проявление агрессии. Имеется негативная окраска данного феномена, его неприемлемость и приравнивание к злу. Основной причиной насильственного поведения, выделяемой выборкой, является нарушение психики, расстройства, полученные травмы.

Ядро социальных представлений о насилии

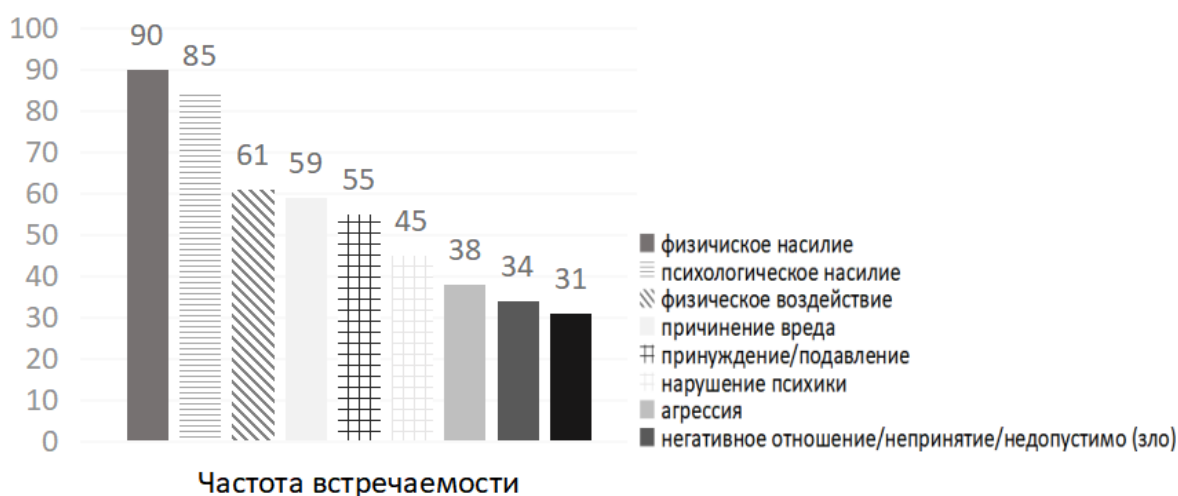


Рисунок 1. Ядро социальных представлений о насилии

Данные коррелируют с общепринятым определением насилия Всемирной организации здравоохранения, однако, фактор «умышленного действия» - отсутствует в фокусе внимания обыденного представления респондентов, что может говорить о снижении ответственности актора насилия (ВОЗ, 2002).

Периферия социальных представлений о насилии (представлена частота встречаемости категорий) является более гибкой, зависимой от личностных особенностей респондентов и изменений в мире: унижение, унижение перед другими (31); манипуляция (23); неуверенность в себе, комплексы, низкая самооценка (21); нарушение границ (17); боль (15); власть, чувство превосходства, доминирование, желание контроля (14); ужас (13); страх (13); оскорбления (12); умышленное действие, осознанное (11); ограничение свободы (11); крик, повышение голоса (10); жестокость (10). В периферии социальных представлений представлены более подробные описания видов и маркеров насильственного поведения. Представлены различные причины насильственного поведения - низкая самооценка, желание власти и контроля, социальная среда актора насилия. В периферии также больше проявляются чувства, связанные с насилием - страх, ужас, боль.

Таким образом, насилие представляется как причинения вреда против воли жертвы, проявляющееся в физическом (применении силы, контроль, принуждение, агрессия) и психологическом (угрозы, оскорбления, манипуляции, нарушение границ) **с целью самоутверждения и доминирования, вызывающим боль, ужас и страх**. Респонденты склонны больше относить к насилию физическое причинение вреда. Но также высок и показатель психологического насилия. А такие виды насилия как сексуализированное и экономическое практически не выявлены в структуре представлений респондентов нашей выборки. Это может быть связано, с одной стороны, с вытеснением данной темы из сознания и с другой, с принятием данного вида поведения как нормативного и не насильственного, т.е. с недооценкой насилия в повседневной жизни. Вероятно, влияние подобных представлений на качество близких отношений в паре очевидно негативно, что изучается и будет далее интенсивно изучаться нами (Силина, Крюкова, 2021).

Факторный анализ. Для прояснения более чёткой структуры социальных представлений, был проведён факторный анализ выделенных компонент. Было выделено 6 факторов, объясняющих 40% дисперсии по общей выборке (таблица 1). **Фактор 1 - 8,1% (Ядро представлений)** включает в себя компоненты, имеющие наибольшую частоту встречаемости - соотносятся с ядром представлений. Это общие представления, включающие в себя два основных (самых выделяемых) видов насилия, акцент на физическом воздействии и унижении как маркер проявления этих видов, выделена основная причина - нарушение психики, неадекватность личности актора насилия.

Таблица 1.

Факторный анализ компонент социальных представлений о насилии

ф1 - 8,1%*	ф2 - 7,7%	ф3 - 6,4%	ф4 - 6,3%	ф5 - 6,1%	ф6 - 5,8%
Физическое насилие (0,799)**	Социальная среда акторов насилия (0,639)	Самоутверждение (0,615)	Боль (0,668)	Неуверенность в себе, комплексы, низкая самооценка (0,582)	Экономическое насилие (0,660)
Психологическое насилие (0,757)	Домогательства/харассмент (0,614)	Отсутствие эмпатии (0,533)	Несправедливость (0,540)	Умышленное действие, осознанное(-0,497)	Ужас (0,512)
Физическое воздействие, применение силы (0,634)	Насилие в анамнезе по отношению к актору насилия (0,593)	Эгоизм (0,508)	Власть, доминирование, желание контроля(-0,432)	Принуждение/подавление - действие против воли другого (0,495)	Ограничение свободы (0,491)

Нарушение психики/неадекватность (0,387)	Сексуальное насилие (0,584)	Оскорбления (0,498)	Негативное отношение/непринятие/недопустимо (зло) (-0,416)	Личностные проблемы (-0,321)	Неспособность выдержать и контролировать свои эмоции (0,422)
Дискомфорт жертвы(-0,351)	Травля, буллинг (0,569)	Нарушение границ(-0,441)			Причинение вреда (-0,392)
Унижение (0,341)	Воспитание (0,513)				Издавательство (0,344)

*доля объясняемой дисперсии фактора; ** факторная нагрузка

Фактор 2 (Влияние социальной среды) включает компоненты связанные с причинами насилия - влияние социальной среды, воспитания, насилия в анамнезе у актора насилия. А также включает в себя сексуальный тип насилия с его маркером - домогательства, харассмент. Еще один выделяемый маркер насилия — это буллинг и травля. **Фактор 3 (Личностные черты)** описывает личностные черты актора насилия - эгоизм, отсутствие эмпатии и объясняет проявление насилия в виде оскорблений, как попытку самоутвердиться за счёт других. **Фактор 4 (Отношение к насилию)** описывает сильную эмоциональную окраску насилия, связанную с болью, чувством несправедливости. Данный фактор интересен тем, что описывает насилие с точки зрения жертвы, ее субъективных переживаний. Поэтому, чем более выражены данные компоненты, тем менее уделяется внимание причине насилия - как власть, желания контроля. **Фактор 5 (Комплекс неполноценности)** включает в себя представления, которые описываю насилие, как действие против воли другого из-за низкой самооценки актора насилия, с целью компенсации. Восприятие данной картины, отрицательно коррелирует с компонентом «умышленные действия», что может говорить о неосознаваемости данных действий, в представлении респондентов. **Фактор 6 (Насилие, ограничивающее свободу)** включает в себя представления связанные с экономическим видом насилия, проявляющимся в ограничении свободы и издевательствами. Данное поведение связано с возникновением ужаса - сильная эмоциональная окраска, может говорить о непринятии данного вида насилия.

Таким образом, выделяются базовые представления - они характеризуются обобщенностью понятий, основываются на нормах общества; представления связанные причинами насилия - социальной средой и опытом, комплексом неполноценности; мнения и представления о личности актора насилия - эгоизм, отсутствие эмпатии; представления связанные с субъективной оценкой восприятия насильственных действий, проявления чувств по отношению к нему - боль, несправедливость; представления связанные с конкретным видом насилия - сексуальное, экономическое. Существует некоторая неоднозначность факторов, что может

свидетельствовать о защитных механизмах, включающихся при актуализации темы насилия в близких отношениях партнеров.

Библиографический список

1. Всемирная организация здравоохранения. Насилие и его влияние на здоровье. Доклад о ситуации в мире. World report on violence and health. — М.: «Весь Мир», 2002. — 376 с.

2. Московичи С. Социальные представления: исторический взгляд // Психологический журнал. 1995. Т. 16, № 2. С. 3–14.

3. Почебут Л.Г., Мейжис И.А. Социальная психология. СПб., 2010. - 672 с.

4. Силина Е.А., Крюкова Т.Л. Влияние установок гендерного неравенства на диадическое совладание в близких отношениях. *Вестник Костромского государственного университета*. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. Т. 27, № 4. С. 217–220. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-4-217-220>.

5. Kwiatkowska, A. & Roszak, J. (2007). Cultural factors in perception of conflicts in close relationships: A cross-cultural study. In: A. Chybicka & M. Kaźmierczak (Eds.). *Appreciating diversity - cultural and gender issues*. (251-280). Cracow: Impuls.

6. Kwiatkowska, A. (2013). Talking about Violence. How People Convey Stereotypical Messages about Perpetrator and Victim through the Use of Biased Language / Framing Sexual and Domestic Violence through Language / ed. Renate Klein. Springer. — 186 p. P. 87. https://link.springer.com/chapter/10.1057/9781137340092_5

7. Wallace, H. (2016). Characteristics of and Consequences of Family Violence // *Family Violence: Legal, Medical, and Social Perspectives*. — Seventh edition. — Routledge, 2016. — P. 2. — 433 p

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ И ЗАКОНОМЕРНОСТИ ЛИЧНОСТНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ КОСВЕННЫХ СВИДЕТЕЛЕЙ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО МАКРОСОЦИАЛЬНОГО СОБЫТИЯ

Парфёнова Татьяна Вячеславовна, кандидат психологических наук, старший преподаватель кафедры экспериментальной и прикладной психологии Гродненского государственного университета имени Янки Купалы (Республика Беларусь)

Современный человек живет в условиях постоянного потока разнообразной информации, среди которой все чаще встречаются сообщения об экстремальных макросоциальных событиях. При таких условиях количество косвенных свидетелей данных событий прогрессивно растет, что в конечном итоге может негативно сказаться на психическом состоянии как отдельного человека, так и общества в целом. Косвенные свидетели – это люди, которые лично не присутствовали при свершении события, но узнали о нем из разных источников информации [1, с. 107]. В этой связи знание психологических механизмов и закономерностей личностных изменений

косвенных свидетелей экстремального макросоциального события является важным для разработки эффективных стратегий предупреждения и реагирования со стороны служб психологической помощи.

Общая научная идея настоящего исследования заключается в том, что экстремальное макросоциальное событие – это дискретное (скачкообразное) или континуальное (растянутое во времени) необратимое изменение объективных условий и обстоятельств жизнедеятельности человека и общества, вследствие которого возникает противоречие (или множественные противоречия) между, с одной стороны, индивидуальными и общественными потребностями, личностными и социальными ценностями, и, с другой стороны, объективными возможностями их удовлетворения и реализации [1, с. 109]. Субъективное понимание и переживание экстремального макросоциального события на индивидуально-психологическом уровне определяется его личностным смыслом для человека, в т. ч. ставшего его косвенным свидетелем. Личностный смысл – это форма психического отражения (понимания и переживания) субъектом объективных отношений, связывающих объекты и явления окружающей действительности с его собственными потребностями, мотивами и ценностями. При условии, что такое событие порождает объективную невозможность или трудность удовлетворения потребностей, реализации ценностей, осуществления мотивов, достижения целей и других личностно значимых побуждений и стремлений личности, оно наделяется негативным либо конфликтным личностным смыслом. *Этот личностный смысл является психологическим механизмом, сигнализирующим о возникновении существенного противоречия в личностном развитии и функционировании, и выступает условием для субъективного переживания личностью экстремального макросоциального события и вытекающего из него противоречия* [2, с. 124].

Противоречие – это объективное несовпадение внутренних интенций личности с внешними условиями и обстоятельствами ее жизни. Крайними формами выражения данных противоречий выступают: на полюсе объекта – «невозможность» (когда внешняя среда объективно препятствует и блокирует реализацию смысловой необходимости личности), на полюсе субъекта – «неспособность» (когда сформированный репертуар инструментальных черт личности недостаточен для практической реализации ее смысловой необходимости) субъекта преобразовать условия своей жизни в соответствии с ее смыслом и жизненным планом [3, с. 80–83; 4, с. 174–177]. Поскольку экстремальное макросоциальное событие, как правило, носит форс-мажорный характер, у личности отсутствует возможность как-либо повлиять (отменить, преобразовать) на данное событие, в связи с чем для разрешения, порожденного этим событием противоречия, она вынуждена изменяться сама.

Исходя из изложенных теоретических соображений была выдвинута гипотеза для дальнейшего эмпирического исследования: интенсивность и экстенсивность личностных изменений косвенных свидетелей экстремального макросоциального события обусловлены личностным

смыслом данного события. Эмпирическое исследование проводилось в 2017–2018 г. на материале террористического акта в минском метро по ретроспективному дизайну (спустя 6–7 лет после происшествия). В ходе предварительного исследования (N=102) было эмпирически доказано, что теракт в минском метро является субъективно значимым экстремальным макросоциальным событием для его косвенных свидетелей и представлен в их автобиографической (исторической) памяти [5, с. 625; 6 с. 156–157]. Выборку основного эмпирического исследования составили 577 косвенных свидетелей теракта в возрасте от 19 до 76 лет (средний возраст $32,16 \pm 11,2$), в том числе 443 женщины и 134 мужчин. Испытуемые обследовались с помощью как стандартизированных методик – личностный опросник «Большая пятерка» в русскоязычной адаптации В. Е. Орла, И. Г. Сенина [7]; методика диагностики личностных ценностей Ш. Шварца в адаптации В. Н. Карандашева [8]; Опросник посттравматического роста Р. Тадеша, Л. Калхауна в русскоязычной адаптации М. Ш. Магомед-Эминова [9], так и авторских методик, разработанных специально для целей исследования – семантический дифференциал «Оценка экстремального события» [10, с. 232–248], «Опросник личностных изменений под воздействием экстремального события» [10, с. 314–339].

При обработке данных применялся канонический корреляционный анализ. В ходе исследования построены 4 эмпирические модели, раскрывающие взаимосвязь личностного смысла теракта с личностными изменениями его косвенных свидетелей. Обнаруженные взаимосвязи отражают общую закономерность: чем более негативно осмысливается экстремальное макросоциальное событие, тем более выражены интенсивность и экстенсивность личностных изменений его косвенных свидетелей. Механизм обнаруженных взаимосвязей раскрывается в двух аспектах: 1) переживание интенсивного негативного личностного смысла события обуславливает качественно новые личностные изменения, включая все аспекты посттравматического роста (отношение к другим, новые возможности, сила личности, духовные изменения, повышение ценности жизни); 2) осмысление экстремального макросоциального события как необратимой данности общественной жизни и его позитивная реинтерпретация обуславливает адаптационный вектор личностных изменений косвенных свидетелей, характеризующийся ощущением возросшей силы собственной личности, эмоциональной устойчивостью к потенциальной угрозе теракта, а вместе с тем снижением удовлетворенности жизнью и собой [1, с. 112; 2, с. 123–124; 11, с. 225–232].

Осмысливая результаты исследования в контексте практики психологической помощи, следует отметить эвристический потенциал смыслоцентрированного подхода, реализуемого в данном исследовании и, на наш взгляд, перспективного для оказания психологической помощи косвенным свидетелям экстремального макросоциального события. Согласно данному подходу, стратегия помощи должна способствовать разрешению субъект-объектных противоречий и решению смысловых микро- и

макрозадач личностного развития [3, с. 82; 4**Ошибка! Источник ссылки не найден.**, с. 188].

Литература

1. Парфёнова, Т. В. Личностные изменения косвенных свидетелей террористического акта / Т. В. Парфёнова // Веснік Гродзенскага дзяржаўнага ўніверсітэта імя Янкі Купалы. Сер. 3, Філалогія. Педагогіка. Псіхалогія. – 2022. – Т. 12, № 3. – С. 107–114.

2. Парфёнова, Т. В. Деятельностно-смысловая теория личности в исследовании отсроченных психологических последствий экстремальных макросоциальных событий / Т. В. Парфёнова // Веснік Гродзенскага дзяржаўнага ўніверсітэта імя Янкі Купалы. Сер. 3, Філалогія. Педагогіка. Псіхалогія. – 2022. – Т. 12, № 2. – С. 118–126.

3. Карпинский, К. В. Смыслжизненные задачи и состояния в развитии личности как субъекта жизни / К. В. Карпинский // Сибирский психологический журнал. – 2019. – № 71. – С. 79–106.

4. Карпинский, К. В. Психология смыслжизненного кризиса / К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ им. Янки Купалы, 2019. – 624 с.

5. Парфёнова, Т. В. Личностный смысл как фактор трансформации образа значимого общественно-исторического события (на материале террористического акта в минском метро) / Т. В. Парфёнова // Психология – наука будущего : материалы VII Междунар. конф. молодых ученых, Москва, 14–15 нояб. 2017 г. / Институт психологии РАН ; под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. – М., 2017. – С. 622–626.

6. Парфёнова, Т. В. Феноменология переживания террористического акта в минском метро косвенными свидетелями / Т. В. Парфёнова // Веснік Гродзенскага дзяржаўнага ўніверсітэта імя Янкі Купалы. Сер. 3, Філалогія. Педагогіка. Псіхалогія. – 2019. – Т. 9, № 2. – С. 151–158.

7. Орел, В. Е. Личностный опросник NEO PI-R. Руководство по применению / В. Е. Орел, И. Г. Сенин. – Ярославль : НПЦ «Психодиагностика». – 2004. – 33 с.

8. Карандашев, В. Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство / В. Н. Карандашев. – СПб. : Речь, 2004. – 70 с.

9. Магомед-Эминов, М. Ш. Феномен посттравматического роста / М. Ш. Магомед-Эминов // Вестник Томского государственного университета. Сер. Гуманитарные науки. – 2009. – Вып. 3 (71). – С. 111–117.

10. Карпинский, К. В. Современные методы психологической диагностики / К. В. Карпинский, А. М. Колышко, Т. В. Парфёнова ; под ред. К. В. Карпинского. – Гродно, 2022. – С. 232–248.

11. Парфёнова, Т. В. Переживание террористического акта косвенными свидетелями: опыт эмпирического изучения отсроченных психологических последствий / Т. В. Парфёнова // Гродненская психология: вчера, сегодня, завтра : коллектив. моногр. / К. В. Карпинский [и др.] ; под науч. ред. К. В. Карпинского. – Гродно, 2020. – С. 209–236.

O‘SMIR SPORTCHILARNING STRESS HOLATIDAN CHIQISHIDA KOPING-STRATEGIYANING AHAMIYATI

Abdurasulov Rustam Abduraimovich
psixologiya fanlari doktori, professor
Jizzax davlat pedagogika universiteti,

So‘nggi vaqtlarda stress xolatidan chiqish, stressga barqarorlik muammosi borasida ilmiy izlanishlar olib borgan tadqiqotchilar stressga qarshi turishga, ya‘ni koping-strategiyaga ham e‘tibor qaratmoqdalar, chunki ular stress holatidan chiqish va stressga barqarorlik holatini shakllanishida koping-strategiyani muhim omil sifatida e‘tirof etishmoqda. Keyingi davrlarda stress va stressga barqarorlik muammosini ilmiy tadqiqot ishlarini olib borgan olimlar stressga barqarorlikni shaxsning individual-psixologik xususiyatlari bilan bog‘liqlik jihatlariga ham e‘tibor qaratganlar [3; 6; 7; 8; 10]. Ushbu muammo yuzasidan tadqiqot ishlari natijalarida ularning ba‘zilar stressga barqarorlik bilan koping-strategiya o‘rtasida bog‘liqlik borligini ta‘kidlab o‘tganlar [4; 7; 9].

B.G.Mesheryakovning katta psixologik lug‘atida koping-strategiyaga quyidagicha izoh keltirilgan: “Koping-strategiya - shaxsning qiyin hamda murakkab vaziyatlar ta‘sirida yuzaga keladigan holatlarni yengib o‘tishi uchun qo‘llaydigan usuldir” [5].

Koping-strategiya tushunchasi ilk marotaba R.Lazarus hamda S.Folkman tomonidan qo‘llanilgan bo‘lib, ular koping-strategiyani ikki turga -muammoni yechishga yo‘naltirilgan, stress manbaini va hissiyotni, ya‘ni hissiy qo‘zg‘alishni bartaraf etishga yo‘naltirilgan kopinglarga ajratib ko‘rsatadilar [2].

Koping-strategiya usuli borasida qisqacha to‘xtalib, bu borada bildirilgan fikrlarni keltirib o‘tamiz. Ko‘plab xorij olimlari koping-strategiya usuli negizida shaxs xususiyatini nazarda tutishgan va ko‘proq shunga urg‘u berishadi, o‘z tadqiqot ishlarida kengroq o‘rganishga xarakat qilishgan. O‘tkazilgan tadqiqot ishlarida tavsiya etilgan koping-strategiya klassifikatsiyasiga asoslanib, E.Fraydenberg koping-strategiya usulini uchta turini ta‘kidlab o‘tadi. Uning fikriga ko‘ra, birinchi turdagi strategiya – bevosita muammoli vaziyatni yechishga qaratilgan strategiyalar ko‘pchilik tomonidan tan olingan, koping-strategiyaning ikkinchi turi faol koping bilan bog‘liq bo‘lib, stressli vaziyatlarga insonni moslashuvi, ya‘ni ijtimoiy-hissiy qo‘llab-quvvatlashni izlash (atrofdagi odamlarni tushunishi va hamdardligini his qilish), faoliyatdan vaqtincha chalg‘ish (ishdan chalg‘ib, butun e‘tiborini stress manbasiga qaratish) va bardosh berish (vaziyatni hal qilish uchun qulay sharoitni kutish va yumordan foydalanish) va koping-strategiyaning uchinchi turiga noadaptiv, ya‘ni insonga stress holatiga moslashishiga hamda uni yechishga yordam beruvchi strategiyalarni kiritish mumkin [11].

Koping-strategiyani noadaptiv turlarini o‘rgangan T.O.Gordeeva esa o‘zining tadqiqot ishi natijalariga tayanib quyidagi mulohazalarni bildiradi: “...Koping-strategiya usullari hayotiy qiyinchiliklarni yengib o‘tishda muhim ahamiyatga ega bo‘lib, ular - hissiyot va uni namoyon etish (muammoli vaziyatga bo‘lgan munosabat), rad etish, muammoni tan olmaslik (stressogen vaziyatni tan

olmaslik), mental chekinish (orzu, o‘y-xayol, fantaziya orqali chetlashish), o‘z harakatlarini cheklash (yuzaga kelgan vaziyatni yechimini topishdan bosh tortish)”. Muallif bu usullarni koping-strategiyaning noadaptiv turiga kiritadi [1.].

Yuqoridagi fikr-mulahalardan kelib chiqib, biz o‘smir sportchilarni stress holatidan chiqishini tadqiq qilishimiz uchun D.Amirxan tomonidan tavsiya etilgan “Koping-kurash indikatori” metodikasidan foydalandik. Quyidagi 1-jadvalda o‘smir sportchilar bilan o‘tkazilgan tadqiqot natijalari keltirilgan.

1-jadval

Koping-kurash indikatori metodikasi bo‘yicha o‘smir – sportchilarning natijalari

Shkala	Sport turlari									F	Ishonch darajasi (Sig.)
	Yunon-Rum			Milliy kurash			Dzyudo				
	O‘rtacha qiymat	Standart qiymat	%	O‘rtacha qiymat	Standart qiymat	%	O‘rtacha qiymat	Standart qiymat	%		
Muammoni hal etish strategiyasi	26,13	4,80	48%	26,36	4,82	49,1%	26,66	4,22	50%	,200	,819
Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni izlash strategiyasi	23,71	3,44	31%	23,53	3,52	30,3%	24,58	3,59	28%	1,523	,221
Muammodan qochish strategiyasi	21,86	3,54	21%	22,15	3,94	20,6%	22,68	2,72	22%	,870	,421

Tadqiqot ishimizda qo‘llanilgan ushbu metodika shaxsning dominant koping-strategiyalarini aniqlashga yordam beradi. Koping-strategiya natijalari uch guruhga bo‘lgan holda izohlanadi, biz ham shu asosda o‘smir sportchilarning ko‘rsatgan natijalarini izohlashga harakat qildik.

1.Muammoni hal qilish strategiyasi. Ushbu strategiya faol xulq-atvor strategiyasi bo‘lib, bunda inson muammoni samarali hal qilishda o‘zida mavjud bo‘lgan barcha imkoniyat va resurslarini sarflashga intiladi.

O‘tkazilgan tadqiqot natijalari o‘smir sportchilarda yuzaga keladigan muammoni hal qilish strategiyasi bo‘yicha o‘rtacha ko‘rsatkichga ega ekanligini ko‘rishimiz mumkin (yunon-rum – 23,13; milliy kurash – 20,36; dzyudo – 26,66;). Tadqiqot natijalari asosida aytish mumkinki, o‘smir sportchilar faoliyatlari jarayonida yuzaga keladigan stressogen hamda hayotiy vaziyatlarni hal qilishga harakat qilishlari namoyon bo‘lmoqda.

Yunon-rum kurashi bilan shug‘ullanuvchi o‘smir sportchilarning 48,3%, milliy kurash bilan shug‘ullanuvchi sportchilarning 49,1% hamda dzyudo kurashchilarining 51%i muammodan qochmasdan, yuzaga kelgan vaziyatni keltirib chiqaruvchi sabablarini o‘rganishga, uni tahlil qilishga va vaziyatni sabablarini mantiqan aniqlab, so‘ngra qaror qabul qilishga harakat qilishlari namoyon bo‘ldi.

Ular yuzaga kelgan muammoni hal qilishda o‘zlaridagi barcha imkoniyatlardan foydalanar ekanlar, bunda ular o‘z irodaviy, aqliy resurslari hamda shaxs sifatlarini namoyon qilar ekanlar. Bizni nazarimizda, o‘smir

sportchilarning kurash mashg'ulotlari bilan shug'ullanishlari ulardagi imkoniyatni oshirishga yordam beradi, bu holat ular bilan o'tkazilgan suhbat jarayonida ham namoyon bo'ldi.

2.Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni izlash strategiyasi. Mazkur strategiyada shaxs muammoni ijobiy jihatdan hal qilish uchun o'zining atrofida gilaridan yordam va qo'llab-quvvatlashni izlaydi, ya'ni o'zining oila a'zolaridan, qarindoshlari, do'stlari va o'ziga yaqin olgan odamlardan o'zini qo'llab-quvvatlashlarini kutadi.

Sportning kurash turlari bilan shug'ullanayotgan o'smir sportchilarda ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni izlash strategiyasi bo'yicha olingan natijalar uchala kurash turlarida ham o'rtacha ko'rsatkichni ko'rsatmoqda, yunon-rum kurashi bilan shug'ullanuvchilarning 31% i, milliy kurash bilan shug'ullanuvchi sportchilarning 30,3%i hamda dzyudo kurashchilarining 28%i stressogen vaziyatlarda tengdoshlari, jamoadagi eng yaqin o'rtog'i hamda murabbiyi, otionalardan ijtimoiy qo'llashlarini kutishar ekan, ulardan ruhiy dalda olishar ekan, ularni moddiy, ma'naviy jihatdan qo'llashlari asosida o'zlarida yuzaga kelgan muammoga yechim topishga harakat qilar ekanlar. Boshqalarning ijtimoiy qo'llab-quvvatlashlari o'smir sportchilarda o'ziga bo'lgan ishonchni ortishi, atrofda gilarini yaqinligi va yordamini his qilishi ulardagi stressga qarshi tura olish va stressga barqarorlikni yuzaga chiqishida katta ahamiyatga ega ekanligini e'tirof etish mumkin. Shuningdek, bu holat o'smir sportchilarda o'zaro munosabatlarni samarali bo'lishiga ham yordam beradi, bu esa o'z navbatida ularni sport musobaqalarida muvoffaqiyatga erishishlarida samarali omil bo'lib xizmat qiladi.

3.Muammodan qochish strategiyasi. Ushbu strategiya passiv xulq-atvor strategiyasi bo'lib, unda odam muammoni hal etishdan, o'zini o'rab turgan odamlar bilan aloqa, muloqot qilishdan qochishga xarakat qiladi.

Inson bunday vaziyatda qochishning passiv usullaridan, ya'ni o'zini kasallikka solish, alkogol ichishga mukkasidan ketish, giyohvand moddalar iste'mol qilish yoki shu muammodan butunlay qutulish maqsadida qochishning faol usuli hisoblangan suitsiddan foydalanishi mumkin.

Muammodan qochish strategiyasi noto'g'ri, psevdobardoshli xatti-harakatlarni shakllantirishda yetakchi xulq-atvor strategiyalaridan biri bo'lib, rivojlanish darajasi pastroq bo'lgan odam tomonidan qayg'uni yengish yoki kamaytirishga qaratilgani bilan xarakterlidir. Ushbu strategiyadan foydalanish shaxsda muammolarni faol hal qilishda koping-strategiyasining va malakasining yetarlicha rivojlanmaganligi bilan bog'liq bo'ladi. Biroq, u shaxsning yoshi va koping-strategiya holatiga hamda stressogen vaziyatga bog'liq holda adekvat yoki noadekvat xarakter shaklida namoyon bo'lishi mumkin.

O'smir sportchilar bilan o'tkazilgan tadqiqot natijalari asosida aytish joizki, har uchala kurash turlari bilan shug'ullanuvchi o'smirlarda natija o'rtadan past ko'rsatkichni tashkil qilmoqda (yunon-rum kurashi-21,86 ball, 21 %; milliy kurash-22,15 ball, 20,6 %; dzyudo kurashi-22,68 ball, 22 %).

Olingan tadqiqot natijalari shundan dalolat beradiki, o'smir sportchilarda stressogen vaziyatlarga duch kelib qolganda, qiyin vaziyatlarga tushgan holatlarda faol harakat qilishga, muammodan qochmaslikka, o'zini atrofida gilar bilan

ko'proq muloqot qilishga, ulardan maslahat so'rashga, ularning bildirgan fikrlarini inobatga olishga, qiyin vaziyat va muammoning kelib chiqish sabablarini o'rganish kabi xarakter xususiyatlari namoyon bo'lganini ko'rishimiz mumkin. Bu holatni biz kurash mashg'ulotlarining o'smir sportchilarning shaxs xususiyatlariga ko'rsatayotgan ijobiy ta'siri bilan izohlashimiz mumkin.

Shuningdek, aytish mumkinki, stressogen vaziyatlarning yuzaga kelishiga qarab, koping-strategiyaning uchala turidan xam foydalanish samarali bo'lishi mumkin. Ba'zi vaziyatlarni inson o'zi yengishi, boshqa bir vaziyatlarda u atrofidagi odamlarning yordami va qo'llab-quvvatlashlariga muhtoj bo'lishi, uchinchi vaziyatlarda esa salbiy oqibatlarini oldini olish uchun muammoli vaziyatlarga duch kelmaslikka xarakat qilishi mumkin.

Bizni nazarimizda, koping-strategiyaning har uchala turidan samarali foydalanish shaxsning stressga barqarorligini oshirishga yordam beradi. Tadqiqotimiz natijalari o'smir sportchilarda mazkur xislatni ijobiy jihatdan namoyon bo'lishidan dalolat bermoqda (1-jadvalga qarang).

Demak, o'smir sportchilarning yuzaga kelgan muammoli vaziyatlarga qarab munosabat bildirishi, unga qanday yondashishi va uni qanday qabul qilishida ularning shaxs xislatlarining shakllanishi va namoyon bo'lishi stress holatini yengib o'tishida muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa sifatida aytish joizki, ko'plab sport psixolog olimlari jumladan, A.Puni, A.Rodionov, N.Xudadov, V.Melnikov, R.Piloyan, Yu.Xanin, R.Abdurasulov va boshqalar sport mashg'ulotlariniing shaxs shakllanishiga ta'sirini tadqiq qilib, quyidagi fikr mulohazalarni bildirishgan: "Sport mashg'ulotlari sportchi shaxsining bir qancha asosiy xislatlarining shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatib, ularda asabiylik, ruhiy tajanglik, azoblanish xislatlarini kamayishiga, nazokatlilik, ijtimoiysizlik, tortinchoqlik xislatlarining kam darajada namoyon bo'lishi, shuningdek, odamlar bilan muloqotda va faoliyat jarayonida o'zaro munosabatda bir-birini tushunish, o'zini boshqara olish kabi xususiyatlarini shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi, sportchilardagi qiziqqonlik, hissiyotga berilish, ishonchsizlik, faoliyatdagi va ijtimoiy hayotdagi omadsizlikdan tushkunlikka tushish, depressiya va stress holatlari kabi xususiyatlarining kamayishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatishi ilmiy jihatdan asoslab berilgan".

Demak, shaxs stress holatidan chiqishida yuzaga kelgan vaziyatga qarab, koping-strategiyaning har uchala turidan ham foydalana olishi samarali bo'ladi, ya'ni ba'zi holatlarda u paydo bo'lgan qiyinchiliklarni o'zi yecha oladi, ba'zilarida esa atrofidagilardan yordam oladi, uchinchi holda esa muammoning salbiy oqibatini o'ylab, muammoli vaziyatdan qochishga harakat qiladi.

Adabiyotlar

1.Гордеева, Т. О. Диагностика копинг-стратегий: адаптация опросника COPE / Т. О. Гордеева и др. /Психология стресса и совладающего поведения. Материалы II Междунар. научн.-практич. конф., Кострома. /Под. ред. Т. Л. Крюковой и др. – Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова.-2010.-С.195-197.

2.Lazarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New Uogk. Springer, 2004

3.Либина А.В. Стили реагирования на стресс: психологическая защита или совладание со сложными ситуациями / А.В.Либина, А.В Либин // Стил человека: психологический анализ /Под ред. А.В.Либина.- М.: Смысл, 1998. - С. 190-204.

4.Милман, В.Э. Стресс и личностные факторы регуляции деятельности / В.Э. Милман. //Стресс и тревога в спорте. - М.: ФИС,1993. – С. 24-46.157

5. Мещеряков Б. Г. Большой психологический словарь /Б.Г.Мещеряков. – М.: Прайм-Еврознак, 2008. – 421 с.

6.Нагирнер И.И. Технологический подход к формированию стрессоустойчивости обучающихся. - СПб.:Питер, 2015. – 146 с.

7.Плотников В.В. Отсенка психовегетативных показателей у студентов в условиях экзаменационного стресса //Гигиена труда. – № 5, 1983. -С.41-54.

8.Судаков К.В. Индивидуальная устойчивость к эмоциональному стрессу /К.В. Судаков. - М.:Горизонт, 1998.- 267 с.

9.Сухова Е.В. Понятие «копинг-стратегии» и пример асоциальных копинг-стратегий. //Прикладная юридическая психология. 2014. №1 -С.76-83.

10.Хуторная М.Л. Развитие стрессоустойчивости студентов в условиях интеллектуальных испытаний: дисс... канд. психол. наук: 19.00.13 / М.Л. Хуторная. - Тамбов, 2007. -182 с.

11.Frydenberg, E. Adolescent Coping Scale: Manual / E. Frydenberg, K. Lewis. - Melbourne: ACER press, 1993

ПОТЕНЦИАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ОБРАЗОВАНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ КРЕАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ

Бобоева Сайёра Бобораджабовна,

Доктор психологических наук, доцент кафедры социальной и профессиональной психологии ГОУ «ХГУ имени академика Гафурова»

Собирова Азизахон Акрамджоновна докторант кафедры социальной и профессиональной педагогики ГОУ «ХГУ имени академика Б.Гафурова»

Таджикистан.

УДК 371.015

ББК – 74.00

Б – 72

Формирование нового типа мышления, творческого подхода, креативного решения различных задач, является злободневной социальной проблемой современности. В особенности это относится к студенческой молодёжи – будущим специалистам, поскольку одним из ведущих качеств востребованных, конкурентоспособных кадров, отвечающих требованиям сегодняшнего рынка труда, видится именно творческое, креативное мышление. Под креативностью понимается способность человека, которая зависит от того насколько быстро, необычно он может использовать информацию для решения самых различных задач, то есть человек

обладающий креативными качествами использует полученную информацию по-своему, оригинально.

Важнейшим социальным фактором творческого развития личности является система образования. Под образованием понимается – процесс и результат овладения человеком определенной системой знаний, умений и навыков, а также способами мышления, необходимыми для его полноценного включения в социальную и культурную жизнь общества и выполнения определенных профессиональных функций [1.235].

Проблема научно обоснованного адаптирования образовательной системы на всех звеньях, в том числе и высшего образования, к изменениям социально-экономических, политических, идеологических отношений, является актуальной на сегодняшний день. Прогресс современного общества требует новой системы образования – «инновационного обучения», которое сформировало бы у обучаемых способность к проективной детерминации будущего, ответственность за него, веру в себя и свои профессиональные способности влиять на это будущее [4.13].

Содержание образования отражает состояние общества, переход от одного его состояния к другому. В настоящее время это переход от индустриального общества XX в. к постиндустриальному или информационному XXI в [2.46]. По этой причине, необходимо изучение современных образовательных тенденций и на основе их анализа выдвижение новых, отвечающих современным реалиям, требований к системе образования.

Ведущим специалистом в области психологии высшего образования А.А.Вербицким выделены некоторые тенденции в образовании:

- ✓ каждый уровень образования должен осознаваться функционировать как органичная, составная часть всей системы народного образования. Таким образом предполагается решение проблемы преемственности между системой подготовки специалистов и их производственной деятельностью, с учетом повышения их профессиональной подготовки;

- ✓ компьютеризация и технологизация обучения, которая позволяет действительно усилить интеллектуальную деятельность общества;

- ✓ переход к активным методам и формам обучения с включением элементов проблемности, научного поиска, с широким использованием резервов самостоятельной работы обучающихся;

- ✓ создание психолого – педагогических условий для перехода от контролируемых и алгоритмизированных способов организации учебно – воспитательного процесса к развивающим, активизирующим, интенсифицирующим, игровым, которые предполагают стимуляцию, развитие, организацию творческой, самостоятельной деятельности обучающихся;

- ✓ организация взаимодействия, обучающегося и преподавателя, которая закрепляет совместную деятельность в учебно - воспитательном процессе. В данном случае акцент переносится «с обучающей деятельности преподавателя на познающую деятельность студента» [2.61].

Основной задачей образовательного процесса видится не механическая передача знаний, умений и навыков, а формирование индивида, самостоятельно

добывающего и анализирующего эти знания, использующего информационно-интеллектуальные, творческие, креативные ресурсы, генерирующего идеи, развивающегося и успешно самореализовывающегося в сложных быстроменяющихся условиях современности.

Индивид формируется с одной стороны в определенных социальных условиях, с другой стороны социальными условиями. В данном случае он является субъектом своего формирования. Социум со всеми своими требованиями и нормами, сложившимися в процессе исторического развития, активно участвует в становлении, развитии, совершенствовании личности, формирует индивид. Но личность не пассивный участник данного процесса, она «не сторонний наблюдатель» своего формирования, а активный созидатель, это проявляется в возникновении стремления и способности к осознанию своих мотивов, в активной работе по их подчинению и переподчинению...эта способность к самосознанию, саморуководству, самовоспитанию отражается в признаках личности [3.297].

С первых дней своего рождения человек охвачен непрерывными, бесконечными и самыми трудоёмкими педагогическими процессами под названием *Воспитание, Обучение*, которые являются неотъемлемой частью образовательного процесса. Вместе с тем, среди факторов, определяющих формирование личности, ведущими являются воспитание и обучение.

В частности, результатом воспитания видятся многие индивидуальные свойства личности, как положительные, так и отрицательные. Самые передовые образовательные технологии не дадут результатов, если не будут базироваться на воспитательных принципах, поскольку, обучение и воспитание связаны неразрывно, это единый процесс, своего рода педагогическая аксиома.

По такому же принципу формируются креативные качества индивида, помимо того, что они основываются на глубоких, точных знаниях, их ещё надо воспитывать, следовательно, креативность – это не только знание, умение, но и поведение, отношение, причём осознанное (то есть, всё же основанное на знании).

Уникальные, сугубо индивидуальные свойства личности формируются именно в социальной среде, именно социум через иерархию норм и ценностей, через требования к индивидууму определяет его социальный облик, статус, свойство.

Вместе с тем конкретное общество с определённой культурно-исторической спецификой, профессиональной деятельностью и её направленностью обуславливают формирование индивидуальности и неповторимости личности, в том числе её творческих способностей – думать новаторски, мыслить оригинально, уметь выходить из установленных границ для поиска альтернативных и неординарных решений.

Необходимые для творчества социальные способности содержат индивидуальную специфику в сочетании с неповторимым, особым типом взаимодействия со средой. Личностные и общие интересы соединяются в данном случае в единую мотивацию созидания, в потребность «креативить».

Подводя итоги сказанного можно заключить, что высшее образование на

сегодняшний день, как в теоретическом, так и в практическом плане, имеет огромный опыт развития творческого потенциала и креативных качеств личности, которые являются наиболее важным фактором процесса её социализации и адаптации к реалиям современного, быстроменяющегося мира.

Библиографический список:

1.Абрамова, Г. С. Возрастная психология: учебное пособие / Г. С. Абрамова. – М.: Юрайт, 2010. – 811 с.

2.Зимняя И.А. Педагогическая психология: учеб. для вузов/ И.А. Зимняя – 3-е изд., пересмотр. – М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2010 – 448 с.

3. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. – М.: ЧеРо, 1996. – 336с.

4. Гершунский Б.С. Философия образования для XXI века (в поисках практико-ориентированных образовательных концепций). -М.: Изд-во «Совершенство», 1998. - 608 с.

5.Психологический энциклопедический словарь.: справочное издание / М. И. Еникеев. – М.: Проспект, 2012. – 560 с.

6.КиберЛенинка: <https://cyberleninka.ru/article/n/obrazovatelnye-paradigmy-i-individualnyy-stil-pedagogicheskoy-deyatelnosti-prepodavatelya-vuza>

O‘SMIR VA O‘SPIRINLIK DAVRIDA EMOTSIONAL BARQARORLIGINING RIVOJLANISHI

Nurullayeva Baxtigul Bobojonovna

Mamun universiteti, Psixologiya kafedrasi,

Psixologiya fanlari nomzodi, dotsent

O‘zbekiston Respublikasining mustaqilligini dastlabki davrlaridanoq oilalarda, mexnat jamoalarida, maxallalarda va boshqa ijtimoiy institutlarda qadriyatlar tizimi tubdan yangilanib kyetdi. Ijtimoiy yangilanishlar vaziyati, shaxsning tashqi va ichki ta’sirlarga nisbatan emosional barqarorligini saqlab qolishiga katta talab qo‘yimoqda. O‘smirlik davrida shaxsning o‘zini o‘zi nazorat qilmasligi, g‘am-tashvish, alam, aybdorlik qamrab olib, unda o‘zidan qoniqmaslik hissini vujudga keltirishi mumkin. *Emotsional barqarorlik kompleks tizimli sifat bo‘lib o‘z ichiga nafaqat o‘z-o‘zini baxolashni balki shaxsning individual tipologik sifatlarini ham qamrab olganligini e’tirof etish mumkin.* Tajribalarimizda R.B. Kettelning 16 omilli shaxsni o‘rganish so‘rovnomasi yordamida 2ta guruh o‘quvchilarda 14-15 yashar o‘smirlarda va 17-18 yashar o‘spirinlarda tekshiruv o‘tkazik. Olingan natijalar asosida sinaluvchilar **kirishimlilik** xususiyati bo‘yicha deyarli bir xil natijalar ko‘rsatganlar o‘smir o‘quvchilarda (5,8) va o‘spirinlarda (6,0) bu natija o‘rtachadan yuqori bo‘lib o‘smirlik davridagi yetakchi faoliyat shaxslararo muloqot ekanligi bilan bog‘lik holat bo‘lsa kerak, qolaversa barcha sinaluvchilarda muloqotga bo‘lgan extiyoj katta ekanligi suxbatlar davomida ham kuzatildi. **Xissiy barqarorlik** shkalasi bo‘yicha o‘smirlarlarda va o‘spirinlarda teng (4,0) natijasini ko‘rsatdilar bu o‘rtachadan past natija bo‘lib barcha

yoshlarimiz ancha ta'sirchan, atrofdagi voqea xodisalarni nixoyatda sezgirlik bilan kuzatib borayotganliklari va ularni chuqur xis qilib o'z muvozanatini yo'qotishlari ham mumkin ekanligini e'tirof etish mumkin. Mazkur natija o'quvchi yoshlar kattalar nazoratiga muxtoj ekanliklarini bildiradi. **Yetakchilikka intilish** shkalasi bo'yicha o'smirlar 6,5 va o'spirin o'quvchilar 6,2 natjalarini ko'rsatdilar bu ancha yuqori natija bo'lib o'quvchi yoshlarda liderlikka intilish katta ekanligini ko'rsatadi. Xayot bo'sag'asida turgan, oldida murakkab va mas'uliyatli vazifalar turgan insonda bunday sifat bo'lishi ijobiy holat. Ammo mazkur ma'lumotlarni individual taxlili natijalarda og'ish va tarqoqlik katta ekanligini ko'rsatmoqda, demak mazkur sifat sinaluvchilar orasida teng tarqalmagan bo'lib ayrimlarida juda yuqori ekanligini bilib olish mumkin. Aynan shu respondentlar kelgusida yetakchi sifatida jamiyatda o'zini namoyish esalar kerak. **Ijtimoiy yetuklik** shkalasi bo'yicha o'smir o'quvchilar (3,8) o'spirinlar (3,9) natijalarini ko'rsatdilar bu bir muncha past natija xisoblanadi va sinaluvchilarni jamiyatdagi mavkei bilan bog'liq, qolaversa ularni xayotiy tajribalari ham, xayot xaqidagi tasavvurlari ham ideal, yuzakirok ekanligini kuzatish mumkin suxbat chog'ida ham bu fikrlarimiz tasdiqlandi. **Ijtimoiy dadillik** shkalasi bo'yicha o'smir o'quvchilar (5,0) o'spirinlar (4,8) natijalarini ko'satdilar bu o'rtacha natija bo'lib mazkur sifat normal darajada rivojlanganligini kuzatish mumkin. Natijalarni individual taxlili ham yetakchilikka intilish va ijtimoiy dadillik o'rtasida ijobiy korrelyasiya mavjudligini namoyish etdi. Bu sifat yanada rivojlantirilsa sinaluvchilar xayotda o'z o'rnini topishlari uchun zaruriy negiz tayyorlangan bo'lar edi. **Ishonuvchanlik** shkalasi bo'yicha o'smir o'quvchilar (6,0) o'spirinlar (6,2) natijalarini ko'rsatdilar bu o'rtadan yuqori natija bo'lib sinaluvchilar ishonuvchan, atrofdagilani gaplari va ta'sirlariga beriluvchan ekanligini bilishimiz mumkin. Bu holat vaziyatiga qarab ijobiy sifatida ham baholanishi mumkin agar respondentlarga ta'sir o'tkazayotgan odamlar ma'uliyatli va konstruktiv maqsadlarni ko'zlayotgan bo'lsalar. **O'ziga ishonish** shkalasi bo'yicha o'smirlar (4,3) o'spirinlar (4,2) natijalarini ko'rsatdilar, bu o'rtachadan pastrok natija bo'lib sinaluvchilar bu sohada korryeksion ta'sirga muxtoj ekanliklari kuzatildi. Bu holat yuzasidan ham sinaluvchilarni nafaqat o'zlari bilan balki ularni ota onalari bilan ham suxbatlashish zarur ekanligini ko'rsatish mumkin, chunki o'ziga ishonch kabi sifatning poydevori oilada shakllanadi. **Mustaqillik** shkalasi bo'yicha o'smir o'quvchilar (3,0) o'spirin o'quvchilar (3,9) natijalarini ko'rsatdilar bu birmuncha past ko'rsatkich. Sinaluvchilarni mavkei va o'zlari jamiyatda mustaqil ravishda xal qilishi mumkin bo'lgan ahamiyatli muammolar ko'p emasligini suxbat jarayonida aytib o'tdilar. Ko'pchilik respondentlar o'zidan katta bo'lgan tajribaliroq insonni fikrlariga ko'ra ish tutishlarini ham aytidilar. Bu ko'rsatgichga gender va milliylik kabi omillar ta'sir ko'rsatganligini va sinaluvchilarni katta qismni qizlar tashkil etganligi bilan izoxlashimiz mumkin. Albatta o'quvchilar bilan tarbiyaviy ishlar jarayonida bu sifatni rivojlantirishga e'tibor qaratish lozim chunki mustaqillik mas'uliyatlilikni ham talab etadi. **O'zini nazorat qilish** shkalasi bo'yicha o'smir o'quvchilar (6,5) o'spirinlar (6,3) natijalarni ko'rsatdilar bu sifat sinaluvchilarda ancha yuqori darajada ekan. Albatta xayotiy tajribasi kam bo'lgan atrofdagi xavf xatarlardan xadiksiraydigan insonda o'zini nazorat qilish yuqori bo'ladi, bu ijtimoiy

munosabat va aloqalar tizimidagi ehtiyotkorlikni ifodalaydi. Bu holatni ham tarbiyaviy ishlar jarayonida inobatga olib vaziyatlarni to'g'ri baxolay olib respondentlarimizdagi o'z o'zini nazorat qilish shaxsiy erkinligini cheklash darajasiga o'tib ketmasligini yuzasidan maslaxatlar berib borish lozimligi e'tirof etildi. **Qo'zg'aluvchanlik va zo'riqish** shkalasi bo'yicha o'smir o'quvchilar (6,8) o'spirinlar (6,9) natijalarni ko'rsatdilar. Bu ancha yuqori ko'rsatkich hisoblanadi va insonning kundalik xayotidagi maishiy muammolarni yechish jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatadigan holat. Bu xissiy barqarorlikni muvozanatdan chiqaradigan atrofda bilan munosabatlarni buzadigan, respondentni shaxsiy halovatini yo'qolishga olib keldigan ko'satkich hisoblanadi. Bu borada barcha sinaluvchilarni natijalari bir muncha teng taqsimlangandir, demak mazkur holat butun tanlanmada kuzatiladi desak ham bo'ladi. Ammo natijalar o'rtasida normadan tashkari ko'rsatkichlar kuzatilmadi, demak mazkur holat katta o'smirlik yoshiga hos xususiyat deb baholansa ham to'g'ri bo'ladi. Shunday qilib, turli yoshdagi shaxslar bilan faoliyat olib boradigan barcha mutaxassislar ularda emosional barqarorlik xususiyati tashxislashga va rivojlantirish masalalariga alohida e'tibor qaratishlari maqsadga muvofiq. Emosional barqarorlik integrativ xususiyat bo'lganligi bois, uni shakllantrishda samarali natijaga erishish uchun tashki talim tarbiya muhitini to'g'ri tashkil qilish, ichki individual tipologik omillarni o'rganish va korreksion ta'sirni kompleks olib borishga diqqatni qaratish lozim.

PROFESSOR-O'QITUVCHILARNING KASBGA YETUKLILIGI XUSUSIYATLARINING PSIXOLOGIK TAHLILI.

Bobur Raximov – Ma'mun universiteti

“Psixologiya va tibbiyot” kafedrasi o'qituvchisi, mustaqil tadqiqotchi.

Mamlakatimizda professor-o'qituvchilarga yaratib berilayotgan imkoniyatlar va ularni har tomonloma qo'llab quvvatlash yo'lida olib borilayotgan sa'y - harakatlarning negizida ham ularni har tomonloma rivojlantirish, malakasini oshirish ularni iste'dodini qo'llab quvvatlash va kelgusida o'zi tanlagan kasbining yetuk mutaxassisi bo'lishlariga ko'maklashish masalalariga davlat siyosati darajasida e'tibor berib kelinmoqda. Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyev 2022 yilda nashr etilgan Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasida “Tadqiqotchilar va olimlar uchun professional treninglar tashkil etiladi, ilmiy darajali kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish va jahon andozalariga moslashtirish choralari ko'riladi, davlat buyurtmasi asosida moliyalashtirilayotgan grant loyihalari asosida qisqa muddatli stajirovkalarga, xalqaro ilmiy anjumanlarda ishtirok etish, yangi mexanizm sifatida grant loyihalari doirasida fan nomzodi yoki falsafa doktori (PhD) va (DSc) tayyorlashga buyurtma berish hamda uni moliyalashtirishga ruxsat berish” zarurligini ta'kidlagan edilar [1].

Pedagogik-psixologik nuqtayi nazardan, yuqori intellekt va idrokka bolaga yoshlikdan to'g'ri tashkil qilingan ta'lim – tarbiya berish vositasida erishiladi. Pedagog tomonidan yuqori darajada tashkillashtirilgan ta'lim bolaga tabiat va jamiyat haqida haqqoniy ma'lumotlarni bersa, tarbiya axloqiy kamolotga

erishishiga yordam beruvchi go'zal xulq – atvor hamda xatti – harakatlarni ongli muvofiqlashtira olishga yordam beruvchi ikkita asosiy ta'sir ko'rsatish yo'nalishlaridir. Ya'ni ta'limni tarbiyadan alohida tasavvur qilish qiyin hisoblanadi [5]. Ustozlik ana shunday muqaddas kasbdir. Biroq, oliy ta'lim pedagoglari orasida bugungi kunda ta'lim jarayonida eng ko'p uchrayotgan salbiy psixologik holatlardan biri sifatida ulardagi kasbiy motivatsiya darajasining pastligi muammosini ko'rsatish mumkin. Mazkur muammo barcha oliy ta'lim muassasalarida kuzatilmoqda. Aslini oladigan bo'lsak, bunday holatlarga olib keluvchi sabablar bir emas, balki, bir nechta omillar ta'sirida ma'lum bir muddatlar mobaynida shakllanadi desak maqsadga muvofiq bo'ladi.

Jahon ilm – fanida ham bir qator psixolog va pedagog olimlar yoshlarning kasbga qiziqishi, ularni kasbga yo'naltirish muammolarini o'rganish uchun tadqiqotlar olib borilgan. Shuningdek kasb motivatsiyasi muammosini o'rganish bo'yicha asosiy tadqiqotlar quyidagi chet el psixologlari tomonidan olib borilgan. Bular qatoriga G.Myurrey, J.Atkinson, G.Xoll, A.Maslou, K.Madsen, K.Levin, X.Xekhauzen, va boshqalarni kiritish mumkin. Mutaxassisning kasbiy tayyorgarligining asosiy va eng murakkab tomoni – mutaxassis ruhiyatining kasbiy tayyorgarligi hisoblanadi.

Aslida har bir shaxsning kasbiy yetuklik darajasi avvalo uning yashayotgan ijtimoiy muhiti va individual – psixologik xususiyatlari va taraqqiyoti davomida unga yaratib berilgan shart-sharoitlar bilan bog'liqdir. Kasbga yaroqli shaxs asosan quyidagi xususiyatlarga ega bo'lishi lozim: mustaqil qaror qabul qila oladigan, axloqiy yetuk, ishonchli, ijtimoiy barkamol, samimiy va xaqqoniylik xususiyatlari va boshqalar.

Bir qator psixolog olimlar yetuklik davri xususiyatlarini tadqiq qilib, turli xil ahamiyatli fikrlarni bayon qilganlar. Shunday olimlardan biri O.G.Nosokovning ta'kidlashicha, amerikalik psixolog olim K.Arjiris kamolga yetgan yetuk shaxsning yetilmagan infantil shaxslardan farqlashning 7 ta me'zondan iborat farqlarini sanab o'tgan. Bular; passivlik – faollik, tobelik – mustaqillik, xulq – atvorni ixtiyoriy boshqarishning rivojlanganlik darajasi, hayotiy maqsadlarning qisqa fursatliligi yoki uzoqni ko'zlanganligi, qiziqishlarning kengligi va barqarorligi, shaxsning atrofdegilar bilan hamkorligi, tobelik yoki shaxslar bilan qarama – qarshi munosabatlarni o'rnatish qobiliyati, va reaksiyaning rivojlanganlik darajasi va boshqalar. Ularga qo'shimcha sifatida yana o'z-o'zinini anglash, o'z-o'zini rivojlantirish, tanqidiylik, o'z-o'zini baholash, va atrof olamdagi voqealiklarni to'g'ri idrok qilish kabi xususiyatlarni kiritishimiz mumkin.

Kasbiy nuqtai-nazardan olib qaraydigan bo'lsak, yuqorida sanab o'tilgan xususiyatlar yetuk mutaxassis shaxsiga ham to'la darajada mos kelishini ko'rishimiz mumkin. Biroq, yetuk mutaxassis shaxsi uchun bu xususiyatlardan tashqari mehnat subyekti sifatida yetuk mutaxassisga; mehnatga motivatsiyalashganlik, uzoqni ko'zlangan kasbiy maqsad, faoliyatning aniq bir turiga kasbiy yaroqlilik, qadriyatlar shakllanganligi, strategiyalarning anglanganligi kabi qator xususiyatlarning shakllanganligi ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Shaxs rivojlanishining xususiyatlarini ko‘plab olimlar (E.Erikson, S.L.Rubinshteyn, L.S.Vigotskiy, A.V.Ansiferova, B.G.Ananayev, A.Maslou, K.Rodgers va boshqalar) ning tadqiqot predmetiga aylangan.

Ko‘plab psixolog tadqiqotchilar shaxs rivojlanishini asosan yosh davrlari bilan bog‘laydilar. Qiziqarli jihati shundaki, har bir mutaxassis shaxsning shakllanishi ilk bosqichlaridan boshlanadi, lekin 40-60 yoshlarga kelib, o‘zining shaxslilik xususiyatlarini namoyon qila boshlaydi. Bu borada psixolog olimlardan A.A.Rean ham mualliflar bilan birga qator olimlarning va o‘zining izlanishlari natijalari asosida 40-60 yoshlarga kelib shaxsda psixofiziologik funksiyalarning susayishini aniqlagan. Biroq bu kognitiv sohasida aks etmaydi va ish qobiliyatini susaytirmaydi, deb xulosa bergan [2].

Shaxsning kasbiy faoliyatga nisbatan tayyor bo‘lib borishida uning o‘z-o‘zini anglashi ham muhim o‘rin egallaydi. Shaxsning o‘z-o‘zini anglashining shakllanishiga asosan; atrofdagilarning shaxsga bergan bahosi hamda tengdoshlar o‘rtasidagi status ta’sir etadi. Mazkur jarayojlarni tadqiq qilgan V.S.Merlanning fikricha o‘z-o‘zini anglash – bu murakkab psixologik tizim bo‘lib, u quyidagi to‘rtta tarkibiy qismni qamrab olar ekan.

1. O‘z “Men” ligini anglash;
2. O‘zini aynan mosligini anglashi;
3. Shaxsiy psixik sifatlarni anglash;
4. Ijtimoiy – ahloqiy o‘z-o‘zini baholash tizimi [3].

O‘z navbatida mehnat subyektining kasbiy shakllanishi, shaxsning mutaxassisga aylanish jarayonida faoliyatning operatsional tomonini egallash qobiliyatini qidirish va yaratish va faoliyatning psixologik tizimi hisoblangan komponentlarini o‘zaro aloqasi va mazmunini o‘zlashtirishini o‘z ichiga oladi.

Mazkur jarayonni boshqarishdagi asosiy mexanizmlardan biri bu o‘zi haqidagi tasavvurlarning (“Men” konsepsiyasi), “Men mutaxassis” obrazi va mutaxassis modeli na’munasining shakllanishi, shuningdek, bu tasavvurlarning muvofiqligi, ular o‘rtasidagi qarama-qarshiliklarni aniqlash va tahlil qilish va boshqalar hisoblanadi [4].

Xulosa sifatida shaxsning kasbga yetuklik darajasiga chiqishida “men” konsepsiyasining shakllanishi va shaxsning o‘z-o‘zini anglashi juda muhim ahamiyat kasb etar ekan. Shunday ekan, shaxs qanchalik o‘z-o‘zini va istaklarini anglagan va tushungan holda biror bir faoliyat va kasb turiga yo‘nala olsa, u kelajakda ana shu tanlagan kasbi bo‘yicha yetuk mutaxassisga aylanishi mumkin bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Sh.M.Mirziyoyev Yangi O‘zbekiston taraqqiyot strategiyasi. Toshkent: “O‘zbekiston” nashriyoti, 2022 y. 229 b.
2. N.A.Aripova, L.A.Xolmamatova, N.B.Qurbonova. Kasbiy psixologiya. Darslik. Toshkent . 2018 y.
3. F.R.Abduraxmonova, Z.E.Abduraxmonova. Kasb psixologiyasi.Toshkent 2018 y.
4. С.Ж.Ж.алилова, Ф.И.Хайдаров, Н.И.Халилова. Касб психологияси. Укув кулланма. Тошкент. 2010 й.

5. Raximov B., Egamov Y. SHAXS RIVOJLANISHIDA MUHIT VA TA'LIM TARBIYANING O'RNI BORASIDA ABU ALI IBN SINONING PSIXOLOGIK QARASHLARI //IJTIMOIY FANLARDA INNOVASIYA ONLAYN ILMIIY JURNALI. – 2023. – T. 3. – №. 3. – C. 29-30.

SHAXSNING PSIXOLOGIK PORTRETINI SHAKLLANTIRISHDA INNOVATSION USULLARDAN FOYDALANISH

Qodirov Mirzaakram Sobirjonovich

Bojxona instituti Qayta tayyorlash va malaka oshirish fakulteti "Psixologik tayyorgarlikni rivojlantirish" markazi boshlig'i, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Ko'pgina fanlar shaxsni, odamni o'rganadi. Psixologiya shaxsning ma'naviy qiyofasi, uning psixik jarayonida, xatti-harakatlarini va xulq atvorida aks etadigan tomonlarni o'rganadi. Lekin shuni unutmaslik lozimki, shaxs tushunchasi bir butun, yaxlit tushunchadir. Odamning ma'naviy qiyofasini chuqur bilish uchun uning faqat psixik xususiyatlarini o'rganishgina emas, balki shaxsning jamiyat a'zosi sifatidagi jamoa arbobi, xodim sifatidagi xususiyatlarini va shu kabi psixik jarayonni yoki shaxsning ayrim xususiyatlarini, masalan: kuzatuvchanlik, iroda, xarakter va shu kabilarni, umuman, uning ma'naviy qiyofasi xarakteristikasi bilan bog'lamay turib o'rganib bo'lmaydi.

Shaxsni o'rganish - juda murakkab faoliyat. Shaxs tushunchasi psixologiyada eng ko'p qo'llaniladigan termin hisoblanadi.

Shaxs bu – jamiyatdagi o'zining o'zligini anglovchi, uning layoqatli a'zosi sifatidagi insonning psixologik qiyofasidir. Psixik qiyofa shaxsning alohida xususiyatlari bilangina emas, balki umumiy sifatleri – xakteri va qobiliyatlari bilan yo'nalganligi, e'tiqodi ta'siri ostida bo'lgan psixik jarayonlar va holatlarning o'ziga xosligini belgilovchi tug'ma zehn va tajribadan tashkil topadi. [1, 18-b.]

Aniqlanishicha, hayotiy tajriba orttirila borishi bilan shaxsning o'zini o'zi belgilashi, o'z hayotining ma'nosini anglab yetishi, real hayotiy rejalarning shakllanishi, kelgusidagi hayotiy yo'lining prognoz qilinishi va shu kabilar yuz beradi. [2, 32-b.]

Shaxs xususiyatlarini o'rganishda, aniqlashda qator psixologik usullardan foydalaniladi. Shuningdek, faqat bir, ikkita test yoki savolnomalarning javoblari asosida xulosa chiqarishga shoshilish yaramaydi. Bundan tashqari har bir qo'llanilgan usul, test natijalari to'g'ri yoki noto'g'ri ma'lumot berganligi bilan baholanmaydi. Har bir testing javoblari insonning xarakter xususiyatlariga to'la to'kis mos kelishi mumkin emas. Uning qandaydir qismi yoki foizi to'g'riroq bo'lishi mumkin. Masalan, bir test javobida o'nta xususiyat ko'rsatilib o'tilgan bo'lsa, ulardan shu shaxsga tegishli bo'lgan xususiyatlar to'rt yoki beshta bo'lishi mumkin, xolos. Shuning uchun bunda bir qancha usul va testlardan foydalaniladi va ularning har biridan olingan to'g'ri javoblar umumlashtirilib, jamlanadi, tahlil qilinadi. Yana tahlilda shaxsning ta'lim-tarbiyasi, ijtimoiy, nasliy, yosh davri xususiyatlari ham nazardan chetda qolmasligi lozim. Odatda, zaruratda psixolog

mutaxassislar tomonidan mana shunday usullar orqali shaxsning psixologik portreti yaratiladi.

Shaxsning psixologik portretini yaratishdan oldin, uni tarkibi, faoliyat xususiyatlari haqida aytib o'tish maqsadga muvofiqdir. Bu haqida qarash va nazariyalar ko'pligini inobatga olib eng mashhurlari bilan tanishib o'tamiz.

A.G.Kovalevning fikricha, "Shaxs bu ijtimoiy (shaxslararo) munosabatlarning ham obyektidir ham subiektidir".

A.N. Leontev fikricha, "Shaxs faoliyat subiektidir".

S.L.Rubinshteyn fikricha esa, "Shaxs tashqi ta'sirlar, ular orqali yo'nalishini o'zgartiruvchi ichki shart-sharotlar majmuasidir".

Inson shaxsi, uning ichki sifatlari va xarakter xususiyatlari kasb tanlashga, kasb va hamkasblarga bo'lgan munosabatga, tanlangan sohadagi yutuqlarga bog'liq bo'ladi. To'g'ri shakllantirilgan psixologik portret:

- Faoliyat yo'nalishini aniqlashtirishga;
- Yuqori mansablarga erishish imkoniyatini ochishga;
- Nizoli vaziyatlarni keltirib chiqaruvchilarni aniqlashga;
- Shaxslarni kuchli va kuchsiz xarakter xususiyatlarini inobatga olib guruhlariga ajratishga yordam beradi.

Sharoitlarga moslasha olishlariga ko'ra, quyidagi shaxs tiplarini ajratish mumkin:

- Hozirgi vaziyatga yo'nalgan, moslashuvchanlik darajasi yuqori shaxslar. Bunday odamlar to'g'ri qarorlarni qabul qila oladilar.

- O'tmishga yo'nalgan, xizmat doirasidan tashqariga chiqmaydigan, qoida va majburiyatlarga amal qiladigan shaxslar. Bular ideal ijrochilardir.

- Kelajakka yo'nalgan, turli vaziyatlarda noadekvat xarakterlarni bajaradigan shaxslar. Bunday xarakteristika g'oyalar generatorini farqlaydi.

Yer yuzida qancha inson bo'lsa shuncha shaxs bo'ladi, chunki har bir odam individualdir. Individuallikni rivojlantiradigan harakatlantiruvchi kuch, uning dasturlovchi xususiyatlari:

Yo'nalganlik- xulq-atvor va faoliyat motivatsiyasi.

Intellekt - odamni vaziyatni baholash, qaror qabul qilish, o'z harakatlarini nazorat qilish qobiliyati.

O'zini anglash, o'z-o'ziga bo'lgan bahosi (past, adekvat, yuqori), o'ziga va harakatlariga nisbatan munosabati, o'zini nazorat qilish, o'z xulq-atvori va hissiyotlarini nazorat qilishi kiradi.

Yuqoridagilardan kelib chiqib, shaxsning psixologik portreti haqida izlanishlar olib borgan ko'pchilik tadqiqotchilar shaxsning psixologik qiyofasiga quyidagi fenomenlarni ham qo'shib o'tadi: qobiliyat, temperament, xarakter, iroda, emotsiya, motivasiya va ijtimoiy ustanovkalar.

Psixologik portret bir qancha yo'nalishlar intellekt, o'zini anglash, shaxsning bazaviy xususiyatlaridan iborat. Temperament odam psixikasining shunday xususiyatlari birlashmasiki, bular psixik jarayonlarining kechishi jadalligi, ularning tempi va ritmidan iboratdir. Bu shaxs irsiyati, organizmida kechadigan biologik jarayonlariga asoslangan fundamentidir.

Shaxs emotsiyasi va motivatsiyasi uni faoliyatidagi javobgarlikni ifodalab, u qo'zg'alish va zo'riqishlar orqali ifodalanadi. Yuqoridagi masalalardan kelib chiqib, shaxs psixologik portreti quyidagi xususiyatlari bilan tasvirlanadi va u o'z ichiga quyidagi komponentlarni qamrab oladi:

1. Temperament; Temperament turlari: sangvinik kuchli, barqaror asab tizimiga ega shaxs tipi. Bu shaxslar psixik va emotsional tipdagi bosimlarni yaxshi o'tqazadilar. Tuyg'ulari va harakatlari adekvat.

Xolerik kuchini to'g'ri taqsimlay olmaydigan (ko'p ishlarini oxiriga etkazmaydilar). Ular yuqori emotsionallik, o'zgarishlarni sevish va xayolparastliklari bilan ajralib turadilar.

Flegmatik tinch, barqaror, hatto inert (passiv)dirlar. Ularni jahlini chiqarish qiyin, lekin jahllari chiqsa tinchlanishlari ham qiyin bo'ladi. Kuchli taassurotlarga ham kuchsiz hayajon bilan qaraydilar. Melanxolik sust asab tizimi. Bular yuqori bosimni ko'tara olmaydilar, tez charchaydilar va xafa bo'ladilar. Hissiy beqarorlik yorqin ifodalangan. Atrofdagi o'zgarishlarni tez payqaydilar. [3, 271-b.]

2. Xarakter; Insonning avval yig'ilib, so'ng muloqot va faoliyatda ko'rinadigan xulq-atvor usullarini ifodalaydigan xususiyatlardir. Bu xususiyatlar: mehnatga (tashabbuskorlik, erinchoqlik, qat'iyat); insonlarga (muloqotchanlik, yopiqlik, qo'pollik, nafrat); o'ziga (faxrlanish, o'zini tanqid qilish, egoizm, manmanlik); narsalarga (ochiqqo'llik, tartiblilik, qizg'anchiqlik) taalluqli bo'lishi mumkin. [3, 278-b.]

3. Qobiliyat; Bu insonning individual xususiyatlari bo'lib, uning ma'lum faoliyatda omadlilikini anglatadi. Ular umumiy (yaxshi o'qish qobiliyati) va maxsus (tor yo'nalishdagi qobiliyatlar)ga ajralishi mumkin.

4. Yo'nalganlik; Shaxs psixoportreti uni dunyoni anglashga bo'lgan u yoki bu harakatlantiruvchi kuchiga bog'liq holda shakllantiriladi.

5. Intellektual layoqati; Psixoportretning umumiy ma'lumotlari IQ darajasi bilan birgalikda, shaxsning umumiy intellektual darajasiga ham bog'liq bo'ladi.

6. Emotsionallik; Tashqi ta'sirlarga ixtiyorsiz reaksiya, odam qanchalik emotsional bo'lsa, uning xavotirlanish darajasi shunchalik yuqori bo'ladi.

7. Irodaviy sifatlar; Stressga barqarorlik, qiyinchiliklar bilan kurasha olish. Keng ko'lamli bilimlarga ega bo'lgan shaxs ham, agar u irodasiz bo'lsa o'zi yuz foiz ko'rsatib bera olmaydi.

8. Muloqotchanlik; Insonning atrofdagilar bilan muloqotga kirisha olish qobiliyati. Har bir shaxs yoshi ijtimoiy mavqeidan qat'iy nazar atrofdagilar bilan muloqotga kirisha olishni bilishi kerak.

Yuqoridagi shakllangan portret asosan psixologik testlar orqali aniqlanadi. Lekin hozirgi kunda dunyoda shaxslarning psixologik portretlarini yaratishga oid ko'plap innovatsion usullar ishlab chiqilmoqda. Ulardan 7 radikallar, profayling, FACS kabilarni keltirishimiz mumkin. Ushbu usullar hech qanday test yoki so'rovnomalar o'tkazmasdan kuzatish yoki so'rov o'tkazish metodikalari yordamida oz fursatda shaxs haqida yetaricha ma'lumotlar beradi.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, shaxsning psixologik portretini yaratish juda ham murakkab jarayonlarni o'z ichiga oladi. Amaliy psixologiyaning nozik qirralarini anglab yetgan o'z kasbining mutahassisi, bu kabi faoliyat bilan

shug‘ullanishi mumkin. Hozirgi kunda shaxsning portretini yaratish bo‘yicha bir nechta metodlardan foydalanilmoqda. Ularning orasida profayling (shaxs parametrlarini) metodi alohida o‘rin egallaydi. Ushbu metod yordamida ko‘plab savollarga aniqlash yechim topsa bo‘lishi haqida bir nechta psixologlar aytib o‘tishmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yhati

1. G‘oziyev E., Ruxiyeva X. Oliy maktab psixologiyasi muammolari. T. 2006. B - 18.
2. Karimova V.M., Akromova F.A. Psixologiya. Ma’ruza matni. T. 2000. B -32.
3. Zufarova M.E., Umumiy psixologiya. T. 2010. B -271.
4. Sattorov, E. N., & Qodirov, M. S. (2021). Jinoyatchi xulqini tahlil qilishda profayling texnologiyasini qo‘llash imkoniyatlari. *Academic research in educational sciences*, 2(2), 1176-1184.
5. Qodirov M. S. (2019). Bojxona xizmati xodimlari kasbiy faoliyatida profayling texnologiyasini rivojlantirish masalalari. *Современное образование (Uzbekistan)*, (11 (84)), 34-41.

YETUKLIK YOSH DAVRIDAGI INSONLARDA G‘AZAB XISSINING NAMOYON BO‘LISH XUSUSIYATLARI

Matchanova Dilbar Yusupbayevna
UrDU, Pedagogika va psixologiya
kafedrasida o‘qituvchisi

Yoshlik davri va uning o‘ziga xos psixologik xususiyatlari Yoshlik davri 23 – 28 yoshlarda bo‘lib, bu davrning o‘ziga xos xususiyatlaridan biri ijtimoiy hayotning barcha jabhalarida kamolga erishgan shaxs sifatida faol ishtirok etish va ishlab chiqarishda mehnat faoliyatini amalga oshirishdan iborat. Psixofizolog P. Lazerovning fikricha eshitish, ko‘rish periferik va kinestetik sezgilarning o‘zgarishi 20 yoshdan boshlanadi. Bu ma’lumotni chet el psixologlari Fulds, Raven, Pako kabilar yanada rivojlantirib mantiqiy qobiliyatning mezoni 20 yosh deb hisoblaydilar. B. G. Ananov o‘zining ilmiy tadqiqotlarida yoshlik davrida yigit va qizlardagi o‘zgarishlarni murakab shaxs jihatlaridan umumiy ruhiy holat, verbal va noverbal aqliy sodda jarayonlargacha, hatoo shaxsning xususiyatigacha bo‘lgan holatlarni o‘z ichiga qamrab olishini matematik usullarga asoslangan ilmiy ma’lumotlar va ularning chuqur sifati tahlili orqali ko‘rsatib o‘tadi. Kishilarda ko‘rish maydoni chegarasi (idrok) xususiyatini o‘rgangan I. N. Kuleshova va M. D. Aleksandrova 18 -35 yoshlardagi haydovchilarda uning 3 xil: normadan ortiq 11 foiz, normada 47 foiz, qolganlarida etalon bo‘yicha normadan kam bo‘lishini ta’kidlaydi.

2. Yetuklik davrining birinchi bosqichidagi shaxsning psixologik xususiyatlari

Bu davrda 28 – 35 yoshdagi erkak va ayollar kiradilar. Yetuklik davrida odam o‘zining barcha kuch – quvvati, qobiliyati, aql – zakovati ichki imkoniyatlarining o‘z kasbiga, ijtimoiy faoliyatiga jamoa ishlariga to‘la safarbar eta oladi. Mazkur yoshda shaxsiy hayotdagi yutuqlar, g‘alabalar yoki

muvaffaqiyatsizliklar kishining ruhiy dunyosiga qattiq ta'sir etadi. Natijada uning takabburlik, mag'rurlik, jahldorlik, asabiylik paydo bo'ladi. Bugungi kunda amalga oshirilayotgan choralar tarkibida, xususan o'smirlarning ta'lim jarayonidagi faolligini oshirish, shaxslararo munosabatlarga kirishishda empatiya hissini rivojlantirish, shaxs sifatida o'zini to'g'ri baholash, jamiyatda o'z o'rnini topishida yordam berish hamda axloqiy ko'nikmalar shakllantirilishining psixologik mexanizmlarini takomillashtirish dolzarb masalalar hisoblanadi. Ko'chalarda tabassumli odamlarni tez-tez uchratish mumkinmi? Zo'rg'a. Yo'ldan o'tib ketayotganlarning yuzidagi tashvish va tashvishlarning muhri allaqachon odatiy hol bo'lib kelgan. Ba'zida to'plangan tirnash xususiyati paydo bo'lishi uchun arziyas narsa kifoya qiladi. Nega g'azab paydo bo'ladi? Kech kuz oson davr emas. Quyosh nurining etishmasligi unga ta'sir qiladi: qattiq va jismoniy - charchoq qandaydir tarzda tezda qulab tushadi va hissiy. Bu pessimistik kayfiyatni va boshqalarning tushkun holatini yomonlashtiradi: salbiy yuqumli va g'azablangan, tajovuzkor odamlar boshqalarga osonlikcha muammolar tug'diradilar. Men o'zimning ham, tasodifiy hamrohlarimning ham hayajonini eslayman, ish kuni ertalab oddiy bir ayol yo'lovchini uning qarshisiga urdi: u, ko'ryapsizmi, mashinadan juda sekin chiqib ketdi. Boshqa safar, barcha yo'lovchilar bir xil xunuk manzaraning guvohi bo'lishdi: keksa odam tanimagan ayolga baqirib, vatanga qilgan xizmatlari haqida va ba'zi sabablarga ko'ra uni gunohlarini kechirish uchun cherkovga tinmay yuborgan. Tortishuvlar muntazam ravishda turli xil muassasa va tashkilotlarning ommaviy qabullarida bo'lib turadi, do'konda kuzatuv kameralari kaltaklanishlarni, avtoullov egalari o'rtasida otishmalar yuz beradi - tajovuzlarning avj olishi odatiy holga aylandi. Jumladan, Internetda: bir-birlari uchun ochiq bo'la olmaydigan foydalanuvchilar, to'plangan salbiylarni tarmoqqa istak bilan qo'shib qo'yadilar, ayniqsa bu iboralarni tanlashda tantanali emas. Nega bunday bo'lmoqda? Har qanday mayda-chuydalar tajovuzning dahshatli avj olishi uchun katalizator bo'lib xizmat qiladigan joyga achchiqlanishni to'plashga nima imkon beradi?

1. Madaniy buzilish.

Biror kishi o'zgarishsiz qolishi mumkin: taraqqiyot yo regressiya. Rivojlanish istagi bo'lmaganda, buzilish paydo bo'ladi, natijada to'plangan salbiyni to'xtatish istagi yo'q, ayniqsa odam jamoat fikriga ham ahamiyat bermasa.

2. Salomatligi yomon.

Aksariyat odamlar o'zlarining sog'lig'iga ahamiyat bermaydilar, tibbiy ko'rikdan o'tish majburiy bo'lib qoldi, kimdir sifatli tibbiy xizmatdan foydalana olmadi. Kasalni his qilish - bu ezilgan ruhiyat.

3. Moliyaviy beqarorlik.

Ish bor, ammo kim ham xuddi shu daromad kelgusi oyda o'zgarmaydi deb ishonch bilan kim ayta oladi? Doimiy ravishda narxlarning ko'tarilishi va kreditlarning mavjudligi fonida moliyaviy barqarorlikning yo'qligi optimizmni kuchaytirmaydi.

4. Boshpanasizlik hissi.

Davlat uy-joy ta'minlamaydi va ko'chmas mulk narxlari chidab bo'lmas darajada. Ipoteka va ijaraga olingan uy-joy kelajakka ishonchsizlikni keltirib chiqaradigan moliyaviy bog'liqlikdir.

5. Ijtimoiy keraksiz his qilish.

O'z qobiliyatlari va qobiliyatlarini etarlicha baholay olmaydiganlar uchun dasturni topish qiyin. Bu shunday bo'ladiki, kimdir o'z xohish-istaklarini buzib, ularga to'g'ri faoliyat turini topishga xalaqit beradi, kimdir faqat kimnidir shaxsiy cho'ntagida ishlashni yoqtirmaydi - jamiyat mentalitetining o'ziga xos xususiyatlari va o'zlarini ulkan kuchli davlatning muhim qismi sifatida his qilish istagi ta'sir qiladi. Bunday hollarda, hatto yaxshi maosh ham axloqiy norozilikni qoplamaydi - odam tezda o'z daromadiga ko'nikadi.

6. Qolgan ishsizlardan qo'rqish.

Bu boshqa bir ekstremal holat, o'z hayotidan ko'ra ko'proq xohlaydigan pozitsiya zarur bo'lganda. Baxtli qurbonlar eskiradi, xavotirga tushadi, egilib, oilaning va o'z sog'lig'ining ehtiyojlarini e'tiborsiz qoldiradi - faqat ish joyida qolish.

7. Hasad.

Hasadning sabablari har doim ham ahamiyatli bo'lmasligi mumkin: ularning har biri o'ziga xos "Axilles poshnasi" va "og'riqli kallus" ga ega. Biroq, hasad har doim ob'ektiv voqelik haqida noto'g'ri tasavvurni shakllantiradi, shuningdek, adolatsiz tartibga solingan dunyoga tajovuz hissi va xafagarchilikni keltirib chiqaradi - odam g'azablanadi.

8. Xafagarchilik.

Jahl ma'lum bir odamning g'azabiga munosabat bo'lishi mumkin, bunga qarshi bir necha sabablarga ko'ra shikoyat qilish mumkin emas. Hech qanday yo'l topolmay, xafagarchilik ko'tarilib, qo'li bilan ko'tarilgan har bir kishiga yovuzlikka aylanadi.

9. Yolg'izlik. Atrofdagi odamlar o'zlarining qonunlari va qoidalariga muvofiq yashaydilar, va bu odamlarni g'azablantiradigan narsalar bor: birinchidan, men har qanday usul bilan odamga e'tibor qaratmoqchiman, ikkinchidan, g'azab boshqa odamlarning tushunmovchiligiga - boshqalarning dunyoqarashi, dunyoqarashi, madaniyati.

10. Yomonlik, nosog'lom ruhiyatning o'z-o'zidan paydo bo'lishi.

Bu erda, ular aytganidek, izoh yo'q. Ushbu ro'yxatni davom ettirish orqali unga bir qator shaxsiy muammolar, muvaffaqiyatsizliklar va asossiz umidlar qo'shilishi mumkin. G'azab har doim sababga ega va ko'rdir - hech qanday dalillar bunga qarshi tura olmaydi, chunki bu asabiy munosabat va asabiylashtiradigan ob'ekt bilan do'stona aloqa qilishni istamaslikni keltirib chiqaradi. Shu sababli, keyingi o'zaro aloqa nafaqat mutlaqo ma'nosiz, balki xavfli bo'lib qoladi.

G'azab nima va nima uchun odamlar g'azablanishadi

Agar siz g'azabdan xalos bo'lishni istasangiz, boshidanoq o'zingizga e'tibor bering. Qo'shningiz g'azablangan yoki tanish deb aytishga hojat yo'q. O'zingizni tekshirib ko'ring, ehtimol bu sizga bog'liq. O'zingizga quyidagi savolni bering: nega jahlim chiqyapti? va men g'azablanyapmanmi? Agar men tez-tez g'azablansam, men boshqalarga tajovuzni namoyon qilaman, buni ko'rib chiqishga arziydi, ehtimol shaxsiy hayotimda biron bir narsa noto'g'ri. Ehtimol sizga dam olish, ta'til, dam

olish yoki shunga o'xshash narsalar kerak. Javob sifatida g'azab. O'zingizni tushunganingizdan so'ng, siz boshqalarga yoqmaydigan narsalar haqida o'ylashingiz mumkin, aslida nima uchun odamlar g'azablanadi. Ko'pincha odamlar tajovuzni boshqalarning harakatlariga javob sifatida ko'rsatishadi. Masalan, ular o'zlarining oilalari, do'stlari yoki qarindoshlarining ishlaridan norozi. Bundan norozilik va g'azab paydo bo'ladi. Jahl kuchning ko'rsatkichi sifatida G'azabdan xalos bo'lish uchun, ba'zi odamlar o'zlarining ustunliklarini boshqa odamdan ko'rsatmoqchi bo'lganlari uchungina g'azablanishlarini yodda tuting. Agar ular g'azabni namoyon qilsalar, suhbatdosh keyinchalik qo'rqishadi va ularni hurmat qilishlariga ishonishadi. Bunday g'azab xo'jayindan bo'ysunuvchiga, oqsoqollar kichigiga va boshqalarga kelib chiqishi mumkin. Spirtli ichimliklar g'azab manbai sifatida Shubhasiz haqiqat shundaki, alkogol har qanday odamda katta miqdordagi g'azabni keltirib chiqarishi mumkin. Ko'pincha spirtli ichimliklarni iste'mol qilgandan keyin mehribon odamlar tajovuzkor bo'lishadi. Ammo ular spirtli ichimliklarni qabul qilishda yomon bo'lmasa ham, bu uning ta'sirini kamaytirmaydi. Miya hujayralari asta-sekin o'ladi va vaqt o'tishi bilan inson o'z qadriyatlarini yo'qotadi, g'azablanib, hamma narsadan norozi bo'ladi. Barcha odamlarda yaxshi narsa borligini unutmang. Hatto eng qashshoq jinoyatchilar ham yaxshi odamlar bo'lgan. Biror narsa ularning hayotiga ta'sir qildi, ba'zi holatlar uni o'zgartirdi. Va shundan so'ng, bunday odamlar g'azab va tajovuzni namoyon qila boshladilar. Bunday odamlar bo'lmang. Agar siz g'azabdan xalos bo'lishni istasangiz, har doim ijobiy his-tuyg'ularga tayyorlaning. O'zingizni doimiy ravishda tekshirib ko'ring, yuragingizga chuqur nazar soling. Odamlarni, hatto sizga yomon ish qilganlarni ham kechirishga harakat qiling. Jahlingiz bilan emas, balki fe'l-atvoringiz bilan kuchingizni ko'rsating. Va keyin sizning hayotingiz qanday o'zgarishini, yana qancha yangi va yorqin daqiqalarni taqdim etishini ko'rasiz. G'azabdan qutulish uchun 5 ta maslahat. Ko'pincha, ko'plar g'azabdan qanday qutulishni bilmaydilar, ammo bu kutilmaganda paydo bo'lishi mumkin, bu jarohat yoki yo'qotish. Aksariyat hollarda siz his-tuyg'ularingizni yashira olasiz. Ammo SH o'z-o'zidan o'tib ketmasligini kutish kerak. Bunday holatda, agar xohlasangiz, boshqalarni aybdor qilib qo'yishingiz mumkin, bunda ular aybdor emasligiga e'tibor berishmaydi. Psixologlar bu holatni g'azablanish harakati deb ta'riflashadi. Bundan tashqari, g'azablanish hissi odamga ham hissiy, ham jismoniy ta'sir qilishi mumkin. Jahlni hatto kimdir bilan gaplashganda yoki tanaga jismoniy harakatni qo'llashda ham aniqlash mumkin. G'azabdan xalos bo'lishning eng samarali usuli - bu sport bilan shug'ullanish, chunki mushaklarning kuchlanishining pasayishi kuzatiladi. Bundan tashqari, g'azablanish hissi asta-sekin o'sib boradi va biron bir nuqtada endi uni engishingiz mumkin emas. Shuningdek, bu sizning xastaligingizga va depressiyani rivojlanishiga sabab bo'lishi mumkin. Ushbu maqola ushbu savolga javob berishga yordam beradi: "G'azabdan qanday qutulish kerak?". Shuningdek, ushbu mavzu bo'yicha ba'zi foydali maslahatlarni beradi. Yangi boshlanuvchilar uchun shunchaki g'azablanish hissi borligini tushunishingiz kerak. Muammoni aniq tushunish ko'pincha uni hal qilish uchun sabab bo'ladi, G'azabdan xalos bo'lish uchun, sizni tushunadigan va unga ishonadigan suhbatdoshni topishga harakat qiling. U bilan suhbatlashganda,

hozirgi paytda nimani his qilayotganingizni tushunish imkoniyati bo'ladi, O'zingiz bilan juda ko'p sharmanda qilmasdan suhbat qurishga harakat qiling. Ushbu maqsadlar uchun, hatto magnitafon yoki butun dialogni yozib oladigan pleer ham juda yaxshi. Shundan so'ng siz o'zingizning emas, balki begona bo'lib tuyulgan his-tuyg'ularingizni eshitish imkoniyatiga ega bo'lasiz. Go'yo bu mutlaqo boshqa odamdayBir qog'ozga o'z his-tuyg'ularingizni aniq ro'yxatini tuzishga harakat qiling. Sizni nima ko'proq bezovta qilayotganini ham ko'rsatishi kerak. Shundan so'ng, siz o'zgartirishni xohlagan narsangizga ta'sir qilish usullarini ko'rsatish imkoniyatiga ega bo'lasiz. O'zingiz o'zgartira olmaydigan narsalarni aniqlashga harakat qiling. Ularning oddiy ro'yxati juda foydali narsa. G'azabdan xalos bo'lish uchun vaqti-vaqti bilan o'zingizning nazoratingizdan tashqarida bo'lgan narsalar borligini eslatib turing. Avvaliga buni tushunish juda qiyin, ammo bu ma'lumotlarning kunlik takrorlanishi bilan u tanishishni boshlaydi. O'zbekistonlik psixologlardan E.G'. G'oziyev, N.G'. Kamilova, G.Q. To'laganova, B.M. Umarov kabi olimlarning izlanishlarida bolalik va o'smirlik davridagi psixik xususiyatlarni o'rganishga qaratilgan tadqiqotlar o'tkazilgan bo'lib, ularda asosiy e'tibor deviant xulq-atvor, xarakter aksentuatsiyasi, bolalar va o'smirlar suitsidi, o'z-o'ziga baho berish va nazorat qilish muammolariga qaratiladi. Inson onogenizida o'smirlik balog'atga etish davri bo'lib, yangi xislar, sezgilar va jinsiy xayotga taalluqli chigal masalalarning paydo bo'lishi bilan xam xarakterlanadi. O'z davrida L.S.Vigotskiy bunday holatni psixik rivojlanishdagi krizis deb nomlagan. O'smirlik yoshida ularning xulq-atvoriga xos bo'lgan alohida xususiyatlarni asosan jinsiy yetilishning boshlanishi bilan izohlab bo'lmaydi. Jinsiy yetilish o'smir xulq-atvoriga asosiy biologik omil sifatida ta'sir ko'rsatib, bu ta'sir bevosita emas, balki ko'proq bilvositadir.O'smirlik davriga ko'pincha so'zga kirmaslik, o'jarlik, tajanglik, o'z kamchiliklarini tan olmaslik, urushqoqlik, yig'loqilik, kabi xususiyatlar xos. O'smirlar va bolalar psixikasining yosh davrlarida o'ziga xos xususiyati mavjud bo'lib adabiyotlarda emotsional yetuk emaslik, kattalar avtoritetiga bo'ysunish, ishonuvchanlik, jinsga oid munosabatlar haqida xabardorligi va hayotiy tajribasining yetarli darajada emasligi, boshqa insonlarni mavjud harakatlarini oldindan ayta olish va murakkab vaziyatlarda tanqidiy hamda to'liq baholay olmaslik kabi sifatlar namoyon bo'ladi.

MUHOKAMA VA NATIJALAR Bolalar kattalar singari bir maromda rivojlanmaydi, shuningdek, ijobiy va salbiy psixologik xususiyatlar, nisbatan barqaror va tinch osoyishta kechadigan davrlar mavjud. Kattalarga nisbatan xulq-atvoridagi ijobiy va salbiy munosabatning paydo bo'lishi, negativizm singari nohush xulq-atvor alomatlari o'z-o'zidan kelib chiqadigan bevosita jinsiy yetilish tufayli poydo bo'ladigan belgilar bo'lmay, balki ular bilvosita ta'sir ko'rsatadigan o'smir yashaydigan ijtimoiy shart-sharoitlar vositasi orqali, uning tengdoshlari, turli jamoalardagi mavqei tufayli, kattalar bilan munosabati, maktab va oilasidagi o'rni munosabatlari sababli yuzaga keladigan xarakter belgilaridir. Mana shu ijtimoiy sharoitlarni o'zgartirish yo'li bilan o'smirlarning xulq-atvoriga to'g'ridan-to'g'ri ta'sir ko'rsatish mumkin. Ular tashqi ta'sirlarga va xissiyotlarga juda beriluvchan bo'ladilar. Shuningdek ularga mardlik, jasurlik, tantiqlik kabi psixologik sifatlar ham xosdir. Tashqi ta'sirlarga beriluvchanlik o'smirda shaxsiy

fikrni yuzaga kelishiga sabab bo'ladi, lekin bu shaxsiy fikr aksariyat hollarda asoslanmagan bo'ladi. Shuning uchun ham ular ota– onalarning, atrofdagi kattalarning shuningdek, ustozlarning to'g'ri yo'lni ko'rsatishlariga qaramay o'z fikrlarini o'tkazishga harakat qiladilar. Juda ko'p o'smirlar bu davrda chekish hamda spirtli ichimliklarga qiziqib qoladilar. Bugungi kunda internet materiallarini tushunish yoki anglamasdan undan foydalanishga harakat qilishadi. Bu holatda chekuvchi, ichuvchi singari yangi rolda o'zini normal, qulay his qiladi. Bunday holatlarga tushgan o'smir juda tashvishga tushadi va unda krizis holati yuzaga keladi. Bu krizis o'smirning ma'naviy o'sishi psixikasidagi o'zgarishlariga ham bog'liqdir. Bu davrda bolaning ijtimoiy mavqei o'zgaradi, o'zining yaqinlari, do'stlari, tengdoshlari bilan yangi munosabatlar yuzaga keladi.

Lekin eng katta o'zgarish uning ichki dunyosida yuzaga keladi. Ko'pgina o'smir yoshi davridagi maktab o'quvchilarida o'zidan qoniqmaslik holati kuzatiladi. Shuningdek, o'zi xaqidagi mavjud fikrlarining bugun unda sodir bo'layotgan o'zgarishlarga to'ri kelmayotganligi o'smirni asabiylashishiga olib keladi. Bu esa o'smirda o'zi xaqida salbiy fikr va qo'rquvni yuzaga keltirishi mumkin. Bunday o'smirdagi o'zgarishlarni uchun atrofdagilar, kattalar, shuningdek ota–onasiga qarshi chiqayotganligini anglay olmayotganligi tashvishga soladi. Maxsus ijtimoiy psixologik adabiyotlarda hayotga chidamli, irodali iborasi mavjud. Bu iboraga taalluqli bo'lgan salbiy-xulq atvor larning paydo bo'lishi o'smir davridagi bolalardagi og'ir iztirob noqobiloila, spirtli ichimliklarni iste'mol qiluvchi ota-onalar, shavqatsiz kaltaklash, tabiiy ofat, kambag'allik, oiladardagi ajrim xolatlari kabilar ularni psixik rivojlanishiga salbiy ta'sir etadi. Bu borada o'smirlarning ota–onasi, kattalar bilan qiladigan muloqoti asosan ularning katta bo'lganlik hissi asosida tuzilganligi sababli qo'llab -quvvatlashlariga ehtiyoj sezadilar. Ota onalar bilan faoliyat o'smirda kattalarni yaxshiroq tushinishlari uchun yordam beradi. O'smir o'zida bo'layotgan o'zgarishlar, uni tashvishga solayotgan muammolar xaqida kattalar bilan bo'lishishga katta ehtiyoj sezadi, lekin buni hech qachon birinchi bo'lib o'zi boshlamaydi. O'smir o'ziga nisbatan yosh bolalardek qilinadigan muomila –munosabatiga qattiq norozilik bildiradi. O'smirlar muloqoti nihoyasida o'zgaruvchanligi bilan xarakterlanadi. Qayd etib o'tilgan yo'nalganlik albatta kattalarning ham muloqot va munosabatda mavjud, lekin ular kattalarnikidan o'z emotsionalligi bilan farqlanadi. Tengdoshlari, shuningdek sinfdoshlari guruhida o'smir o'zining kelishuvchanlik xususiyati bilan namoyon bo'ladi. O'smir yoshidagi o'quvchilarda «Biz» hissining shakllanishiga yordam beradi va uning ichki holatini mustaxkamlaydi. O'smir yoshdagi bola uchun do'st tanlash juda katta ahamiyatga ega. O'smirlik davrida do'st juda qadimli hisoblanadi. Do'stlar doimiy ravishda ruhan, qalban yaqin bo'lishga ehtiyoj sezadilar. Bu ehtiyoj o'smir do'stlarning so'rashishi va ko'rishishlarida (qo'l berib, quchalab ko'rishish) birga o'tirish va birga yurishga harakat qilishlarida ko'rinadi. Ko'pgina ana shunday juda yaqin munosabatlar, umumta'lim maktabi o'smir yoshi o'quvchilarining shaxs bo'lib shakllanishdagi, birgalikdagi xarakterlarini o'zi inson qalbida va xotirasida birumrga saqlanib qoladi. Ko'pgina bunday oilalarda tarbiyalanayotgan o'smirlar hayotda mustaqil holda harakat qilishlari, o'z rejalarini amalga oshirishlari, qiyin ma'suliyatning o'z bo'ynilariga olishlari birmuncha

qiyinroq. Ular ko‘pincha intellektual xarakterdagi muammolarni ham qiyinchilik bilan yengadilar. Kattalarning bu davrdagi eng asosiy vazifalari o‘smirning muammosini to‘g‘ri anglashi va erkin to‘g‘ri yashashiga yordam berishidir. Shuning uchun tashqi ta’sirlarga beriluvchan o‘smir yosh qiz va o‘g‘il bolalarga alohida e’tibor qaratish zarur. Buning uchun ular bilan ishlashda g‘oyaviy –siyosiy vatanparvarlik xissining shakllanishiga, mustaqil bilim olish, ijodiy fikr yuritishga o‘z-o‘zini boshqarish, anglash, baholash va nazorat qilishlariga imkon yaratish zarur. Ko‘pincha o‘qituvchilar o‘smirlardagi salbiy xulq-atvor illatlarini tanqid qiladilar, o‘smirlarga psixologik yondoshishda metodologik kamchilikka yo‘l qo‘yadi. Bu salbiy sifatlarning oldini olish chora va tadbirlarini ishlab chiqarolmaydi, o‘smirlarda uchraydigan salbiy sifatlarni yo‘qotish va yangi ijobiy xulq-atvor sifatlarini asta-sekin tarkib toptirish mumkin. O‘smirlarning mustaqil faoliyatiga keng imkon berilishi, faoliyati takomillashib, psixikasi xar tomonlarga rivojlanib boradi. O‘smirlardagi salbiy xulq-atvorni korreksiya qilish maqsadida umumta’lim maktablarida turli ijtimoiy, motivatsion psixologik trening mashg‘ulotlar va olib borilsa amaliy-psixologik maslahatlar korreksion texnikalar va salbiy xulq-atvorni bosqichma bosqich o‘zgartirish mumkin ya’ni, shaxsning o‘zini-o‘zi va o‘z histuyg‘ularini anglash, o‘z shaxsini qayta baholash, hissiyotlar ustida ishlash, salbiy xulq-atvorni anglash, shaxslararo munosabatdagi qiyinchiliklar, kognitiv jarayonlarni rivojlantirish, barkamollikka intilish, ota-ona va pedagoglar bilan ishlash kabi mashg‘ulotlar majmui qo‘llanildi. Ijtimoiy, motivatsion psixologik treninglar majmuini xalq ta’lim muassasalari amaliyotiga tatbiq etilishi orqali bola shaxsining pedagogik va psixologik jihatdan mukammal rivojlanishiga yordam beradi. Jumladan, maktab amaliyotchi psixologining ish rejasiga kiritilgan “Ijtimoiy psixologik muammolari mavjud bo‘lgan o‘quvchilarning salbiy burilish va og‘ishlarining oldini olish”ga qaratilgan psixologik profilaktika, “Xulqida og‘uvchanligi mavjud va moyilligi aniqlangan o‘quvchilari bilan korreksiyalash ishlarini tashkil qilish” hamda “bolalar va o‘smirlarning salbiy burilishi va og‘ishlarining oldini olishda maktab pedagogik jamoasi va ota-onalarning hamkorligini takomillashtirish” kabi vazifalarini amalga oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

XULOSA O‘smirning aqliy faoliyatiga tevarak atrofga munosabatining shakllanishiga ta’sir qiladi. Xulosa o‘rnida shuni aytish joizki, Intellektual asr talabiga javob beradigan har tomonlarga taraqqiy qilgan dunyoqarashi keng o‘smir o‘quvchi shaxsini shakllantirishda muhim vosita bo‘lib xizmat qiladi.

REFERENCES

1. Nishonova Z.T. va b. Rivojlanish psixologiyasi. pedagogik psixologiya .
2. O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati . Toshkent 2018 y.
3. Goziyev E. Psixologiya. Toshkent. 2008 y
4. Goziyev E. Ontogenez psixologiyasi . Noshir taxriri ostida Toshkent. 2010 y
5. Karimova V. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. Toshkent. 1999y
6. Tadjieva S.X., Sabirova D.G‘. “Tanglik vaziyatida qolgan bolaga psixologik yordam ko‘rsatish”. T.: RBIMM, 2011 y. 142 b

7. Shirin Kamolova, PREEMSTVENNOST FORMIROVANIYA MIROVOZZRENIYA STUDENTOV NA OSNOVE OBIQECHELOVECHESKIX SENNOSTEY , Jurnal Pedagogiki i psixologii v sovremennom obrazovanii: № 1 (2021): Zamonaviy ta'limda pedagogika va psixologiya fanlari

KASBIY-SHAXSIY IDENTIFIKATSIYA SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Akbaraliyeva Asilaxon Tojiddinovna
Toshkent amaliy fanlar universiteti
“Psixologiya” kafedrası o‘qituvchisi*

Kirish. Bo‘lajak soha mutaxassislarining konsultativ faoliyat malakalari asosida kasbiy-shaxsiy sifatlarini rivojlantirish muammosi o‘z mazmunida, kasbiy faoliyatni o‘zlashtirish va amalga oshirish jarayonidagi shakllantirish, professional kamolot, professional mahorat, maxsus qobiliyat hamda yuqori intellektual imkoniyatga ega bo‘lgan soha mutaxassislarini tayyorlashni nazarda tutadi. Demak, mazkur muammoni psixologik jihatdan o‘rganish, yuqori professional konsultativ faoliyat malakalari asosida kasbiy-shaxsiy sifatlarini rivojlantirishga xizmat qiluvchi psixologik omillarni aniqlash kabilar, o‘ta dolzarb masalalardan biri sanaladi. Psixolog talabalarning konsultativ faoliyat malakalari asosida kasbiy-shaxsiy sifatlarini rivojlantirishning psixologik xususiyatlarini baholashning psixodiagnostik imkoniyatlarini aniqlashimiz kerak.

Tadqiqot obyekti va qo‘llanilgan metodlar. Oliy va o‘rta ta‘lim muassasalari bitiruvchilari o‘qishni tamomlab, mehnat bozoriga kirib kelayotganida turli qiyinchiliklarga duch kelishi muqarrar. Asosiy to‘siqlardan biri - oliy o‘quv yurtlari bitiruvchilarining ayrim shaxsiy xususiyatlariga jamiyatning ijtimoiy talabi va ularning kasbiy tayyorgarligi jarayonida bu fazilatlarining yetarli darajada rivojlanmaganligi o‘rtasidagi ziddiyatdir. Bu holat assimetriyaga, orzu qilingan va haqiqiy kasbiy kelajak o‘rtasidagi nomuvofiqlikka, bu esa ruhiy zo‘riqish, o‘ziga va kasbiy kelajagiga ishonchsizlikni keltirib chiqaradi [1]. Talabalarning o‘zlashtirilayotgan mutaxassislik bilan bog‘liq bo‘lmagan mehnat faoliyati keng tarqalmoqda, ko‘pincha bu muammo kasbiy faoliyatni tubdan o‘zgartirish foydasiga hal qilinadi, shundan so‘ng yosh mutaxassis noldan yangi kasbni o‘rganishi va o‘zlashtirishi kerak bo‘ladi [2]. Kasbiy faoliyatni amalga oshirish jarayonida shaxsiy fazilatlar va universal “soft” ko‘nikmalarni rivojlantirish muhimligi xorijiy va mahalliy olimlarning ishlarida ta‘kidlangan. Turli mualliflarning fikriga ko‘ra, insonning kasbiy faoliyatni amalga oshirishga tayyorgarligining psixologik asoslari quyidagilar bo‘lishi mumkin: hissiy intellekt [3], yetakchilik [4], hayotning mazmunlilik va tabaqalashtirilgan o‘zini o‘zi anglash [5], muloqot va tashkilotchilik qobiliyati [6], mustaqillik va tanqidiy fikrlash, boshqaruv qobiliyatlari shaxsiy rivojlanish, vaqtni boshqarish va maqsadni belgilash, shakllangan qiymat va hayot mazmuni yo‘nalishlari [7]. Identifikatsiya hodisasi fanlararo ilmiy muammo bo‘lib, falsafa, sotsiologiya, psixologiya va gumanitar fanlarning boshqa sohalarida o‘rganishning uzoq

an'analari ega. Ko'pgina mualliflarning qayd etishicha, identifikatsiya muammosi deyarli barcha klassik falsafiy tizimlarga xosdir: uni o'rganishdagi ratsionalistik an'ana Aristotel, G.Gegel, R.Dekart, I.Kant, Platonning o'z-o'zini anglash konsepsiyalarida asos solingan va rivojlangan. Identifikatsiya tushunchasi psixologiya, psixoanaliz, sotsiologiya (ijtimoiy antropologiya, ramziy interaksionizm), falsafa (fenomenologiya), etologiya va siyosatshunoslikda keng qo'llanilishiga qaramay, bu tushunchaning aniq ta'rifi, tuzilishi va mazmuni bo'yicha haligacha konsensus mavjud emas. Identifikatsiya ham tuyg'u sifatida, ham shaxsning o'zi haqidagi bilimi sifatida, va xatti-harakatlarning birligi sifatida va shaxsning ichki uzluksizligi va o'ziga xosligi sifatida muhokama qilinadi (E.Erikson), tanlovga asoslangan inson shakllanishi jarayoni va tarixiy o'zini o'zi anglash (M.V.Zakovorotnaya), ijtimoiy o'zaro munosabatlarda hayot modelini shakllantirish jarayoni sifatida va o'zlik tushunchasining shakllanish jarayoni natijasida (O. Kernberg) tahlil qilinadi. Identifikatsiya "murakkab integral psixologik hodisa" sifatida harakat qiladi va "shaxsning barcha xususiyatlarining doimiy o'zgaruvchan muhitda belgilanadigan va o'zgarib turadigan yagona tuzilishga sintezi" sifatida namoyon bo'ladi [8]. Tadqiqot predmeti sifatida kasbiy shaxsga murojaat qilgan holda, olimlar uning tuzilishi (N.L.Ivanova, L.B.Shneyder, Yu.A.Kumyrina), shakllanishning pedagogik shartlari (T.Yu.Skibo), pedagogik yo'nalish bilan (A.S.Nazyrov), turlari va vazifalari (D.N.Zavalishina), shakllanish jarayonining xususiyatlari (N.V.Antonova, O.A.Volkova, E.P.Ermolayeva, Yu.P.Povarenkov, I.Yu.Xamitov) bog'liq masalalarni ko'rib chiqadilar [9]. Kasbiy identikligi - bu kasbni egallash bilan bog'liq bo'lgan o'zini o'zi tasavvur qilish, hissiy tajriba va ongli faoliyatning birligi bo'lib, kasb va ixtisoslikni egallagan shaxs sifatida o'zini o'ziga xos his qilishda namoyon bo'ladi. Professional identfikligi bir qator psixologik xususiyatlar, jumladan, o'quvchilarning kasbiy shaxsini rivojlantirishning faoliyatga asoslangan, ehtimollik, individual va notekis tabiati bilan tavsiflanadi. Kasbiy o'ziga xoslikning turli darajalarida o'quvchilar uning tarkibiy qismlarining shakllanish darajasida farqlanadi, bu turli xil shaxsiy fazilatlar, ta'lim va kasbiy faoliyatga motivatsiya, hayotiy ma'no yo'nalishlari, identifikatsiyalash va aks ettirish mexanizmlarining rivojlanish darajasi bilan bog'liq.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Shaxsiy va kasbiy rivojlanishi uchun barqaror motivatsiyani shakllantirish psixolog kasbining jozibadorligini, nufuzini oshirish va insonparvarlik mohiyatini ochib berish orqali inobatga olgan holda amalga oshiriladi. M.Vernon kasb tanlash va kasbda qolish motivlarining quyidagi guruhlarini belgilaydi: xavfsizlik (jismoniy o'zini o'zi saqlash va iqtisodiy xavfsizlik istagi), zavqlanish (dam olish, zavqlanish imkoniyatiga intilish), faollik (kasbiy faoliyatda o'zini yanada to'liqroq ko'rsatish, jismoniy va intellektual qobiliyat va imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish istagi), o'ziga ishonch va mustaqillik (faoliyatda bu ehtiyojlarni amalga oshirish), ustunlik (o'z yutuqlari yoki boshqalardan ustunlik qilish istagi), hukmronlik (hokimiyatga ega bo'lish istagi, boshqa odamlarni boshqarish qobiliyati), maqtanish (guruhdan ajralib turish, hayratni uyg'otish istagi), ijtimoiy muvofiqlik (guruh, jamoa, jamiyat bilan kelishish istagi), insonparvarlik (boshqalarga yordam berish, ularga o'z mehr va

hamdardligini ko'rsatish istagi) va boshqalar [10]. Bo'lajak mutaxassisning kasbiy identifikatsiyasi shaxs oliy o'quv yurtini tugatib, psixolog sifatida ishlay boshlagan paytda tugaydi. Bu lahzada ishlaydigan mutaxassisning kasbiy identifikatsiyasi rivojlantirishning boshlanishi hisoblanadi. Agar bitta mutaxassislik bo'yicha ishlashni tugatgan odam yangi kasbni o'rganishni boshlasa, ushbu turdagi o'ziga xoslikni o'zgartirish sikli yana boshlanadi. Identifikatsiyaning bu evolyutsiyasi hayot mobaynida davom etishi mumkin. Talabalarning kasbiy identifikatsiyasini rivojlantirishda o'z-o'zidan va muntazamlilik tamoyili N.S.Pryajnikov kasbiy identifikatsiya va uning kasbiy o'zini o'zi anglashning shakllanishi qanday sodir bo'ladi degan savolga javob berishga intilib, tabiiy rivojlanish orqali yoki ko'proq darajada maqsadli shakllantirish (mehnat tayyorlash va ta'lim) rivojlanish mumkinligini ta'kidlaydi. Ushbu savolga javob izlar ekan, muallif o'z rivojlanishining turli davrlarida turli odamlarda turlicha namoyon bo'ladigan professional sifatida rivojlanishi, shakllanishi va o'zini o'zi rivojlantirish haqida gapirish mumkin degan fikrga to'xtalib o'tadi [9]. Talaba-kelajak mutaxassisining professional identifikatsiyasining tabiati o'z-o'zidan yoki tabiiy ekanligini tushunish uchun "bo'lajak mutaxassisning kasbiy o'ziga xosligi" va "talaba-kelajak mutaxassisning kasbiy o'ziga xosligi" tushunchalarini farqlash muhimdir. Bo'lajak mutaxassisning kasbiy shaxsiyati, bola o'z kasbida kimgadir bo'lishni va qandaydir imidj bilan tanishishni xohlagan paytdan boshlab shakllana boshlaydi. Talaba – bo'lajak mutaxassisning professional identifikatsiyasi oliy o'quv yurtining birinchi yilidayoq shakllana boshlaydi [10].

Xulosa. Xorijiy va mahalliy adabiyotlar sharhi bo'lajak psixologning professional maslahatchi sifatida psixologik tayyorgarligini o'rganish muammosi fanlararo xususiyatga ega ekanligini ko'rsatdi, chunki u professionallik psixologiyasi, pedagogik psixologiya, voyaga yetganlik davridagi rivojlanish psixologiyasi, shuningdek, psixologik sohaning kesishmasida joylashgan. Hozirgi vaqtda psixologlarni professional tayyorlash sohasidagi tadqiqotchilar bo'lajak mutaxassislarning shaxsiy kompetensiyasi faoliyatiga tayyorligini nazorat qilish zarurligiga e'tibor qaratmoqdalar. Har bir shaxsning ma'lum bir kasbga mansubligini ifodalovchi asosiy identifikatsiya belgilari shakllana boshlaydi. Ushbu identifikatsiyalash xususiyatlarining yanada intensiv rivojlanishi uchun universitetda maxsus psixologik-pedagogik sharoitlarni yaratish kerak. Binobarin, ta'lim jarayonida bo'lajak psixologlarning kasbiy sifatlarini rivojlantirishni tadqiqot ob'ekti sifatida o'rganilishning alohida dolzarbligi yana bir bor ta'kidlash lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Асмолов А.Г. Психология современности: вызовы неопределенности, сложности и разнообразия // Психологические исследования. 2015. № 8 (40). <https://elibrary.ru/item.asp?id=23593078>
2. Вербицкий А.А., Ильзова М.Д. Инварианты профессионализма. Проблемы формирования: моногр. М.: Логос, 2011. 288 с. <https://elibrary.ru/item.asp?id=20243412>

3. Зеер Э.Ф. Психологические особенности прогнозирования профессионального будущего молодежи // Актуальные проблемы психологического знания. 2015. № 3 (36). С. 16-26. <https://elibrary.ru/item.asp?id=24339013>
4. Зеер Э.Ф., Сыманюк Э.Э. Асимметричное профессиональное будущее современной молодежи // Педагогическое образование в России. 2013. № 4. С. 258-263. <https://elibrary.ru/item.asp?id=20365204>
5. Зеер Э.Ф., Сыманюк Э.Э. Теоретико-прикладные основания прогнозирования профессионального будущего человека // Фундаментальные исследования. 2014. № 9 (Ч. 8). С. 1863-1869. <https://elibrary.ru/item.asp?id=22417032>
6. Perceived emotional intelligence, stress reactivity, and symptom reports: Further explorations using the trait meta-mood scale / P. Salovey, L.R. Stroud, A. Woolery, E.S. Epel // Psychology and Health. 2002. Vol. 17 (5). P. 611-627. DOI: 10.1080/08870440290025812
7. Чуланова О.Л., Ивонина А.И. Формирование soft-skills (мягких компетенций): подходы к интеграции российского и зарубежного опыта, классификация, операционализация // Управление персоналом и интеллектуальными ресурсами в России. 2017. Т. 6, № 1 (28). С. 53-58. DOI: 10.12737/24692
8. Абульханова К.А. Психология и сознание личности. М.: МОДЭК, 2004. 224 с. <https://elibrary.ru/item.asp?id=20086841>
9. Gilleard J., Gilleard J.D. Developing Cross-Cultural Communication Skills // Prof. Issues Eng. Educ. Pract. 2002. Vol. 128 (4). P. 187-200. DOI: 10.1061/(ASCE)1052-3928(2002)128:4(187)
10. Большедворская М.В. Исследование смысловой реальности современных студентов // Педагогический имидж. 2018. № 1 (38). С. 194-206. <https://elibrary.ru/item.asp?id=32816205> государственного областного университета. 2007. № 1. С. 28-38.

TALABALARNING O‘QUV FAOLIYATIDA STRESSGA BARDOSHLILIKNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK JIHATLARI

Abduraximova Shaxnoza Raxmonjonovna

Andijon davlat pedagogika universiteti

Pedagogika va psixologiya kafedrasida o‘qituvchisi

Davlat va jamiyatning asosiy vazifalaridan biri millat salomatligini ta'minlash hisoblanadi. Hayot sur'atining sezilarli darajada o'sishi, ijtimoiy va siyosiy o'zgarishlar, ekologik, hissiy va axborot yuklamalarining ortishi psixologik stress muammosini kelib chiqishiga sabab bo'lmoqda.

Hozirda jahon miqyosida talabalarning o'quv faoliyatida stress va ularda stressga bardoshlilikni oshirish yuzasidan tadqiqotlar olib borish dolzarb muammo ekanligi qayd etilmoqda. Amerika psixologlar assotsiatsiyasining bergan ma'lumotlariga ko'ra, aholining yosh avlodlari salomatligi uchun stress katta zarar ekanligi ta'kidlangan. Shuningdek, psixologlarning ta'kidlashicha, agar yoshlar hozirgi stresslarni boshqarishning sog'lom usullarini o'rganmasalar, bu ularning sog'ligiga jiddiy ta'sir ko'rsatishi mumkin[1].

Mamlakatimizda yoshlarning faolligini oshirish, ularni har tomonlama barkamol shaxs bo'lib shakllanishi uchun barcha shart-sharoitlarni yaratish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishi sifatida qaralmoqda. Prezidentimiz xotin-qizlarni qo'llab-quvvatlash sohasining yangi tizimini belgilab berdi va shu jumladan "Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasida ham ayollarga munosib sharoit yaratish, ularning tashabbuslarini qo'llab-quvvatlash masalasini eng muhim yo'nalishlardan biri sifatida bejizga belgilamadik. "Farzandlarimiz tarbiyasida nuroniylarimizning bilimlari va hayotiy tajribasidan keng foydalanishimiz zarur"[2], dedi. Bu vazifa yoshlarni har tomonlama sog'lom o'stirish bilan birgalikda ularning psixologik savodxonligini oshirish va aynan stressga nisbatan bardoshlilikini oshirish chora-tadbirlarini ishlab chiqishni taqozo etadi. Bundan tashqari davlatimiz prezidenti ham o'z nutqida shunday deydi: «Men har gal yoshlarimiz bilan uchrashganimda sizlarning g'ayrat-shijoatingizdan kuch-quvvat olaman, ko'nglim tog'day ko'tariladi.

Har biringiz jonajon Vatanimiz va xalqimizga sidqidildan xizmat qilish orzusi bilan yonib yashayotganingizni yaxshi bilaman. Sizlarni O'zbekistonning eng katta boyligi, bebaho xazinasini sifatida qadrlayman»[3]

Yuqoridagilardan kelib chiqib aytish mumkinki, talabalarning o'quv faoliyatida uchraydigan stress holatlarining salbiy ta'sirini kamaytirish maqsadida, ularning stressga bardoshlilikini taminlash masalasi bugungi kun uchun dolzarbdir.

Stressga bardoshlilikni tadqiq etishning nazariy-uslubiy asoslari xorij va rus tadqiqotchilari tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlar asosida yaratilgan bo'lib, xorij tadqiqotchilari orasida stressga bardoshlilik borasida ilmiy izlanishlar olib borganlar qatorida bir qancha olimlarni sanab o'tish mumkin. Xususan, xorij tadqiqotchilaridan S.Folkman, R.Mak Kray, R.Kosta, S.R.Maddi, R.Lyuis, R.Moos, P.Toys hayotiy qiyin vaziyatlarda paydo bo'ladigan shaxs reaksiyalariga ta'sir etuvchi shaxs xulq-atvoridagi o'ziga xos jihatlari, xususan koping-strategiya koping xulq kabi jihatlarni ham alohida qiziqish bilan o'rgananganlar. Stressga bardoshlilik muammosi rus tadqiqotchilari tomonidan ham katta qiziqish bilan o'rganilgan bo'lib, bu borada ish olib borgan olimlardan: L.M.Abolin, A.A.Andreeva, A.L.Juravlev, P.B.Zilberman, A.P.Katunin, T.L.Kryukova, A.V.Libina, Sh.E.Melnik, A.A.Rean, S.V.Subbotin, K.V.Sudakov, Yu.V.Sherbatix va boshqalarni sanash mumkin.

Stressga bardoshlilik muammosi o'zbek psixolog olimlari ham bir qancha ishlar olib borgan bo'lib bularga xususan M.G.Davletshin, G.B.Shoumarov, E.G.G'oziyev, V.M.Karimova, N.Z.Ismoilova, D.S.Qarshiyeva, N.A.Sog'inov, S.A.Axunjanova, Z.F.Kamalitdinova, B.M.Umarov, Z.Nishonova, E.Z.Usmanova, E.Usmanov, R.Sunnatova, R.Samarov, B.Sirliev, N.Kamilova, L.Nazirova, F.E.Gaziyeva, J.Sh.Ostonov, D.U.Mamadiyarova, F.T.Shermatov, G.D.Teshabayevalarning o'ziga xos tarzda o'rganilib, ayrim tadqiqot ishlarida bu mavzuga qisman murojaat qilinganligini va yoritilganligini ko'rish mumkin. Xususan B.M.Umarov, E.Usmonov, V.M.Karimovning, R.S.Samarovning ishlarida ham stress bilan bog'liq bir qancha ma'lumotlar tahlil qilinganliklarini ko'rishimiz mumkin.

Tadqiqotning maqsadi stress va stressga bardoshlilik muammosining xorij psixologiyasida o'rganilganligini tahlil qilish. O'zbek olimlari tomonidan stressga bardoshlilik borasida olib borilgan tadqiqotlarni o'rganish. Talabalarning o'quv faoliyatida stressga bardoshlilik darajasining namoyon bo'lishini aniqlash. Talabalarning o'quv faoliyatida stressga bardoshlilik va o'ziga baho o'zaro aloqadorligini aniqlash. Talabalarning o'quv faoliyatining stressga chidamlilik sifatlarini shakllantirishda psixologik trening dasturlari tuzish. Tadqiqotning metodologik asosi yondashuv hisoblanadi shunday ekan R.Lazarus [4] stressni fiziologik va psixologik tushunchalar sifatida turlarga ajratishga birinchi bor uringan olimligini ko'rishimiz mumkun. U ilgari surgan konsepsiyadagi g'oyaga ko'ra, "Fiziologik stress real qo'zg'atuvchilar ta'sirida yuzaga keladi, psixologik stress esa mavjud vaziyatni inson o'z individual bilim va tajribalaridan kelib chiqqan holda xavfli va qiyin deb baholashi natijasida kelib chiqadi" degan g'oyani ilgari suradi. Bundan tashqari B.X.Vardanyanning [5] fikriga ko'ra, "Stressga bardoshlilik – emotsiogen vaziyatlarda shaxsning barcha psixik komponentlari o'rtasida garmonik munosabatni saqlab turuvchi va faoliyatni muvaffaqiyatli bajarishga yordam beruvchi shaxs xususiyatidir" deydi.

"Stress" tushunchasining qo'llanilishi tarixiga nazar tashlaydigan bo'lsak, V.I.Petrushinning ma'lumotiga ko'ra, mazkur atama ilk marotaba 1303-yilda shoir R.Man tomonidan qo'llanilgan bo'lib, u bu atamani o'z she'rida ishlatgan. She'rda ushbu atama "Bu uqubat olloh tomonidan qirq yil qishni sahroda o'tagan va katta stressni boshidan kechirayotgan odamlarga yuborilgan" tarzida ifodalangan. Stressni ilmiy atama sifatida ilk bor o'rganilishi esa kanadalik olim G.Selega tegishlidir. O'sha vaqtlarda nashr etiladigan "Nature" jurnalining 1936-yil 4-iyuldagi sonida G.Selening "Turli shikastlovchi omillar chaqiruvchi sindrom" deb nomlangan maqolasi chop etilgan va unda organizmning turli xil kasalliklarni qo'zg'atuvchi omillar ta'sirida yuzaga keladigan standart reaksiyalari haqidagi ma'lumotlar keltirilgan. Ushbu ma'lumotlar stress haqidagi ta'limotning boshlanishiga asos bo'lgan. Stress muammosi dastlab G.Sele tomonidan maxsus ilmiy tadqiqot predmeti sifatida o'rganilgan bo'lsa, bugungi kungacha bo'lgan davrda ushbu muammo yuzasidan juda ko'p ishlar amalga oshirildi. Jumladan, stress tushunchasi, uning turlari, rivojlanish bosqichlari va unga nisbatan bardoshli munosabatda bo'lish masalalari ko'plab tadqiqotchilar uchun izlanish manbasiga aylangan.

Bundan tashqari bugungi shiddat bilan rivojlanib borayotgan jamiyatda informatsiya oqimi buning natijasida turli xil qarama-qarshi fikrlarning ota-ona, ustozlar, yoshi katta insonlar va talabalarning o'quv faoliyati bilan birga bo'ladigan munosabatda shu darajada jadallashib ketdiki, bu o'z navbatida har bir inson uchun ko'plab qulayliklar yaratishi bilan birgalikda ularning psixologiyasiga ham ta'sir ko'rsatmoqda. Aynan shunday psixologik muammolardan biri sifatida talabalarning o'quv faoliyatida gi stress holati va uning kelib chiqish sababini ko'rishimiz mumkin. Informatsiya oqimining uzoq vaqt mobaynida davom etishi, shuningdek yoshdagi talabalarning o'quv faoliyatining o'ziga bo'lgan bahosining pastligi, do'stlari bilan yuzaga keladigan konfliktli vaziyatlarning paydo bo'lishi, turli xil fiziologik va psixologik o'zgarishlar ham yoshidagi talabalarning o'quv

faoliyatini stressga tushishiga sabab bo'lishga olib kelmoqda. Mazkur tadqiqot ishi aynan yoshilardagi talabalarning stress holatiga nisbatan chidamli bo'lishi, boshqacha aytganda stressga bardoshlilik ko'nikmalarini shakllantirish bilan bog'liq bo'lganligi bois unda talabalarning o'quv faoliyati o'rtasida muayyan tajriba, empirik tadqiqotlar o'tkazilishi ko'zda tutiladi. Shaxsning stressga bardoshliliigi qanchalik yuqori bo'lsa, faoliyat samaradorligi ham shunchalik yuqori bo'ladi, aksincha, stressga bardoshlilik ko'rsatkichining pastligi esa shaxsning stress vaqtida o'z energiya va zaxiralarini salbiy psixologik holatlarni bartaraf etishga sarflashi bilan belgilanadi.

Adabiyotlar:

1. American Psychological Association. www.unicef.org - YUNISEFning sayti ma'lumotlari (murojaat holati 29.10.2019).
2. <https://review.uz/uz/post/shavkat-mirziyoyev-raisligida-xotin-talabalarni-qollab-quvvatlashga-bagishlangan-yigilishda-ayollar-uchun-qanday-engilliklar-kiritildi>.
3. <https://www.gazeta.uz/oz/2020/12/25/forum/>
4. Лазарус Р.С., Фолкман С. Стресс, аппраисал, анд сопинг. Нью Уогк. Спрингер, 2004.
5. Варданян Б.Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости
6. //Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. – М. Дело, 2011. – 194
7. <http://lex.uz> – O'zbekiston Respublikasi Qonun hujjatlari ma'lumotlari milliy bazasi.
8. <https://cyberleninka.ru/article/n/kasbiy-kompetentlikning-asosiy-tarkibiy-islmlari-loyi-aviy/viewer>.

O'SMIRLARDA XAVOTIRLANISH NAMOYON BO'LISHI VA UNI BARTARAF ETISHGA DOIR NAZARIY YONDASHUVLAR TAHLILI

Sobirov Yangiboy Elmurot o'g'li

Katta o'qituvchi toshkent amaliy fanlar universiteti.

Xavotir va uning rolini o'rganish bo'yicha turli xil nazariy yondashuvlarni tahlil qilish, bolalardagi xatti-harakatlar va affektiv buzilishlarda ushbu hodisaning o'rni va mexanizmlarini aniq tushunish yo'qligini ko'rsatadi. Xavotirning umumiy nazariyasini ishlab chiqish va xulq-atvor buzilishlarida xavotirlanishning rolini tahlil qilish uchun murakkab shaxsiy-kognitiv jarayon, vaziyatni sub'ektiv tushunish doirasida xavotirning funktsiyalarini aniq aniqlash va tahlil qilish kerak. Fiziologlar o'smirlik davridagi psixik muvozanatsizlik va ularga xos bo'lgan kayfiyatning keskin o'zgarishini bir-biri bilan bog'lab tushuntiradilar. Biroq o'smir va o'spirinlarining emotsional reaksiyalari hamda xulq atvori faqatgina gormonal xususiyatlar bilan tushuntirilishi mumkin emas, shu bilan birga ular psixologik va ijtimoiy omillar, shunidek tarbiya sharoitlariga ham bog'liq. Yosh xususiyatlariga nisbatan individual-tipologik farqlar ularda ustunroq hisoblanadi. O'smirlik 10-11

yoshlardan 14-15 yoshlargacha bo‘lgan davrni tashkil etib, aksariyat o‘quvchilarda o‘smirlik yoshiga o‘tish, asosan, 5-sinflardan boshlanadi. “endi o‘smir bola emas, biroq katta ham emas” - ayni shu tarif o‘smirlik davrining muhim xarakterini bildiradi. Bu yoshda o‘smir rivojida keskin o‘zgarishlar ro‘y bera boshlaydi. Bu o‘zgarishlar fiziologik hamda psixologik o‘zgarishlardir. Fiziologik o‘zgarish jinsiy yetilishning boshlanishi va bu bilan bog‘liq ravishda tanadagi barcha azolarning mukammal rivojlanishi va o‘sishi, hujayra va organizm tuzilmalarining qaytadan shakllana boshlashidir. Natijada bo‘y usishi tezlashadi, jinsiy balog‘atga yetish (jinsiy organlarning rivojlanishi, ikkilamchi jinsiy bezlarning paydo bo‘lishi) amalga oshadi. O‘smirlar o‘zlarini kattalardek tutishga harakat qiladilar. Ular o‘zlarining layoqat, qobiliyat va imkoniyatlarini malum darajada o‘rtoqlari va o‘qituvchilariga ko‘rsatishga intiladilar. Bu holatni oddiy ko‘zatish bilan ham osongina ko‘rish mumkin. O‘smirlik yoshiga xos bo‘lgan psixologik xususiyatlarni o‘rgana turib, o‘smirlar shaxsining shakllanib, rivojlanib, kamolotga erishish yo‘llarini va unga tasir etadigan biologik va ijtimoiy omillarning bevosita tasirini tushunish mumkin.

Umuman olganda xavotirlanish hissi ham salbiy bo‘lib, bunday hislar barcha yosh kategoriyalari uchun xosdir. Ularning shu holda vujudga kelishi yosh kategoriyaga mansub ehtiyojlardan qoniqmaslik holati bilan bog‘liq bo‘lib, asosiy o‘ziga xos xarakteriga qo‘shimcha tarzda qoniqmaslik xususiyatini vujudga keltiradi. Xavotirlanishning eng past darajada namoyon bo‘lishi ichki taranglik holatining birinchi bosqichida kechiriladi [А.М.Прихожан 2000,304с]. Xavotirlanish – individual psixologik xususiyat bo‘lib, inson xavotirlik holatining intensiv va tez-tez namoyon bo‘lishi, shuningdek, juda tez vujudga kelish xossasiga ega bo‘ladi. Bezovtalik shaxsning faqatgina me‘yoridan ortiqcha qo‘rqish, qo‘zg‘atuvchi salbiy xususiyati sifatida emas, balki ba‘zi hollarda ijtimoiy vazifalarini bajarish uchun foydali holat sifatida o‘rganilgan [Л.С.Выготский, 2005,507 с].

Xavotirlikning ikki xili mavjud bo‘lib, biri - shaxsning biroz qat‘iylik xususiyati va ikkinchi – individning xafvli holatga reaksiyasi sifatida namoyon bo‘ladi. Xavotirlikning bu kategoriyalari mustaqil bo‘lishga qaramay ular o‘rtasida aniq bog‘liqlik mavjud. Shaxsiy va vaziyatli xavotirlikning farqini ko‘rsatish uchun Spilberger, ikkita savol-javob qo‘llanmasini yaratdi. Xavotirlanishning birinchi ko‘rinishi “X-xususiyat”, ikkinchisi esa “X-holat”. Spilberger savol-javob qo‘llanmasida asos qilib olingan konsepsiyasiga “Xavotirlanish holati (X-holat) sub’ektiv xususiyatga ega bo‘lib, nerv sistemasining alohida faollashi bilan bog‘liq holda xavfli va taranglikni aqlan qabul qilish sifatida namoyon bo‘ladi.

Xavotirlanish shaxsning xususiyati sifatida (X-xususiyat), individning keng ko‘lamda ob’ektiv jihatdan xavfsiz holatlariga X - holat bilan e‘tiborni qo‘zg‘aydi va shu bilan birga shaxsning motivini yoki xulq dispozitsiyasini (odatsizligini) namoyon etadi[Прихожан А.М. 2008, 314]. Shaxs va vaziyatli xavotirlik ko‘rsatgichlari o‘zaro bog‘liq bo‘ladi: Xavotirlik darajasi ko‘rsatgichi baland bo‘lgan kishilarda vaziyatni bezovtalik bir-biriga o‘xshash bo‘lganda yuqori darajada ifodalanadi. Ayniqsa, inson tanasida qandaydir og‘riq paydo bo‘lsa yoki tananing biror a‘zosiga tahdid xavfi tug‘ilganda bunday vaziyatlarning o‘zaro

bog'liqligida ifodalanadi. Aksincha, agar xavotirlanishni tug'diruvchi vaziyat vujudga kelishi individ obro-e'tiboriga va o'z-o'ziga ishonchiga boshqa kishilar tomonidan shubha ostiga olinishi, vaziyatli xavotirlikning darajasidagi farq maksimal darajada namoyon bo'ladi.

Ilmiy adabiyotlarda taqdim etilgan ma'lumotlarning tahlili shuni ko'rsatdiki, tashvishli shaxsning buzilishining asosiy sababi idrok, instinktiv harakatlar, motivlar va qadriyatlarning patologik o'zgarishi, atrof-muhit bilan munosabatlarning ichki tartibga solinishi yoki buzilishi, noto'g'ri tashkil etilishi yoki butun shaxsiyat tuzilishining tartibsizligi, funktsional buzilish "men" yoki ichki mojaroning paydo bo'lishi va u bilan - himoya mexanizmlarining ta'siri bilan bog'liq xavotir, asta-sekin butun tizimning disfunktsiyasiga olib keladi. Shu bilan birga, tadqiqotchilar bu muammo haligacha hal etilmaganligini va bolalardagi shaxsiyat buzilishlarining o'ziga xos xususiyatlari aniqlik kiritishni talab qilishini ta'kidlamogda. Ixtisoslashgan adabiyotlarni o'rganish shuni ko'rsatadiki, ko'pchilik mutaxassislar turli xil bezovta qiluvchi ta'sirlarga eng ko'p moyillik davri (kattalikdan ko'ra ko'proq) bolalik davri deb hisoblashadi. Ushbu pozitsiyaning to'g'riligini tasdiqlashda ular birinchi taassurotlarning eng katta kuchi, asab tizimining o'ta yuqori sezuvchanligi va past qarshiligi va shu bilan birga bolaning to'qnashuvda to'liq zaifligi haqida dalillarga ishora qiladilar. Muloqot qilish, sodir bo'layotgan voqealarning ma'nosini tushunish, moslashishning asosiy usullarini o'zlashtirmaslik, jismoniy zaiflik va asab tizimining yetukligi kabi qiyin vaziyatlardan chiqish yo'lini topish uchun zarur bo'lgan ko'nikmalar - bu ruhiy travma tufayli bolaning doimiy xavotirda yurishga sabab bo'ladi.

O'smirlarda emotsional beqarorlik yoki nafrat yoki onasi kasal bo'lganda nochorlikda qolishi, xursandchilikda va xafagarchilikda befarq bo'lishi, bir bolani jazolashda yoki bir og'ringanida uning ustidan kulish, yoki o'zini idora eta olmagan holda ezmalik qilish kabi vaziyatlar bilan namoyon bo'ladi. O'smirlik davri uchun moslasha olmaslik hayajoni affektiv xulq shaklida: o'ta achchiqlanish, ginachi, xafa bo'lish, qaysarlik, negativizm, "qobiqlanish" ya'ni "ichimdagini top" qobilida odamlardan chetlashish, tormozlanish, emotsional beqarorlik kabi belgilar orqali ko'rinadi [O.E.Hayitov, N.X.Lutfullayeva 2005,57 b].

O'smirning bezovtaligi to'g'risidagi ko'rsatkichlar va sotsiometrik statusi (ijtimoiy holati) bir-biriga zid va turli xilda bo'ladi. Masalan, A.M.Prixojan bunday bog'lanishni kichik o'smirlik yoshida juda past darajada namoyon bo'ladi, deb izohlaydi va bunda bezovtalanagan bolalar o'z tengdoshlari orasida har xil vaziyatda bo'ladilar - yoqimtoylikdan to jirkanchlik holatida bo'lishi mumkinligini belgilab beradi. Xavotirlanish mexanizmining rivojlanishi jarayoni bolani holsizlanishga va apatiya, depressiya holatiga olib keladi. Bunday vaziyatda shaxsiy qiziqishlar yo'qolib, xavotirlanishni keltirib chiqaruvchi ziddiyatlarni pasaytirishga olib keladi. Energetik imkoniyatlarning pasayishi ko'p hollarda keyingi yosh davrlar jarayonida regressiyaga olib keladi. Salbiy emotsional holat, ayniqsa xavotirlik, o'smir o'z tengdoshlari tomonidan rad etilganda yoki unga nisbatan kichkina boladay munosabatda bo'lganda vujudga keladi. Xavotirlanish

hissi tengqurlar guruhida referent baholanishi natijasi bilan shaxsiy kutilgan natijalarning bir-biriga mos kelmasligi natijasida vujudga keladi.

Shuni aytish joizki, qiz bolalar har xil kamsitish va e'tiborsizliklarga juda ta'sirchan bo'ladi. Bolalarda tashvishlanishning bir necha sabablari bor. Ularning orasida biz asosiylarini ajratib ko'rsatishimiz mumkin: ota-onalarning haddan tashqari qattiqqo'lligi, Shuningdek, tez-tez talablar yoki tanbehlar, bundan tashqari, oilada ishonch va mehr yo'qligi, bolaning oldindan aytib bera olmasligi natijasida paydo bo'lishi mumkin. Ko'pgina nashrlarning tahlili shuni ko'rsatadiki, eng samarali usullardan biri bu art-terapiya bo'lib, u o'ziga xos "yumshoqlik" bilan ajralib turadi. Bolaga maksimal erkinlik darajasi beriladi. Ko'p hollarda u o'zini shaxsiy xususiyatlari va ehtiyojlariga mos keladigan holatlarda ko'rsatib, yetakchi bo'lib chiqadi, bu bizning keyingi empirik ishimiz yo'nalishini belgilab beradi. "Maktab o'quvchisining hissiy turg'unligi" kitobi mualliflari B.I.Kochubey va Y.V.Novikova xavotirlilik bolada quyidagi holatlarda paydo bo'lishi mumkin bo'lgan ichki nizolarning mavjudligi oqibatida rivojlanadi deb yozadi:

- Ota-onalar yoxud ota-ona va maktab (maktabgacha tarbiya muassasasi) tomonidan taqdim etiladigan qarama-qarshi talablar. Masalan, ota-ona bola o'zini yomon his qilayotgani uchun maktabga yubormaydi, o'qituvchi esa jurnalga "ikki" baho qo'yadi va boshqa bolalarning yonida uni dars qoldirgani uchun tergaydi.

- Noteng (ko'pincha yuqori) talablar. Masalan, ota-onalar bolaga a'lochi bo'lishi kerakligi haqida qayta-qayta takrorlaydilar, o'g'il yoki qizlari "besh" baho olishiga qaramasdan, sinfning eng yaxshi o'quvchisi bo'lmaganliklariga ko'nikishni istamaydilar.

- Bolani kamsituvchi, uni tobe holatga qo'yuvchi salbiy talablar. Masalan, tarbiyachi yoki o'qituvchi bolaga: "Agar sen men yo'qligimda kim o'zini yomon tutganligini aytib bersang, sening boshqa bolalar bilan urushganingni onangga aytmayman" deydi.

- Bezovta bolalar uchun somatik muammolar ham xos: qorindagi og'riq, bosh aylanishi, bosh og'rig'i, tomoqdagi siqilish, qiyinlashgan yuzaki nafas olish va boshqalar. Xavotir namoyon bo'lgan vaqtda ular og'iz qurib qolishi, tomoqqa narsa tiqilishi, oyoqdagi zaiflik, yurakning tez-tez urishini his qiladilar.

Xavotirli bola bilan ishlash ancha mushkul vazifa bo'lib, uzoq vaqt talab qiladi. Mutaxassislar ular bilan ishlashni uch yo'nalishda olib borishni tavsiya qilishadi:

- O'z-o'ziga baho berishni oshirish.

- Bolani birmuncha to'lqinlantiruvchi vaziyatlarda o'zini boshqarishga o'rgatish.

- Mushak zo'riqishini olib tashlash.

Albatta, qisqa vaqt ichida o'z-o'zini baholashni oshirish mumkin emas. Har kuni maqsadli yo'naltirilgan ish olib borish zarur. Bolaga ismini aytib murojaat qiling, kichik muvaffaqiyati uchun ham maqtang, yutuqlarini boshqa bolalar oldida ta'kidlang. Biroq sizning maqtovingiz samimiy bo'lmog'i lozim, Chunki bolalar soxtalikni tezda sezib, ta'sirlanadilar. Shuningdek, bola uni nima uchun maqtayotganliklarini, albatta, bilmog'i zarur. Har qanday vaziyatda bolani maqtash uchun sabab topish mumkin. Xavotirli bolalar atrofdagilardan o'zi to'g'risida yoqimli maqtovlarni bilib oladigan, o'ziga "boshqalarning nigohi" bilan

qaraydigan “Xushomad”, “Men senga sovg‘a qilaman” kabi o‘yinlarda ko‘proq ishtirok etishlari zarur. Xavotirli bolalar o‘z muammolari to‘g‘risida ochiq ma’lum qilmaydi, ba’zida esa ularni yashiradi. Bunday hollarda bolani muammoni birgalikda muhokama qilishga chaqirish lozim. O‘smirlarga badiiy asar qahramonlari timsolida bolalarga eng jur‘atli odam – bu hech kimdan qo‘rqmaydigan odam emas, balki o‘z qo‘rquvini yenga oladigan inson ekanligini ko‘rsatish mumkin. Shuningdek, xavotirli o‘smirlar bilan ishlashda tana faol ishtirok etadigan o‘yinlar o‘ynash maqsadga muvofiq. Relaksatsiya, chuqur nafas olish texnikasi, yoga bilan shug‘ullanish, massaj va shunchaki badantarbiya mashqlari ular uchun juda foydalidir.

Foydalangan adabiyotlar ro‘yxati

1. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. – 304с.
2. Выготский, Л.С. Психология развития ребенка / Л.С. Выготский. - М.: Эксмо, 2005. - 507 с.
3. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.-Воронеж, 2008. 314 с.
4. Nayitov O.E., Lutfullayeva N.X. Psixodiagnostika va amaliy psixologiya. Ma’ruzalar matni. – T., 2005. – B.47.

O‘SMIR SHAXSINING RIVOJLANISHIDA USTANOVKALARNING IJTIMOY PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Matyakubova Shohista Odamboy qizi

Toshkent Amaliy fanlar Universiteti “Psixologiya” kafedrasida o‘qituvchisi

Ustanovka - bu ongsiz psixologik holat, sub’ektning ichki tajribasi, avvalgi tajribasiga asoslanib, ma’lum bir vaziyatda muayyan faoliyatga moyilligidir. Ma’lum ma’noda ustanovka yashirin xotiraning eng chuqur mazmuni. Ustanovka har qanday aqliy faoliyat turini joylashtirishdan oldin bo‘ladi va belgilanadi. U safarbarlik holati, keyingi harakatlarga tayyorlik vazifasini bajaradi. Ustanovka sub’ektning ehtiyoji va uni qondirish zaruriyatining tegishli holati bilan shartlangan bo‘ladi. Shaxs munosabatining mavjudligi ma’lum bir siyosiy yoki ijtimoiy voqea, hodisaga u yoki bu tarzda o‘ziga xos munosabatda bo‘lishiga imkon beradi. Ustanovka hodisani nemis psixologi L. Lange kashf etgan (L. Lange, 1888); ko‘plab eksperimental tadqiqotlar asosida to‘planning umumiy psixologik nazariyasi D.N.Uznadze va uning maktabi tomonidan ishlab chiqilgan (1956). Ustanovkani shakllantirish bosqichlari kontrastli illyuziya tushunchasi asosida to‘liq ochib berilgan bo‘lib, ongsiz ravishda eng sodda munosabat bilan bir qatorda, yanada murakkab ijtimoiy munosabatlar, shaxsning qadriyat yo‘nalishlari va boshqalar ajralib turadi. Bundan tashqari, S.L.Rubinshteyn ustanovkalarga, ayniqsa, ustanovkadagi bilimlarning rolga katta e’tibor bergan. Uning asarlarida ustanovka tushunchasi ongsiz tushunchalar bilan bog‘liq deya ta’riflanadi. M.Rokich tomonidan ustanovka va qadriyatlar ajratib ko‘rsatiladi, unga ko‘ra:

qiymat umumiy kontseptsiyaga bo'lgan ishonchni tavsiflaydi, bu bir nechta o'ziga xos ob'ektlar va vaziyatlar bilan bog'liq bo'lishi mumkin, ustanovka esa bu bitta ob'ekt yoki vaziyat bilan bog'liq bo'lgan e'tiqodlar to'plamidir^[5].

B.G.Ananayev, N.V.Kuzmina, N.F.Talizina, V.Y.Lyadus, I.S.Kon, V.T.Lisovskiy, V.T.Bodolenlarning asarlarida "shaxsning kamoloti, ma'naviy tushunchalari o'smirlik Yoshi davriga kelib ancha takomillashadi. Bu davrda yoshlarda xulqining eng muhim sifatleri: mustaqillik, tashabbuskorlik, topqirlik. Shuningdek, ularda ijtimoiy holatlarga, ustanovkalariga, voqelikka, ahloqiy qoidalarga qiziqish, ularni amalga oshirishga intilish tobora kuchayadi. [6]

Shaxsning ustanovkasi yoki anglanmagan mayllari: Psixologiya fanida xulq-atvor va faoliyatga qaratilgan anglanmagan mayllar orasida muayyan darajada tadqiq etilgani ustanovka (ko'rsatma berish, yo'l-yo'riq ko'rsatish) muammosi hisoblanadi. Ushbu umumiy psixologik masala gruzin psixologi D.N.Uznadze va uning shogirdlari tomonidan keng ko'lamda o'rganilgan. Ustanovka "set" inglizcha so'z bo'lib, u ko'rsatma berish, anglanmagan mayllar, yo'l-yo'riq ko'rsatish ma'nolarida qo'llanib kelinadi. Biroq keyingi atamalar uning haqiqiy ma'nosini, mohiyatini mukammal aks ettirmaydi, shuning uchun ushbu atamani o'zgarishsiz qoldirsa ham bo'ladi. Odatda, ustanovka deganda, bilish faoliyati bilan bevosita bog'liq bo'lgan ehtiyojni ma'lum uslubda qondirishga ruhiy jihatdan tayyorlik tushuniladi. Ustanovka shaxsning o'zi anglab yetmagan muayyan ruhiy holati yoki maylidir. Bunday holatda shaxs biron-bir ehtiyojni qondirish mumkin bo'lgan ma'lum faoliyatga ruhan tayyor turadi. Ustanovkaning mavjudligi uning qonuniyatlari eksperimental tarzda ta'kidlab, o'tilgan va ilmiy o'qish namoyandalari tomonidan aniqlangan. Mazkur tajribada sinaluvchiga ikkita - bittasi katta, ikkinchisi esa kichikroq soqqachani ko'zi yumuq holda uzluksiz bir necha (10 -15) marta paypaslab taqqoslash taklif qilinadi. Eksperimentning navbatdagi bosqichida soqqachalar baravariga almashtiriladi, bunda qiziq holat yuz berib, baravar jismlar ham har xil tuyuladi, ya'ni sinaluvchida (illuziya) noto'g'ri aks ettirish holati yuzaga keladi. Bunday psixologik voqeaning vujudga kelishiga asosiy sabab shuki, ob'ektiv jihatdan o'zaro teng soqqachalar taqqoslanganda favqulodda sub'ektiv sharoitda ular bir-biriga teng emas, degan mayl bilan ish tutilganligidir. Ushbu holat oddiyroq qilib tushuntiriladigan bo'lsa, taqqoslash jarayoni ustanovka (ko'rsatma berish, yo'l-yo'riq ko'rsatish) asosida amalga oshirilganligi uchun shunday natijaga kelindi.^[7] D.N.Uznadzening ta'kidlashicha, insonda ustanovka bilan bog'liq psixofiziologik holat markaziy nerv sistemasinigina emas, balki uning periferik qismi faoliyatini ham mahsuli bo'lib hisoblanadi. Eksperimental tarzda o'rganilgan ustanovkali vaziyatlarni takrorlash evaziga insonning o'ziga sezilmagan holda muayyan ob'ektlarda sub'ektga ta'lluqli „fiksial ustanovkalar“ (qayd etilgan ko'rsatmalar) vujudga kelganligi aniqlangan. Demak, ustanovkani eksperimental tadqiq etish natijasida anglanmagan mayllar asta-sekin tadqiq qilinuvchi darajasiga o'sib o'tishi mumkin.

[5] V.A.Braithwaite, W.A.Scott. Values.// J.P.Robinson, P.R.Shaver, L.S.Wrightsmen (ped.), Measures of Personality and Social Psychological Attitudes. New York: Academic Press, 1991

[6] Quljonov.E.A. 1997 Psixologiya fan nomzodi dissertatsiya/ Milliy kutubxona shifr.dis-3405/1997

[7] E. G'oziyev „Umumiy Psixologiya“ –T.: „Universitet“ nashriyoti, 2002.152-b

Uznadze maktabida o'tkazilgan eksperimentlar natijalari ongsiz ruhiy faoliyatning yashirin usulda «ishtirok etishi» aniq ko'rsatib turibdi, ong faoliyatining har qanday shaklini shakllantirishda tartibga soluvchi omil Prangishvili A.S. Ustanovka ruhiy aks ettirishning nomoddiy asosi sifatida deya talqin etiladi.[⁸]

D.N.Uznadzening natijalariga o'xshash qator ma'lumotlar shaxsda mustahkamlanib qolganligi tufayli ijtimoiy turmushda ustanovka funksiyalarini bajarib kelmoqda:1) boshlang'ich sinf o'quvchilarining oldida turgan ustanovkalar xuddi shunday toifaga kirganligi sababli o'quvchilar o'qituvchining barcha topshiriqlarini darhol bajarishga tayyor turadilar;

2) hisobchilarga nisbatan qo'rs, rasmiyatchi deyishlik;

3) olimlarga nisbatan parishonxotirlik;

4) savdo xodimlariga nisbatan uddaburonlik, daromad qilishga ustasi faranglik;

5) bolaning haqgo'yiligi, sir tutmasligi;

6) qariyaning so'zi tugaguncha-o'salning joni uzilishi to'g'risidagi fikr-mulohazalar ustanovkaga yaqqol misol bo'la oladi.

7) o'smirlarda kuzatiladigan o'tish davrida juda agressiv bo'lishi va shu davrda ota-onalari ularni o'tish davrida deya to'g'ri tushunib, uning qo'rsiligini jiddiy qabul qilmasligi.

Uznadze ustanovkalarni tadqiq qilar ekan ularni:

❖ Set

❖ Attitude ga ajratgan holda o'rgangan.

Yuqorida Uznadzening „set“ ya'ni psixologik yoki umumiy ustanovkalari yuzasidan tadqiqoti haqida so'z yurutgan edik, endi undan so'ng „set“ni o'rgangan olimlar haqida so'z yurutsak:

➤ T.T.Iosibadze

➤ T.Sh.Iosibadze

➤ SH.N.Chxartishvili va boshqalar.

➤ A.E. SHeroziya

➤ Ustanovka haqidagi boshqa olimlarning fikriga ham to'xtalib o'tsak,

➤ *V.N.Myasishchev: ustanovka bu insonning munosabat konsepsiyasi;*

➤ *L.I. Bojovich: ustanovka bu shaxsiy yo'nalishdir;*

➤ *A.N.Leontov: ustanovka bu shaxsiy fikrlar;* degan g'oyalarni taklif etadilar.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1.Майерс Д.Социальная психология. Интенсивный курс.-СПб.:прайм ЕВРОЗНАК, 2002- 512 с.

2.V.A.Braithwaite, W.A.Scott. Values.// J.P.Robinson, P.R.Shaver, L.S.Wrightsmann (ped.), Measures of Personality and Social Psychological Attitudes. New York: Academic Press, 1991

3.Ijtimoiy psixologiya. V.Karimova 2007 B-100

⁸ Ed. A.S. Prangishvili, A.E. Sheroziya, F.V. Bassina. - Tbilisi: Metsniereba nashriyoti, 1985. 4-jild ..

- 4.E. G‘oziyev „Umumiy Psixologiya“ –T.: „Universitet“ nashriyoti, 2002.152-b
- 5.Karimova.M.V.”Ijtimoiy psixologiya” T.: 2007.B 87
- 6.Karimova.M.V. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. O‘quv qo‘llanma.-T.: Universitet,1999.
- 7.A.E.SHEROZIYA.”Psixoanaliz va anglanmagan psixologik ustanovkalar“.Tibilisi, Metsniereba,1978.37-64b
- 8.www.expert.psychology.ru
- 9.www.psychology.all.ru
- 10.www.psychology.net.ru

TALABALARDA KASB TANLASH MOTIVATSIYASI SHAKLLANISHINING NAZARIY METODOLOGIK ASOSLARI

Yusupjonova Iroda Abdirayimjonovna
ADU, Psixologiya fanlar
bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

Kasbga yo‘naltirish muammosini hal qilish nafaqat u yoki bu shaxsning, oilaning, balki butun bir davlatning muhim strategik vazifasi hisoblanadi. Shuning uchun ushbu jarayonni har jihatdan puxta o‘rganish, tahlil qilish va tegishli tavsiyalarni ishlab chiqib, amaliyotga tatbiq etish orqali shaxs va jamiyat taraqqiyotini ta‘minlashga ma‘lum darajada hissa qo‘shish mumkin. Qolaversa, kasb tanlashdagi muvaffaqiyatsizliklar shaxs faoliyati va faolligiga salbiy ta‘sir etishi, ayni paytda u yoki bu sohalarda mehnat unumdorligining pasayishi shaxs va faoliyat nomutanosibligining yuzaga kelishi kabi ayanchli ijtimoiy-psixologik asoratlarni ham keltirib chiqarishi mumkin. Ushbu muammolarni bartaraf etish uchun davlat tomonidan muhim vazifalar belgilangan. Kasbiy motiv va motivatsiya muammosi rus psixologlari tomonidan keng doirada tadqiq qilingan. Jumladan, kasbiy motivlar borasida Ye.A.Klimov, V.A.Kruteskiy, K.M. Gureevish, S.S. Grinshpun, V.K. Vilyunas, L.I. Bojovish, A.V. Brushlinskiy, A.P.Vasilev, A.Ye.Golomshtok, V.I.Jukovskaya va boshqalarni kiritishimiz mumkin. V.A.Kruteskiy shaxsning ish faoliyati bilan bog‘liq motivatsiyalarni 3 guruhga ajratish mumkinligini ta‘kidlab o‘tadi; birinchisi - mehnat faoliyati motivlari, ikkinchisi - kasb tanlash motivlari va uchinchisi - ish joyini tanlash motivlari. Aniq faoliyat esa barchasini jamlangan holda izohlanadi, ya‘ni, bunda mehnat faoliyati motivlari, kasb tanlash motivlarining shakllanishi, shuningdek, qolgan ikkita motiv orqali esa ish joyini tanlash motivlari ham yuzaga keladi [2,4]. Ilmiy manbalarning tahlili shundan dalolat beradiki, kasb tanlash, kasbga yo‘naltirish, kasbiy o‘zlikni anglash va aniqlashga taalluqli umummetodologik va nazariy muammolar borasida qator izlanishlar olib borilgan (A.N.Leontev, T.V.Kudryavsev, P.A.Shavir, A.A.Stolyarov, L.A.Yasyukova, V.D.Shadrikov, V.G.Aseev, V.S.Merlin, P.M.Yakobson, L.I.Bojovish, P.K.Anoxin, N.A.Bernshteyn, M.X.Titma va boshqalar) [1,3,7].

Taniqli psixolog A.N.Leontev o‘zining «Faoliyat, ong, shaxs» nomli monografiyasi orqali kasbga taalluqli motivatsiya talqiniga yangicha yondashuv

nazariyasini fanga kiritdi, bu yondashuv esa kasb motivatsiyasi va munosabat uyg'unligining shaxs faoliyatida namoyon etilishini nazariy jihatdan asoslab berishga xizmat qiladi. Demak, A.N.Leontev talqinidagi shaxs, faoliyat, ong va ijtimoiy faollik o'rtasidagi psixologik mutanosiblikning mavjudligi shaxs munosabatlari tizimining psixologik mexanizmlarni yaratishda muhim metodologik ahamiyat kasb etadi[7]. V.D.Shadrikov tomonidan munosabat motivatsiyasi jarayonini faoliyat tizimining funksional psixologik modeliga bog'lab, faoliyatli yondashuv motivatsiyasi kasbiy tayyorgarlikning o'ziga xos ijtimoiy psixologik istiqbollari ochib berishi ma'lum darajada shaxs va kasb umumiy taraqqiyoti yo'nalishlarini belgilashda muhim ahamiyat kasb etadi [2]. I.I.Chesnakova [1] tadqiqotlaridagi shaxs munosabatlari tizimiga daxldor bo'lgan boshqaruv motivatsiyasi, V.S.Merlin [3] tadqiqotlaridagi shaxs va kasbning individual motivatsiyasi, P.M.Yakobsonning [7] munosabat motivatsiyasi va ijtimoiylashuvi kabi nazariy qarashlarning yaratilishi munosabat tizimida ma'lum metodologik asoslarni izohlab berishga xizmat qiladi.

Taniqli psixolog L.I.Bojovich va uning shogirdlari tomonidan olib borilgan izlanishlarda o'quvchi shaxsi motivatsiyasi zahirida yotuvchi kasb tanlashga munosabat jarayonining ayrim psixologik omillarini ochib berishga harakat qilinadi. Ularning mazkur ilmiy g'oyasi asosan shaxsning yo'nalishi, uning motivlar bilan aloqadorligi, atrof-muhitga nisbatan munosabatlar esa motivatsiya tuzilishi bilan bog'liq ravishda hukm surishi muqarrarligini asoslab bera olganligi bilan qimmatlidir.

Qator tadqiqotlar kasb tanlash, kasbiy faoliyatga yaroqlilik va shaxsning kasbiy o'zligini anglashi masalalari, kasbiy faoliyatning psixologik talablari va individ faoliyatining psixofiziologik asoslari, kasbiy qiziqishlarning shakllanishini o'rganishga bag'ishlangan. Bu yo'nalishlarda M.X.Titma, Ye.A.Klimov, E.A.Golubeva, A.P.Chernyavshkaya, Ye.A.Golomshtok, K.M.Gurievich, N.D.Levitov va boshqalarning olib borgan tadqiqot ishlarini misol qilib keltirish mumkin [1,3,7].

Kasbiy o'zlikni anglash borasidagi izlanishlarning tahlilidan kasbiy faoliyatning har bir bosqichiga tizim sifatida qarash kerak, degan xulosani chiqarish mumkin. V.S Magun, N.D.Levitov, Yu.M.Zabrodinlar o'z tadqiqotlarida kasbiy kamolotning bosqichlaridan biri hisoblangan kasbiy maslahatga alohida e'tibor qaratib, uni shaxsning ma'lum kasbiy faoliyatga moslashuvi jarayonining yo'naltiruvchisi sifatida baholaydilar hamda faoliyat samaradorligini shaxsning qobiliyatlariga bog'lab tushuntiradilar [3,7].

Tadqiqotchi A.K. Markova [1] -Kasbiy qobiliyatlarning to'laqonli safarbar qilinishi shaxsning boshqa xususiyatlari bilan integrallashganda o'z natijasini beradi, - deb hisoblaydi. Shaxs sifatlarining ijobiy o'zaro aloqadorlik munosabatlarini kasbiy faoliyat uchun zarur malakalarning muvaffaqiyatli rivojlanishi, kasbiy kamolot qobiliyatlarining natijasi sifatida idrok qilinadi. Kasbiy kamolot jarayonida kasbiy qobiliyatlarning shakllanishini shaxsning individual xususiyatlari kompleksi ta'minlaydi [64]. Kasb muammosini o'rganish jabhalarining keng ko'lamdaligi, uning tadqiqot predmetiga egaligi bugunga qadar amalga oshirilgan tadqiqot ishlarida kuzatiladi va boshqalar. Ushbu tadqiqotlarning

bir necha oy davomida olib borilganligi va ulardan olingan natijalar ko'lamining kengligi e'tiborga molikdir. Kasbiy yaroqlilikni aniqlash bo'yicha ma'lum bir psixologik testlarni qo'llashda analitik, sintetik va kompleks yondashuvlardan foydalanish mumkin.

B.V.Kulagin mazkur yondashuvlarga quyidagicha ta'rif beradi: -Analitik yondashuv alohida psixologik ko'rsatkichlarni o'rganish va baholashni nazarda tutadi (masalan, diqqat, xotira, harakat koordinasiyalari va h.). Bu ko'rsatkichlar tanlangan kasb bo'yicha ta'lim va faoliyat muvaffaqiyatlari uchun zarur hisoblanadi. Sintetik yondashuv yaxlit faoliyatni yoki uning muhim elementlarini o'rganishni nazarda tutadi [1,3].

Shunday qilib, insonning kasbiy shakllanish muammolarini o'rganish ham fundamental, ham amaliy tadqiqotlarning dolzarb vazifalaridan sanaladi.

So'ngi yillarda o'zbek olimlari kasb tanlash, kasbiy motivlarni shakllantirish, kasbiy kamolot va kasbiy o'zini-o'zi belgilanish masalalari bo'yicha bir qator tadqiqotlar olib borishgan. Masalan: E.G'.G'oziev ham o'z ilmiy tadqiqotlarida kasbiy motivlar to'g'risida ish olib borgan. Bu borada E.G'.G'ozievning "Kasb tanlashning psixologik asoslari", "Shaxs va kasb tanlash", "Kasb psixologiyasi", "O'quv faoliyatini boshqarish" singari asarlari muhim ahamiyatga ega. Olimning motivatsiyaga bag'ishlangan birtalay asarlari muammoning metodologik, nazariy jabhalarini tekshirishga kengimkon beradi. E.G'.G'oziev shunday yozadi: Kasb-hunarga yo'naltirish ishlarining asosiy maqsadi eng avvalo, individga, o'z qiziqish qobiliyati va imkoniyatlarini to'liq anglash, xohish-istaklarini amalga oshirishning vosita va usullarini to'g'ri belgilash hamda mustaqil qarorga kelishi uchun imkoniyat va zarur shart-sharoitlarni yaratishdan iborat [2,4,7]. Nasiba Xolyigitova, Ulug'bek Jumaev, B.N.Sirlijev, O.E.Hayitov, R.Z.Asomova va boshqalar. R.Z.Gaynutdinov rahbarligida kasbiy tiklanishning turli muammolariga bag'ishlangan qator tadqiqotlar amalga oshirilgan [2,5].

D.N.Arziqulovning dissertasion tadqiqotida Agrar universitet talabalarining kasbiy shakllanish bosqichlari psixologik xususiyatlarini o'rganishga asosiy e'tibor qaratildi [2].

Nasiba Xolyigitova o'zining O'quvchilardagi kasb motivlari barqarorligiga guruhij jipslikning ta'siri nomli dissertasiya ishida, kasbiy motivlarni mustahkam bo'lishi bir qator omillarga bog'likligini ko'rsatib, unga guruhdagi status, emotsional ekspansivlik, o'zaro hamjihatlik, guruh a'zolarining guruhdagi o'rni, ularning o'zaro bir-birini e'tirof etishi, qo'llab-quvvatlashi (referentometrik), oilaning nufuzi, ota-onaning kasbga qiziqtirish layoqati va qo'llab-quvvatlashlari (kasb-tanlash qadriyatlarini) kabi o'quvchilarda kasbiy motivlarning shakllanishiga ta'sir ko'rsatuvchi ijtimoiy-psixologik omillar ta'siri katta ekanligi ko'rsatib bergan.

Shunday qilib, yurtimiz psixologlarining kasbiy tiklanishining turli bosqichlarini o'rganishga bag'ishlangan tadqiqotlari tahlilida rivojlanishning shaxsiy omillari, shaxsning kasbiy faoliyati doirasida tiklanishining hal qiluvchi roliga asosiy e'tibor qaratiladi. Yuqoridagi fikrlardan ko'rinadiki, respublikamiz

psixologlari tomonidan kasbga yo'naltirish, kasb tanlash masalalariga doir bir qator ilmiy izlanishlar olib borilgan.

Mazkur maqolada talaba shaxsida kasb motivatsiyasi shakllanishining ilmiy-nazariy tahlili bayon etildi. Shuningdek, o'quvchi shaxsida kasb motivatsiyasi shakllanishi va uni tadqiq qilish uslubi aniqlandi. Yuqoridagilardan kelib chiqib, ushbu muammo bo'yicha nazariy jihatdan olib borilgan tadqiqotlar tahlili quyidagi xulosalarni chiqarish imkonini berdi:

1. Olib borilgan ilmiy-nazariy tahlillar, bugungi kunda kasb motivatsiyasi shakllanishi muammosi, o'zining nazariy-metodologik bazasiga ega ekanligini ko'rsatsa-da, aynan mavzu doirasidagi tadqiqotlarning yetarli emasligi, ushbu masalani chuqur tahlil qilishning dolzarbligini ko'rsatmoqda. Jahon psixologiyasida shaxsning kasbiy shakllanishi borasidagi izlanishlardagi xilma-xillik hali ham mazkur masala yuzasidan yakuniy xulosa chiqarish imkonini bermaydi.

2. O'zbekistonda kechayotgan bugungi keng ko'lami ijtimoiy- iqtisodiy islohotlar, beto'xtov shakllanayotgan bozor munosabatlari, fan, texnika va ishlab chiqarishning keskin rivojlanishiga javob bera oluvchi jamiyat va shaxs ehtiyojlarining o'zaro uzviy mutanosibligiga erishish uchun ham o'smirlarda kasb tanlashga nisbatan faol- ijobiy munosabat motivatsiyasi tizimini shakllantirishda jamiyat va jamoatchilik ta'sirini kuchaytirish lozim.

Adabiyotlar :

1. Анохин П.К. Системные механизмы высшей нервной деятельности. М.: Издательство МГУ, 1979-450с.

2. Арзикулов Д.Н. Касбий камолотнинг психологик ўзига хос хусусиятлари // Автореф.псих.фан.номз.дис. –Т.: 2002. – 22 б. bo'ladi.

3. Ерошина Н.Р. Социологический аспект теории мотивации: Молодёжь, образование, воспитание, профессиональная деятельность. – Л.,1973. – 303 с.

4. Жабборов А. М. Ўқитувчи этнопсихологияси. – Қарши.:—Насафл. – 2015. – 180 б

5. Раъно Суннатова, Убайдулло Парпиев. Касбга йўналтириш маслаҳатлари: методлар, муаммолар, имкониятлар. – Т., 2001 й. – 215 б.

6. Қодиров К.Б. Касб танлашга тайёрликнинг психологик жиҳатлари ва касбий ташхис (9–синф ўқувчилари маълумотлари асосида). (Псих.фан.ном... дисс.). – Т., 2001. – 24 б.

7. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы, эмоции. – М., 1971. - 40 с.
Шоумаров Б. Психология фани: янгиликлар, муаммолар, ечимлар. // «Маърифат» рўзномаси, 1996 й. 16 октябрь.

O‘SMIR TALABALARDA TOLERANTLIK TAFAKKURINI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK MUOMMOLARI.

Qozoqova Intizor Ismoyiljonovna

Urganch davlat pedagogika instituti

Pedagogika fakulteti Pedagogika kafedrası

Psixologiya fani o‘qituvchisi

Tolerantlik-bu boshqa madaniyatlarni hurmat qilish, qabul qilish va to‘g‘ri tushunish, o‘zini namoyon qilish usullari va inson shaxsiyatining namoyon bo‘lishi. Tolerantlikning o‘zini ham turlari ko‘p: gender tolerantlik, yoshga doir tolerantlik, madaniy tolerantlik, millatlararo tolerantlik, shaxslararo tolerantlik, irqiy tolerantlik, tabaqaviy tolerantlik, siyosiy tolerantlik hamda geografik tolerantlik kabi. [2] Tolerantlilik muommosiga qiziqish butun dunyoda va qolaversa O‘zbekistonda sodir bo‘layotgan siyosiy va ma‘daniy voqealar bilan oqlanadi. Prezidentimizning fikricha , zamonaviy jamiyatda aynan bag‘rikenglik yetishmaydi , degan fikr ustunlik qiladi , chunki tafovutlarga (etnik , diniy , jins, yosh, etnik) toqat qila olmaslik insonlarni halokatli oqibatlariga olib kelishi mumkin. Shu bilan birga , bag‘rikenglik turli fanlarda juda ham muommoli , qarama – qarshi va hatto paradoksal tushuncha sifatida tushuniladi. Tolerantlik ko‘plab zamonaviy olimlar tomonidan instrumental qiymat sifatida ko‘rib chiqiladi ya’ni bu boshqa muhimroq qiymatga erishishga yordam beradi. Tolerant jamiyat sharoitidagina inson va jamiyatning real imkoniyatlarini to‘liq ochib berish mumkin. Bag‘rikenglik muammosini o‘rganish tarixi shuni ko‘rsatadiki, hozirda bag‘rikenglikni faqatgina moda shiori yoki siyosiy modaga hurmat sifatida ko‘rib bo‘lmaydi Tolerantlik yuzasidan quyidagi savollar ayniqsa dolzarbdir:

- ✓ Jamiyatdagi insonlarning o‘zaro bir-biriga nisbatan bag‘rikeng munosabatini qanday rivojlantirish mumkin?
- ✓ Millatlararo o‘zaro nizolar muammosini qanday hal etish mumkin?
- ✓ Fiziologik , ijtimoiy va boshqalarni idrok qilishni qanday o‘rganish mumkin odamlar o‘rtasidagi farqlar va ularga hurmat bilan munosabatda bo‘lish?
- ✓ Hozirgi kunda bag‘rikenglik strategiyasi qanday bo‘lishi kerak?
- ✓ Tolerantlikning “chegaralari” qanday?
- ✓ Tolerantlik qayerdan tugaydi va befarqlik, murosasizlik, konformizm qayerdan boshlanadi?

Hozirgi kunda zamonaviy bag‘rikenglik nazariyasi va amaliyotida qo‘yilgan savollarga aniq javoblar yo‘q. Zamonaviy multikultural plyuralistik jamiyatning xususiyatlariga va globallashuv jarayonlariga mos keladigan va bunday jamiyatda zarur siyosiy va ma‘naviy konsensusni ta‘minlaydigan bag‘rikenglik nazariyasi to‘liq ishlab chiqilmagan. Tolerantlik zamonaviy jamiyatning eng muommoli qadriyatlaridan biri bo‘lib qolmoqda. Ammo , bu nomuvofiqlik uning ahamiyatini kamaytirmaydi, balki, zamonaviy inson yashashga mahkum bo‘lgan hayotning o‘ta murakkabligini aks ettiradi. BMT tomonidan 1995-yilda qabul qilingan “Bag‘rikenglik tamoyillari deklaratsiyasi”da dunyoda tinchlikka erishishning eng samarali usullaridan biri tolerant shaxsni shakllantirish ekanligi alohida ta’kidlangan. 1.1-moddada bag‘rikenglik “dunyo ma‘daniyatlarining boy xilma-

xilligini, o‘zimizni ifodalash shakllarimiz va inson individualligini ifodalash usullarini hurmat qilish, qabul qilish va tushunish” deb ta’riflanadi. Bu bilim, ochiqlik, muloqot va fikr, vijdon, e’tiqod erkinligi bilan ta’minlanadi. Tolerantlik xilma-xillikdagi uyg‘unlikdir...». 1.2-moddada aytilishicha, “bag‘rikenglik - bu imtiyoz, indulgensiya yoki indulgensiya emas. Tolerantlik, eng avvalo, insonning umuminsoniy huquqlari va asosiy erkinliklarini tan olish asosida shakllangan faol munosabatdir. Hech qanday holatda bag‘rikenglik bu asosiy qadriyatlarga tajovuzni oqlay olmaydi. Tolerantlikni shaxslar, guruhlar va davlatlar ko‘rsatishi kerak”.

Tolerantlikka o‘smir yoshdagi talabalarni o‘rgatish ularni mustaqil fikrlashga, boshqalar fikrini diqqat bilan tinglashga, o‘zgalar manfaatlarini ko‘ra bilishga, jamiyat va odamlar o‘rtasidagi munosabatlarni tanqidiy nazar bilan baholashga, axloqiy va ma’naviy talablarga qat’iy rioya qilishga o‘rgatadi. Chunki zamonaviy madaniyatli inson nafaqat madaniylik borasidagi bilimlarni egallagan shaxs, balki o‘z hayotida ana shu bilimlarni amaliy qo‘llay olgan shaxs, o‘zini hurmat qilgan shaxs, balki o‘zgalarga ham hurmat bilan munosabat ko‘rsata oluvchi shaxs hisoblanadi. Tolerantlik boshqalarni ularni qanday bo‘lsa, shundayligicha, o‘zgarishlarsiz qabul qila olish, ular bilan muloqot qila olish qobiliyati hamdir. O‘smirlik davri insonning psixologik rivojlanishidagi eng muhim davrdir. O‘smirlar kattalar hayotida faol ishtirok etadi, o‘zining shaxsiyatini shakllantiradi, ijtimoiy hayotda turli ijtimoiy rollarni o‘zlashtiradi va shaxsning qadriyat sohasini shakllantirish sodir bo‘ladi..O‘smirlik – bag‘rikenglikni rivojlantirish uchun sezgir davr. Shu davrdan inson kattalar dunyosida malakali moslashish yo‘llari va vositalariga ega bo‘ladi . O‘smirning tafakkuri baribir hamma narsani yosh bolalarcha o‘z-o‘zidan o‘zlashtiradi, lekin allaqachon vaziyatlarni malakali tahlil qilish va undan tegishli xulosalar chiqarish qobiliyatiga ega . O‘smirlik yosh davrida bag‘rikenglikning shakllanishiga quyidagilar yordam beradi: o‘smirlarning boshqa odamlarning turmush tarziga bo‘lgan qiziqishi,

- ✓ o‘zlarining madaniy o‘ziga xosligi masalalariga e’tibor berish,
- ✓ yoshi katta insonlarni tashvishga soladigan ko‘plab masalalar bo‘yicha o‘z fikrlarini bildirish istagi,
- ✓ ularning hayot sohasidagi mavqeini aniqlash,
- ✓ insoniy munosabatlar, rivojlanayotgan aks ettirish va ijtimoiy mas’uliyat hissi.

Shu bilan birga, bazibr o‘smirlik yoshidagi o‘quvchilarida kuchaygan ziddiyatlar, tajavuzkorlik, xudbinlik va infantiliz o‘z vaqtida hal etilmagan qarama-qarshiliklar natijasida bag‘rikenglikning shakllanishiga to‘sqinlik qilishi mumkin. O‘smirlik - bu ong va o‘z-o‘zini anglash ma’lum bir darajaga yetgan davr, kontseptual tafakkur o‘zlashtiriladi, axloqiy normalarga rioya etish haqida tasavvurlar paydo bo‘la boshlagan davr , turli ijtimoiy rollar o‘zlashtiriladi va o‘z taqdirini o‘zi belgilash doirasida shaxsiyat shakllanadi. Eng asosiysi shundaki, o‘smirlar xarakterning shakllanishi bilan ajralib turadi va umuman insonlar bag‘rikenglik munosabatlarning intensiv rivojlanishiga ko‘proq moyil bo‘ladi. Ijtimoiy xarakterga ega bo‘lgan ko‘plab sabablar bag‘rikenglikka o‘rgatish

vazifasini amaliy jihatdan juda dolzarb qiladi, ular endi o'zidan kattalardan bag'rikenglikka o'rgatish bilan bog'liq muammolarni va ularni hal qilish yo'llarini bilishni talab qiladi. Bag'rikenglik, boshqa madaniyatni, ijtimoiy-madaniy xilma – xillikni mavjudligi haqiqatini, ijtimoiy mavjudlikning ko'p qirraliligini tushunish va qabul qilishga asoslangan shaxsiy munosabatning maxsus shakli sifatida taqdim etilishi mumkin. Boshqa tomondan esa tolernatlik , qanday qilib sub'ektning moslashuvchan potentsialni saqlash va rivojlantirish shartlaridan biri bo'lgan turli xil salbiy omillar ta'siriga chidamliligi anglatadi. U shaxsning jamiyat va boshqa odamlar bilan o'zaro munosabati jarayonida paydo bo'ladi, namoyon bo'ladi va rivojlanadi. Ularning holati va sub'ekt uchun ahamiyati va ikki darajada namoyon bo'lishi mumkin - ong darajasida shaxsiy munosabat va xatti-harakatlar darajasida ongli harakat yoki harakat. Bag'rikenglikning xususiyatlari ko'rinishlarning barqarorligi, atrof-muhit omillari ta'siriga selektivlikdir. Tolerantlik sub'ektning o'zining barqaror pozitsiyasiga ega bo'lishiga, ochiqlik va muloqotga tayyorligini ta'minlashga asoslanadi va sub'ektning mustaqilligi va uning uchun javobgarlikni tan olgan holda erkin tanlashni belgilaydi. Tolerantlik dinamik xarakterga ega bo'lib, sub'ektning boshqalar bilan o'zaro munosabatlarida barqarorligini ta'minlaydi. U ma'lum bir boshlang'ich darajaga ega, undan maqsadli ta'sir qilish orqali sifat jihatidan yangi darajaga o'tish mumkin. Shu bilan birga, uni shaxs (shaxsiy bag'rikenglik) va turli xil ijtimoiy munosabatlar (sotsiomadaniy, davlat, jamoat va boshqalar) darajasida ko'rib chiqish tavsiya etiladi. [1]

Tolerantlik sinergetika psixologiyasi bilan bog'liq bo'lib, unga ko'ra har bir sinson murakkab ijtimoiy munosabatlar tizimidagi nisbatan mustaqil element hisoblanadi. U bu tizimni o'zgartirishi, unga ta'sir qilishi, balki ta'sir qilishi ham mumkin uning ta'siri. Insonning muvaffaqiyatli rivojlanishi uning atrofida ijobiy makonni tashkil etishga va o'z imkoniyatlarini amalga oshirishga tayyorligiga (shu jumladan motivatsiya, irodaviy fazilatlar, ko'nikmalar) bog'liq . Inson huquqlarini hurmat qilishga mos keladigan bag'rikenglikning namoyon bo'lishi ijtimoiy adolatsizlikka chidash, o'z e'tiqodidan voz kechish yoki boshqalarga yon berishni anglatmaydi. Bu shuni anglatadiki, har bir kishi o'z e'tiqodiga amal qilishi va boshqalar uchun bir xil huquqni tan olishi mumkin [1]. O'z-o'zini hurmat qilish, atrofimizdagi dunyoni faol ravishda o'zlashtirish va o'zgartirish, ochiq va erkin, o'zini o'zi identifikatsiya qilishning yuqori darajada rivojlangan mexanizmlari bilan, ma'lum ma'naviy, madaniy va tarixiy qadriyatlarini ifodalaydi..Tolerantlik masalasini ko'rib chiqishda o'smirlarda bag'rikenglikni shakllantirishga alohida e'tibor qaratish zarurligi, chunki bu yosh eng muhim hisoblanadi.Insonning psixologik rivojlanishi davri. O'smir kattalar hayotida faol ishtirok etadi,o'z shaxsini shakllantiradi, turli ijtimoiy rollarni o'zlashtiradi. Uning keyingi hayoti Orientatsiya uning butun dunyoga, o'ziga va bu dunyodagi boshqalarga qanday munosabatda bo'lishiga bog'liq L. S. Vygotskiy ta'kidlaganidek, bu shaxsning kamolot davri. Bu davrda o'smir o'z-o'zini anglash, o'z-o'zini hurmat qilish hissi va jinsni anglash uyg'onadi va faol shakllanadi. Bu asrning asosiy yangi o'zgarishlari "men" ning kashf etilishi, aks ettirishning paydo bo'lishi va o'z shaxsiylikni anglashdir. O'smir dunyoqarashini rivojlantiradi va hamma narsani

o'ziga singdiradi kelajakda uning jamiyatdagi hayotiy mavqei va xulq-atvorini belgilaydi [3].

Umumiy tushunchada bag'rikenglik – qat'iyatlilik ba'zi masalada, ishda va chidash qobiliyati sifatida belgilanadi. Etnik bag'rikenglik etnik guruhlarning atrof-muhitga va o'zlariga, etnik o'ziga xosligiga nisbatan axloqiy o'zini o'zi belgilash harakatini anglatadi. Millatlararo qarama-qarshilik va nizolarga to'yingan dinamik zamonimizda bag'rikenglik muammosi katta ahamiyatga ega. Odamlarga nisbatan bag'rikenglikni singdirish zarurati shunchalik muhimki, o'qituvchi va pedagoglar bag'rikenglik g'oyasidan kelib chiqqan holda o'z faoliyatida bizning notinch voqeligimizning orzu-umidlariga javob beradigan yuksak vazifani amalga oshiradilar. Etnik bag'rikenglikni o'rganish o'smir bolalarning xususiyatlarini o'rganishda eng muhim o'rinlardan birini egallaydi. Axir, jamiyat tomonidan taqdim etilgan salbiy va ijobiy munosabatni hech kim kabi o'ziga singdiradi.[4]

Xulosa: Ushbu maqolada biz o'smirlik davridagi talabalarda bag'rikenglik tushunchasini, darajasini aniq va to'g'ri shakllantirishga harakat qildik Tolerantlik muhiti insonparvarlik, axloqiy qadriyatlarga asoslanadi va hozirgi shaxs o'zgarishlari fonida intersub'ektiv ta'lim jarayonini rivojlantirish uchun shart-sharoit yaratadi va o'zi yetarli darajada tolerant shaxsni rivojlantiradigan va tarbiyalaydigan gumanistik ta'limning shartidir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Бондырева С. К., Колесов Д. В. Толерантность (ведение в проблему). М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2011. 240 с
2. <https://zenodo.org/record/6340725#.Y6C4T3ZBzIU>
3. Выготский Л. С. Психология. М.: Изд-во «ЭКСМО-Пресс», 2000. 1008 с.
4. Исследование этнической толерантности подростков в образовательной среде Агеева Н.А. студентка
5. Qozoqova I. O'smirlik davridagi o'quvchilarda tolerantlikni shakllantirishning psixologik jihatlari. «Innovative Academy RSC» 2023 dekabr 51-54 b

TA'LIM JARAYONIDA INSPEKTOR-PSIXOLOG KASBIY KOMPETENTLIGINI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOIIY- PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Raxmanova Dilnoza Farmanovna

Renessans ta'lim universiteti Pedagogika - filologiya kafedراسi o'qituvchisi

O'zbekiston Respublikasi hukumati tomonidan so'nggi yillarda voyaga yetmaganlar masalalari bo'yicha inspektor-psixologlarning kasbiy kompetentligini takomillashtirish, ularning samarali faoliyat ko'rsatishlari hamda ta'lim va tarbiya tizimini yanada isloh qilishga alohida e'tibor qaratilib kelinmoqda. Xususan, xodimlarning zamonaviy dunyoqarashga ega bo'lishi va tafakkuridagi o'zgarishlarga, ya'ni ularning kasbiy kompetentligiga bevosita bog'liqligidan kelib chiqib, qator me'yoriy-huquqiy hujjatlar qabul qilinmoqda.

Kompetensiya – uning nazariy va amaliy bilim, ko‘nikma va malakasi, dunyoqarashi, e‘tiqodi va barcha shaxsiy individual ijtimoiy-psixologik sifatlarining namoyon bo‘lishidir. Faoliyat sifat va samaradorligini ta‘minlovchi muhim omillardan biri, bu – uning o‘z sohasi bo‘yicha kompetensiyaga ega bo‘lishidir. U faoliyat moslashuv tizimi asosida namoyon bo‘ladi. Xususan:

- ilmiy bilish;
- gnoseologik bilish;
- har qanday muammoli vaziyatlarning samarali yechimini topishga ijodiy kreativ yondashish;
- kasbiy faoliyatni epchillik, omilkorlik, mohirlik bilan bajara olish;
- o‘zining intellektual, kognitiv, emotiv, axloqiy salohiyatini o‘rganish va ichki psixologik zahirasi bilan samarali foydalanish orqali o‘zini muttasil rivojlantirish;
- faoliyat jarayonida yuksak ijtimoiy-psixologik xususiyatlarni namoyon etish;
- jamiyat va insonlarga, tabiatga, borliqqa ijobiy hissiy-emotsional munosabatda bo‘lish pozitiv fikrlashga o‘tish tajribasidan iborat.

Bizningcha, voyaga yetmaganlar masalalari bo‘yicha inspektor-psixologlarning quyidagi kompetensiyalarni faoliyat jarayonida shakllantirilishi shart hisoblangan asosiy tayanch kompetensiyalar sifatida baholashimiz mumkin:

- Ijtimoiy faol fuqarolik;
- Umummadaniy;
- Kommunikativ;
- Psixodignostikani amaliyotda qo‘llay olish;
- Shaxs sifatida o‘zini-o‘zi rivojlantirish;
- O‘z sohasi yangiliklaridan xabardor bo‘lish;
- Huquqiy va psixologik bilimdonlikka ega bo‘lish.

Yuqoridagilarga asoslanib, voyaga yetmaganlar masalalari bo‘yicha inspektor-psixologlarida quyidagi tayanch kompetensiyalarni yanada rivojlantirilishi lozim:

1. Kommunikativ kompetensiya:

– voyaga yetmaganlar bilan olib boriladigan faoliyat jarayonida inspektor-psixologlar o‘z munosabatini vakolati doirasida qonuniy asoslaridan kelib chiqqan holda, og‘zaki va yozma tarzda qisqa, asosli, tushunarli hamda ta‘sirchan muloqot vositalaridan maqsadli foydalangan holda bayon qila olishi, fikrlarini bildirishda urg‘uni to‘g‘ri qo‘yish, adabiy til me‘yorlariga amal qilish, o‘z fikrini imlo va husnixat qoidalaridan kelib chiqib xatolarsiz bayon qilish imkoniyatiga ega bo‘lishi;

– vaziyat yoki sharoitdan kelib chiqib, hamkorlikda ishlash jarayonida jamoa va guruh a‘zolari fikrini tinglay olish, suhbatdoshlarini hurmat qilish, e‘tirozli fikrlarga to‘g‘ri munosabat bildirish, ular fikrini shakllantirishda o‘z hissasini qo‘shish.

2. Shaxs sifatida o‘zini-o‘zi rivojlantirish kompetensiyasi:

– shaxs sifatida doimiy ravishda o‘zini-o‘zi rivojlantirish, ma’naviy-axloqiy, psixologik va intellektual kamolotga intilishni doimiy hayotiy-ma’naviy ehtiyojiga aylantirish;

– milliy va umuminsoniy qadriyatlarni hurmat qilish va ularga astoyidil amal qilish;

– hayoti davomida turli yo‘nalishdagi adabiyotlarni muntazam o‘qish va o‘rganish, tizimli tahlil qilgan holda xulosa chiqarish, ibrat olish, zarur hollarda ulardan o‘z fikrining isboti va dalili sifatida ish faoliyatida qo‘llay olish;

– o‘z hatti-harakati, fikr-mulohazalariga tanqidiy yondasha olish, o‘zini-o‘zi nazorat qila bilish, og‘zaki va yozma matnlar mazmuniga mos munosabatda bo‘lish.

Kompetensiya odatda tegishli yo‘nalish yuzasidan yetarli darajada bilim, ko‘nikma, malaka va hayotiy tajribalarning amaliyotdagi tadbiqi sifatida voyaga yetmaganlar masalalari bo‘yicha inspektor-psixolog hayotida, uning mutaxassis sifatidagi kamolotida muhim ahamiyat kasb etadi, shu boisdan avvalo voyaga yetmaganlar masalalari bo‘yicha inspektor-psixologlarining kasbiy kompetentlik omillarini shakllantirish va rivojlantirish bilan bir qatorda ularda tayanch (asosiy) kompetensiyalarni shakllantirish va rivojlantirishga erishish maqsadga muvofiq deb hisoblaymiz.

Biz kompetentlikka doir izlanishlarga tayanib voyaga yetmaganlar masalalari bo‘yicha inspektor-psixologlari kasbiy kompetentlik omillarini belgilovchi mezonlar majmuasini quyidagilarga ajratdik.

1. Kognitiv;

1.1. voyaga yetmaganlar bilan olib boriladigan faoliyat jarayonida voyaga yetmaganlarni tushunishning maxsus qoidalarini bilish;

1.2. Ijtimoiy xotira – voyaga yetmagan bolalarning qiyofasi, ularning ismini eslab qolishga yo‘naltirilgan xotira;

1.3. Ijtimoiy intuitsiya – voyaga yetmaganlar bilan muloqotda ularning kayfiyatini, his-tuyg‘ularini, hatti-harakatlarini tushunish motivlari, ijtimoiy-psixologik mazmundagi xulq-atvorni muvofiq darajada kuzatuvchanlik qobiliyati;

1.4. Ijtimoiy voqelikni prognostik baholay olish – shaxsiy hatti-harakatlari rejasini shakllantirish, o‘zining faoliyatini jipslashtirishi, shaxsiy faoliyatini boshqalar ko‘zi bilan ko‘ra olishi va foydalanilmagan muqobil imkoniyatlar orqali baholash.

2. Emotsional (hissiy);

2.1. Ijtimoiy ifodalilik – ijtimoiy ifodalilik, ijtimoiy sezgirlik, ijtimoiy nazorat;

2.2. Hamdardlik – voyaga yetmagan bolalarning holatiga kira olish, o‘zini boshqalar o‘rniga qo‘ya olishi qobiliyati.

2.3. O‘zini-o‘zi tartibga solish qobiliyati – o‘zining emotsiyasi va kayfiyatlarini tartibga solish uquvi.

3. Xulqiy;

3.1. Ijtimoiy refleksiya – voyaga yetmaganlarni tinglash malakasi;

3.2. Ijtimoiy identifikatsiya – hamkorlikda ishlashga tayyorlik va qobiliyatlik, o‘zaro jamoaviy ta’sirlashuvga qobiliyatlik;

3.3. Ijtimoiy adaptatsiya – tushuntira olish va boshqalarni ishontira olish uquvi, boshqalar bilan chiqishib ketish qobiliyati, atrofdagilar bilan munosabatlarda samimiylarning namoyon etilishi.

Kasbiy kompetentlikni rivojlantirish bo'yicha amaliy ishlarni yo'lga qo'yish natijasida qator samaradorlikka erishish, inspektor-psixolog ijtimoiy-psixologik kompetentlik omillariga bog'liq bo'lgan kasbiy kompetentlikning yuqori diapozonga ko'tarilganligi, o'quv modulida inspektor-psixolog kasbiy kompetentligini ta'minlovchi sohaga tegishli bo'lgan me'yoriy hujjatlar bo'yicha savodxonligi, shuningdek psixodiagnostik ishlarni amalda qo'llay olishi bo'yicha bilimdonligini oshirishga erishiladi.

ADABIYOTLAR:

1. Бодалева А.А. Психология межличностного познания. – М.: Педагогика, 198. – 244 с.

2. Булавенко О.А. Характеристики компетентности специалиста. Проф. Образование № 4. – М., 2005.– С. 21.

3. Гайнутдинов Р.З. Психология личности учителя узбекской национальной школы и её формирование в системе непрерывного образования. автореф.дисс.доктора психол.наук. – Санкт-Петербург, 1992. С. 37-45.

4. Гаранина Ж.Г. Психологическая компетентность будущего специалиста: на материале экономико-управленческих профессий: дис.канд. психол. наук. – Казань, 1999. – 183 с.

5. Qodirov V.R., Qodirov K.B. Kasbiy tashxis metodikalari to'plami/ Amaliyotchi psixologlar uchun metodik qo'llanma. – Toshkent: O'zMU, 2003. – 94 b.

6. Лаптева М.Д. Компетентность социального взаимодействия: компонентный состав и подходы к формированию // Проблемы качества образования: материалы XV Всерос. науч.-метод. конф. – Уфа, 2005. – С.39-47

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ЭТНИЧЕСКОГО СОЗНАНИЯ В ВОСПИТАНИИ ЛИЧНОСТИ

Салохиддинова Гавхар Асадуллаевна – студентка 1-го курса Каршинского Международного инновационного университета.

Нация, народность, племена, этнические группы представляют собой различные исторически сложившиеся общности человеческого общества в целом. Огромное различие между этими общностями по уровню развития и по размерам является следствием неравномерного протекания в них социально-экономических, этнических и демографических процессов.

В этом контексте «Этнос (этническая общность) это особый исторический возникший вид социальной группировки людей, особая форма их коллективного существования. Такая общность складывается и развивается естественно, историческим путем; она не зависит от воли

отдельных, входящих в нее людей и способна к устойчивому многовековому существованию за счет самовоспроизводства». [3; 5]

Аналогичную мысль можно найти у Абу Наср Фарабий, который отмечал, что формирование этноса обусловлено непосредственными контактами людей. Это возможно в том случае, если люди объединяются, живут по соседству на одной территории, говорят на одном языке. Общность языка и территории являются главными условиями и естественной необходимостью для человеческого существования, и в то же время выступают как условие формирования и развития этноса [4; 261].

Конечно же язык, обычаи, обряды, народное искусство, религия, норма поведения, образуя культурное единство этноса, неразрывно связаны с особенностями их психики, спецификой ценностных ориентации, вкусов и т.п.

«Следует особо подчеркнуть, что этнос представляет собой не простую сумму признаков, а определенное образование, в котором основную системообразующую роль могут выполнять различные его объективные компоненты. В одних случаях, главная роль в этом отношении принадлежит языку, в других — хозяйственно-бытовым особенностям, в-третьих - характерным чертам поведения и т.п. Но, видимо, всегда ценностно-нормативная система остается неизменным компонентом этнического сознания - его ядром». [3; 6]

Далее, Бромлей Ю.В. указывает, что «самосознание членов этноса как бы фиксирует представление об общности территории («родной земли»), языка («родного языка»), отличительных особенностях культуры и психики, а также о какой-то общности, происхождения и исторических судеб входящих в него людей». [3; 6]

Шкуратов В.А. пишет, что «в культуре, как и в природе, действует закон сохранения энергии. Когда-то затраченная человеческая энергия конденсируется в культурный объект - основу для новых затрат энергии (слово энергия понимается не физически, а как личностная активность). Усилия ума, воображения, чувства никогда не утратятся, они будут снова и снова переходить из объекта в новые человеческие мысли и чувства, затем опять в объект и так до тех пор, пока сохранится пустивший их в ход субъект - объектный механизм, пока будет жива породившая их культура». [5; 141]

Из сказанного следует, что развитие культуры никогда не имеет характер завершенности. Каждый новый этап цивилизации непрерывно обогащается своим содержанием.

Каждый индивид воспринимает культуру по-своему. Вместе с тем в исследованиях развития личности можно наблюдать то; что культуру и психологию предшественников, других поколений считает проще, ниже и грубее. «При этом забывается, что они не ниже и не проще, а они другие, иные, чем культура тех, кто их изучает. Преодолению одностороннего эволюционизма при изучении социогенеза процессов развития человека способствует положение об исторической гетерогенности мышления». [2; 226]

Данное положение объясняется тем, что у представителей того или иного общества разные познавательные структуры, что исходит из социогенетической многоплановости личности. Таким образом, историческая гетерогенность личности выступает как одна из важных особенностей ее природы.

В личности сосуществуют пласты разной геологической древности (Л.С.Выготский), социотипическое и индивидуальное поведение, причудливо переплетаются в действиях и поступках человека». [2, 267]

А.Г. Асмолов отмечает, что в психологии, и прежде всего, в общей психологии личности, исследования, проводимые социологами, историками культуры, филологами, этнографами, специалистами по семиотике, часто не попадают в поле зрения психологов. Вместе с тем без координации с представителями всех этих наук проблема изучения социокультурных систем, в которых порождается и развивается личность, остается нерешенной. Существовал ли в истории общества особый «безличный период»? Какие отношения складывались между личностью и социальной ролью на разных этапах истории общества? Можно ли с уверенностью утверждать, что индивидуальный психологический портрет разных народов, проявляющийся в социальном и национальном характере народов, их духовном единстве, реальность, а не вымысел? Ответы на эти вопросы, затрагивающие разные аспекты изучения социально-исторического образа жизни как источника развития личности, пытаются дать представители палеопсихологии, исторической психологии и этнопсихологии. При всех различиях этих пограничных областей человекознания их объединяет настойчивый интерес к социогенетическим закономерностям развития личности. [2: 265]

Если придерживаться исторических типов исследования психики, предложенных В.А.Шкуратовым, то в более широком, научном дисциплинарном плане можно выделить три элемента бытия социального индивида: «а) индивидуально оформленный уровень отражения и практики; б) социальные отношения индивида; в) предметно знаковые предпосылки и результаты жизнедеятельности». [5: 112]

Согласно такому подходу выделяют психологоцентрическую, социологоцентрическую и культурологоцентрическую ориентации в исторической психологии. Однако в дальнейшем мы попытаемся все более центрировать свою научную позицию на психологической ориентации. Сложный характер предмета нашего исследования, в котором встречаются вопросы и психики, и отношения социальности, и культура, конечно же, очень затрудняет с чисто психологической позиции раскрыть этническое своеобразие узбекского народа.

К.А.Абулханова-Славская, в частности, пишет, что: «Психологическое исследование ориентируется не на фиксацию социальных условий вообще, а на выявление социальных механизмов, действующих на уровне индивида. Социальная детерминация рассматривается тем самым в ее индивидуально-конкретном выражении, с точки зрения механизмов общественной

регуляции, действующих именно на этом уровне, а не только на уровне и в масштабах общества в целом. Это, в свою очередь, дает нам право говорить об индивидуальной жизнедеятельности как особом процессе, присущем данному уровню способа общественной организации, характере воспроизводства жизни» [1; 12-13].

В этой связи получает свое развитие категория «социально-исторический образ жизни», что позволяет учитывать историческое время, социальное пространство и жизненный путь личности, т.е. создается возможность объективного раскрытия самобытности психологии этноса, преемственности его культуры. Таким, образом, психика, предстает перед нами как социокультурный факт. «Психика как социокультурное явление — это введение психологических понятий - в контекст исследования общества». [5; 24]

Психологическая структура личности вбирает в себя принятые в данной культуре символы, образы, обыденные слова, ценностные суждения - все то, что составляет суть человеческого существования. Данный культурный антураж этноса бывает вполне определенным и выражается в известных понятиях, нормах и оценках. Следует отметить, что в традиционной культуре народов Средней Азии и Казахстана община играла решающую роль во всех основных жизненных вопросах. Она была, обязана следить за жизнью семьи с момента ее создания. Община являлась хозяином во всех празднествах и других мероприятиях. Хотя сейчас каждая отдельная семья занимает самостоятельное положение, все же роль общественных (социально-этнических) организаций велика.

Это объясняется многими причинами, в частности, сохранением кровнородственных связей узбеков, что выражается, например, расселением родственников по соседству или в одном квартале (махалля). В этом контексте следует отметить, что вопросы воспитания и обучения детей находятся не только в центре внимания отдельной семьи, но и всей махалли. Особенно это сохраняется в сельской местности и в небольших городах.

У народов востока традиционно развито чувство сопереживания не только к родным и близким, но и людям больным, инвалидам, бедным, попавшим в беду. При этом сопереживание сопровождается близким участием и помощью. Однако и хорошие события, традиционные праздники собирают множество людей, на которых организовывались различные представления - выступали канатоходцы, кукольный театр, акробаты, клоуны, певцы и музыканты. Проводились азартные игры и забавы - состязания на лошадях, бои перепелов, петухов и др. В лавках и ларьках продавались различные сладости и фрукты для детей и взрослых.

Вышеописанный быт и культура узбеков сохраняется и в наши дни, являясь массовым проявлением этнического самосознания и традиционной культуры. В психологическом плане это способствовало развитию у людей чувства гордости, проявлению истинно национального характера и возвеличению человека. Каждый участник традиционных обрядов и

праздников чувствовал себя активным частицей той большой общности, которую мы называем этносом.

В целом психологический портрет узбекского народа, помимо особенностей указанных выше, может быть дополнен и следующими характеристиками:

- трудолюбие, патриотизм, гуманность,
- гостеприимство, культ чистоты и санитарного состояния жилища, особенно двора;
- почитание родителей, стариков; немногословие и послушание младших перед старшими;
- степенность, обдуманность решений и действий;
- многодетность узбекских семей как следствие традиционной любви к детям;
- терпеливость, выдержка, самообладание, реалистичность;
- любовь и бережное отношение к духовным ценностям и в целом к истории и культуре нации;
- чувство глубокого личного достоинства и др.

Вместе с тем, излагая теоретическую и методологическую основу наших рассуждений о психике как социокультурном явлении, можно сделать следующие выводы:

1. При изучении проблем психики как социокультурного явления неизбежно возникает необходимость широкого привлечения данных наук об обществе и человекознания (философия, история, этнография, культурология и т. д.). Только этот подход может дать наиболее объективное представление об этносе, его культуре, быте, самобытности, что составными частями входят в такое емкое понятие как этнокультурные и этнопсихологические факторы.

2. Основываясь на историко-критическом подходе в рассмотрении традиций, обычаев, привычек, обрядов и нравов узбекского народа, непосредственно влияющих на становлении национального характера и этнического сознания, можно заключить, что они проходят процесс эволюции в ходе исторического развития. Однако их основное назначение не теряет смысл и в современном мире.

Литература:

1. Асмолов А.Г. Психология личности. -М.: МГУ, 1990. - 367с.
2. Бромлей Ю.В. Этнические процессы в современном мире. - М.,1987.- 448с.
3. Хайруллаев М.М. Фаробий ва унинг фалсафий рисолалари.-Т, 1963. – 284б.
4. Шкуратов В.А. Психика. Культура. История. - Ростов-н/Д., 1990. - 256с.
5. Этнографическое изучение быта и культуры узбеков [Отв. ред. Зияев Х.З. - Т., 1972. -160с.

ВЛИЯНИЕ СТИЛЯ ОБЩЕНИЯ НА ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ВЗРОСЛОГО И МЛАДШЕГО ПОДРОСТКА.

Манзура Джумабаева Багибековна

Старший преподаватель кафедры “Психология” Ташкентского университета прикладных наук.

Современное общество нуждается в создании целого спектра необходимых условий для воспитания подрастающего поколения. Воспитание подростков сложный многогранный процесс. Сложность заключается в том, что не смотря на созданные оптимальные условия и их благоприятность эффективные методы взаимодействия могут не сработать и привести к непредсказуемым результатам. Так, опека со стороны родителей может спровоцировать агрессию, излишняя требовательность стать причиной истерики, а доброжелательность послужить запуску негативизма. Взрослые при общении с подростками постоянно наталкиваются на психоэмоциональные барьеры.

Одной из приоритетных задач современного общества, является забота о подрастающем поколении, воспитании здорового, духовно-богатого и всесторонне развитого поколения. Решением этой задачи занимаются ученые, практики различных областей наук: педагогики, психологии, медицины. Воспитание современного поколения, должно опираться на конкретные, проверенные и обоснованные факты, которые раскрывают возрастную динамику психического развития детей, подростков, лиц юношеского возраста. (Бреслав Г.М., Парыгин Б.Д., Аракелова Г.Г., А.П. Кракасовский, Д.Б. Эльконин, Т.В. Драгунова, Р.И. Суннатов, Н.Г. Камилова)

Известно, что младший подростковый возраст со стороны учителей и родителей характеризуется как один из самых трудных в воспитательном плане. Подростковый возраст это, как правило, возраст конфликтов и сложностей, связанных с проблемами перехода к взрослости. Проблема взаимодействия подростков и взрослых (учителей, родителей) всегда была и остаётся актуальной. Она будет существовать до тех пор, пока взрослые не найдут конструктивный подход в отношении к подростку. Основу подхода может составить адекватно выбранный стиль взаимодействия, выбранный взрослым и основанный на знании возрастной и индивидуальной психологии подростка. В период личностного становления у подростка происходит ряд не только физиологических, но и психологических преобразований: увеличивается потребность в общении со сверстниками, повышается стремление к независимости, к уважительному и серьезному отношению со стороны взрослых к его личной жизни и правам, растет потребность в освоении «взрослого» поведения, развивается самосознание, которое остаётся уязвимым и всё это на фоне лабильности эмоциональной сферы. Такие, пусть даже кратковременные проявления нестабильности эмоциональной сферы, как повышенная раздражительность, агрессивность, обидчивость, на фоне частой смены настроения, затрудняют взаимодействие с подростком. Для того, чтобы эффективно осуществлять учебно-

воспитательный процесс от взрослого требуется не только понимание происходящего, чуткость и забота по отношению к подростку, но и умение выбрать конструктивный стиль взаимодействия с ним. Стиль общения не только влияет, но и определяет характер отношений взрослого и подростка. В психологии различают следующие стили общения авторитарно-диктаторский, презрительно-унижающий, дистантно-отстраненный, непоследовательно-предвзятый, скандальный, общение на основе увлеченности совместной творческой деятельностью, общение на основе дружеского расположения, общение-заигрывание и общение устрашение. Остановимся на характеристике каждого из стилей общения и постараемся определить влияние их на изменение взаимоотношений в системе «Взрослый – Подросток».

1. Авторитарно – диктаторский, выражается в стремление подавить инициативу и самостоятельность подростка.

1. Презрительно – унижающий, выражается в проявление недоверия, неуважения.

2. Дистантно – отстранённый, выражается в формальном донесении информации, неумение устанавливать тёплые эмоциональные отношения.

3. Непоследовательно – предвзятый, выражается в избирательности отношения к подростку, несправедливости в оценке действий, противопоставление другим, высмеивание неудач.

Все эти стили непосредственно влияют на изменение характера взаимоотношений Учителя и Подростка, что оказывает негативное влияние на формирование личности подростка. Непонимание учителями внутреннего мира подростка их ложные, а порой примитивные представления о переживаниях подростка, мотивах его тех или иных поступков, стремлений, ценностей, игнорирование индивидуальной и возрастной специфики развития становится причиной деструктивных нарушений во взаимоотношениях «Взрослого (Учителя) и Подростка». Впоследствии конфликты подросток становится «трудным», неуправляемым, а порой непредсказуемым. По мнению психологов (А.А.Бодалев, Л.И.Криволап) любое неблагоприятное изменение в поведении ребёнка возникает не вдруг, а в связи с отсутствием гибкости взрослых в процессе общения. Было установлено, что существует довольно устойчивая зависимость между манерой поведения, которую позволяет педагог в общении с учащимися, и характером переживаний, которые возникают при этом у подростков. Следовательно, одной из причин «трудного» поведения подростка в некоторых случаях является нежелание педагога видеть личность подростка и его неумение выбрать конструктивный стиль общения с ним. Известно, что у преподавателей нечутких по отношению к подростку, не уважающих его достоинство, не умеющих слушать, делающих замечания в присутствии товарищей виновником конфликтов всегда признаётся подросток.

Обвиняющая позиция преподавателя в определённый период может привести к внешнему «психологическому смирению» подростка и вынужденному принятию им навязываемых отношений послушания. Но

подросток не может долго занимать такую позицию в силу возрастных особенностей, которые заключаются в том, что период его взросления сопровождается развитием естественной потребности в самоутверждении и активном формировании образа «Я». Конфликт между внутренними потребностями и невозможностью их удовлетворения приводит к торможению личностного развития младшего подростка, которое выражается в снижении самооценки, возникновении деструктивных переживаний агрессии, обиды. Это негативно отражается на процессе социализации младшего подростка, что нередко становится причиной его «психологического бунтарства» (немотивированность поступков, демонстративная грубость, постоянные конфликты, агрессивность, трудности в общении). Все это свидетельствует о наличии дезадаптации подростка, которая выражается в снижении успеваемости, замыкание в себе, невозможности удовлетворения ведущих возрастных потребностей, неприятие себя и других. Дезадаптация подростков возникает вследствие их неудачной социализации.

Социализация подростков сложный процесс, своеобразие которого состоит в том, что младший подросток включается в новую систему отношений и общения с взрослыми и товарищами, занимая среди них новое место, выполняя новые функции, осваивая новые механизмы, способствующие развитию его социальной адаптированности. Это проявляется в том, что подросток должен научиться устанавливать отношения не с одним, а со многими людьми (учителями, родителями, сверстниками), учитывать особенности их личности и их требования по отношению к себе. Иначе говоря, подросток учится быть социально активным и здесь без поддержки и помощи взрослого ему не обойтись. Для этого можно порекомендовать педагогу освоение так называемого «стиля общения на основе дружеского расположения», выражающейся в стремлении учителя к сотрудничеству.

Основой данного стиля является личностно-ориентированный подход (К.Роджерс, А.Белкин), который способствует созданию условий, для развития личности подростка, через освоение способов познания своего поведения, осознания сложностей общения, осознания себя, познания своего внутреннего мира, а так же налаживания взаимоотношений с окружающими его людьми. Личностно-ориентированный подход (А.Белкин, 1990) подразумевает наличие двухстороннего эмоционально-положительного контакта в системе «Учитель - Ученик». При этом Учитель (Личность) и Ученик (Личность), со своими интересами, потребностями, индивидуальными особенностями. Основой этих отношений является принятие, доверие и уважение. Освоение этого подхода задача нелегкая, но весьма полезная и интересная. Используя этот подход на практике, преподаватель может развить в себе такие стили общения, как общение на основе увлеченности совместной творческой деятельностью и общение на основе дружеского расположения.

Взрослым, вступающим во взаимоотношения с подростками, для освоения личностно-центрированного подхода, понадобится развить в себе способности определяющие эффективность общения, такие как способность понимать и прогнозировать поведение подростка в различных ситуациях, распознавать намерения, чувства и эмоциональные состояния по невербальной и вербальной экспрессии.

Это ещё раз свидетельствует о необходимости постоянной работы педагога, над своим профессиональным и личностным ростом. Эффективное общение, способствуют адекватности выбора стиля взаимодействия, что позволит взрослому создать оптимальные условия для личностного роста подростка и тем самым способствовать успешности профилактики и преодолению проблем подросткового кризиса.

Используемые литературы

1. Анн Л.Ф. психологический тренинг с подростками. – Спб.: Питер, 2003.
2. Демидова И.Ф. Педагогическая психология. Учебное пособие. 2003
3. Куницина В.Н. Трудности межличностного общения: дис.... док.психол.наук.- Санкт-Петербург, 1991.
4. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений.- Спб.: питер, 2009
5. Муаммоли ўсмир: мослашув, ташхис, коррекция усуллари. Услубий қўлланма. Н.Ф.Комилова, Ф.И.Хайдаров Тошкент 2008.

BUGUNGI ZAMON PSIXOLOGIYASIDA SHAXS DUNYOQARASHINI RIVOJLANTIRISHNING O‘ZIGA XOS MUAMMOLARI

Abdullayeva Dilnoza Qurbonbek qizi

Namangan davlat pedagogika instituti 1- bosqich magistranti

Ilmiy rahbar: Badritdinova Madina Baxromovna

Namangan davlat pedagogika instituti dotsenti v.b, psixologiya fanlari

bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

Bugungi islohotlar davri o‘qitishning samarali metodlarini yaratishni, o‘qituvchi va o‘quvchilar o‘rtasidagi hamkorlikni yanada kengaytirishni, inson shaxsini shakllantirishda ta’lim-tarbiyaning yetakchiligini ta’minlashni, o‘quvchilarning yosh va individual xususiyatlari, milliy his-tuyg‘ularini e’tiborga olib, ta’limiy-tarbiyaviy tadbirlarni amalga oshirishni taqazo qilmoqda.[1]. Qolaversa, O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Miromonovich Mirziyoyevning 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-sonli Farmoniga binoan ishlab chiqilgan 2022-2026 yillarga mo‘ljallangan “Yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi” ning to‘rtinchi va beshinchi boblari alohida ta’lim tarbiya masalalari, adolatli ijtimoiy siyosat yuritish, ma’naviy taraqqiyot va inson manfaatlarini rivojlantirishga qaratilganligi mamlakatimizda yuqori malakali kadrlarni tayyorlash davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri ekanligi va ta’limga e’tibor nechog‘lik muhimligini ko‘rsatadi.[2]. Bu esa mamlakatimizda ta’limga

berilayotgan e'tibor va yoshlarning taqdiri mamlakatimiz uchun naqadar muhim ekanligini ko'rsatadi. Shuningdek, zamonaviy ta'lim tizimi har bir pedagogdan juda katta kasbiy tayyorgarlikka ega bo'lishni, o'qitishning eng ilg'or texnologiyalarini o'zlashtirishni, fanning so'nggi yutuqlaridan xabardor bo'lishni, o'quvchilarning individual-psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda ular bilan ta'lim-tarbiya ishlarini olib borish malakasiga ega bo'lishni taqozo etmoqda. Shaxsda ilmiy dunyoqarash izchil, tizimli, uzluksiz hamda maqsadga muvofiq tashkil etilishi lozim bo'lgan ta'lim-tarbiyaning yo'lga qo'yilishi va o'z-o'zini tarbiyalab borish natijasida shakllanadi. Shuningdek, bugungi kunda jadal rivojlanayotgan dunyoda ilmiy savodxonlikning ahamiyati ortib borayotganligi sababli ilmiy dunyoqarashni shakllantirishda pedagogning o'rnini juda muhim o'rin tutmoqda[3]. Noto'g'ri ma'lumotlar va jadal texnologik taraqqiyot davrida odamlarning ilmiy tafakkurida mustahkam poydevorga ega bo'lishi juda muhim, chunki bu ularga asoslangan qarorlar qabul qilish, axborotni tanqidiy baholash va zamonaviy jamiyatning murakkabliklari bilan shug'ullanish imkonini beradi.

Shaxs dunyoqarashining rivojlanishi va potentsial muammolarini hal qiluvchi bir qancha nazariyalar va asoslar mavjud. Ba'zi mashhur nazariyalar quyidagilarni o'z ichiga oladi:

1. Ijtimoiy o'ziga xoslik nazariyasi: Psixolog Hanri Tajfel tomonidan ishlab chiqilgan ushbu nazariya, odamlar o'zlarini ijtimoiy guruhlariga bo'lishlarini va ularning o'z-o'zini hurmat qilishlari ular aniqlagan guruhlarning maqomiga bog'liqligini ko'rsatadi.[6]. Dunyoqarashni rivojlantirish kontekstida shaxslarning ma'lum bir ijtimoiy guruhga kuchli bog'langanligi, boshqa guruhlariga nisbatan noxolislik va noto'g'ri qarashlarga olib keladigan muammolar paydo bo'lishi mumkin.

2. Kognitiv dissonans nazariyasi: Leon Festinger tomonidan taklif qilingan ushbu nazariya, odamlar qarama-qarshi e'tiqod yoki munosabatda bo'lganida boshdan kechiradigan noqulaylikni tasvirlaydi.[7]. Dunyoqarashni rivojlantirishdagi muammolar, odamlar o'zlarining mavjud e'tiqodlariga shubha qiladigan, kognitiv dissonans (beo'xshovlik)ga va qarama-qarshi g'oyalarni yaratish zaruratiga olib keladigan ma'lumotlar yoki tajribalar bilan to'qnashganda yuzaga kelishi mumkin.

3. Sxema nazariyasi: Psixolog Jan Piaget tomonidan taklif qilingan sxemalar nazariyasi, shaxslar oldindan mavjud bo'lgan aqliy ramkalar yoki "sxemalar" asosida ma'lumotni tartibga solish va sharhlashni taklif qiladi.[8]. Odamlar mavjud sxemalarga qat'iy rioya qilganda va yangi ma'lumotlarga javoban ularni yangilashga chidamli bo'lsa, dunyoqarashni rivojlantirishda muammolar paydo bo'lishi mumkin.

4. Madaniy-tarixiy faoliyat nazariyasi: Lev Vygotskiy ijodidan kelib chiqqan va uning izdoshlari tomonidan yanada takomillashtirilgan bu nazariya shaxsning rivojlanishini shakllantirishda ijtimoiy va madaniy omillarning rolini ta'kidlaydi.[9]. Dunyoqarashning rivojlanishidagi muammolar qarama-qarshi madaniy ta'sirlardan yoki muqobil dunyoqarashlarni qabul qilishni cheklaydigan ijtimoiy normalarni ichkilashtirishdan kelib chiqishi mumkin.

5. Ijtimoiy ta'lim nazariyasi: Albert Bandura tomonidan ishlab chiqilgan bu nazariya xatti-harakatlar va e'tiqodlarni o'zlashtirishda kuzatuv o'rganish va modellashtirish rolini ta'kidlaydi.[10]. Agar odamlar boshqa nufuzli odamlarning e'tiqodlari va qarashlarini tanqidsiz qabul qilsalar, dunyoqarashni rivojlantirishda muammolar paydo bo'lishi mumkin.

Bu nazariyalar shaxsning dunyoqarashining rivojlanishiga xos bo'lgan yuzaga kelishi mumkin bo'lgan qiyinchiliklar va murakkabliklar haqida qimmatli tushunchalar beradi va ular kishilarning dunyoqarashlari qanday shakllanganligi va bu jarayonda yuzaga kelishi mumkin bo'lgan muammolarni tushunishda qo'l keladi.

Shaxsiy dunyoqarashni rivojlantirish murakkab va mashaqqatli jarayon bo'lib, o'z o'rnida o'ziga xos muammolar vujudga kelishi mumkin. Shaxsiy dunyoqarashni rivojlantirishning ba'zi mumkin bo'lgan muammolari quyidagilarni o'z ichiga oladi:

1. O'ziga xos tarafkashlik: inson dunyoqarashining rivojlanishiga ta'sir qilishi mumkin bo'lgan noto'g'ri qarashlarning vujudga kelishi va bu noto'g'ri qarashlardan qochish qiyin bo'lishi mumkin. Ushbu noto'g'ri qarashlar ijtimoiy, madaniy yoki shaxsiy tajribalardan kelib chiqib vujudga kelishi va ular albatta shaxsning ma'lumotni qanday qabul qilishi va baholashiga ta'sir qilishi mumkin.

2. Cheklangan nuqtai nazar: odamlarning yoshlik vaqtidayoq mustaqil fikr bildirish yoki mustaqil ish yuritishiga ijtimoiy muhit tomonidan vujudga keltirilgan turli to'siqlar ularning turli nuqtai nazarlar va muqobil dunyoqarashlarni ko'rib chiqish yoki o'zining mustaqil fikr yuritishida qiynalishi mumkin, bu esa dunyoni tor va cheklangan holatda tushunishga olib kelishi mumkin.

3. Kognitiv dissonans (beo'xshovlik): shaxsiy dunyoqarashni rivojlantirish kognitiv dissonans (beo'xshovlik)ga olib kelishi mumkin, chunki yangi ma'lumotlar yoki tajribalar jamiyat tomonidan o'rnatilgan e'tiqod va qadriyatlarga zid bo'lishi mumkin. Bu hissiy jihatdan odamlarga qiyinchilik tug'dirishi va odamlarda qarama-qarshi fikrlarni vujudga kelishiga turtki bo'lishi mumkin.

4. Axloqiy og'ishish: Shaxsiy dunyoqarashni rivojlantirish ta'lim-tarbiya jarayonida ishtirokchilariga qat'iy talablar qo'yishi ko'zda tutiladi.[13, 95-99s]. Aks holda, noto'g'ri rivojlantirilgan shaxsiy dunyoqarash kishi e'tiqodlari va jamiyat me'yorlari yoki umidlari bilan ziddiyatli vaziyatlarda murakkab va qarama-qarshi vaziyatlarni vujudga keltirishi va axloqiy og'ishishlarni keltirib chiqarishi mumkin.

Ushbu holatlarni hisobga olgan holda, insonlar ochiq fikrda bo'lishlari, o'z e'tiqodlarini tanqidiy baholashlari, turli nuqtai nazarlarni izlashlari va yangi ma'lumotlar va tajribalarga javoban o'z dunyoqarashlarini moslashtirish va rivojlantirishga tayyor bo'lishlari muhimdir.

Yuqoridagi fikrlarga tayangan holda, inson shaxsiy dunyoqarashini shakllantirish butun dunyoda har bir davrda dolzarb masala bo'lib kelgan. Shaxsiy dunyoqarashni rivojlantirish nafaqat shaxs uchun, balki uning boshqalar, kengroq jamiyat va butun dunyo bilan o'zaro munosabatlari uchun ham dolzarbdir. Chunki u shaxsning idrokiga, qaror qabul qilishiga, xulq-atvoriga va hayotga umumiy yo'nalishiga ta'sir qiladi. Shaxsiy dunyoqarashni rivojlantirish har bir jabhada

muhim o‘rin tutadi. Jumladan, shaxsiy dunyoqarashning shakllanishi qadriyat va axloq tushunchalari bilan chambarchas bog‘liqdir. Shaxsning dunyoqarashi uning asosiy e‘tiqod va qadriyatlarini shakllantiradi, bu esa, o‘z navbatida, uning axloqiy qarorlar qabul qilish va axloqiy xulq-atvoriga rahbarlik qiladi. Bu shaxslararo munosabatlarga, kasbiy xulq-atvoriga va jamiyatda o‘z o‘rnini egallashida muhim o‘rin tutadi. Qolaversa, shaxsning dunyoqarashi uning atrofidagi dunyoni qanday izohlashi va idrok etishiga, uning kognitiv jarayonlariga, muammolarni hal qilish usullariga, yangi ma’lumotlarni o‘zlashtirish va qayta ishlash usullariga ta’sir qiladi. Bu muloqot, empatiya, nizolarni hal qilish va turli nuqtai nazarlarni tushunish qobiliyatlarini rivojlantiradi. Insonning dunyoqarashi qanday shakllanganligi uning shaxsiy hayotiy maqsadlari, martaba intilishlarini shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Dunyoqarash shaxslarning siyosiy qarashlariga, ijtimoiy faolligiga va ijtimoiy masalalarda ishtirok etish istagiga ta’sir qiladi. Ular ijtimoiy muammolar haqidagi tasavvurlarni shakllantiradi va targ‘ibot va faollikka yondashuvlarni boshqaradi. Bu esa, birgalikda va qo‘llab-quvvatlovchi shaxsiy dunyoqarash aqliy va hissiy farovonlikka ta’sir qiluvchi uyg‘unlik, maqsad va chidamlilik tuyg‘usiga hissa qo‘shishi mumkin. Aksincha, insonningdunyoqarashidaginizolarkognitivdissonansvahissiyiztirobgaolibkelishimu mkin. Shaxsiy dunyoqarashni yuksaltirish madaniyatlararo muloqotda va turli jamiyatlarda harakat qilishda muhim ahamiyatga ega. Kishilarning dunyoqarashlardagi farqlarni qadrlash o‘zaro hurmat va samarali hamkorlikni osonlashtirishi mumkin. Insonning dunyoqarash jamiyatda yangi g‘oyalarni o‘rganish istagi va moslashuvchanlikka ta’sir qiladi. Yaxshi rivojlangan shaxsiy dunyoqarash doimiy o‘rganish va shaxsiy o‘sishni rag‘batlantirishi mumkin. Jamiyatning to‘xtovsiz rivojlanishini hisobga olgan holda shaxsiy dunyoqarashni rivojlantirish nafaqat shaxs uchun, balki ularning boshqalar, kengroq jamiyat va butun dunyo bilan o‘zaro munosabatlari uchun ham dolzarbdir. Bu odamlarning o‘zlarini va atroflarini qanday qabul qilishiga ta’sir qiladi va oxir-oqibat ularning tajribalari va dunyo va jamiyat rivojiga hissa qo‘shish hissini shakllantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son “2022-2026 yillarga mo‘ljallangan Yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to‘g‘risida” Farmoni. T.: 2022.
2. D.Abdullayeva “Shaxs intellektual kamolotida ilmiy dunyoqarashni shakllantirishning innovatsion texnologiyalari” “RAQAMLI IQTISODIYOT DAVRIDA UZLUKSIZ TA’LIM: INNOVATSIYA VA ISTIQBOLLAR XALQARO ILMIY-AMALIY KONFERENSIYA” T.: 2023
3. Badritdinova, M. B. (2019). COGNITIVE METHODS AND PERSON NATIONAL PECULIARITY. *Scientific and Technical Journal of Namangan Institute of Engineering and Technology*, 1(10), 380-386.
4. Badritdinova, M. (2023). MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA TAFAKKUR USLUBINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI. TA’LIM TIZIMIDA PSIXOLOGIK XIZMATNING ZAMONAVIY TENDENSIYALARI: NAZARIYA VA

AMALIYOT mavzusidagi Respublika II-ilmiy-amaliy konfensiya maqolalari to'plami.

5. Halimjanovna, A. M., & Vaxromovna, B. M. (2023). MUAMMOLI TA'LIM MUSTAQIL FIKRLASH OMILI SIFATIDA. *Science and innovation*, 2(Special Issue 14), 266-270.

6. Бадритдинова, М. (2019). КОГНИТИВ УСЛУБ БИЛАН БОҒЛИҚ МЕТАУСЛУБЛАРНИНГ РИВОЖЛАНИШИ. *Ilmiy axborotnoma*.

7. Halimjanovna, A. M., Bakhromovna, B. M., Alisherovna, M. N., Tuxtasinovna, T. R., & Jumaboyevna, T. S. (2023). Psychological Mechanisms for Overcoming the Feeling of Fear that Occurs in Students During the Examination Process. *Migration Letters*, 20(S8), 1549-1556.

8. Badritdinova, M. B., & Rustamova, T. N. (2021). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF DEVELOPMENT OF THINKING IN STUDENTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS. *Science and Education*, 2(2), 331-337.

9. Badritdinova, M. B. (2019). THE DEVELOPMENT OF METAMETHODS ASSOCIATED WITH COGNITIVE METHODS. *Scientific and Technical Journal of Namangan Institute of Engineering and Technology*, 1(6), 483-489.

10. Бадритдинова, М. (2019). КОГНИТИВ УСЛУБ БИЛАН БОҒЛИҚ МЕТАУСЛУБЛАРНИНГ РИВОЖЛАНИШИ. *Ilmiy axborotnoma*.

O'SPIRIN SHAXSINING RIVOJLANISHIDA YETAKCHI FAOLIYATNING PSIXOLOGIK AHAMIYATI

Rustamova Go'zal Xolmuhammad qizi

Namangan davlat pedagogika instituti, Pedagogika va psixologiya fanlarni o'qitish metodikasi kafedrasida stajyor-o'qituvchisi

O'spirinlik davri «kamolot bo'sag'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 bilan uning bosqichlari ijtimoiy yetilish muddati bilan hamma vaqt ham to'g'ri kelavermaydi. Akseleratsiya natijasida bugungi ilk o'spirinlarning taraqqiyoti avvalgi avlodlarga nisbatan o'rtacha ikki-uch yil avval yetilmoqda. aqliy imkoniyatlari regulyatori, ahloqiy jihatdan alohida ahamiyat kasb etadi.

Shaxs deganda konkret bir insonni, ya'ni ma'lum jamiyat a'zosini, shu jamiyatda yashab, shu jamiyatda ishlaydigan hamda shu jamiyat a'zolari bilan ma'lum munosabatda bo'ladigan konkret odamni tushunamiz. Har bir shaxsning boshqa shaxsdan ajratib turadigan o'ziga xos xislatlari bo'ladi. Odamning shaxsiy xislatlari hech vaqt tug'ma ravishda, ya'ni tayyor holda berilmaydi. Har bir odamning o'ziga xos bo'lgan va boshqa odamlarda takrorlanmaydigan shaxsiy xislatlari, yashash sharoiti, ya'ni ijtimoiy muhit va ta'lim-tarbiyaning aktiv ta'siri ostida tarkib topadi. Shaxs o'sib-ulg'ayib rivojlanib borar ekan, turli yosh davrlarida turlicha yetakchi faoliyat bilan band bo'ladi. Yetakchi faoliyat (Blonskiy tomonidan kiritilgan) - bu rivojlanishning ijtimoiy holati doirasidagi

bolaning faoliyati bo'lib, uning amalga oshirilishi rivojlanishning ma'lum bir bosqichida unda asosiy psixologik yangi shakllanishlarning paydo bo'lishi va shakllanishini belgilaydi. Ilk bolalik davrida aqliy rivojlanish, predmetli faoliyat yetakchi faoliyat hisoblansa, maktabgacha tarbiya yoshida o'yin, kichik maktab yoshida o'qish, o'smirlilik davrida esa shaxsiy intim muloqotdir. O'spirinlik davriga kelib esa D.B.Elkoninning va A.N.Leontevning ta'kidlashicha, o'quv kasbiy faoliyat o'spirinlik davrida yetakchi faoliyat hisoblanadi. D.I.Feldshteynning fikricha, o'spirinlik davrida o'qish va mehnat asosiy faoliyat turlari sifatida shaxsning taraqqiyotini belgilaydi [2]. Boshqa psixologlar esa kasbiy o'z-o'zini belgilashni ilk o'spirinlik davrida yetakchi faoliyat sifatida ko'rsatadilar. I.V.Dubrovina bu holatga aniqlik kiritadi, maktabni tugatgan paytda kasbiy o'z-o'zini belgilash haqida gapirish erta, chunki unda faqat istak, haqiqatda amalga oshirish agan kelajak rejalar mavjud bo'ladi [3]. O'spirinlar shaxsining taraqqiyotida ijtimoiy foydali mehnatning roli katta. O'spirinlar mehnati faqat o'zining moddiy natija berishi tomoni bilangina muhim emas. Bu yoshdagilarning mehnatini to'g'ri tashkil etish shaxsning kollektivizm, umum foydasi uchun qilinadigan mehnatga muhabbat, tashabbuskorlik, maqsadga intiluvchanlik, intizomlilik, qat'iyatlilik singari sifatlarini tarkib toptirishga yordam beradi. O'quvchilar umumiy mehnatda qatnashar ekanlar, mehnatni va mehnat kishilarini hurmatlash tuyg'usini hosil qiladilar, ularda mehnat qilish ehtiyoji va istagi paydo bo'ladi. Jamoada mehnat qilishda uning tarbiyaviy ahamiyati kuchli bo'ladi. Jamoaviy mehnat, o'zaro mehnat mas'uliyati o'spirin shaxsini tarkib toptirishda katta rol o'ynaydi. Jamoa bo'lib mehnat qilish o'quvchilarning mehnatda hamkorlik va o'zaro yordam ko'rsatish tajribasini, bir-birlarini nazorat qilish tajribasini hosil qilishlariga imkon beradi, mehnatning umumiy natijalaridan shaxsiy manfaatdorlikni, o'z xatti-harakatlarini jamoa manfaatlariga bo'ysundirish odatini tarkib toptiradi.

O'spirinlik yoshi — mehnat hayotida o'z-o'zini aniqlab olish yoshi bo'lib, bu vaqtda o'quvchi o'zining mehnatdagi iste'dodini jiddiy ravishda izlay boshlaydi, unda o'zining kelajakdagi kasbini belgilab olish intilishi paydo bo'ladi. O'smirlardan farqli ravishda o'spirinlar kasbni o'ylab tanlaydilar, nima uchun shu kasbni tanlaganliklarini asoslab beradilar. Ularning ko'plari o'zlarining individual jismoniy va psixik xususiyatlarini biror kasb kishisiga qo'yiladigan talablar bilan taqqoslamochi boladilar. Buning natijasida o'spirinlar amaliy jihatdan masalaga yaqinlashib qoladilar va o'z qiziqishlari hamda imkoniyatlarini hisobga olib, haqiqiy kasblarni tilga ola boshlaydilar [4].

Kasb - inson ish faoliyatining ma'lum tajriba, tayyorgarlik talab etadigan faoliyat turi, sohasi, hunardir. Kasbga umumiy yoki maxsus ma'lumot hamda amaliy tajriba yo'li bilan erishiladi. Kasb ichida mehnat faoliyatining eng tor xarakteri bilan ajralib turuvchi ixtisoslari bor. Ba'zi kasblarda bir qancha ixtisoslar masalan: chilangar kasbida - remontchi chilangar, asbobsoz chilangar, yig'uvchi chilangar kabi yo'nalishlar mavjud. Demak, har bir kasbga xos bo'lgan yo'nalishlar mavjud bo'ladi. Bu esa inson faoliyatini kengayib borayotganligini, har bir sohani o'ziga xos tor jabhalari borligini tasdiqlaydi. Hayotiy jarayonlar kasblarni doimiy emasligini ko'rsatadi. Kasblarni ayrimlari paydo bo'ladi ayrimlari yo'q bo'lib ketar ekan. Bu kasblarni ayrimlari texnika va texnologiya sohalarini

taraqqiyoti bilan bog'liq holda takomillashib boradi, yangi ko'rinishga ega bo'lgan kasblarni paydo qiladi, eskilarini yanada takomillashtiradi. O'spirinlar turli kasblarni turlicha baholaydilar. 17 yoshlilar kasblarni kontrast «oq-qora», mavhum deb baholashalar, 25 yoshlilar o'zlarining hayot yo'llari bilan baholaydilar. Muvaffaqiyatli kasbga yo'naltirishning muhim shartlaridan biri o'quvchilarning mehnatga to'g'ri munosabatda bo'lishi va ularning faolligidir [5].

Kasbga yo'naltirish — shaxsning ijtimoiy taqdirini belgilashning tarkibiy qismidir. Kasb tanlash hayot mazmuni haqidagi o'ylari va shaxsiy «Men» tabiati bilan mos kelganda muvaffaqiyatli hisoblanadi. Toshkent to'qimachilik va yengil sanoat instituti talabalarida Z.T.Nishanova rahbarligida o'tkazilgan D.Xodjakulova tadqiqotlarida so'ralganlarning yarmisi yana shu kasbni tanlashlarini ta'kidlab, tasdiq javobini berishgan, uchdan bir qism talabalar esa ikkilanishlarini bayon etishgan [6].

Talabalarda kasbiy yo'nalغانlikning shakllanishi va rivojlanishi jarayoniga faol maqsadga muvofiq ta'sir ko'rsatish uchun quyidagilarni tavsiya etish mumkin [7]:

1. Oliy o'quv yurtidagi ta'lim jarayonida har bir talabaning barqaror kasbiy yo'nalغانligi shakllanishiga yordam berish uchun ta'lim ning muvaffaqiyatini ta'minlaydigan psixologik fenomenlar majmuyini hisobga olish zarur.

2. Oliy ta'lim davomida har bir talabaga individual yondashuvni amalga oshirmoq, kasbiy yo'nalغانlik imkoniyatlaridan kengroq foydalanish lozim.

3. Talabalarining anchagina qismi kasbni anglamay tasodifan tanlaganliklarini hisobga olib, oliy o'quv yurtidagi ta'lim jarayonida talabalarda dunyoni kasb nuqtayi nazaridan ko'rishni shakllantirishga yo'naltirilgan tadbirlar tizimini tavsiya etish mumkin.

4. Ko'pchilik talabalar hozirgi zam on masalalari bilan aloqasi borligi, ilmiylik, muam molilik, bilimining chuqurligi, ta'limda ko'rsatmalilik va texnika vositalarining qo'llanilishini mutaxassislik fanlarini o'qitishdagi ijobiy jihatlar sifatida ta'kidlangani bois, darslarni jonli, yangi pedagogik texnologiyalarga asoslangan holda qiziqarli qilib o'tishlarini o'qituvchilarga tavsiya etgan.

5. Talabalarda kasbiy yo'nalغانlikni shakllantirish uchun kasb professiogrammasi va psixogrammasi bilan tanishtirish hamda kasbiy muhim xislatlarni psixologiya darslarida amaliy mashg'ulotlarda hamda tarbiyaviy soatlarda guruh murabbiylari yordamida rivojlantirishni tavsiya etilgan.

O'spirinlik davrida intellektual rivojlanish - ilk o'spirinlarning bilish jarayonlari shunday darajaga yetadiki, kattalar bajaradigan barcha aqliy ishlarni bajarishga amaliy jihatdan tayyor bo'ladilar. Ularning bilish jarayonlari murakkab va egiluvchan bo'lib boradi. Ular bu yoshga kelib jiddiy ishlarga ko'p vaqtlarini ajrata boshlaydilar, dam olish va o'yin-kulguga juda kam vaqt ajratadilar. Ularning barcha bilish jarayonlari, jum ladan, xayol, xotira, nutq, tafakkur rivojlanadi. Ilk o'spirinlik yoshidagi o'quvchilarning bilish jarayonlari turli nuqtayi nazarlarni tahlil etishga va bu masala bo'yicha har tomonlama fikr yuritishga yordam bera oladi. Bilishga qiziqishning rivojlanishi, o'qishga ongli munosabatda bo'lishning o'sishi bilish jarayonlarining ixtiyoriyligini, ularni boshqara olish mahoratini yanada rivojlantirishga undaydi. Bu yosh davrining oxiriga borib, o'quvchilar

o'zlarining bilish jarayonlarini to'la-to'kis egallab oladilar, ularni hayot va faoliyatning muayyan vazifalariga bo'ysundiradilar.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha harakatlar strategiyasi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining farmoni. O'zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari to'plami, 2017yil, 6-son,70-modda.

2. Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya: darslik / Z.T. Nishanova va boshq. — Toshkent: « O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati» nashriyoti, 2018. — 600 b.

3. Kasbiy psixologiya. M.M. Axmetjanov, A.X. Gafforov, M.X.Karimova – O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi - T.: «Fan va texnologiya», 2021.

4. Xalimjanovna, A. M. (2022). MANIFESTATIONS OF STRESS IN PROFESSIONAL ACTIVITY AND WAYS TO ELIMINATE IT. Galaxy International Interdisciplinary Research Journal, 10(11), 841-844.

5. Xalimjanovna, A. M. (2022). Raising a Child and Preparing Him for Social Life in the Works of Our Great Scientists. EUROPEAN JOURNAL OF INNOVATION IN NONFORMAL EDUCATION, 2(5), 38-41.

6. Badritdinova, M. B., & Rustamova, T. N. (2021). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF DEVELOPMENT OF THINKING IN STUDENTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS. Science and Education, 2(2), 331-337.

7. Бадритдинова, М. Б. (2020). Различия между базовой, дидактической и когнитивными структурами личности. Oriental Art and Culture, (II), 158-161.

М.Г.ДАВЛЕТШИН ИЛМИЙ МАКТАБИ

Нишанова Зулфизар Яшин қизи

Тошкент давлат педагогика университети тадқиқотчиси

Психология фанлари доктори, профессор, Ўзбекистонда хизмат кўрсатган фан арбоби М.Г.Давлетшиннинг Республикада илм-фан тараққиётига улкан ҳисса қўшган, ўзига хос илмий мактаб ярата олган буюк олимдир. “М.Г.Давлетшин илмий мактаби” тарихий тараққиётида икки йўналишни ажратиш мумкин:

Биринчи йўналиш, асосан мустақилликкача бўлган даврга тўғри келиб, бу даврда кўпроқ қобилият, техникавий иқтидор, турли техникавий касб эгалари психологияси, меҳнат фаолиятининг психологик асослари, касбий фаолиятга психологик тайёрлаш муаммоларини ўрганишга эътибор қаратилган.

Иккинчи йўналиш, мустақиллик йилларида ривожлантирилиб, бунда психология фанининг турли соҳаларига оид тадқиқотларни жадаллаштириш, мамлакатга психологиянинг хилма хил тармоқлари бўйича ихтисослашувга эга кўплаб юқори малакали илмий кадрлар тайёрлашга қаратилди.

М.Г.Давлетшин илмий мактаби” эришган энг салмоқли натижалар сифатида қуйидагиларни ажратиш мумкин:

-техникавий қобилиятлар феноменологияси, структураси аниқланган, уларни диагностика қилиш ва ривожлантириш методикаси яратилган;

-педагог кадрларни касбий фаолиятга психологик тайёрлашнинг илмий-назарий ва илмий-услубий асослари ишлаб чиқилган;

-ўқувчи ёшларнинг психик ривожланиши қонуниятларини таълим ва ижтимоий омилларнинг кенг доираси билан тушунтириб берувчи концептуал қарашлар шакллантирилган.

Ўз илмий-ижодий фаолияти давомида М.Г.Давлетшин 250 дан зиёд илмий ва ўқув-услубий асарларни яратган. Улар орасида нисбатан йирик асарлар сифатида қуйидагиларни ажратиш мумкин:

-“Мактаб ўқувчиларининг техник қобилияти психологияси” монографияси (1971);

-“Таълимнинг психологик асослари” ўқув қўлланмаси (1978);

-“Қобилиятлар ва уларнинг диагностикаси” (1979);

-“Касб танлаш” ўқув-услубий қўлланмаси (1986);

-“Замонавий мактаб ўқитувчиси психологияси” ўқув қўлланмаси (1999);

-“Умумий психология” ўқув қўлланмаси (2002);

-“Психологик ва педагогик тадқиқотларнинг методологияси ҳамда методлари” ўқув-услубий қўлланмаси (2002);

-“Ёш психологияси ва педагогик психология” ўқув қўлланмаси (2003).

“Мактаб ўқувчиларининг техник қобилияти психологияси” монографияси олимнинг кўп йиллик илмий изланишлари маҳсули бўлиб, ушбу асарда техникавий қобилиятнинг психологик моҳияти, таркибий тузилиши, унинг етакчи ва ёрдамчи компонентлари, ўқувчиларда ушбу қобилиятнинг ривожланиш даражасини ташхис қилиш ва оширишнинг амалий имкониятлари очиқ берилди.

“Таълимнинг психологик асослари” ўқув қўлланмасида таълим ва психик тараққиётнинг ўзаро алоқаси механизмлари очиқ берилди, таълим жараёни самарадорлигини таъминлашда ўқувчининг ёшга оид ва индивидуал-психологик хусусиятларини билишнинг аҳамияти кўрсатилади, таълимни ташкил этишда эътиборга олиниши зарур бўлган психологик қонуниятлар моҳияти ёритилади.

“Қобилиятлар ва уларнинг диагностикаси” ўқув-услубий қўлланмасида қобилиятнинг психологик моҳияти, унинг турлари, махсус қобилиятларни ташхис қилиш воситалари ва улардан фойдаланиш услубиёти баён этилади.

“Касб танлаш” ўқув-услубий қўлланмасида ёшларни касб-ҳунар танлашга йўналтириш муаммосини ечишнинг психологик йўллари кўрсатиб берилди, касбий диагностика ва консультация учун фойдали илмий асосланган услубий материаллар келтирилади.

“Замонавий мактаб ўқитувчиси психологияси” ўқув қўлланмасида мустақиллик йилларида мамлакат таълим тизимидаги ислохотлар ўқитувчилик касбига қандай психологик талаблар қўяётгани таҳлил қилинади, педагогик фаолиятнинг умумий профессиографияси ёритилади, педагогнинг қобилиятлари классификацияси келтирилади.

“Умумий психология” ўқув қўлланмасидан ҳозиргача барча педагогик олий ўқув юртларининг ному тахассислик факультетлари талабалари учун асосий ўқув адабиёти сифатида фойдаланиб келинади. Унда умумий психология курсининг мазмуни, яъни психология фанининг предмети, мақсад ва вазифалари, методлари, психик фаолиятнинг асосий қонуниятлари, билиш жараёнлари, шахс ҳиссий-иродавий ва мотивацион соҳаси, индивидуал-психологик хусусиятлари моҳияти очиқ берилди.

“Психологик ва педагогик тадқиқотларнинг методологияси ҳамда методлари” ўқув-услугий қўлланмаси ёш тадқиқотчиларга илмий изланишлар олиб бериш ва уларнинг натижаларини расмийлаштириш қоидаларини тушунтирувчи материаллар келтирилади. Бунда методология, метод ва методиканинг моҳияти, психология соҳасидаги тадқиқотларда методик аппаратни шакллантиришнинг умумий талаблари, илмий-текшириш воситаларидан тўғри фойдаланиш қоидалари баён этилади.

Шундай қилиб устозимиз М.Г.Давлетшин Ўзбекистонда психология фани ривожига улкан ҳисса қўшган буюк олимдир.

Адабиётлар:

1. Ergashev P.S. Professor M.G.Davletshin va uning ilmiy maktabi. // Zamonaviy psixologiyaning amaliy imkoniyatlari mazvusi dagi xorijlik mutaxassislar ishtirokidagi ilmiy-amaliy anjuman materiallari to‘plami. – Toshkent: TDPU, 2018. – 547 b.

2. Давлетшин М.Г. Психологик ва педагогик тадқиқотларнинг методологияси ҳамда методлари. Ўқув-услугий қўлланмаси. -Т. 2002.

3. Давлетшин М.Г. Таълимнинг психологик асослари. Ўқув услубий қўлланмаси. -Т. 1978.

KOMMUNIKATIV QOBILIYATLAR RIVOJLANISHINING O‘SMIRLIK DAVRIGA XOS PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Abdulmahmudov Ilhomjon Adhamjon o‘g‘li
University Business and Science nodavlat
oliy ta’lim muassasasi o‘qituvchisi

Mustaqillik yillarida mamlakatimizning ijtimoiy-siyosiy, iqtisodiy va ma’naviy hayotida tub ijobiy o‘zgarishlar sodir bo‘ldi. Prezident Sh.Mirziyoyev O‘zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi Qonunchilik palatasi hamda Senatining qo‘shma majlisida so‘zlagan nutqida ta’kidlab o‘tganidek, “Bizning asosiy uzoq muddatli va strategik vazifamiz avvalgicha qoladi bu demokratik davlat, fuqarolik jamiyati qurish jarayonlari va bozor islohatlarini yanada chuqurlashtirish, odamlar ongida demokratik qadriyatlarni mustahkamlash yo‘lidan og‘ishmay izchil va qat’iyat bilan borishdir” [1].

O‘zbekiston Respublikasi o‘z mustaqilligini jahon miqyosida yil sayin barqarorlashtirib borar ekan, uning istiqboli bugungi avlodning, bilimdon, ma’naviy jihatdan barkamol insonlar bo‘lib yetishishiga bog‘liqdir. Insonni

jamiyatimiz uchun to‘laonli, faol, barkamol shaxs sifatida shakllantirish samaradorligini yanada oshirishda psixologiya ilmi va uning amaliyotda to‘g‘ri yo‘nalishga ega bo‘lishi juda muhimdir.

Nutq faoliyati - odam tomonidan ijtimoiy - tarixiy tajribani o‘zlashtirish va avlodlarga berish yoki kommunikatsiya o‘rnatish o‘z harakatlarini rejalashtirish maqsadida tildan foydalanish jarayonidir.

O‘smirlik davrida nutqning rivojlanishi bir tomondan so‘z boyligini oshishi hisobiga bo‘lsa, ikkinchi tomondan tabiat va jamiyatdagi narsa voqea va hodisalarning mazmun mohiyatini anglashlari hisobiga bo‘ladi. Bu davrda o‘smir til yordamida atrof-borliqni aks ettirilishi bilan bir qatorda inson dunyoqarashini ham belgilab berish mumkinligini his qila boshlaydi. Aynan o‘smirlik davridan boshlab, inson aynan nutq bilish jarayonlarining rivojlanishini belgilab berishini tushuna boshlaydi o‘smirni ko‘pincha muomalada so‘zlarni ishlatish qoidllari - “qanday qilib to‘g‘ri yozish kerak?”, “qanday qilib yaxshiroq aytish mumkin?” kabi savollar juda qiziqtiradi.[2]

O‘smirlar maktabdaga o‘qituvchilar, kattalar ota-onalar nutqidagi kamchiliklarga kitob, gazeta radio va telivideniye diktorlari xatolariga tez e‘tibor beradilar. Bu holat o‘smirning bir tomondan o‘z nutqini nazorat qilishga o‘rgatsa, ikkinchi tomondan kattalar tomonidan ham nutq, qoidalarini buzilishi mumkinligini bilishlariga va o‘zida mavjud xatoliklarni birmuncha barham toptirishlariga olib keladi.

O‘smir so‘zlarning kelib chiqish tarixiga, ularning aniq mazmuni va mohiyatiga juda qiziqadi. U endi o‘z nutqida yosh bola singari emas, balki katta odamlardan so‘zlarni tanlashga harakat qiladi. Nutq madaniyatni egallash borasida o‘smir uchun o‘qituvchi, albatta, namuna bo‘lishi shartdir. Aynan maktab ta‘limi o‘smir bilish jarayonlarini rivojlanish yo‘nalishini sifat jihatidan o‘zgarishda asosiy omil bo‘lib xizmat qiladi. Bilish jarayonlarining rivojlanishida nutq ham oshadi, ham yozma mavjud bo‘lishi bilan ham kuchli vosita hisoblanadi. Maktabdagi o‘quv jarayonlarining to‘g‘ri tashkil etilishi va amalga oshirilishi bilan o‘smir nutqining to‘g‘ri rivojlanishiga sharoit yaratiladi. Nutqni o‘zlashtirishga harakat o‘smirning muomala, bilish va ijodiy faoliyatga kirishishga ehtiyoji va intilishi tufayli yuzaga keladi.

O‘smirlik davrida o‘qish va yozma monologik nutq jadal rivojlanadi. 5-sinfdan boshlab to 9-sinfgacha o‘qish to‘g‘ri, tez va ifodali bo‘lish darajasidan, yoddan ifodali, ta‘sirli aytib bera olish darajasigacha ko‘tariladi. Monilogik nutq esa asardagi kichik bir parchani qayta so‘zlab berishdan, mustaqil ravishda nutq va chiqishlar tayyorlash, ogzaki mulohaza yuritish, fikr bildirish va ularni asoslab berishgacha o‘zgaradi. Yozma nutq ham yaxshilangan holda o‘smirlar endi ularga berilgan erkin mavzu bo‘yicha mustaqil holda insho yoza oladilar. O‘smirlarning nutqi to‘la tafakkur bilan bog‘liq holatda amalga oshiriladi. 5-6 sinflardagi o‘quvchilar ogzaki va yozma matn uchun reja tuzib, unga amal qila oladalar.

Amerikalik olim Megrabyanning bergan ma‘lumotlariga ko‘ra, o‘smirlarning 55% boshqalardan kelayotgan noverbal signallarga, 38% paralingvistik va 7% gina nutqning bevosita mazmuniga ishonadilar. [3]

Jon Chestara o‘zining “Delovoy etiket” nomli kitobida (M.,1997) muloqot jarayonida o‘smirlarda namoyon bo‘ladigan va aniq ma’no va mohiyat kasb etadigan noverbal qiliqlarga tasnif bergan [4].

1. Agar o‘smir barmoqlari bilan stolni tinmay chertayotgan bo‘lsa, demak, u betoqat, yoki unga siz bilan suhbatlashish zerikarli, shuning uchun u asabiylashmoqda.

2. Agar u qo‘l barmoqlarini qisayotgan bo‘lsa, demak, u nimadandir juda xavotir, o‘zini himoyasiz his qilmoqda.

3. O‘smirning qo‘llarini musht qilib turishi undagi vajohat belgisi, lekin u bu holatni, badjahllikni nazorat qilmoqchi.

4. Agar o‘smirning qo‘llari behol bo‘lib, kaftlari yuqoriga qaratilgan tarzda oldinga intilgan bo‘lsa, demak, u nimadandir taajjubda, tashvishda, qiyinchilikda.

5. Qo‘llar ko‘krakda bog‘langan bo‘lsa, bu uning chaqirigi, nimanidir muhokama qilishga tayyorligi ramzi.

6. Agar o‘smir stulning qirg‘og‘iga o‘tirib olgan bo‘lsa, bu yo sabrsizlik bilan kutayotganligi, yoki nimagadir qiziqish bildirayotganligi ramzidir.

Axborotlarni qabul qilish darajasi bo‘yicha o‘smirlarni uch toifaga ajratish mumkin. [5]

** Eshitish a’zosi orqali qabul qiluvchilar;

** Ko‘rish a’zosi orqali qabul qiluvchilar;

** Hissiy (hissiyotlari bilan) bilish orqali qabul qiluvchilar.

O‘smir yoshdagi qizlarda eshitish analizatori ustunlik qiladi. Shuning uchun qizlar suhbat davomida musiqa chalinib turishini hush ko‘radilar va ularga ta’sir etishda “gapirmoq”, “so‘zlab bermoq”, “eshitmoq”, “ohanglarning uyg‘unlashishi” kabi so‘zlardan foydalanish, hamda turli xil tempda, ya’ni bir baland, bir past ohangda so‘zlashish orqali munosabatga kirishish maqsadga muvofiq. Ular bilan muloqot jarayonida “mening eshitishimcha...”, “men eshitdimki...”, “sizning gappingizga ko‘ra...” deya suhbatni boshlagan ma’qul.

O‘smir yoshdagi yigitlarda esa eshitish analizatori ustunlik qiladi. Shuning uchun yigitlar kartalar diagrammalar, rasmlar, video roliklarni hush ko‘radilar va ularga “ko‘rmoq”, “tasvirlamoq”, “qaramoq”, “kuzatmoq” kabi so‘zlarni ko‘proq qo‘llashga va fikrlarni yozma shakllarini ham taqdim etishga to‘g‘ri keladi. Ular bilan muloqot jarayonida esa “menga shunday ko‘rinyaptiki...”, “mening ko‘rishimcha...” tarzida suhbatni boshlangani maqsadga muvofiq bo‘ladi.

Hissiy bilish orqali qabul qiluvchilar aralash toifadagi o‘smirlar bo‘lib, ular bir vaqtning o‘zida bir necha ish boshlashni hush ko‘radilar. Ularga “tushunmoq”, “his qilmoq”, “anglamoq” kabi so‘zlar kuchliroq ta’sir o‘tkazadi. Hissiy (hissiyotlari bilan) bilish orqali qabul qiluvchilarga “mening his qilishimcha..., mening sezishimcha...”, “sizni tushunishimcha...” kabi jumlar bilan murojaat qilish kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yhati

1. Sherbakov A.I. Yosh psixologiyasi va pedagogik psixologiyadan praktikum. Toshkent, 1991 y.

2. Краснова О.В. Воспоминания пожилых людей: повествование,

биография и терапия пересмотром жизни // Психология подросткового возраста и старения. 2002. № 1. - С. 5-9.

3. Halimjanovna, A. M., & Baxromovna, B. M. (2023). MUAMMOLI TA'LIM MUSTAQIL FIKRLASH OMILI SIFATIDA. *Science and innovation*, 2(Special Issue 14), 266-270.

4. Бадритдинова, М. (2019). КОГНИТИВ УСЛУБ БИЛАН БОҒЛИК МЕТАУСЛУБЛАРНИНГ РИВОЖЛАНИШИ. *Ilmiy axborotnoma*.

5. Halimjanovna, A. M., Bakhromovna, B. M., Alisherovna, M. N., Tuxtasinovna, T. R., & Jumaboyevna, T. S. (2023). Psychological Mechanisms for Overcoming the Feeling of Fear that Occurs in Students During the Examination Process. *Migration Letters*, 20(S8), 1549-1556.

6. Badritdinova, M. B., & Rustamova, T. N. (2021). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF DEVELOPMENT OF THINKING IN STUDENTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS. *Science and Education*, 2(2), 331-337.

7. Badritdinova, M. B. (2019). HE DEVELOPMENT OF METAMETHODS ASSOCIATED WITH COGNITIVE METHODS. *Scientific and Technical Journal of Namangan Institute of Engineering and Technology*, 1(6), 483-489.

8. Badritdinova, M. B. (2019). COGNITIVE METHODS AND PERSON NATIONAL PECULIARITY. *Scientific and Technical Journal of Namangan Institute of Engineering and Technology*, 1(10), 380-386.

9. Бадритдинова, М. Б., & Тургунпулатова, М. (2023). ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО СТИЛЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 16(1), 25-29

ШАХС КАМОЛОТИДА ПСИХОЛОГИК БИЛИМЛАРНИНГ ЎРНИ

Чори Насриддинов

Тошкент иқтисодиёт ва педагогика институти доценти.

Лола Рахимова

Тошкент иқтисодиёт ва педагогика институти ўқитувчиси.

Маълумки, Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2018 йилнинг 4 августидаги 3898 – сонли “Ўзбекистон Республикаси Қуролли Кучлари ҳарбий хизматчиларининг маънавий – маърифий савиясини ошириш тизимини тубдан такомиллаштириш тўғрисида”ги Қарори билан Қуролли Кучлар тизимида ҳарбий психолог ҳамда етакчи социолог лавозимлари жорий этилиб, соҳа мутахассислари ўз фаолиятларини бошладилар. Ҳар қандай тармоқ иш фаолиятининг самарадорлиги у таянадиган назарий асосга боғлиқ бўлишлиги кундек равшан. [1].

Агар фанлар тарихига назар ташлайдиган бўлсак, уларнинг инсонлар ҳаётини эҳтиёжлари замирида пайдо бўлганлигига гувоҳ бўлишимиз мумкин. Қадим юнон мутафаккирлари инсондаги тана ва рух (жон) бир – биридан мустақилдир, дейиш билан амалда янги фан – психологиянинг ўрганиш

объектини, предметини аниқлаб берган эдилар. Бунга фанда дуалистик ёндашув ҳам дейилади. Шундан сўнг, то ўн тўққизинчи аср сўнгги чорагигача бўлган узок давр ичида психологиядаги назария ва амалиёт ўзаро бирликда, амалий кузатувлар асосида ривожланиб борди. Ўн еттинчи юз йилликда умргузаронлик қилган голланд мутафаккири Спиноза томонидан детерминизм (сабаб – оқибат алоқадорлиги) ғоясининг илгари сурилиши ҳамма фанлар қатори психология ривожига ҳам кучли туртки берди, аниқроғи, назария ва амалиёт ўртасидаги боғлиқликни янаям мустаҳкамлади. Аммо бир ярим аср аввал Европанинг етакчи олий ўқув юртларида психология лабораторияларининг ташкил этилиши билан назарий психология бир қадар илгарилаб кетди, дейишимиз мумкин; бироқ детерминизм тамойили бу ерда ҳам ўз кучини кўрсатди: ҳар қандай назарий фараз ва умумлашмалар амалий эҳтиёжлар ҳосиласи бўлиб қолаверди. Шу маънода, назария тажриба ва кузатувга асосланади; аммо истисно ҳолатлар ҳам мавжуд, масалан, психоанализ тахмин ва гипотезаларга асосланган. Чунки ундан келиб чиқадиган хулосаларни тажриба йўли билан исботлашнинг имкони йўқ [2].

Психологиядаги назарий масалалардан бири шуки, одамзод неча минг йиллар давомида реал воқелик – табиий муҳит ва соғлом ижтимоий муносабатлар занжирида умргузаронлик қилиб келган. Ва табиийки, унинг руҳияти ҳам шу асосга қурилган эди. Бироқ замонавий ахборот воситаларининг ҳаётимизга кириб келиши билан бу асос емирилиб, унинг ўрнини нореал – виртуал воқелик эгалламоқда. Ҳозирги болаларнинг анъанавий предметли – образли ўйинларни ўйнамай қўйишгани фикримизни тасдиқлайди; бундай ўйинларнинг ижтимоий тажрибани ўзлаштиришдаги бекиёс аҳамияти барчамизга маълум. Бир сўз билан айтганда, ҳозирги авлод ўз руҳий олами билан 100 йил, ҳатто 30 йил олдинги инсонлардан фарқ қилади. Агар амалиётчи психологнинг бугунги ҳаётимиздаги ўрни масаласига қарайдиган бўлсак, у мутахассис сифатида реалликдан, турмуш икир – чикирларидан юқори туриши, бирозгина идеалист бўлгани дуруст, деб ўйлайман. Бунинг сабаби шундаки, аввало давримиз одами ҳаёт ташвишлари-ю тараққиёт зарбаларидан чарчаган, қолаверса, кейинги даврларда Макро ва Микро дунёни ўрганиш соҳасида қўлга киритилган ютуқлар (Квант ва Нисбийлик назариялари) таъсирида инсоннинг ўзи ва уни қуршаган борлиқ тўғрисидаги тасаввурлари, демакки, руҳияти ҳам кескин ўзгарди. Бу ҳолатни Абдулла Орипов ўзининг “**Асримиз одами**” шеърида бадий жихатдан шундай ифодалаган эди:

“...Билагида гарчанд етарли кучи,
Бойлик эргашса – да гарчанд ортидан,
Унинг чехрасида ташвиш бор нечун?
Нечун у айрилмиш ҳаловатидан?...”[3]

Шоир – ижодкор бу саволни айнан психологлар олдига қўяётгандай, назаримда.

Эркин Воҳидов эса “Тирик сайёралар” шеърида бу масалага қуйидагича муносабат билдиради:

“...Аммо билмас, қилмас тасаввур,
Хаёлига келтирмас башар,
Ўзга жонзод балки бўлиб нур,
Оҳанг бўлиб у билан яшар.”[4]

Гап инсон руҳиятининг бадиий талқини ҳақида борар экан, бу ерда ҳам юқорида сўз юритганимиз дуализм ғоясининг ифодасини кўришимиз мумкин: “Вужуд деганлари асли нимадир?

Дайр денгизида юрган кемадир.

Бир кун бир қояга урилгай кема,

Руҳим, сен вужуднинг ғамини ема...” (А. Ориповнинг “Руҳим” шеърдан).[5]

Мана шу, нисбатан жузъий мисолларнинг ўзиёқ адабиёт ижтимоий онг шакли сифатида инсон руҳияти ва дунёқарашини акс эттириш билан биргаликда, ўзи ҳам бу унсурларга нисбатан акс таъсир кучига эга эканлигини кўрсатиб турибди. Шу ўринда ёзувчи ва шоирларга нисбатан ишлатиб келинган “инсон руҳиятининг муҳандислари” деган таъриф ёдга келади. Бундан эса, психолог ва социологлар ўз фаолиятларида ижтимоий онгнинг ҳамма шаклларида – у дин, фан, тил, тарих, ҳуқуқ, ахлоқ, нафосат, фалсафа, санъат, сиёсат ёхуд адабиёт бўладими – имкон қадар самарали фойдаланишлари зарурлигини кўрсатади. Психологиянинг фанлар таснифи(классификацияси)да турли хил илмлар чорраҳасида жойлашганлиги ҳам бунга имкон беради. Чунки бизда назария ва амалиёт масаласида бошқа фанлар билан интеграциялашув имконияти мавжуд. Шу ўринда шахсий кузатувларим асосида чиқарган хулосам билан ўртоқлашмоқчи эдим. Аслида ҳаммамиз ҳам “малакали психолог”лар хизматидан фойдаланиб келганмиз. Бу юмушни ота – онамиз, устозларимиз, дўстларимиз, севган кишиларимиз, ўқиган китобларимиз бажариб келган, улар билан мулоқот муаммолар гирдобидан чиқишимизда, эмоционал мувозанатимизга қайтишимизда ёрдам берган; ўз навбатида биз ҳам яқинларимиз учун шундай вазифани бажарганмиз. Ҳарбий психолог ва социологларимизнинг ушбу бой “ўқув – услубий манба”дан фойдаланишлари мақсадга мувофиқ бўлар эди.

Гап психолог ва социолог мутахассислар шахси ҳақида борар экан, бир нарса ёдимга тушди. Ўтган аср саксонинчи йилларининг ўрталарида россиялик руҳшунослар – “Вопросы психологии” журнали ходимлари “Қандай соҳа вакилларининг фарзандлари энг юқори ақлий салоҳиятга эга?” деган мавзуда тадқиқот ўтказишган эди. Унинг натижаларига кўра эса, юзга яқин мутахассисликлар орасидан “математиклар” учинчи, “муסיқачилар” иккинчи ва “психологлар” фахрли биринчи ўринни эгаллашди. Қизиқ, энди ҳозир, орадан 35 йил ўтгач, бизнинг бугунги ижтимоий – сиёсий ва миллий – маънавий жиҳатдан ўзгача шарт – шароитимизда шу мазмундаги тадқиқот иши қандай натижани берар экан?! Ҳарҳолда мен ўхшаш натижалар(!) чиқишига ишонмайман; бунинг бир қанча сабаблари бўлиб, алоҳида муҳокама мавзуси ҳисобланади.

Психология ва социология учун муҳим назарий қоидалардан яна бири қуйидагича: инсоннинг қандайлиги у мансуб бўлган ижтимоий муҳит билан

белгиланади. Бу – асрлар давомида синовдан ўтган қонуният. Ўзим ҳам ўқув машғулоти вақтида психология учун яхши ёки ёмон инсон бўлмайди; унинг яхши – ёмонлигининг асосида маълум бир омиллар ётади, уша омиллар воситасида ёмон инсонни яхшига айлантириш мумкин, деган гапни тез – тез айтиб тураман. Аммо бундан, психолог сеҳргар(!) экан – да, деган хулоса келиб чиқмаслиги зарур. У ҳам эл қатори одам; унинг ҳам қўлидан келмайдиган ишлари бўлади.

Назарий психологиянинг яна бир устувор қоидаларидан бири шуки, инсон, жумладан, ҳарбий хизматчи доимо рағбатга, айниқса, маънавий рағбатга эҳтиёж сезади. “Эҳтиёжлар пирамидаси”даги энг юқори ўринлардан бирини ҳурмат тушунчасининг эгаллаганлиги шундан. Биз агар ҳарбий жамоада ўзаро ҳурмат муҳитини ярата олсак, жуда кўп муаммоларнинг олдини олган бўламиз. Афсуски, сўнгги вақтларда самимий инсоний туйғулар камёблашиб бораяпти. Мендаги бу хулоса кузатиш маҳсули бўлмасдан, аниқ тадқиқот натижаларига асосланган. Бу нарса ҳарбий жамоаларда ўзаро ҳамдардлик, жамоавийлик туйғулари камайиб бораётганлигидан далолат беради. Уларсиз жанговар тайёргарликни таъминлаб бўлмайди. Бугунги анжуман тўғрисида ҳам шундай дейиш мумкин: иштирокчиларнинг бир – бирлари билан танишишлари, улар ўртасида ўзаро инсоний ва ижодий мулоқотнинг ўрнатилиши - конференциянинг мақсадларидан биридир. Бу нарса ҳар қандай расмий ҳужжатдан кўра кўпроқ самара беришига шубҳа йўқ.

Гарчи нозик инсоний туйғулар тўғрисида сўз борар экан, бир нарсани таъкидлашни хоҳлардим. Гап шундаки, биз ўқув машғулотида курсант, талаба ва тингловчиларга бир нарсани берамиз, ҳаётда эса улар бошқа нарсани кўришяпти. Масалан, уларга: “Ҳарбий хизматчи Умумҳарбий низомлар ва ахлоқ талабларига бўйсунини, бир – бирларини ҳурмат қилишлари, эъзозлашлари зарур” деймиз-у, ҳаётда эса улар баъзан бунинг аксига гувоҳ бўлишяпти. Ва аксарият ҳолларда, биз, катталар бунинг сабабчиси бўлиб қолаяпмиз. Такрор бўлса ҳам айтаман – психолог ва социолог ишида назарий асос тўғри бўлиши керак. Биз шундагина муваффақиятга эриша оламиз. Афсуски, баъзан бу асос нотўғри бўлади. Масалан, таълим – тарбия ишида қаттиққўллик зарур, курсант ва аскарлар командирдан кўрқини керак, акс ҳолда улар топшириқларни бажаришмайди, деймиз. Натижада кўрқув таъсиридаги инсонда шахслилик хусусияти йўқолади. Унда бировларга тобелик ва мустақил қарор қабул қилаолмаслик белгилари пайдо бўлади.

Умумфалсафий моҳиятга эга бўлган диалектика қонунлари, психологиянинг фан сифатида шаклланиш тарихи, унинг тамойиллари ва қонунлари мазкур илм тармоғининг энг муҳим назарий асослари ҳисобланади. Кўп йиллик касбий фаолиятим даврида чиқарган хулосаларимдан бири шуки, мутахассис назарий мазмундаги қоидаларни китоблардангина эмас, балки ўз ҳаётини кузатувлари асосида ҳам ярата олади, аниқроғи, инсоншунос сифатида уларни кўра олиши зарур. Масалан, менинг ён дафтарчамга ёзиб қўйган назария – гипотеза ва фаразларимдан баъзилари

қуйидагича: “Инсон – табиатан зиддиятли мавжудот. Бу қарама - қаршилик икки хил кўринишда намоён бўлади: у ўз – ўзи билан, шунингдек, ўзгалар, гуруҳ ва жамият билан зиддиятга боради”; “Курсантларни эркинлик ва масъулиятга ўргатиш зарур, чунки улар ҳозирча кўрқув ва хотира воситасида ўқишмоқда”; “Инсондаги, хусусан, курсантлардаги ҳаяжон, бу – химоя реакцияси”; “Охирги вақтларда узоқни кўриш имкониятимиз камайиши баробарида, чунки зарурат йўқ, яқинни кўришимиз ҳам ёмонлашмоқда”; “Урбанизациялашув оқибатида табиат ҳодисаларини, ундаги гўзалликни кўриб, идрок этишимиз қийинлаша боради.”...

Бугунги анжуман доирасида ҳал этилиши зарур масалалардан яна бири ҳарбий психологларимиз ўрганиш, тадқиқот ишларида қўллаётган турли хил тестларнинг ишончилиги билан боғлиқ; баъзан шундай бўладик, турли газета ва журнал саҳифаларидан қирқиб олинган, ишончилик даражаси шубҳали тестлардан фойдаланилади. Уларда миллий хусусиятлар қанчалик эътиборга олинган? Умуман олганда, соҳа мутахассисларини бундай воситалар билан таъминлайдиган масъул марказ борми? Агар мамлакатимизда мазкур соҳа ишини мувофиқлаштирувчи давлат идораси, ҳеч бўлмаганда иқтисослашган илмий – тадқиқот институти бўлганида, психолог ва социологлар фаолияти тизимлилик касб этиши оқибатида уларнинг иш самарадорлиги ошган бўлармиди!?

Гап ҳарбий психолог ва социолог фаолияти ҳақида борар экан, унинг самараси, яъни натижадорлиги қандай меъзонлар билан ўлчанади, деган ҳақли савол туғилади. Бу бежиз эмас, чунки “тадбир-тадбир учун” қабилида иш юритаётган соҳа вакиллари ҳам йўқ эмас. Шу маънода, ҳарбий жамоадаги интизом, жанговар тайёргарлик ҳолати, ўзаро муносабатлардаги ижобий кўрсаткичлар ва оилалардаги соғлом маънавий муҳит улар фаолиятининг ўлчови бўлиши мақсадга мувофиқ. Баъзи бир амалиётчи психологлар билан суҳбатлашганимизда: “Хулосаларимиз командир учун тавсиявий характергагина эга, қолаверса, ҳарбий либосда бўлишимиз фаолиятимизга монелик қилади, чунки бу вазиятда аскар ва сержантлар бизни командир мақомида қабул қилишади”, деган фикрни билдиришди. Агар масалага чуқурроқ назар ташлайдиган бўлсак, ҳар қандай янгиликнинг ҳаётда ўз ўрнини топиши осон кечмаслиги тайин. Бунинг учун бирозгина вақт ва саъй – ҳаракат қилиш талаб этилади.

Бугунги анжуманнинг яна бир фойдали тарафи шундаки, биз, кафедрада фаолият юритаётган профессор – ўқитувчилар ҳамда офицер – педагоглар назариётчилар бўлиб, амалиётчи психолог ва социологлар билан бўладиган мулоқот ҳаммамиз учун ҳам ҳар томонлама фойдали бўлишига ишонаман. Тўғриси, бугунги конференция баҳонасида сиз азиз олимлардан, соҳа мутахассисларидан ҳарбий жамоалардаги ижтимоий – руҳий мазмундаги муаммолар, уларнинг ечимлари тўғрисидаги маълумотларни олишни, кейинчалик улардан ўқув – тарбия жараёнида, турли хил ўқув ва услубий адабиётларни яратишда фойдаланишни хоҳлардик.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2018 йил 4 августдаги 3898-сонли “Ўзбекистон Республикаси Қуролли Кучлари ҳарбий хизматчиларининг маънавий – маърифий савиясини ошириш тизимини тубдан такомиллаштириш тўғрисида”ги Қарори.
2. А.Л. Журавлев, Д.В. Ушаков. Теория и практика психологии: взаимодействие и противоречия. Портал психологических изданий PsyJournals.ru, 2011 г.
3. Абдулла Орипов. Муножот. Тошкент, 1992 йил, 40 – б.
4. Эркин Воҳидов. Куй авжида узилмасин тор. Тошкент. 1991 йил, 143 – б.
5. Абдулла Орипов. Муножот. Тошкент, 1992 йил, 171 – б.

ZAMONAVIY SHAXS EHTIYOJLARINING IJTIMOIIY- PSIXOLOGIK OMILLARI

Kudratov Akmaljon Ibodillayevich

*Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent.
Qarshi muhandislik-iqtisodiyot instituti akademik litseyi direktori*

Barchamizga ma'lumki, individda ehtiyojlarining rivojlanish darajasi avvalambor uning mavjud faoliyatlar turlariga qo'shilganligi va ularning sifat va miqdor xususiyatlari bilan belgilanadi. Shaxsning amalda faoliyati ehtiyojlar shakllanishining va rivojlanishining bevosita asosi sifatida amal qiladi. Faoliyatning muayyan, konkret turlarida ishlab chiqarish kuchlari rivojlanishining xarakteri va darajasi, ishlab chiqarish munosabatlarining turi, u yoki boshqa jamiyatga xos madaniyatning umumiy ahvoli mujassam holda aks etadi. Zamonaviy shaxs ehtiyojlarining shakllanish jarayoni uning tinimsiz kengayib borayotgan faoliyat doirasiga kirishi, uning mazmunining, hayot faoliyati usullarining o'zgarishiga jalb etilishdan boshqa narsa emas. Aynan hayot faoliyati turli usullari shaxsning bir turini boshqasidan, shuningdek shaxsning boshqa shaxsdan ajratib turadi.

Umuman shaxsning turmush darajasini o'zgarishi faoliyatning shaxs ehtiyojlarining shakllantiruvchi omil sifatidagi rolining tushunilishida, avvalambor, predmetli, amaliy faoliyatga markaziy e'tibor qaratiladi, vaholanki, ehtiyojlar ushbu faoliyatning tarkibiy qismlari, elementlari hisoblanadi. Ma'naviy faoliyatning mavqeiga muhim rol ajratib, moddiy-amaliy, ishlab chiqarish faoliyatini e'tiborga olmaydigan nemis mumtoz qarashlaridan farqli o'laroq, ehtiyojlarining umuman olgandagi va xususan shaxs ehtiyojlarining moddiy asosini aynan ishlab chiqarishda deb qarash lozim. Faqat predmetli, amaliy faoliyatdagina ehtiyojlarni belgilash, ularning ob'ektivlashuvi amalga oshiriladi.

Ijtimoiy psixologiyaga xos shaxs ehtiyojlarining moddiy-amaliy faoliyatdan va turmush darajasidan uzilishini yengib o'tish lozim. Aynan shunday uzilish zamonaviy psixologiya va sotsiologiyada ehtiyojlarining mohiyat-mazmunining o'zini ham, ularning rivojlanish jarayonini ham erkin talqin qilishni keltirib

chiqargan holat shaxs turmush darajasi hisoblanadi. Ehtiyojlarning rivojlanishi predmetli-amaliy faoliyatning belgilovchi, hal qiluvchi rolini asoslash ularni o'rganishni tom ma'nodagi ilmiy, materialistik asosga qo'ydi. Shaxs ehtiyojlarining o'zgarish jarayoni avvalambor uning borlig'ining, shaxs hayot faoliyati kechadigan va uning hayot faoliyatining asosini tashkil etadigan ob'yektiv sharoitlarinig o'zgarish jarayonidir.

Jamiyat taraqqiyoti o'zi mos faoliyat turlarida amalga oshirilmagan shaxs ehtiyojlari turlari, ushbu faoliyat turlaridan nisbatan qanchalik mustaqil bo'lmasin, ertami kechmi, shakli buziladi, susayayib, yo'q bo'ladi. Moddiy-amaliy faoliyatning rolini alohida ta'kidlash bilan birga, boshqa turlarning, xususan, ma'naviy faoliyatning ham ehtiyojlar tizimining shakllanishidagi ahamiyatini ham e'tibordan chetda qoldirmaydi.

Alohida olingan (konkret) faoliyat turlari, ularda shaxsning jalb etilganlik darajasi uning ehtiyojlarining xususiyatlarini, shakllanadigan u yoki boshqa shaxs sifatlarini, xulq atvorini va hokazolarni belgilaydi. Biroq, barcha olimlar ham ushbu nuqta nazarni qo'llab-quvvatlashmaydi. Masalan, V.K Kovalyovning ta'kidlashicha, jamiyat taraqqiyotida "zamonaviy odamlarda yangi tipdagi odamni shakllantirish uchun kerak bo'lgan ijtimoiy va siyosiy arbob sifatlarini ishlab chiqishdagi muvaffaqiyatlar, birinchi navbatda ishlayotgan aholining ijtimoiy va professional (kasbiy) guruhlari orasidagi savodxonlik darajasi qanchalik tez yengib o'tishga, madaniy darajasini ko'tarishda bo'lgan faollik va tirishqoqlik darajasiga bog'liq bo'ladi" [Kovalyov V.K. 1988,77 s]. Shu asnoda, ma'lumot olish, bilim olish manaviy va madaniy ehtiyojlarni shakllantirishda katta rol o'ynashlariga qaramasdan, ushbu omillar avtomatik ravishda amal qilmasligini ta'kidlab o'tish lozim. Chunki oliy ma'lumotli shaxslar orasida ham o'z kasbiy va ijtimoiy-siyosiy faolliligiga yetarlicha e'tibor bermaydigan shaxslar soni ham kam emasligini, o'zi uchun (jamiyat uchun emas) ko'proq foydali faoliyat maydonini tanlab, ular o'z ixtisosi bo'yicha ishlamasligini va hokazo holatlar yaxshi ma'lum.

Faoliyatning shaxs ehtiyojlarining shakllanishidagi rolini ochishda shaxsni u yoki bu faoliyat turiga o'z vaqtida jalb qilish muhimligini ham ta'kidlab o'tmoq lozim. Masalan, o'smirlarda o'zining kimligini isbot qilishga urinish kabi shakli gipertrofiyaga uchragan ehtiyoj me'yordan chetga chiqadigan xulq-atvorning qayta-qayta namoyish qilinishiga olib keladi. Shu vaqtning o'zida, bolalik va o'smirlilik davrida – ular tashqi ta'sirlarni o'ta qabul qiluvchan bo'lgan vaqtda, masalan, badiiy ehtiyojlarning rivojlanmay qolishi kelajakda shaxsning estetik tarbiyasida imkoniyatlarni jiddiy tarzda cheklaydi. Bu hozirgi kunda mamlakatimizda amalga oshirilayotgan umumta'lim va professional ta'lim muassasalari tizimining islohotlarida bolalar va o'smirlarning mehnatga bo'lgan estetik, ma'naviy va boshqa ehtiyojlarni rivojlantirishga katta e'tibor berilayotganining asosiy sabablaridan biridir. Islohotlarda nazarda tutilgan vazifalar qatoriga o'quvchi va talabalarning badiiy ta'limi va estetik tarbiyasi darajasini oshirish eng muhim vazifalardan biri qilib belgilangan. Ularda go'zallikni tushunish, sezish hissini rivojlantirish, yuqori estetik didni, san'at asarlarini, tarixiy obidalarni va ob'ektlarni va me'morchilik go'zalligini va ona tabiatning boyligini, anglash, tushunish va qadrlash qobiliyatini rivojlantirish

zarur. Jamiyat taraqqiyot tendensiyalariga mos ravishda yoshlar orasiga mafkurasizlik, razillik, pastkashlik, qo‘pollik, past sifatli ma’naviy mahsulotlarning kirib kelishiga ishonchli to‘siq qo‘yish lozim.

Jamiyat taraqqiyoti tendensiyalari bilan hamohang zamonaviy shaxs ehtiyojlarining shakllanishi jarayonini o‘rganishda manfaatlarning o‘rnini ham hisobga olish zarur. Har qanday shaxs manfaati ehtiyojning konkretlashuvidir. Manfaat ehtiyojning amalga oshirilish vositalariga tegishli qilingan muxim ehtiyojdir. Manfaatning xususiyatlari shaxsning ehtiyojlari va uning borliqdagi sharoitlari o‘rtasida ziddiyat paydo bo‘lganda to‘laqonli namoyon bo‘ladi va shaxsning manfaatlarida ushbu ziddiyatni yechishga qaratilgan yo‘llar, usullar va vositalar aks etadi. Manfaatning ehtiyojlarni amalga oshirish vositalari bilan bog‘liqligi umumiy bo‘lmay, aynan bevosita orada qo‘llanilgan vositalar bilan bog‘liqligini nazarda tutish lozim.

Manfaatlarning rivojlanishi shaxs oldida yangi ufqlarni ochadi, unga yangi amaliy vazifalar qo‘yish va ularni hal qilish (echish) imkonini beradi. S.L. Rubinshteyn “...ehtiyotlar qoniqtirilmaganda, yashash qiyin, biroq manfaatlar ozuqa olmagan yoki manfaatlar mavjud bo‘lmasa, yashash zerikarlidib bekorga aytmagan”[Rubinshteyn S.L.1948, 117 s]. Manfaatlarning va ehtiyojlar orasida juda yaqin o‘zaro aloqadorlik mavjud, ya’ni zamonaviy shaxs ehtiyojlarining shakllanishi shaxsda tegishli manfaatlarning rivojlanishini, paydo bo‘lishini belgilaydi. Zamonaviy sharoitlarda jamiyat taraqqiyotiga mos ehtiyojlarining o‘sishi yangi manfaatlar va ular asosida yangi ehtiyojlarning paydo bo‘lishi uchun qulay sharoit yaratadi. Manfaatlarning shakllanishi ham murakkab, yetarli darajada o‘rganilmagan jarayon bo‘lib, uni muvaffaqiyatli amalga oshirish ko‘p sonli vazifalarni yechishni, ko‘plab qiyinchiliklarni yengib o‘tishni talab qiladi. Ulardan birini tasvirlashda A.A. Leontyev quyidagini yozadi: “Undan keyin manfaat tugaydigan chegarani aniqlash xususan qiyin va shu sababdan shaxsning ijtimoiy faolligi susayadi va manfaatni boshqa yo‘nalishda shakllantirish zaruriyati paydo bo‘ladi”[Leontyev A.A. 1979, 267 s]

Bizning fikrimizcha, ijtimoiy ehtiyojlar va manfaatlarni tushunishda bir tomondan o‘xshatish, boshqa tomondan esa – ularni bir-biriga qarama-qarshi qo‘yish kabi chegaradan chiqib ketishning oldini olish zarur. Manfaatlarning va ehtiyojlarni bir-biriga o‘xshatishning havfi ijtimoiy qonunlarning amal qilish mexanizmini, ularning rivojlanish dialektikasini soddalashtirib yuborishida, ushbu mexanizmdagi aynan ijtimoiy hodisalarni boshqarish jarayonida alohida olingan tarkibiy qismlarning (elementlarning) roliga yetarlicha baho bermasligidadir. Ularni qarama-qarshi qo‘yishda esa bir-biri bilan tabiiy jihatdan o‘zaro aloqador ehtiyojlar va manfaatlar sun’iy tarzda bir-biridan ajratiladi va bu esa ko‘plab ijtimoiy muammolarni to‘g‘ri tushunishga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Adabiyotlar ro‘yxati:

1. Ковалёв В.К. Мотивы поведения человека. – М.: “Наука” 1988.с.77
2. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии.- М.1948. с.117
3. Леонтьев А.А. Педагогическая общения. –М.1979. с. 267.

TALABALIK DAVRIDA HAYOT STRATEGIYALAR SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK SHARTLARI

Iskanderova Sayyora Abdubasidovna

Toshkent amaliy fanlar universiteti «Psixologiya» kafedrasida o'qituvchisi

Ba'zida hayotning turli qiyinchiliklari, taloto'plari va evrilishlari oldida yoshlarda o'ziga nisbatan ishonchsizlik, hayotiy mo'ljallarning yo'qolishi, yuksak maqsadlar qo'yishdan cho'chish, o'z imkoniyatlarini etarlicha baholay olmaslik kabi salbiy hayotiy pozitsiya shakllanishi ham mumkin. Bu esa o'z navbatida yoshlarning jamiyatda o'zlarining munosib o'rnini topa olmasligi, hattoki turli yot g'oyalar ta'siriga tushib qolish ehtimolini oshiradi. Shu boisdan ham ta'lim-tarbiya jarayoni shaxsda konstruktiv hayotiy pozitsiya shakllanishiga ko'mak berishi zarur.

Yoshlarning hayotiy pozitsiyasi hayotda tutgan o'rni va o'z vazifasini to'g'ri anglashi hamda uni ro'yobga chiqarish uchun o'ziga xos yo'llanma bo'lib xizmat qiladi. U jamiyat uchun yo'sermahsul, yo'shaxsning passivligiga olib boruvchi cheklangan, barqaror bo'lmagan, mustaqillikka yod bo'lishi mumkin. Olimlarning fikricha, "yoshlik chog'ida o'zini ifodalash, o'zini ro'yobga chiqarishga ehtiyoj paydo bo'ladi, o'zini ro'yobga chiqarish sohasini va uning usullarini tanlash, eng avvalo, yoshlik yillarida yuz beradi" [1].

Yoshlar guruhini tahlil qilishda, shuningdek, ularning jamiyatdagi o'rnini, maqomini va rolini ajratib ko'rsatish zarur. Yoshlik har bir inson o'z taqdirini o'zi belgilab olishi, o'z qobiliyati va iqtidorini mumkin qadar ro'yobga chiqarish imkonini beruvchi muvaffaqiyatli hayot yo'liga etaklovchi yagona to'g'ri yo'lni topishi lozim bo'lgan davr deb hisoblanadi. Bu davr o'z "Meni"ning og'riqli qiyin jarayoni bilan birga kechadi. J.G.Mid ta'rifiga binoan, bu quyidagicha ko'rinish oladi: "Yoshlar ulg'ayib, ijtimoiylashtirish jarayonida ularni tayyorlagan dunyoga emas, boshqa dunyoga kelib qoladi. Kattalar tajribasi yaramaydi. Yoshlarni ijtimoiy tuzilmada bir nuqtai nazardan mashg'ulotlarga tayyorlaydilar, tuzilma esa boshqacha, avvalgi pozitsiya unda yo'q" [3]. Olimning ushbu fikri bir qarashda keskin va bir tomonlamaday tuyulsa ham, chuqur mushohadaga chorlashi bilan e'tiborga molikdir. Buni hozirgi ta'lim-tarbiyaning bir qator ustuvor hususiyatlari, asosiy tamoyillari bilan bog'lash mumkin.

Hayot mazmunini izlash - shaxsning faolligi, lekin bu faollikning psixologik mohiyati aniqlanmaydi. Shunga qaramasdan, ba'zi - bir tadqiqotchilar hayot mazmunining psixologik konsepsiyasini ishlab chiqish muvaffaqiyati birinchi navbatda "Hayot mazmunini izlash" tushunchasini adevkat operatsionalashtirishga bog'liq bo'ladi deb tan olishgan. Misol tariqasida, kanadalik psixolog Pol Vong qayd qilishicha, hayot mazmunining o'rganilishi aniq belgilangan va keng qabul qilingan tushunchalarning etmasligi tufayli sekinlashgan. Foydalaniladigan tushunchalardan ba'zi birlari - hayot mazmuni, hayot maqsadi, onglilik, ma'nosizlik etarli darajada o'rganib chiqilgan, lekin hali ham o'zida falsafiy izohlar yukini o'zida olib boradi. Hayot mazmunini izlash tushunchasi ko'p holatlarda perspektiv va evristik hisoblanadi. Hayot mazmunini izlash tushunchasi ba'zi bir sabablarning yaxlit holga keltirilgan nazariy jihatdan konstruktning sifatiga bog'liq bo'ladi.

Hayot mazmunini izlash shaxsning ko'p motivlik faoliyati ko'rsatadi. Uni boshqaruvga undash hayot mazmunini tushunish uchun faqatgina bitta ehtiyojga borib taqalmaydi, balki ko'p tarkibiy qismga ega tizim bo'lib, shaxsning hayot yo'lini qaytarilmas shart - sharoitlarini aks ettiradi. Hayot yo'li –ma'lum jamiyatda shaxsning anglanilishi va rivojlanishi tarixi. Psixologiyada inson biografiyasi doimo boy manba bo'lib xizmat qilgan. Hayot yo'li muammosi bo'yicha tadqiqot olim borgan olimlar K.Levin, L.Frank, Dj.Nyutten, R.Kastenbaumlar hayotiy va psixologik imkoniyatlar muammosiga to'xtalib o'tishadi [2].

B.G.Ananega tegishli yana bir fikr bu hayot yo'lining subyektiv ko'rinishiga taalluqlidir. Bu tushuncha keyinchalik E.I.Golovaxa va A.A.Kronikning psixologik vaqt konsepsiyasiga asos bo'lgan. B.G.Ananev quyidagi muhim tavsifnomalarni ta'kidlagan:-u inson ongida quriladi, unda ijtimoiy hamda individual rivojlanish aks etgan u doimo vaqtda namoyon bo'lib, u biologik tarixiy va psixologik vaqtni bog'laydi [5].

K.A.Abulxanova-Slavskaya o'zining "Shaxs hayotiy istiqboli" maqolasida hayot yo'lini uch tuzilishini ajratib ko'rsatadi:

- hayotiy pozitsiya;
- hayotiy chiziqlar;
- hayot mazmuni [4].

Hayotiy pozitsiya-hayot qurishda shaxsning tanlagan usuli. Hayotiy chiziqlar-imkoniyatlar, istiqbollar bilan belgidanadi. Hayot mazmunini ma'lum bir shaxs uchun o'zining hayotini yaxlit jarayon sifatida anglash.

Hayot yo'lini tadqiq qilish metodlari:

- testlar;
- biografik metodlar;
- hayotiy tanlovning kompyuter metodikalari.

Hayot yo'li psixologiyasini o'rganishdagi metod-biografik metoddur. Keng ma'noda bu metod shaxs hayot yo'li haqida psixologik ma'lumot to'plash, tizimlashtirish, tahlil qilish, analiz va amaliy maqsadlarda foydalanishdir. Rivojlanishning zamonaviy bosqichida shaxs hayot yo'li psixologiyasi oldida ilmiy va amaliy vazifalar yotibdi. Ilmiy vazifalar bu shaxs tomonidan individual hayot yo'lini qurish imkonini beruvchi psixologik qonuniyatlar, mexanizmlar, fenomenlarni ta'riflash va tushuntirish hamda shaxsni hayot subyekt sifatida rivojlanishini bashorat qiladi. Amaliy vazifalar o'z ichiga psixologik diagnostika shaxsning psixobiografik ta'minotini rivojlanishini va korreksiyalashni, psixobiografik inqirozlarni profilaktikasini oladi.

Hayotiy strategiyalar odamzod va jamiyat haqidagi bir qator fanlar bo'lmish psixologiya, akmeologiya, jamiyatshunoslik, antropologiya madaniyati, shuningdek, falsafa fanlari tadqiqotlarining bevosita va bilvosita mavzusi hisoblanadi. Lekin psixologiya yo'nalishidagi ilmiy va ilmiy ommabop nashrlarning ortib borishiga qaramasdan shaxsning hayotiy strategiyalari muammolariga tegishli ishlar unchalik ko'p emas. Zamonaviy talabga javob beradigan va o'spirin auditoriyasini kengaytiradigan bir qancha ilmiy materiallarni internet tarmog'idagi saytlaridagi tahrirlarni ta'kidlash mumkin. Shaxsning hayotiy strategiyalari muammolari zamonaviy tadqiqotchilarning e'tiborini o'ziga jalb

qiladi. O'zining aktualligi bilan bir qatorda qiziqarli ilmiy ahamiyatiga ega ekanligi va bir vaqtning o'zida o'rganilmagan qirralarining ko'pligi ega.

Talabalarda o'zi uchun salbiy yoki qabul qilib bo'lmaydigan ma'lumotni himoya qilish uchun haqiqatni yoki shaxsning xatti-harakatlarini (o'zining yoki boshqasini) buzish orqali nazorat qilishga urinishi uning fikrlashiga ta'sir etadi va bu o'z navbatida uning xulqidagi o'zgarishlarda, salbiyning ijobiyga, yoki aksincha bo'lishi olib keladi, ya'ni, ular o'zaro o'rin almashinadi. Oddiy qilib aytganda, odam mantiqning plastikligidan foydalangan holda ratsionalizatsiya qilganda, u hodisa yoki inson xatti-harakatlarini o'zining dunyo modeliga (o'z yo'nalishi bo'yicha) moslashtiradi, shu bilan birga bu hodisaning ko'plab faktlarini oqilona tahlil qiladi. Shuningdek, o'rnini almashtirish his-tuyg'u yoki fikrni (ularni ifodalab bo'lmaydigan) ular mo'ljallangan obyektidan (do'st, xo'jayin, qarindosh) boshqa har qanday obyektga (tirik yoki tirik emas, ifoda etish uchun xavfsiz) yo'naltirishda namoyon bo'lib, ma'lum bir salbiy his-tuyg'u yoki holatni, salbiy fikrni ifodalash orqali keskinlikni kamaytirish uchun ham qo'llaniladi.

Agressiyaning kuchayishi, uni keltirib chiqargan hodisa yoki vaziyatga nomutanosib bo'lib, normal adaptiv xatti-harakatlarning shakllanishiga to'sqinlik qiladi, tananing fiziologik tizimlarida haddan tashqari funksional siljishlarni keltirib chiqaradi. Bundan tashqari, hissiy stressli vaziyatlar ta'sirida yuzaga keladigan bu siljishlar kuchli jismoniy ortiqcha yuklarga qaraganda ancha aniqroq bo'ladi va odatda sekinroq normallasadi. Insonda namoyon bo'ladigan tashvish darajasi qanchalik yuqori bo'lsa, uning his-tuyg'ularini va xatti-harakatlarini tartibga solish shunchalik qiyin bo'ladi. Xavotirlanish va agressiya o'rtasida bevosita bog'liqlik mavjud. Ichki tashvish ta'sirida odam tez-tez shoshilinch harakatlar qiladi, chunki barcha oqilona fikrlar qo'rquv va o'ziga ishonchsizlik hissi bilan falajlanadi. Bunday odamlar bilan aloqa qilish qiyin, ular juda kamdan-kam hollarda biron bir narsada muvaffaqiyatga erishadilar. Oddiy tashvish darajasiga ega bo'lgan odamlar vaziyatni, his-tuyg'ularini va xatti-harakatlarini osongina nazorat qiladilar. Bunday odamlar uchun hayotiy qiyinchiliklardan o'tish oson.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Ergashev P.S. Muloqot psixologiyasi. T-2003. 16 b.
2. Fayzullayeva N.S., Akramova F.A. Pedagogika va psixologiya // o'quv qullanma. – Toshkent: TDIU, 2011. 291 b.
3. Абульханова К.А. Стратегия жизни. -М.: Мысль, 1991. С.255.
4. Агеев В.С. Межгрупповое взаимодействие: Социально-психологические проблемы. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1990. С. 201-211.
5. Каменская В.Г. Психологическая защита и мотивация в структуре конфликта. СПб: Детство-пресс, 1999.
6. Микляева А. В., Румянтсева П. В. Социальная идентичность личности: содержание, структура, механизмы формирования.: Монография. - СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцсена, 2008. - С. 8-4

ICHKI ISHLAR XODIMLARINING KASBIY ADAPTATSIYASINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Inamov Alisher Kosim o'g'li

Qarshi davlat universiteti tadqiqotchisi

UDK: 159.923.5-34

Kirish.Maqolaning dolzarbligi O'zbekiston Respublikasi ichki ishlar vazirligi tizimi xodimlarining kasbiy adaptatsiyasini shakllantirishning psixologik xususiyatlarini o'rganishdir. Muxtaram Prezidentimiz Shavkat Miromonovich Mirziyoyev ta'kidlaganlaridek: so'nggi yillarda ichki ishlar organlarini chinakam xalq tuzilmasiga aylantirish, barcha shahar va qishloqlar aholisining hayoti va mehnati uchun xavfsiz sharoitlar yaratishga qaratilgan keng ko'lamli islohotlar amalga oshirilmoqda, ichki ishlar organlari xodimlarining kasbiy madaniyati va xizmat intizomi kodeksida ularning faoliyatining asosiy mezonlari sifatida mustahkamlangan. Ishonchim komilki, o'z vazifalarini halol va vijdonan bajaradigan ichki ishlar organlari xodimi, albatta, xalqimiz orasida munosib obro'ga ega bo'ladi.⁹ Ichki ishlar organlari xodimlariga yuqori kasbiy talablar qo'yilgan va ushbu kasb murakkab toifaga kiradi, chunki ko'plab odamlarning taqdiri ular qabul qilgan qarorlarga bog'liq.

Kasbiy adaptatsiya - bu kasbni yanada ijobiy muvaffaqiyat bilan to'liq o'zlashtirish, oddiy so'zlar bilan aytganda - odatlanish va ish sharoitlariga ko'nikish, kundalik ishlarga moslashish. Kasbiy adaptatsiya ichki ishlar organlari xodimining shaxsiyatiga, uning kasbiy faoliyatining xususiyatiga muvofiq kasbiy bilim va ko'nikmalarni o'zlashtirishning ma'lum darajasida ifodalanadi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. A. V. Meshcheryakova kasbiy adaptatsiya deganda mehnat xususiyatlarini o'zlashtirish, rivojlantirish va takomillashtirish, shaxsning zarur kasbiy muhim fazilatlarini shakllantirish, roli va tashkiliy maqomini o'zlashtirishni tushunadi.

Ichki ishlar organlari xodimining kasbiy va psixologik adaptatsiyasi - bu moslashish sub'ekting ijtimoiy-kasbiy va psixologik fazilatlarini, xulq-atvori va faoliyatini qayta qurish va yangi ijtimoiy-kasbiy muhit talabiga javob berish va xodimning moslashuvchan ehtiyojlarini qondirish jarayonida ushbu muhitning o'zgarishi, ularning to'liq o'zaro faoliyati va rivojlanishi.¹⁰

Kasbiy adaptatsiya – bu “mehnat sub'ekti-kasbiy muhit” tizimida dinamik muvozanatni shakllantirish (tiklash) va saqlash jarayoni.¹¹

M.Yenikeev va O.L.Kochetkov adaptatsiya tushunchasini ijtimoiy deb ta'riflaydilar va bu esa “shaxsning ijtimoiy muhit sharoitlariga moslashishi, ijtimoiy ob'ektlar bilan munosabatlarning etarli tizimini shakllantirish, xatti-harakatlarning roli, shaxsning ijtimoiy guruhlarga qo'shilishi”ni o'z ichiga olgan hodisa. D.Mid va T.Shibutani ijtimoiy adaptatsiya jarayoni, birinchi navbatda,

⁹ O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevni ichki ishlar organlari tizimida islohotlarni amalga oshirish <https://uzdaily.uz/index.php/ru/post/31445>

¹⁰ Мещерякова А.В. Профессиональная адаптация и морально-психологическая подготовка сотрудников правоохранительных органов: учебное пособие : Изд-во ЮФУ, 2019. С.12.

¹¹ Никифоров Г. С. Психология здоровья. – СПб.: Речь, 2002. – 256 с.

“faol rivojlanayotgan” deb qaralishi kerak deb hisoblashgan. Inson nafaqat moslashadi, balki o‘z o‘ziga va hayotiga ta‘sir qiladi.¹²

Adaptatsiyaning psixologik omillariga quyidagilar kiradi:

- kognitiv - axborot omili;
- shaxsning hissiy tajribasi;
- individual shaxsiy xususiyatlar;

Kasbiy adaptatsiyaning variantlari:

1.Rad etish. Xizmatining qadriyatlarini bilan faol kelishmovchilikni bildiradi, uning umidlari haqiqat bilan murosasiz qarama-qarshilikda. Odatda u birinchi oylarda ishdan ketadi, (so‘nggi paytlarda ushbu ko‘rsatkich ichki ishlar organlari tizimida yosh xodimlarda keskin oshib bormoqda);

2.Konformizm. Xizmatning qadriyatlarini va me‘yorlarini to‘liq qabul qilish, o‘yin qoidalariga bo‘ysunishga tayyorlik. Bunday ishchi(xodimlar) jamoada asosiy qismini tashkil qiladi;

3.Mimikriya. Noxush holatlarda ikkinchi darajali me‘yorlarga rioya qilish bu esa potentsial xavfi bo‘lgan guruhiga xosdir, ushbu holatdagi shaxslar xoxlagan uzi uchun vaziyatda idora bilan xayrlashishga tayyor;

4.Adaptatsiyaviy individualizm. U idorada bo‘lgan asosiy norma va qadriyatlar bilan qabul qilish qobiliyatiga ega bo‘lib va ikkinchi darajada bo‘lgan masalalarni qabul qilmaydi. Xodim ma‘lum bir darajada o‘zini individual shaxs sifatida saqlab qoladi va jamoada o‘ziga yarasha yaxshi ishlaydi.¹³

Adaptatsiyaning bosqichlari:

- Dastlabki bosqich. Inson faqat yangi muhitda o‘zini tutish qoidalarini o‘rganishga qodir. Qadriyatlar va urf-odatlar tizimi unga hali notanish yoki uning ichki kayfiyati ularni tan olishga tayyor emas.

- “Chidamlilik bosqichi”. Individ va uning muhiti bir-birining tengligini tan oladi.

- Adaptatsiya bosqichi (akkomodatsiya). Yangi individ qabul qiluvchi muhitning qadriyatlar tizimini tan oladi va uni amal qiladi. Qabul qiluvchi tomonning vakillari shaxsning ayrim qadriyatlarini tan olishadi.

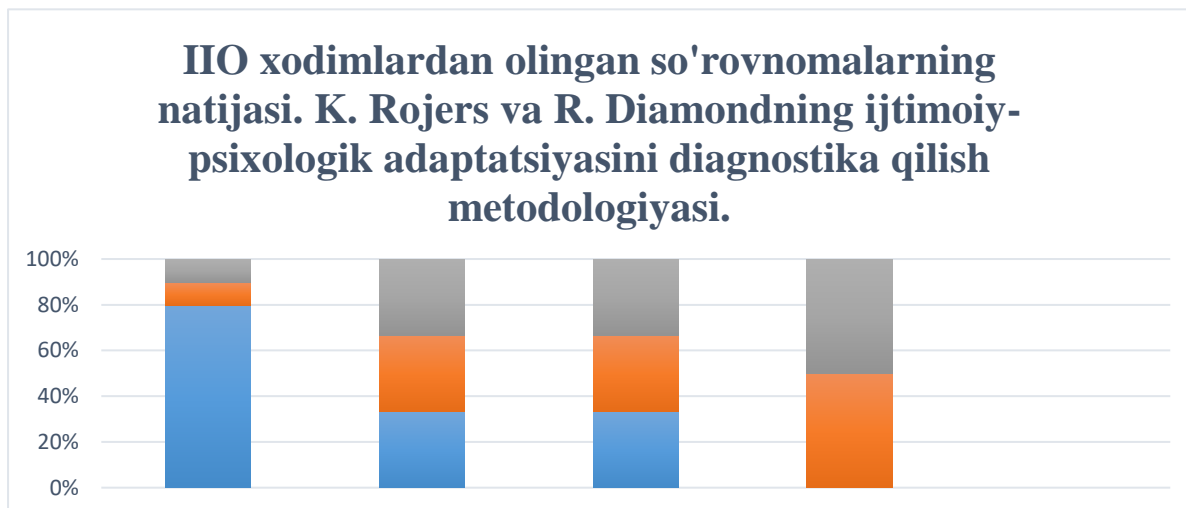
- To‘liq adaptatsiya bosqichi (assimilyatsiya). Individ avvalgi xulq-atvor namunalaridan, odatdagi turmush tarzi va dunyoqarashidan butunlay voz kechadi va yangi ijtimoiy muhitda hukmronlik qiladigan yangilarini qabul qiladi.

Metodika sifatida K. Rojers va R. Diamondning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyani diagnostika qilish metodologiyasidan foydalanilgan. Tadqiqot davomida ichki ishlar organlarning 198-nafar xodimlari ishtirok etdi, Rojers Diamondning ijtimoiy-psixologik adaptatsiya so‘rovnomasidan olingan ma‘lumotlar ko‘ra bizga moslashish qobiliyati jamoada moslashishga imkon berishini ko‘rsatadi. Ko‘rsatkichlar bo‘yicha ma‘lumotlar bizga to‘liq professional moslashuvga ega bo‘lgan xodimlar yuqori darajaga ega ekanligini ko‘rsatadi, bu ko‘rsatkich 78% normaga to‘g‘ri keladi va bu esa iio xizmat staji 5-15 yilgacha

¹²А.А. Голованова, Л.Е., Тарасова, Р.М., Шамионов С., - Адаптация личности в современном мире: Межвуз. сб. науч. тр. – Ад 28 Саратов: ИЦ «Наука», 2011. – Вып. 3. – 110 с.

¹³Адаптация работника: задачи, средства, проблемы.
http://www.uralweb.ru/articles/job/page_1/000/091/article_91.html.

stajga bo'lgan xodimlarda kuzatildi, shuningdek, akkomodatsiya bosqichida bo'lgan xodimlar 12% ga teng, bu esa xodimlarning o'rtacha staji 3-5 yil stajiga tga bo'lgan xodimlarga tog'ri keladi, chidamlik bosqichidagi bo'gan xodimlar esa adaptatsiya bosqichi 10% ga teng va bu xodimlarning o'rtacha ish staji 1-2 gacha bo'lgan stajga to'g'ri keladi, moslashmagan alomatlar xodimlarning orasida aniqlanmagan¹⁴.



Ushbu ko'rsatkichlar, tadqiqot natijalariga ko'ra, ichki ishlar xodimining ish stajining oshishi bilan kasbiy adaptatsiyani ko'rsatkichlari yaxshilanadi va muvaffaqiyatga erishish istagi bilan tavsiflanadi degan xulosaga kelishimiz mumkin. Ichki ishlar organlari tizimida 5-yildan sal ko'proq ishlagan xodimlar turar joy darajasi ko'rsatkichi bilan ajralib turdilar, shuningdek, 2-yilgacha ish stajiga ega bo'lgan xodimlar chidamlik darajasi bilan ajralib turadilar, xodimlar orasida moslashmaganlar aniqlanmadi.

Xulosa va takliflar. Ichki ishlar organlari xodimlarining kasbiy adaptatsiyasi uning ishga kirishgan paytdan boshlab shakllanadi, shuningdek, 2-3 yil davomida u axloqiy va psixologik qiyinchiliklarga, ishdagi yuklamalarning ortib bormasligiga va yashirin burrokratik to'siqlarga yo'l qo'ymaslik kerak. Ushbu turdagi to'siqlar muammolarini hal qilishda jamoada shaffof va adolatli boshqaruvni amalga oshirish va barcha shaxsiy tarkibdagi vazifalarni ratsional taqsimlash kerak, aks holda bu borada kadrlar ochligi yuz berishi mumkin. Bundan tashqari, kam ish stajiga ega bo'lgan kasbiy tajribasini joshirish maqsadda ko'p tajribaga ega bo'lgan tajribali xodimlarni jalb qilish kerak.

Adabiyotlar ro'yhati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoyevni ichki ishlar organlari tizimida isloxoatlarni amalga oshirish
<https://uzdaily.uz/index.php/ru/post/31445>

2. Мещерякова А.В. Профессиональная адаптация и морально-психологическая подготовка сотрудников правоохранительных органов: учебное пособие. : Изд-во ЮФУ, 2019. С.12.

3. Никифоров Г. С. Психология здоровья. – СПб.: Речь, 2002. – 256 с.

¹⁴ K.Rojers va R.Diamondning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyani diagnostika qilish metodologiyasi.

4. А.А. Голованова, Л.Е., Тарасова, Р.М., Шамионов С., - Адаптация личности в современном мире: Межвуз. сб. науч. тр. – Ад 28 Саратов: ИЦ «Наука», 2011. – Вып. 3. – 110 с.

5. Адаптация работника: задачи, средства, проблемы.
http://www.uralweb.ru/articles/job/page_1/000/091/article_91.html.

6. K.Rojers va R.Diamondning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyani diagnostika qilish metodologiyasi.

EKSTREMAL VAZIYATLARDA SHAXSNING PSIXOLOGIK HIMOYA HOLATIDA AMALIY YORDAM KO'RSATISH MEXANIZMLARI

Shomurodov Ibrohim Xusanmurot o'g'li
Qarshi davlat universiteti
mustaqil izlanuvchisi

Hozirgi kunda taraqqiylashgan sivilizatsion davrda ekstremal vaziyatga tez-tez duch kelishimiz mumkin. Bunday vaziyatda esa shaxs avvalambor yordamni o'zidan topishi zarurdir. Bu yordam esa psixologik yordam hisoblanadi. Qo'rquv, xavotir, yig'i, talvasa, parishonxotirlik, aybdorlik hissini tuyish, jismoniy harakatni boshqara olish, asabiy titroqlik, jahl, qahr, tajovuz va stressli holatlarda insonga psixologik ko'nikma, malaka va bilimni shakllantirish vaziyatni ijobiy tus olishiga ko'maklashadi.

Ekstremal holat bu – birdaniga vujudga kelgan holatning inson sog'ligiga tajovuz qiluvchi subyektiv jarayon hisoblanadi. Ekstremal holatda kishi ongsizlik holatiga tushishi mumkin xavotir, jahil, qo'rquv yuqori harakatlanganlik kuzatiladi, ammo uzoq vaqt davom etmaydi.

Umuman psixologik himoya mexanizmlari tushunchasining klassik nomlanishi Zigmund Freyd tomonidan kiritilgan bo'lsada, Anna Freyd o'zining "Men va himoyalash mexanizmlari" nomli ilmiy tadqiqotida Freyd g'oyalarini rivojlantirdi. Bu yutuq, ayniqsa, psixologik antropologiya va etnopsixologiya sohasida yangi qirralarni ochdi. Aniqrog'i, Anna Freyd himoya mexanizmlari instinkt talablarini inkor etishni e'tirof etdi. "Psixoanalitiklar K.Xoll va G.Lindsteylar ham himoya mexanizmlarining klassik nomlanishi asosida tegishli ilmiy tadqiqotlarni olib borganlar."

Shaxsning psixologik himoya mexanizmlari ayrim nizolarning subyektiv sabablariga bevosita ta'sir etishi mumkin. Shaxsning shaxsiy yoki guruhiy ehtiyojlarini amalga oshirishga yo'l qo'ymaslik va shaxsiy yoki guruhiy qiziqishlarini poymol qilish kabi sabablar nizoli vaziyatlarni vujudga keltiradi.

Murakkab yoki xavfli vaziyat bilan oldindan tanishish faqat aniq sharoitlarda ularning psixologik ta'sirchanligini kamaytiradi: u faoliyatning muvaffaqiyatli tugashiga ishonchini chaqirishi, yaratilgan kritik vaziyatdan chiqish yo'lini sekin aytib berishi mumkin. Bu vaziyatda, agar qo'rquv paydo bo'lsa ham, u keskin shaklda bilinmaydi[1].

Qo'rquvning holati negativli fon, moslashuvni buzishi, psixika va organizm uchun ko'pgina salbiy oqibatlar bilan tavsiflanadi. Qo'rquvda idrok chegaralanadi,

yashirin holdagi perseptivli maydonning ko'p qismiga inson funksional zehni sust bo'lib qoladi. Qo'rquv idrokni tormozlashtirishi, hajmi tor va shakli bo'yicha rigidli (faoliyatsiz) qilishi mumkin hamda qo'rquv shaxs ozodligi darajalarining sonini qisqartiradi. Vaziyat va shaxsiy xususiyatlar bilan bog'liq qo'rquv holati xulqning har xil shakllari bilan bog'langan bo'lishi mumkin, shulardan: yugurish, himoyali tajovuz, namoyishli tajovuz.

O'zining tashqi faoliyati bo'yicha paydo bo'lish va qo'rquv mexanizmi shaxsiy vahima bo'lib hisoblanadi. Qo'rquv bilan real xavfning har xilligi (neadekvatligi) bilan farq qiladi. Vahimali xulqning asosiy xususiyati – insonning o'zini o'zi qutqarishga intilishidir. Birinchi o'ringa o'zini o'zi nazorat qilish darajasini pasaytiradigan va insonni xavfdan jismoniy ketishga majbur qiladi. O'zining shaxsiy qutqarilishi uchun inson boshqalarning halok bo'lishiga yo'l qo'yishi mumkin, ulardan qutqarish vositalarini olishi mumkin. Shaxsiy vahimaning boshqa tashqi faoliyatlari bo'lishi mumkin: inson o'zini umuman chorasiz sezadi, fikr qilish qobiliyatini, orientatsiya qilishning qobiliyatini, uning erishishining maqsadi va vositalarini to'g'ri nisbatlashtirishini, hodisalarni hushyorlik bilan baholash va boshqalar bilan o'zaro ta'sir qilishi kabilardir. Vahimaga tushgan inson fahmsiz tahdidga moyildir.

Qo'rquvni va shaxsiy vahimani har xil yo'llar bilan yengib o'tish mumkin:

- o'z xulqini faollashtirish;
- odatdagi harakatlarga diqqatni o'tkazish.
- og'ir holatni chaqirtiruvchi obyektдан chalg'ish;
- ishonchlilikni yo'qotish;
- burch hissini keskinlashtirish va hakoza.

Bunday vaziyatda hal etuvchi rol boshqa odamlarning mardlik va matonatli xulqiga, mustahkam rahbarlikka, odatdagi xulq safarbarligiga va shunday sharoitlarda toqat va mardlik misolini ko'rsatib bilganlarning maqsadga muvofiq faoliyatni tashkil etishga yo'naltirilgan aniq ko'rsatmalarga tegishlidir. Odamlarga o'zini o'zi dadil tutish misoli, faollashtirgan vijdon, mas'uliyatlik va burch hissi ayniqsa zarurdir. Kritik vaziyatda rahbarning shaxsiy misoli qo'rquv va vahimaga berilgan odamlar xulqini boshqarishning asosiy vositasi bo'lishi mumkin.

Shaxsiy vahimadan ommaviy, jamoaviy vahimani farq qilish kerak, u odamlarni boshqarib bo'lmaydigan to'daga aylantiradi. Psixologik jihatdan vahimaning bunday turi realli yoki tasavvurli xavf oldida ommaviy qo'rquvning holati bilan tavsiflanadi. Bunday qo'rquv o'zaro ta'sirlanish jarayonida o'sadi va holatning aql idrokka asoslangan baholar qobiliyatini o'rab oladi. Lekin avvalgi faolligini rivojlantirib endi ichki psixologik sabablar bo'yicha bo'lmaydi, chunki o'ziga kerak bo'lgan tushunish va hisni yo'qotishda ifodalanadi.

Inson o'z hayoti davomida psixologik krizisni bir necha marta boshdan kechiradi. Krizislarning sabablari bilan bog'liq ularning har xil turlarini ajratadilar, masalan, ishning keskin almashishi kasbining almashishi, oiladan uzilish, nafaqaga ketish, ijtimoiy ahvolning o'zgarishi. Shuningdek yoshga oid krizislarni ajratish mumkin "somatik asoslar bo'yicha (kasallik), sotsial – statusli (rolli), ichki o'sish.

Ko'pincha jamoada qiyin qilingan xulq-atvor formalari, ijtimoiy shakllanib borishi bilan individ reaksiyasi aniqlanadi. Bundan tashqari, individning nizolarga

ishtiroki, uning oldiga qo‘ygan maqsadini amalga oshirish uchun yuzaga kelgan to‘siq qay darajada xalaqit berishi bilan aniqlanadi. Subyekt oldiga qo‘ygan maqsadi qanchalik muhim bo‘lsa va unga erishishni juda xohlasa, u shunchalik darajada qat‘iylik bilan o‘zaro nizoli vaziyatlarga va unga xalaqit beruvchi shaxsga qarshilik ko‘rsatadi.

Krizislar insonning hayoti va faoliyatini ajratib bo‘lmaydigan komponenti bo‘lib hisoblanadi. Psixologiyada ular shaxs rivojlanishining zarur omili sifatida ko‘riladi. Masalan, insonparvarlik psixologiyasining asoschilaridan biri. R.Mey hisoblaydiki, insonga oid shaxsiylikni chegarali butunligining iloji yo‘q, balki keragi yo‘qdir ham. Shu uchun inson o‘z hayotida muqarrar krizislarni yengishga tayyor bo‘lishi kerak, o‘zida tegishli yo‘naltirishni ishlab chiqishi kerak. Bu yerda insonning shaxsiy sifatlaridan, har xil ekstremal vaziyatlarni yengib o‘tishga uning tayyorgarligi ko‘p narsaga bog‘liqdir.

Ekstremal vaziyatlarda himoya mexanizmlarini ishlab chiqish, uning metodlarini hayotga tadbiiq etish va bunday vaziyatlarda kechadigan holatdan nafaqat himoyalanih balki mavjud holatni yenga olish xulq-atvorini shakllantirish zamon talabidir.

Yuqoridagilardan xulosa chiqarib shuni ta’kidlash joizki, psixologlarning nuqtai nazarida inson hayotida krizislar muqarrardir, ulardan har biri negativli va pozitivli komponentlarga ega bo‘ladi. Krizisning muvaffaqiyatli ruxsati – bu shaxsning rivojlanishida taraqqiyot, mumkin bo‘lgan shaxsga oid o‘sish. Konfliktni hal etilmasligi – bu shaxs uchun xavflidir.

Adabiyotlar

1.Божович Л.И. Личност и ее формирование в детском возрасте. – М.: Просвещение, 1968. – 468 с.

2.Божович Л.И. Проблемы развития мотивационной сферы ребенка. Изучение мотивации поведения детей и подростков. М.: Педагогика, 1972.– 196 с.

3.Вилюнас В.К. Психологические механизмы биологической мотивации. – М.: МГУ, 1986. - 208 с.

4.Платонов К.К. Структура и развитие личности. - М.: Наука, 1986. - 255с.

5.Столин В.В. Познание себя и отношения к себе в структуре самосознания личности: Дис.докт.психол.наук. - М.: 1985. -530 с.

6.Дубровина И.В. Теоретические основы и прикладные аспекты развития школьной психологической службы: Автореф. дисс. докт. псих. наук-Тбилиси: 1988. -396 с.

7.Илин Э. П. Дифференциальная психофизиология. -СПб.: Питер, 2001. - 464 с.

YETUKLIK DAVRIDAGI PEDAGOGLARNING PEDAGOGIK FAOLIYATIDA KASBIY KUYISH SINDROMINING ILMIY-NAZARIY O'RGANILGANLIGI

Ataxanova Lobar Egamberganovna

*Toshkent gumanitar fanlar universiteti, Amaliy va gumanitar fanlar
kafedrasi stajyor o'qituvchisi. Qoraqalpog'iston Respublikasi To'rtko'l t.*

Maktabgacha ta'limni modernizatsiya qilish jarayonida har-bir pedagog shaxsga, uning kasbiy faoliyatiga yangi talablarni qo'yadi. «Hissiy charchash» sindromining oldini olish o'qituvchining kasbiy faoliyatining samaradorligi va sifatini, uning psixologik salomatligini ta'minlash bilan bog'liq dolzarb muammolardan biridir.

«Emotsional charchash» sindromi – bu ish joyidagi surunkali hal etilmagan, stress natijasida rivojlanadigan hissiy, aqliy, jismoniy charchoq holatidir. O'qituvchining salbiy psixologik holati bolalarni tarbiyalash va o'qitish samaradorligini pasaytiradi, o'quvchilar, ota-onalar, hamkasblar bilan munosabatlarda nizolarni kuchaytiradi, xarakter tuzilishi va kasbiy fazilatlarida salbiy xususiyatlarning paydo bo'lishi va mustahkamlanishiga yordam beradi, psixologik va salomatlik holatni buzadi. Hissiy charchash omillarini aniqlash o'qituvchini psixologik jihatdan sog'lom inson va samarali mutaxassis sifatida saqlashga imkonini beradi.

Kuyish omillari an'anaviy ravishda ikkita katta guruhga bo'linadi: tashqi va ichki yoki tashkiliy va shaxsiy. Kuchlanishni tadqiq qilish sohasida eng ko'p o'rganilgan - tashkiliy omillar guruhidir. Ijtimoiy-demografik (yoshi, jinsi, ta'lim darajasi, yashash joyi) va ijtimoiy-psixologik xususiyatlarning, shaxsiy xususiyatlarning hissiy charchashning paydo bo'lishiga ta'siri qo'shimcha tadqiqot va aniqlashtirishni talab qiladi.

T.V.Formanyuk va V.E.Orel hissiy charchashning jinsga bog'liqligini ta'kidlaydilar. Sindromning individual komponentlarini ko'rib chiqishda gender farqlari aniq namoyon bo'ladi. Shunday qilib, erkaklar yuqori darajadagi depersonalizatsiya va kasbiy muvaffaqiyatlarini yuqori baholash bilan ajralib turishi, ayollar esa hissiy charchoqqa ko'proq moyil ekanligi aniqlangan. Stress omillarini sub'ektiv baholashda ham gender farqlari kuzatiladi: ayol o'qituvchilar «qiyin o'quvchilar» ni eng kuchli stress omillari deb tasniflaydilar, erkaklar esa maktablarga xos bo'lgan byurokratiya va katta hajmdagi «qog'oz» ishni tasniflaydilar [1]. Biroq, boshqa tadqiqotlar charchash komponentlari va jins o'rtasidagi bog'liqlik mavjudligini tasdiqlamaydi..

Rus psixolog olimlarning tadqiqotlarida - maktabgacha ta'lim muassasalari tarbiyachilari o'rtasida charchash sindromining paydo bo'lishiga ta'sir qiluvchi tashqi omillarni aniqlashimiz mumkin:

—bolalarning hayoti va sog'lig'i uchun yuksak ma'naviy va huquqiy javobgarlik;

—band ish haftasi. Ko'pgina o'qituvchilar har kuni 10 soat (haftasiga 50 soat) sheriksiz ishlaydi, qo'shimcha ravishda kadrlar yetishmasligi tufayli yordamchi o'qituvchi vazifasini bajaradi;

—noaniq (yoki o'lchash qiyin) mazmuni, vaqtincha etishmovchilik sharoitida ishlash

— Ta'lim islohoti girdobiga tushib qolgan o'qituvchilar va o'quvchilar doimo turli xil yangiliklarga (yangi o'quv dasturlari, rejalashtirishning yangi shakllari, SanPiNning yangi talablari va boshqalar), tez-tez o'zgarib turadigan talablarga, cheksiz tekshiruvlarga duch kelishadi.

— Pedagogning kasbiy faoliyati nafaqat yoshga bog'liq, balki individual ijtimoiy-psixologik bilan bog'liq hissiy charchashning paydo bo'lishi uchun bolalarning xususiyatlari xavf omillari bilan bog'langan. O'quvchilarning ota-onalari bilan muloqot qilish ham katta qiyinchiliklarga olib kelishi bejiz emas. Ko'pgina o'qituvchilar ota-onalar tomonidan bolalar tarbiyasiga e'tiborning pasayishi, ota-onalarning shaxsiy nizolari va tashvishlari;

—ijtimoiy obro'sini yo'qotish, o'qituvchi kasbining past ijtimoiy-psixologik holati;

—kam ish haqi;

—psixoprofilaktika choralari tizimining yo'qligi, o'qituvchilarning sog'lig'i haqida yetarli darajada tashvishlanmaslik. Yillik, ko'pincha xayoliy, klinik ko'rikdan tashqari, o'qituvchilarning sog'lig'ini saqlash uchun deyarli hech qanday chora-tadbirlar ko'rilmaydi.

- Maktabgacha ta'lim muassasalari tarbiyachilari o'rtasida charchash sindromining paydo bo'lishiga ta'sir qiluvchi quyidagi tashqi omillar aniqlangan:

—bolalarning hayoti va sog'lig'i uchun yuksak ma'naviy va huquqiy javobgarlik;

—band ish haftasi. Ko'pgina o'qituvchilar har kuni 10 soat (haftasiga 50 soat) sheriksiz ishlaydi, qo'shimcha ravishda kadrlar yetishmasligi tufayli yordamchi o'qituvchi vazifasini bajaradi;

—noaniq (yoki o'lchash qiyin) mazmuni, vaqtincha etishmovchilik sharoitida ishlash [2].

O'qituvchining shaxsiyati va uning kasbiy fazilatlariga qo'yiladigan talablarning kuchayishi yoki ortiqcha mas'uliyat o'qituvchining kasbiy faoliyatining buzilishiga va psixikasiga ta'sir qilishiga olib keladi. Bu esa kasbiy psixologiya uchun zamonaviy muammoni yuzaga keltirgani sababli, charchash sindromini tuzatishning maqbul usullarini topish zarurati paydo bo'ladi. O'qituvchi-shogird tizimida, biz bilganimizdek, doimo bilim almashish bilan birga, hissiyotlar almashinuvi ham mavjud. O'qituvchi doimo hissiy munosabatda bo'lishga, o'quvchiga fikr bildirishga majbur bo'ladi. O'quvchilarning hayotida doimiy hissiy ishtirok etish hissiy reaksiyalarning xiralashishiga, hissiy quruqlik va befarqlikka sabab bo'lishi mumkin. Buning natijasida o'qituvchi-shogird tizimidagi munosabatlar taranglashadi, ta'lim jarayonining sustlashishiga olib keladi.

Ayniqsa, maxsus ta'lim tashkilotlarida (alohida ta'limiy ehtiyoji bor bolalar ta'lim maskani) faoliyat yuritib kelayotgan yetuklik davridagi tarbiyachi-pedagoglar kuchli bilim, ulkan sabr, samimiy munosabatlari bilan ta'lim oluvchilarning jamiyatga to'g'ri integratsiyasini ta'minlashga o'z hissasini qo'shib kelmoqda. Bu o'rinda shaxs kasbiy faoliyatini muvofiqlashtirishga amaliy yordam

beradigan psixologik salomatlik sifatini oshirish har qanday sohada rivojlanishni ta'minlaydigan omil bo'la oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Formanyuk T.V. «Emosional charchash» sindromi o'qituvchining kasbiy disadaptatsiyasining ko'rsatkichi sifatida // Psixologiya savollari - 1994. - No 6. - P. 57-64
2. Hissiy charchash darajasini diagnostika qilish metodikasi V. V. Boyko: usullar va testlar. Ruhiiy holatlar // Shaxsiy xususiyatlar. - 2012. - URL : <http://test-usuli.ru/index.php/metodiki-i-testy/1/33-metodika-diagnostika-urovnya-emotsionalnogo-vygoraniya-v-v-bojko> (kirish sanasi: 04.02.2013).

SMALL SCHOOL AGE OF STUDENTS PSYCHOLOGICAL FEATURES

*Fayziyeva Nodira Sobirovna,
Jizzah State Pedagogical University,
trainee teacher*

Early school age is the most important stage of a child's life. The high sensitivity of this age period defines great opportunities for the multifaceted development of the child. Knowing and taking into account the psychological characteristics of children of primary school age allows us to direct our educational and educational work in the classroom. Therefore, every teacher should know these features and take them into account when working with elementary school children.

Knowing and taking into account the psychological characteristics of children of primary school age allows us to properly build our communication with the child. Therefore, every parent should know and consider these features.

The main feature of this period is a radical change in the social situation of the child's development. It becomes a "social" entity and now has tasks of social importance, for the implementation of which it is evaluated by the public.

This is a relatively calm and uniform age of physical development. Growth and weight, endurance, vital capacity of the lungs increase evenly and proportionately. The bone system of a young student is still in the stage of formation - the ossification of the spine, chest, pelvis, limbs is not yet complete, there is still a lot of cartilaginous tissue in the bone system. At primary school age, the process of ossification of the hand and fingers is also incomplete, so small and accurate movements of the fingers and hands are difficult and tiring. Functional improvement of the brain occurs - the analytical and systematic function of the cortex develops; the ratio of excitation and inhibition processes is gradually changing: the inhibition process is becoming stronger, although the excitation process is still dominant, and elementary school students are very excited and impulsive.

The beginning of school education means the transition from play activities to education as the leading activity in primary school age, when the main mental

neoplasms are formed. Therefore, entering school brings about the most important changes in a child's life. His whole way of life, his social status in the community and family will change dramatically. The main, leading activity now becomes teaching, the most important task is the obligation to learn, to acquire knowledge. And education is a serious business that requires organization, discipline, willful actions of the child. The student is included in a new community for him, where he lives, learns and develops for 11 years. Leading activity is a learning activity. In the framework of educational activities, psychological neoplasms are formed, which describe the most important achievements in the development of elementary school students and provide the foundation for development at the next age stage.

Initially, elementary school students study well based on their family relationships, sometimes a child studies well on the basis of community relationships. Personal reason also plays a big role: the desire to get good grades, the approval of teachers and parents.

Initially, he is interested in the process of educational activity without realizing its importance. Only after the interest in the results of their educational work, interest in the content of educational activities, in gaining knowledge is formed. This basis is considered a favorable ground for the formation of motivations for learning of a higher social order, which is connected with a truly responsible attitude to educational activities in a primary school student.

The formation of interest in the content of educational activities, the acquisition of knowledge is related to the experience of satisfaction with the achievements of schoolchildren. And this feeling is supported by the praise of the teacher, who emphasizes everyone, even the smallest success, the smallest progress. Junior high school students feel a sense of pride and special strength when the teacher praises them.

The great educational influence of a teacher on young people is due to the fact that the teacher becomes an unquestionable authority for children from the very beginning of their stay at school. The authority of the teacher is the most important condition of teaching and upbringing in primary classes.

Educational activities in primary grades, first of all, stimulate the development of mental processes of direct knowledge of the surrounding world - sensations and perceptions. Primary school students are distinguished by the sharpness and novelty of perception, their unique reflective curiosity. A young student perceives the environment with lively interest, which opens more and more new aspects in front of him every day. The educational process in school itself puts new demands on the child's intuition, perception, thinking, speech and attention. Students have to constantly shift their attention to distant objects during the lesson. For example: the student moves his attention from the blackboard to the table in front of the teacher, and then to the notebook in front of him. It can be the other way around. In this activity, the harmfulness of continuously adapting both eyes is born. The accommodation capacity of the child's eyes increases. The highest diapason of accommodation is observed in 10-year-old children. In the process of training, the child sometimes has the urge to look far, sometimes close.

In relation to the problem of formation and development of abilities, it should be noted that some researches of psychologists are aimed at determining the abilities of students for various types of activities. Everyone has some ability. A person is born with some kind of ability. After determining the level of ability, it is possible to shape and develop this ability and raise it to the level of talent. One of the current tasks of a school psychologist in a school is not only career guidance in grades 9-11, but diagnostic identification of the abilities of students of junior school age and working with them will lead to the rejuvenation of career guidance or career choice.

LIST OF REFERENCES

1. Akimova M.K., Kozlova V.T. Psychophysiological characteristics of schoolchildren's individuality: accounting and correction. –M.: Academy, 2nd edition, 2005. – 231 p.
2. G`aziev.E. Ontogeny psychology study guide Tashkent "NIF MSH" 2020
3. G`aziev.E. Pedagogical psychology basics T "Teaching" 2010y
4. Fayziyeva, N. (2022). FORMATION OF COMMUNICATIVE SKILLS OF YOUNG SCHOOL CHILDREN. Eurasian Journal of Social Sciences, Philosophy and Culture, 2(12), 211-215.
5. Bezrukikh M.M., Dubrovinskaya N.V., Farber D.A. Psychophysiology of the child. – M.; Voronezh, 2005. – 164 p.
6. Wenger A.L., Tsukerman G.A. Psychological examination of junior schoolchildren. – M.: Vldos, 2nd edition, 2006. – 160 p., ill. - (B-school psychologist).

YOSHLARDA LIDERLIK VAYETAKCHILIK KO'NIKMANALARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Avlakulov Bobir Ruzikulovich

Toshkent amaliy fanlar universiteti o'qituvchisi

Lider aniq maqsadga erishish yo'lida ma'lum tartibda mujassamlashgan jamoalar birligini anglatadi. Har qanday rasmiy tashkilot miqyosida turli norasmiy guruhlar mujassamlashadi. Bu norasmiy guruhlar tashkilotdagi boshqaruv muhitga, uning o'z maqsadi yo'lidagi tashabbusiga katta ta'sir ko'rsatishi mumkin. Tashkilot faoliyati avvaliga butunlay ratsional tarzda tashkil etilib, bu tadbirda iqtisodiy omillar va ko'rsatkichlar ustuvor deb topiladi. Hozirga kelib bu omillar soni ancha ko'paydi va ular qatorida boshqaruvning axborot manbaalari va o'z oldiga qo'yilgan maqsadni shakllantirish, uni olg'a surish hamda o'zgartirish mexanizmlari o'rin oldi. Shu bilan birga, tashkilot qaramog'idagi xodimlar motivatsiyasi, ya'ni ularni faoliyatga undash, tashkiliy munosabatlarni mukammallashtirish, loyihalar bo'yicha tadqiqotlar, shuningdek ixtirolarni joriy etishning iqtisodiy, ijtimoiy, xuquqiy jihatlari kabi omillar kelib qo'shildi.

Tashkilotni ijtimoiy tuzilma sifatida ijtimoiy-psixologik jihatlarning ajratib olinishi Zamonaviy boshqaruv ilmining yutug'idir. Tashkilot maqsadini va uning vazifalarini aniqlash hamda xodimlari tomonidan qabul qilinishi nazarda tutilgan

ijtimoiy-psixologik yo‘nalishning asosidir

Mamlakatning umumiy taraqqiyoti individual komillikning yig‘indisi, ko‘rinishi sifatida namoyon bo‘ladi. Xalqimiz mentalitetiga xos bo‘lgan ana shu o‘ziga xoslik, ya’ni jamoaga qarab fikrlash, qaror qilishdan iborat mazkur tamoyildan kelib chiqib, yosh oilalarda liderlik ko‘nikmalarini shakllantirish va boshqaruv mahoratini rivojlantirish katta ahamiyatga ega. Yetakchi, eng muhimi, u yosh oilalar bir-birlarini ko‘ngliga yo‘l topishi, ular bilan hamnafas bo‘lib, dardu tashvishlarini yaqindan his etib, ularni yuksak maqsadlar sari boshlaydigan, ularning haqiqiy yordamchisiga, maslahatgo‘yiga, maslakdoshiga aylanishi zarur. “Yetakchi” so‘zi guruh a‘zolariga ta’sir o‘tkazuvchi va maqsadga yetaklovchi shaxsga nisbatan qo‘llaniladi. Ilmiy adabiyotlarda ba’zan “lider” so‘zini “yetakchi” atamasi bilan almashtirish hollari ham uchraydi. Yetakchi-o‘z atrofidagi odamlarning fikri va xulq-atvoriga ijobiy ta’sir o‘tkaza oladigan, maqsadli vazifalarni amalga oshirish qobiliyatiga va yuqori shaxsiy mavqega ega bo‘lgan ijtimoiy guruh a‘zosi. Yetakchilikguruh tarkibini, undagi munosabatlar tizimini tahlil etish orqali insonda shakllangan qobiliyatga suyanish va qobiliyatni imkoniyatga qarab, namoyon etish holatidir.

Liderlik uslubini farqlashdagi an’anaviy yondoshuvlardan biri Kurt Levin tomonidan kiritilgan tipologiyaga asoslanib, bunda liderlikning avtoritar, demokratik va liberal uslublari farqdanadi. Avtoritar uslubda rahbar xamma liderlik qarorlarini o‘z qo‘liga oladi, karor ijrosini kattik nazorat ostiga oladi va yo‘l qo‘yilgan xatolar yuzasidan beshafqat jazolash shahdini namoyish etadi, xodimga inson sifatida qiziqish bilan qaramaydi. Bunday sharoitda, doimiy nazoratning mavjudligi tartib intizom jihatdan yuqori ko‘rsatkichni ta’minlaydi.

Lider rahbardan farqli o‘laroq ko‘roq jamoadoshlarini oldinga boshlayoladi. Qiyin vaziyatlarda o‘zini ko‘rsataoladi. Yosh yetakchi degani o‘ziga tengdosh shaxslar manfaatlari uchun qonun doirasida faol ish yuritishni anglatadi. Yetakchi o‘z kuchiga ishongan, jasur va xarizmatik inon bo‘lishi lozim. U, hatto, yosh avlodning himoyachisi bo‘la oladi. Odatda, yosh yetakchilar tengdoshlari orasida ajralib turadigan yorqin xislatlarga ega shaxslardir. Ular nafaqat tengdoshlarini o‘ziga jalb qila oladi, balki o‘zidan katta yoshdagilar bilan ham tez til topisha oladi. Bunday yetakchi tengdoshlaridan ko‘ra ko‘proq ma’lumotga ega bo‘ladi, bu esa unga muhim masalalarni hal etish imkonini beradi. Mehnat jamoasidagi har bir xodim guruhda o‘z mavqeiga ega. Bu mavqe rasmiy yoki norasmiy tarzda bo‘lishi mumkin. Rasmiy mavqe xodimning mansab pog‘onasidagi o‘rni va uning lavozimidankelib chiquvchi vakolatlari bilan fodalanadi. Har bir xodim o‘z hamkasblari bilan o‘zaro munosabatda bo‘lar ekan, turli omillar ta’sirida bu munosabatlar samimiy tus ola boshlaydi. Hissiyotga asoslangan munosabat ikki ko‘rinishda bo‘ladi: yoqtirish (simpatiya) va yoqtirmaslik (antipatiya). Shunday xodimlar ham borki, ular ma’lum xislatlari bilan jamoaning ko‘pchilik a‘zolarini o‘ziga jalb qiladi, ular guruhning norasmiy tizimida yuqori mavqe egallaydi. Psixologik talqin bo‘yicha jamoaning rasmiy tizimida yuqori mavqeni egallovchi xodim rahbar hisoblansa, norasmiy tizimda yuqori mavqeni egallovchi shaxs lider.

Lider, odatda, guruhning norasmiy munosabatlar tizimida namoyon bo‘ladi. Muayyan shaxsning lider darajasidan olinishi unga ruhan yaqinlikni, uning ish

bilan bog'liq qator fazilatlarini yuqori baholashni, ushbu shaxsning guruh manfaatlariga e'tibori kuchliligini anglatadi. Lider–guruhning hamma a'zolari tomonidan tan olingan shaxs lider. Liderning qadriyatlar tizimidagi asosiy jihati guruh manfaatini har narsadan ustun qo'yish, guruh oldiga qo'yilgan vazifani hal etishga sidqidildan kirishib, bu jarayonga jamoani safarbar eta bilishidir. Mehnat jamoasidagi yetakchi, avvalambor, ishchanligi va ijtimoiy faolligi bilan ajralib turadi.

Rahbarlik–Lavozim, lider guruh tomonidan saylangan shaxs. Agar rahbar va lider o'rtasidagi farqqa e'tibor beradigan bo'lsak, rahbar xodimlarga ega, liderning esa hamfikir tarafdorlari mavjud. Rahbar tayinlanib, boshqaruvda hokimiyatga suyansa, lider jamoa a'zolari orasidan saylanib, jamoaga tayanadi. Ba'zi jamoalarda rasmiy rahbar va lider alohida shaxs bo'ladi. Bunday jamoa guruh a'zolari rahbardan ko'ra norasmiy lider tarafida bo'lishi ko'p uchraydi. Jamoada rasmiy rahbar va norasmiy liderning o'zaro munosabati jarayonida ko'pgina rahbarlar yetakchini siqib chiqarishga, hatto, undan qutilishga intilsalar, ba'zi rahbarlar lider guruh maqsadi va manfaatiga erishish yo'lida foydalanishga intiladi. Rasmiy rahbar va guruh lider alohida-alohida shaxs bo'lsa, ular o'rtasidagi kelishmovchilik xodimlar tomonidan ijtimoiy adolatning buzilishi sifatida idrok etiladi. Lider bilan kelishuv esa guruhdagi kuchlarni tan olish, oqillik yo'lini tanlash, deb baholanadi.

Guruhda norasmiy liderning mavjudligi rahbar uchun guruh a'zolari bilan iliq munosabat o'rnatishda qo'shimcha ko'prikdir. Lekin rasmiy rahbar bilan norasmiy yetakchi manfaati bir-biriga zid bo'lishi, mos kelmasligi ham mumkin. Bu esa jamoadagi turli nizolarga sabab bo'ladi. Mehnat jamoasidagi har bir xodim guruhda o'zining mavqeiga ega. Bu mavqe rasmiy yoki norasmiy tarzda qo'lga kiritilgan bo'lishi mumkin.

Rasmiy mavqe xodimning mansab pog'onasidagi o'rni va uning lavozimidan kelib chiquvchi vakolatlari bilan ifodalanadi. Har qanday xodim o'z hamkasabalari bilan o'zaro munosabatda bo'lar ekan, turli omillar ta'sirida bu munosabatlar xissiy rang ola boshlaydi. Xissiyotga asoslangan munosabatlar ikki ko'rinishda-yoqtirish (simpatiya) va yoqtirmaslik (antipatiya) sifatida shakllanadi. Shunday xodimlar ham borki, ular o'zining ma'lum xislatlari bilan jamoaning ko'pchilik a'zolarida simpatiya uyg'ota oladilar va ular guruhning norasmiy tizimida yuqori mavqeni egallaydilar.

Psixologik talqin bo'yicha, jamoaning rasmiy tizimida yuqori mavqeni egallovchi xodim rahbar bo'lib hisoblansa, norasmiy tizimda yuqori mavqeni egallovchi shaxs esa lider. Liderlik holati, odatda, guruhning norasmiy munosabatlar tizimida amalga oshadi. Biron-bir shaxsning lider darajasida tan olinishi unga borliq bo'lgan qator fazilatlarini yuqori baholashni va ushbu shaxsning guruh manfaatlariga e'tiborliligini anglatadi.

Lider-guruhning aksariyat a'zolari tomonidan tan olingan shaxs. Liderning qadriyatlar tizimidagi asosiy jihati-guruh manfaatini har narsadan ustun qo'yish, doimo guruh oldiga qo'yilgan vazifani yechishga sidqidildan kirishish va bu jarayonda jamoani safarbar eta olishidir.

Mehnat jamoasidagi lider avvalambor o'zining ishchanlik xususiyatlari bilan Farqlanib turadi, chunki, u aynan mehnat faoliyati tufayli boshqalardan ajralib ko'zga tashlana boshlaydi. Bundan tashqari, lider, oila manfaatini himoya etar ekan, kezi kelganda rasmiy munosabatlar tizimiga va rasmiydoiralar manfaatiga ham zid chiqa oladi. Natijada, jamoada rasmiy rahbar va norasmiy lider o'rtasida ziddiyat paydo bo'lishi mumkin. Korxonada manfaatidan kelib chiqsak, jamoadagi rasmiy rahbar va norasmiy tizimda shakllanuvchi lider bir shaxs orqali ifodalanishi eng maqbul xoldir. Bugungi kunda zamonaviy liderlar kamayib boroyotganligi hammamizga ma'lum, shuning uchun yosh zamonaviy liderlarni yetkazib chiqarish dolzarflik kasb etmoqda. Har bir sohada liderlarni izlab topish va ularni qo'llab quvvatlab turish lozim. Chunki, bugungi kun jamiyatigaham mukammal shaxslar albatta kerak. Barcha ta'lim tizimida yoshlarning ijodiy iste'dodlarini rivojlantirishga katta e'tibor qaratish lozim.

O'qituvchilarning asosiy vazifalaridan biri—o'quvchilarning tashabbuslari, innovatsion g'oya va fikrlarini, iste'dod va iqtidorini o'z vaqtida ko'ra olishi va uni ro'yobga chiqarish uchun ko'makdosh bo'lish.

Yoshlarda yetakchilik ko'nikmalari va boshqaruv mahoratini rivojlantirish orqali yuksak ma'naviyatli yetakchi yoshlarni tarbiyalash, ularni mamlakatimiz taraqqiyoti va uning istiqboli uchun yo'naltirish talab etiladi.

Muvaffaqiyatning eng muhim kalitlaridan biri bu-intizom va davomiylik!

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Akramova F.A. Oilada sog'lom psixologik muhitni tarkib toptirishning Ijtimoiy psixologik asoslari. O'quv-uslubiy qo'llanma. – T.: 2014. – 185 b.
2. Karimov I.A. Ma'naviy yuksalish yo'lida. –T.: “O'zbekiston”, 1998 yil.
3. Lewin. K. (1935) Shaxsning dinamik nazariyasi. Nyu-York: McGraw-Hill.
4. Ismoilova N.Z. Ijtimoiy psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2018.
5. Durdievna, M. G. (2020, December). NATIONAL EDUCATION IN PHYSICAL CULTURE EDUCATION ISSUES. In Конференции.
6. www.Ziyonet.uz
7. www.google.uz

SHAXSNING KUTILMAGAN VAZIYATLARDAGI FIKRLASHNING NOANANAVIY YONDASHUVINING AHAMIYATI

Najmiddinova Muxayyohon Shaxobiddin qizi

University of business and science

Nodavlat oliy ta'lim muassasasi

Pedagogika va psixologiya kafedrasi o'qituvchisi

Inson dunyoga kelar ekan dastavval individ sifatida shakllanadi. Individ deganda biz odamning insonlik jinsiga mansubligini tushunamiz. Individga yangi tug'ilgan chaqaloq ham, katta yoshdagilar ham, til va oddiy malakalarni egallay olmaydigan telbalar ham kiradi. Shaxs sifatida shakllanish uchun ma'lum bir jamiyatda yaxshovchi til orqali muloqatga kirishuvchang ma'lum bir faoliyat bilan shug'ullanadigan odamgina shaxs bo'ladi.

Hozirgi rivojlanayotgan jamiyatimizda har bir jabhasida tezkorlik rivojlanish jarayonlari kuzatilayotganligini ko'rishimiz mumkun. Bu o'z navbatida shaxsga nisbatan turli vaziyatlarda qanday noanaviy yondashishni talab etadi.

Shaxs kutilmagan vaziyatlarga noanaviy yondashish jarayoni albatta tafakkur qilishni talab etadi. Nostandart fikrlashning mohiyati shundaki, u tanish narsa va vaziyatlarni yangi, g'ayrioddiy nuqtai nazardan ko'rish imkonini beradi. U fikrlashning moslashuvchanligi, qutidan tashqarida fikr yuritish va nostandart yondashuvlarni izlash qobiliyatiga asoslanadi. Ya'ni tafakkurni rivojlantirish turli vaziyatlarda foydali bo'lishi mumkin: murakkab muammolarni hal qilish va yangi g'oyalarni topishdan tortib, ijodiy bloklarni bartaraf etish va etakchilik qobiliyatlarini rivojlantirish. Cheksiz mutafakkirlar turli sohalarda qimmatli mutaxassislar bo'lishi mumkin, chunki ularning qutidan tashqarida fikr yuritish qobiliyati ularga yangi usullar va echimlarni topishga yordam beradi. Bu albatta shaxsni fikrlashda ma'lum bir bosqichlarda amalga oshirishga turtki vazifasini bajaradi ular:

- Yangi g'oyalar va yechimlarni topish qobiliyati;
- fikrlashning moslashuvchanligi va yangi vaziyatlarga moslashish qobiliyati;
- Muammoni va uning turli jihatlarini yaxshiroq tushunish;
- narsalarga kutilmagan nuqtai nazardan qarash qobiliyati;
- Ijodiy bloklarni yengish va yangi yondashuvlarni topish qobiliyati;
- Rahbarlik qobiliyatlari va innovatsiyalar qobiliyatini rivojlantirish

Inson noanaviy fikrlash doimo o'zini rivojlantiruvchi mashg'ulot va amaliyotni talab qiladi. Bunga nostandart muammolarni hal qilish, turli nuqtai nazarlarni o'rganish, tajriba o'tkazish va o'z fikringizni doimiy ravishda rivojlantirish orqali erishish mumkin.

Nostandart fikrlashni rivojlantirish texnikasi va usullari

Aqliy hujum - norasmiy sharoitda g'oyalar yaratish imkonini beruvchi eng mashhur usullardan biri. Aqliy hujum erkin fikr almashish va ijodiy fikrlashni rag'batlantirishga asoslangan. Ushbu texnikaning maqsadi baholash va tanqid qilmasdan iloji boricha ko'proq g'oyalarni yaratishdir.

"Olti shapka" usuli Edvard de Bono tomonidan ishlab chiqilgan va muammoni turli nuqtai nazardan yoki muammolarni turli tomonlardan tahlil qilishga yordam beradi. Har bir shlyapa fikrlashning o'ziga xos turini ifodalaydi: hissiy, neytral, tanqidiy, ijodiy va boshqalar. Bu usul turli xil fikrlash usullarini rag'batlantiradi va vaziyatni to'liqroq tushunishga yordam beradi.

Analogiya usuli turli hodisalar, ob'ektlar yoki g'oyalar o'rtasidagi o'xshashlik va o'xshashlikni izlashga asoslangan. Turli ob'ektlar orasidagi umumiy xususiyatlar va aloqalarni topib, siz original g'oyalar va echimlarga kelishingiz mumkin

Xulosa tarzida biz shunarsani aytishimiz mumkinki albattada biz shunday psixologik jixatlarini o'z ish faoliyatimizda inobatga olsak shaxslararo munosabatlarda nafaqat ish faoliyatimizda ish samaradorligi oshadi kadrlar o'rtasida jamoada psixologik iqlim ijobiylashadi mana shunda jamoa muhiti har tomonlama sog'lom va ijobiy tashkil etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. М. Е. ZUFAROVA „UMUMIY PSIXOLOGIYA,, O'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi muassasalarining o'qituvchi va o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma T-2010.
2. Югая.Х., Мираширова.Н.А. «Общая психология» Т. ТГПУ, 2014
3. Фридман Л.М. Психология воспитания. Книга для тех, кто любит детей. М.: ТЦ «Сфера», 1999.
4. <https://obzorposudy.ru/polezno/cto-znacit-standartnost-mysleniya>

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ НЕВРОТИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ У ДЕТЕЙ

Сулейманова Тохтахон Гайназаровна к.п.н.доцент кафедры Общей психология Андижанского государственного университета имю З. М. Бабура.

Термин "невроз" введен шотландским врачом Келленом в 1776 году

В то время невроз был определен как заболевание при котором не повышается температура тела, не поражаются никакие органы.

Неврозы - психогенные заболевания, в основе которых лежат нарушения высшей нервной деятельности, клинически проявляющиеся страхом, тревогой, депрессией, колебаниями настроения, гиперактивностью ребенка, кусанием ногтей, нарушением сна, а так же изменением общего самочувствия.

Зигмунд Фрейд описал невроз как продукт внутреннего конфликта, Альфред Адлер сказал: «Невроз - это не болезнь, а неправильный образ жизни», а Карен Хорн сказала: «Невроз - результат неправильных отношений между людьми» [Бекмиров Т. Р. 2021, 53с].

В книге профессора З.Р. Ибодуллаева «Асаб ва рухият» (Нервы и психика) Невроз - это функциональное заболевание нервной системы, которое развивается в результате действия внешних и внутренних факторов, вызывающих психические травмы. Итак, невроз - это неврологическое заболевание» [ИбодуллаевЗ. 2015 с. 84]. Невроз также тщательно изучал султан медицинской науки, мыслитель Абу Али ибн Сина. В те времена невроз определялся так: «При этом заболевании температура тела не повышается, ни один орган не поврежден, на теле нет синяков»[.Бекмиров Т. Р. 2021 с. 76].

На сегодняшний день многие исследователи сфокусировали профессиональные интересы именно в данной сфере Л.М. Аболин, В.М. Астапов, Ф.Б. Березин, Л.В. Бороздина, Е.А. Н.М. Гордцова, И.В. Дубровина, Ю.М. Забродин, В.Р. Кисловская, У.Л. Морган, А.М. Прихожан, Т.Я. Решетова, Н.В. Фролова, А.И. Захаров, Мясищев В. Н др. »[Кириченко Е. И. 1986. С. 86—88].

Форму клинически очерченных признаков навроза проявляются как правило, лишь после 6-7-летнего возраста. До того невротические расстройства проявляются обычно в виде отдельных симптомов, которые мало осознаются и переживаются личностью ввиду ее незрелости. Согласно

исследованиям невротические расстройства у детей школьного возраста встречаются в 2-2,5 раза чаще, чем у дошкольников. При этом в обеих возрастных группах детей преобладают мальчики. »

[Кулганов В.А., Сорокина Н. В .2019. с. 41.-42].

Психоневролог А.И.Захаров приводит формулу: «Ребёнок, находящийся в состоянии стресса, перенапряжения, утомления, имеет сниженную реактивность организма (пониженный иммунитет), как правило заболевает (соматические заболевания, вегетативные нарушения). Частые болезни служат отправной точкой развития невроза». проявлениям необходимо отнести и темперамент, врожденный тип нервно-психического реагирования, главным образом со стороны темпа протекания психических процессов. А.И.Захаров отмечает, что различия в выраженности типов темперамента при неврозах и в норме (в младшем школьном возрасте) не столь значительны, как это можно было бы предполагать. Тем не менее при неврозах относительно больше детей с флегматическим темпераментом, в чем нельзя исключить их невротическую заторможенность. [А.И.Захаров 2019. с. 86].

Чем больше «меняется» под влиянием неправильного воспитания природный темперамент, тем больше тяжесть невроза, вызванного излишними ограничениями или чрезмерной стимуляцией психофизиологических возможностей детей. В большей степени это относится к мальчикам, у которых по сравнению с девочками чаще встречается холерический темперамент, наиболее легко повреждаемый при чрезмерных средовых ограничениях. Мальчики более уязвимы к ограничениям при холерическом, а девочки — к стимуляции при флегматическом темпераменте. Дети с холерическим темпераментом в большей степени склонны к невротическим реакциям тревожного и возбужденного круга, с флегматическим темпераментом — к невротическим страхам и реакциям тормозимого круга. [А.И.Захаров 2019. с. 32].

Большое значение играют особенности ребенка, который находится под действием конкретного раздражителя, имеющего эффект травмы. Если у ребенка есть генетическая склонность к неврозам, то малейшие раздражители в виде постоянных криков или упреков сформируют в нем невроз. Корни детских неврозов — в семье, в неправильном воспитании ребенка, подавлении его личности, пережитых

Причиной неврозов является действие психических травм. Психическая травма определяется содержанием информации, которую получает человек. Чаще всего неврозы вызываются информацией: о семейных невзгодах (ссоры в семье, развод родителей), о потере родителей, о наказании за совершенное деяние. Психической травмой может быть как безречевое, так и речевое воздействие, например, вид горящей квартиры или сообщение о пожаре или взрыве. Действие слова как носителя патогенной информации является одной из самых частых причин неврозов. Информацию может нести не только физический сигнал, но и его отсутствие, например, прекращение связи с родными и близкими. Или же возникновение

различного рода неприятностей, которые в свою очередь при многократном повторении могут вызвать развитие невроза. [Фесенко, Ю. А 2024. С. 330].

Собственно развитию неврозов предшествует этап психологической переработки личностью психотравмирующих переживаний, зараженных отрицательными эмоциями (страх, тревога, обида и др.). В этом процессе участвуют защитно-компенсаторные психологические механизмы (переключение, подавление и др.). В связи с сильным воздействием психотравмирующих факторов и слабости механизмов «психологической защиты» происходит психологический «срыв», ведущий к «срыву» высшей нервной деятельности. Наряду с этим важное значение в этиологии неврозов имеют так же внутренние и внешние факторы: [Фесенко, Ю. А 2024. с. 126].

Внутренние факторы:

- особенности личности ребёнка,
- повышенная тревожность,
- пугливость,
- склонность к страхам;
- эмоциональная неустойчивость;
- изменения возрастной реактивности
- нервной системы в переходные (кризовые) периоды, т.е. в возрасте 2-4 лет, 6-8 лет и в пубертатном периоде.

Внешние факторы:

- неправильное воспитание;
- неблагоприятные микросоциальные
- бытовые условия;
- трудности школьной адаптации,
- психотравмирующие ситуации т.п.

Чаще всего неврозы в детском возрасте бывают результатом сочетания нескольких факторов.

На развитие невроза влияет не только сама психотравмирующая ситуация, а так же ее значимость для человека, которая определяется содержанием значимых травмирующих переживаний в его жизни (переживания, связанные с болезнью или смертью близких, несчастными случаями и т.п., случаи серьезных неудач в его жизни и т.д.).

Одним из причин возникновения неврозов бывают недостатки и издержки воспитания, в этом случае начинать лечение неврозов нужно с налаживания здоровой атмосферы в семье.

Партнерские и дружеские отношения с ребенком, уважение его личности и готовность всегда прийти ему на помощь — основные условия профилактики неврозов у детей.

Во многих случаях, истоки возникновения неврозов заложены в семье. В семье ребенок получает стресс от конфликтов между родителями, неправильного воспитания (гиперопека, гипоопека, повышенная требовательность, эгоцентрическое воспитание, неуёмные принципы, запреты), блокирования эмоционального контакта между ребёнком и

матерью (мать не даёт то тепло и ласку, которые необходимы эмоциональному, впечатлительному ребёнку).

Негативное отношение к ребёнку в детском саду или школе со стороны педагога служит сильным раздражителем для ослабленной нервной системы.

Особое внимание следует уделять детям с высоким уровнем сензитивности при психологически неграмотном воздействии со стороны педагога, что может привести к снижению самооценки, к неуменью самоутвердиться в детском коллективе.

Действенным оказывается и вовлечение ребёнка в коллективные дела с предоставлением ему ведущей роли.

Помощь педагога детям с различными видами неврозов заключается в развитии навыков общения; нахождение признания в детском коллективе;

- замечать их успехи, хвалить;

поддерживать в трудную минуту, защищать от тех кто дразнит и способен на агрессию. [Кулганов В.А., Сорокина Н. В. 2019 с. 189 -190].

Профилактика неврозов у детей заключается в формировании механизмов психической саморегуляции. Эмоциональных, с развитым чувством «Я» и художественно-одарённых детей следует окружать заботой и любовью, поддерживать и развивать их чувство «Я». Но без чрезмерной опеки, потакания прихотям и капризам. Разумная твёрдость должна сочетаться с эмоциональным принятием ребёнка, чтобы он не чувствовал себя одиноким, непонятым, нелюбимым. Профилактика неврозов должна строиться на правильном понимании их сущности, повышении общей культуры, духовного и материального уровня населения, а также на предупреждении детской неврозности и правильном воспитании детей.

Уменьшению заболеваемости неврозами способствуют ряд условий:

- правильное трудовое воспитание в семье и школе,
- регулирование нервно-психической и физической нагрузки, своевременное лечение соматических болезней
- широкое распространение спорта и туризма
- достаточное поступление в организм питательных веществ, необходимых для реализации нормальной функции нервной системы. [Спиваковская А.С. 2018 с. 36].

Все факторы, ведущие к астенизации нервной системы, вместе с тем предрасполагают и к возникновению неврозов. Поэтому для их профилактики большую роль играет борьба с острыми и хроническими инфекциями, профилактикой травм мозга, в том числе родовых, острыми и хроническими интоксикациями, нарушениями питания организма и другими вредностями, а также предоставление достаточного отдыха и сна. Недосыпание, особенно в детском возрасте, является одной из наиболее частых причин развития астенических состояний.

Большое значение для предупреждения неврозов имеет правильное воспитание ребенка — развитие у него таких качеств, как выдержка,

настойчивость, трудолюбие, умение преодолевать трудности. Ребенок, которому с детства было все дозволено, который рос избалованным, эгоистичным, не привыкшим считаться с интересами других, может в дальнейшем легче дать срыв в условиях, когда от него потребуются большая выдержка. у детей.

Литература

1. Бекмиров Т. Р. Невроз - заболевание? что нам нужно знать о нем Интернаука М. Наука ноябрь 2021
2. Гарбузова В. И. Детская и подростковая психотерапия: невроты у детей М 1986
3. А.И.Захаров Невроты у детей и подростков Анамнез, этиология и патогенез. монография. —Л., 2019
4. Ибодуллаев З. Асаб ва Рухият. Ташкент – 2015.
5. Кириченко Е. И. Возрастные аспекты формирования психогенных заболеваний у детей раннего возраста.— В кн.: Невроты у детей и подростков. Тезисы докладов. М., 1986. С. 86—88
6. Кулганов В.А., Сорокина Н. В.: психологические особенности развития детей и профилактика невротозов учебное пособие л 2019
7. Спиваковская А.С. *Профилактика детских невротозов* 1988 · МГУ Москва
8. Фесенко, Ю. А. Детская и подростковая психотерапия: невроты у детей : учебное пособие для вузов / 2-е изд. — Москва : Изд Юрайт, 2024. — 330 с

РАЗВИТИЕ ЧЕЛОВЕКА КАК ЛИЧНОСТЬ

Аскарова Гулрух

Преподаватель кафедры «Практическая психология»

ТГПУ имени Низами

Гришина Полина

Студентка 2-го курса

Факультета «Педагогика и психология»

ТГПУ имени Низами

Человек — понятие видовое и включает в себя две взаимосвязанные системы: биологическую и психическую, духовную. Каждая из этих систем, в свою очередь, состоит из подсистем и отдельных феноменов. В своем физиологическом и психическом развитии человек проходит несколько стадий: младенчество, детство, отрочество, юность, взрослость, старость.

Индивид — это отдельный, конкретно взятый человек. Индивидуальность обычно рассматривается как совокупность физиологических и психических особенностей конкретного человека, характеризующих его своеобразие [1].

Под личностью в российской психологии понимают сложное, системное, многоуровневое, иерархически организованное, разноплановое, прижизненно сложившееся, сформировавшееся психическое образование человека, в котором он

выступает не только как объект и продукт, результат педагогических и других воздействий, но и как сознательный субъект познания и активного преобразования действительности.

Личность — это конкретный человек в совокупности тех духовных, психических особенностей, качеств, которые характеризуют его как объекта (продукт, результат) общественного (и другого) развития и как субъекта преобразования действительности на основе ее познания и отношения к ней. Личность — это конкретный человек как носитель сознания и самосознания.

Сознание личности имеет общественно-исторический характер [2].

Самосознание — это высший уровень развития сознания человека, основа формирования его умственной активности и самостоятельности личности в ее суждениях, оценках, отношениях, действиях и поступках.

Субъект — это человек в совокупности таких психических характеристик, которые позволяют ему осуществлять целеполагание и соответствующие целям действия, поступки, деятельность и поведение в целом. Субъектность — это способность человека к тому или иному целеполаганию и соответствующей поставленным целям активности. Эти цели могут быть ситуативными, в интересах решения задач текущих дел и более отдаленного характера: на тот или иной отрезок жизни либо на всю жизнь. Очевидно, что чем более отдаленные цели, социально значимые и адекватные своим возможностям, человек ставит и осуществляет действия по их достижению, тем более развита и социальна, социализирована личность, тем выше уровень ее субъектности [5].

Человек не рождается личностью, он ею становится в процессе взаимодействия с социальной и природной средой, с материальными и духовными обстоятельствами его жизни и деятельности. В процессе этого взаимодействия человек и формируется, и раскрывается, и проявляет себя как личность [1]. Ведущую роль в формировании личности играют социальные обстоятельства, к числу которых относятся прежде всего следующие:

макросоциосреда — общественный строй, государственное устройство, уровень развития общества и его возможности для обеспечения жизни и деятельности людей, особенности идеологического и другого воздействия на них средств массовой информации, пропаганды, агитации, социально-политическая, этническая, религиозная обстановка в обществе, место, вес, роль страны в системах международных связей и отношений и т. д.;

микросоциосреда — это среда непосредственного контактного взаимодействия человека: семья, дружеская компания, школьный класс, студенческая группа, производственный, трудовой коллектив, другие ситуативные и относительно длительные взаимосвязи человека с социальной средой; воспитание — специально организованный процесс формирования и развития человека, прежде всего его духовной сферы.

Проблема личности — одна из центральных в психологии. Ведущей она является и для других гуманитарных, антропологических наук: философии, педагогики, юриспруденции, социологии, медицины, экономики и т. д. Все эти науки опираются на общее, сложившееся в теории понимание личности как явления, делая акцент при этом на своем аспекте ее изучения [2].

В развитии личности может быть намечен ряд стадий, характеризующихся, в первую очередь, уровнем развития отношений. Сюда можно отнести:

- а) стадию до сознательных отношений — аффективно-инстинктивных влечений и реакций
- б) примитивного субъективного сознания, характеризующуюся конкретными эмоциональными отношениями
- в) стадию объективирующихся отношений, когда субъективные желания начинают контролироваться объективными возможностями и необходимостью
- г) стадию сознательных отношений, когда требования объективной действительности объединяются с внутренними требованиями личности в принципиальной мотивации поведения [3].

Уровень отношений, определяясь историей развития, тесно связан с уровнем функционального, в первую очередь, умственного развития, являясь следствием и условием последнего.

Возникновение и развитие болезни различным образом связано с личностью, и с точки зрения зависимости между личностью и болезнью в процессе их развития можно установить несколько групп болезненных состояний:

- а) реактивные состояния (психогении) — вытекающие из нарушения взаимоотношений с действительностью
- б) патологические развития, при которых развитие личности и болезни совпадают, причем болезненное развитие обусловлено то более эндогенно (олигофрения, психопатия), то более экзогенно (психоневротическое развитие)
- в) патологические процессы — поражения мозга, нарушающие функции психической деятельности, при которых развитие болезни не стоит в связи с развитием личности
- г) болезненные периодические колебания, представляющие нарушение динамики темперамента, не связанные с ходом развития личности, но имеющие источники в эндокринно-вегетативной системе, тесно связанной с темпераментом [4].

Психологию личность интересует с точки зрения ее внутреннего строения, архитектоники, закономерностей возникновения, формирования, развития, особенностей социально-психологических проявлений, роли в этом природных, биологических (наследственных), социальных и других обстоятельств. Одна из центральных проблем в психологии личности — выявление психологических механизмов ее функционирования, проявлений, регуляции жизнедеятельности человека. Понимание личности тесно связано с осмыслением таких категорий, как человек, индивид, индивидуальность, субъект, субъектность [3].

Выделяют воспитание семейное, в дошкольных детских учреждениях, школьное, вузовское, производственное, трудовое, нравственное, эстетическое, политическое, правовое, экологическое, профессиональное, физическое и другое воспитание;

деятельность — игра, учебная, производственно-трудовая, научная.

В процессе деятельности, включаясь в разнообразные ее виды, социальные связи и отношения, человек овладевает социальным опытом и наращивает его, развивает свой творческий и физический потенциал, волю, характер, умения и навыки предметно-практических действий, поведения.

Список используемой литературы

1. Коваль, З. М. "Развитие личности: теория и практика." Москва: Просвещение, 2015.
2. Маслоу, А. Г. "Мотивация и личность." СПб: Питер, 2002.
3. Роджерс, Карл. "На пути к самоактуализации." Москва: Смысл, 2007.
4. Селигман, Мартин. "Обучение оптимизму." Москва: Клуб семейного досуга, 2010.
5. Эриксон, Эрик. "Идентичность: юность и кризис." Москва: Эксмо, 2006.

PSIXOLOGIYADA SHAXS MUAMMOSI

Sobirov Jamshid Anvarjon o'g'li

GulDU talabasi

Shaxs - ijtimoiy va shaxslararo munosabatlarning mahsuli, ongli faoliyatning sub'ekti bo'lmish individdir. Shaxsga taalluqli bo'lgan eng muhim tasnif ham uning jamiyatdagi murakkab ijtimoiy munosabatlarga bevosita aloqadorlik, ijtimoiy faoliyatga nisbatan ham ob'ekt, ham sub'ekt bo'lishligidir.

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

Shunday qilib, shaxs turli ijtimoiy munosabatlar tizimi ta'sirida bo'ladi va ko'plab ijtimoiy institutlar (oila, mahalla, o'quv maskanlari, mehnat kollektivlari, norasmiy tashkilotlar, din, san'at, madaniyat va boshqalar.) bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, shaxsdagi turli g'oyalar, fikrlar va mafkura mafkuraviy munosabatlar tizimi ta'sirida shakllanib, ular bevosita oila, bog'cha, maktab, boshqa o'quv hamda tarbiya muassasalari orqali ongga singdiriladi. Iqtisodiy munosabatlar ham shaxs ongi va uning insoniy xususiyatlari shakllanishida katta rol o'ynaydi. Masalan, bosqichma - bosqich bozor munosabatlariga o'tayotgan O'zbekiston sharoitini oladigan bo'lsak, yangicha iqtisodiy o'zgarishlar, bozor, raqobat, legalizatsiya va shunga o'xshash yangiliklar har bir shaxsning moddiy boyliklar hamda ularga bo'lgan shaxsiy munosabatlarida aks etib, uning iqtisodiy ongi, tafakkuri va iqtisodiy xulqi normalarini belgilaydi. Shaxs sotsializatsiya jarayonida turli ustanovkalarini ro'yobga chiqarish sharoitida faollik ko'rsatadi. Bunday faollikning natijalarini biz uning ijtimoiy-psixologik sifatlarida ko'ramiz. Ya'ni, aktiv birgalikdagi faoliyat, o'zaro muloqot jarayonida shaxsning ijtimoiy-psixologik fazilatlari shakllanadi. Shuning uchun ham barcha sifatlar faoliyatda

namoyon bo'ladigan hamda muloqotda ko'rinadigan sifatlar guruhiga bo'linadi. Misol uchun, tashqi muhit bilan faol munosabat perseptiv himoya sifatleri, ya'ni o'ziga xavf soluvchi yoki solishi mumkin bo'lgan ijtimoiy ta'sirlardan himoya qiluvchi xususiyatlar shakllanadi. Bu sifatleri ba'zi mualliflar perseptiv qobiliyatlar (V.A.Labunskaya) deb atasalar, boshqalari "ijtimoiy ta'sirlarga hissiy javob berish qobiliyati" (A.Bodalev), "kuzatuvchanlik", "ziyraklik" (Y.Jukov) va hokazo deb atashgan. Boshqa sifatlar "muloqotda namoyon bo'luvchi sifatlar"dir. Ular turli ijtimoiy kutishlar sistemasi bilan bog'liq bo'lib, shaxsning turli sharoitlarda to'g'ri muloqotga kirishish imkoniyatini beradi. Bundan tashqari, har bir shaxsda o'ziga xos tarzda dunyoni, odamlarni idrok qilish hamda tushunish qobiliyati borki, ular muloqot jarayonida kamroq xatolarga yo'l qo'yishini ta'minlaydi. Masalan, bosiqlik, mulohazalilik o'zgalarning ichki dunyosini gapleri, hatti-harakatlariga qarab bilish qobiliyati va boshqalar shular jumlasidandir. Shu fazilatleri qanchalik namoyon eta olishiga qarab shaxs tipleri farqlanadi. [2]

Ekstrovert va introvert toifali shaxslar muloqotga kirisha olish qobiliyatiga ko'ra farqlanadi. Masalan, ekstrovert — o'ta muloqotga kirishuvchan, o'zini odamlar guruhisiz tasavvur qila olmaydigan shaxsdir. Uning uchun muloqot haqiqiy ehtiyojidir, boshqalarning uni tushunish-tushunmasliklaridan qat'iy nazar, u doimo o'z fikr-istakleri o'rtoqlashgisi keladi. Ekstrovert uchun konkret kim bilandir muloqotda bo'lish emas, umuman kim bilan bo'lsa ham muloqotda bo'lish xohishi muhim. Shuning uchun ham u umuman begona odam bilan gaplashib, kirishib keta oladi. Gaplashgisi kelmagan begonaning psixologiyasini tushunishi qiyin ("Qanday qilib gaplashishni xohlamaslik mumkin?", — deb o'ylaydi u). Ekstrovertning qiziqishleri ham tez-tez o'zgarib turadi, do'stlari, o'rtoqlarini ham almashtirib turishga intiladi. Bundan tashqari, u o'ta kirishuvchan bo'lganligi uchun ham har qanday sharoitda vaziyatdan chiqish usullari to'g'risida tez xulosaga keladi, o'ta qiziquvchan, dunyoda bo'layotgan hodisalar, "mish-mishlar"ni bilish uning uchun zarur. Ekstrovert kek saqlamaydi, bugun urushgan odami bilan ertaga hech narsa bo'lmaganday apoq-chapoq bo'lib ketishi mumkin. Introvert esa ekstrovertning teskarisi. U ko'proq ichki dialog formasidagi muloqotni afzal ko'radi, ya'ni yolg'izlikda mulohaza yuritish, o'zi haqida o'ylash va shunga o'xshaganlar uning uchun asosiy ishdur. Shuning uchun ham unda muloqotga ustanovka juda sust, odamlarning uni tushunmay qolishlaridan doimo xavotirda bo'ladi. Introvert kitoblar olami, falsafiy fikrlashlar qulidir, chunki u odamlar guruhida sodir bo'lib turadigan ziddiyatlardan cho'chiydi, o'zini olib qochadi. Agar muloqotda bo'ladigan bo'lsa, 2—3 kishidan ortiq bo'lmagan guruhni afzal ko'radi. Shunda ham har kuni emas, ba'zan-ba'zan uchrashib turish, gaplashganda ham "shaxsiy" mavzularda emas, umumiy gaplar haqida suhbatlashishni yaxshi ko'radi. Chunki u ekstrovertdan farq qilib, o'z "Men"ining boshqalarga o'xshamasligini doimo esda tutadi. Introvert doimiy standartlar, belgilangan normalar olamida yashaydi, qiziqqan narsasi bilan umrini oxirigacha bo'lsa ham shug'ullanishga tayyor, umr yo'ldoshiga sodiq, vafodor. Do'stlarga ham xuddi shunday. [3]

Shaxsni o'rganishning ijtimoiy psixologiya uchun o'ziga xosligi juda murakkab jarayondur. Muloqot jarayonining ham, guruhii jarayonlarning hamda

egasi—sub'ekti hamda ob'ekti aslida alohida shaxs, konkret odamdir. Shuning uchun ham ijtimoiy psixologiya alohida shaxs muammosini ham o'rganadiki, uni o'sha turli ijtimoiy jarayonlarning ishtirokchisi va faol amalga oshiruvchisi degan nuqtai nazardan tekshiradi. Ma'lumki, shaxs muammosi umumiy psixologiyada ham, yosh psixologiyasi va pedagogik psixologiyada ham, differensial, huquqiy psixologiya va psixologiyaning qator maxsus bo'limlarida ham o'rganiladi. Har bir bo'lim yoki tarmoq uni o'z mavzuyi va vazifalari nuqtai nazaridan shaxsga taalluqli bo'lgan muammolarni yoritadi. Masalan, umumiy psixologiya shaxsni psixologik faoliyatning mahsuli, alohida psixik jarayonlarning egasi deb hisoblasa, sotsiologiya uni ijtimoiy munosabatlarning ob'ekti deb qaraydi. Shaxs muammosiga ijtimoiy-psixologik yondashishning o'ziga xosligi shundaki, u turli guruhlar bilan bo'ladigan turli shakldagi o'zaro munosabatlarning oqibati sifatida qaraladi. Ya'ni, ijtimoiy psixologiya avvalo biror guruhning a'zosi hisoblangan shaxs xulq-atvori qanday qonuniyatlarga bo'ysunishini, shaxsning muloqotlar sistemasida olgan ta'sirlari uning ongida qanday aks topishini o'rganadi. Guruhning shaxs psixologiyasiga ta'siri qay yo'sinda sodir bo'lishi ijtimoiy psixologiyada sotsializatsiya, ya'ni ijtimoiylashuv muammosi bilan uzviy bog'liq bo'lsa, bu ta'sirlarning shaxs hatti-harakatlari, xulqida bevosita qanday namoyon bo'lishi ijtimoiy yo'l-yo'riqlar muammosi bilan bog'liqdir. Ana shular asosida shaxsda shakllanadigan fazilatlar hamda ularning turli tipdagi shaxslarda namoyon bo'lishini aniqlagan holda, shaxs xulq-atvorini boshqarish mexanizmlarini ishlab chiqish ijtimoiy psixologiyaning asosiy vazifalaridan biridir.

Shaxs haqida xorij olimlaridan Reymond Kettelning qarashlarga to'xtalib o'tamiz. Kettel boshqa nazariyotchilardan farqli o'laroq ya'ni haddan ortiq kuzatuvlarga sho'ng'ib ketmadi yoki inson tabiati haqida o'z ichki sezgilarini asoslab olmaganicha taqdim etmadi. Aksincha uning yondashishi aniq empirik metodlar kuzatuviga asoslangan. Kettel ilmiy modelining tuzilishi bitta yetakchi maqsadda o'z ifodasini topadi: shaxsning asosiy xususiyatlarini faktorli analiz metodi yordamida ochib berish. U xuddi Olportdek shaxsga tegishli xususiyatlar umumiy hisobda insonning hatti-harakatlari uchun javobgarlikni o'z zimmasiga oluvchi yadro strukturalaridan iborat deb ishonadi. Olport kabi Kettel ham xususiyatlarni umumiy va yagona turlarga ajratadi. Lekin, u xususiyatlar faqat inson ichki olamida mavjud degan xulosaga qo'shilmaydi. Uningcha xususiyatlar, fazilatlar hech qanday haqiqiy neyrofiziologik statusga ega bo'lmagandek kuzatilayotgan xulq-atvorda ham bunaqasi uchramaydi. Kettelning murakkab statistik analizga asoslangan obektiv xulq xarakterini tadqiq qilishi tahsinga sazavor. Kettelning nazariyasi zamonaviy psixologiyada tugal mukammal g'oyalar yig'indisi hisoblanadi. Uning nazariyasi bir muncha murakkabligiga qaramay, o'z oldiga shaxsni o'rganishni maqsad qilgan inson uchun o'rganilishi muhim bo'lgan konsepsiyadir. [4]

Kettelning nazariyasi shaxs sistemasi va organizmni funksiyalovchi ijtimoiy-madaniy matritsa o'rtasidagi o'zaro murakkab aloqadorlikni tushuntirishga harakat qiladi. Talabga javob beradigan shaxs tuzilishi bir qator xususiyatlarni, shaxsiyatni tashkil etuvchi omillarni, genetik o'ziga xosliklarni shakllanishini va unga muhitning ta'sirini, genetik shakllanish va muhitning o'zaro

ta'sirini hamda bu ikki faktorning xulqqa ta'sirini inobatga olishi kerakligiga ishonch hosil qiladi. U ta'kidlaydiki, muvofiq funksiyalash va rivojlanish nazariyasi qat'iy tadqiqot metodlari va aniq o'lchamlarga suyanishi kerak. Kettelning eng sevimli tadqiqot metodlaridan biri ko'p variantli statistika va faktorli analiz hisoblanadi. Kettel fikricha shaxsiyat bu mavjud vaziyatda shaxsning o'zini qanday tutishini oldindan aytib berishga zamin yaratuvchi xususiyat. Kettel tomonidan shaxs xulqini ayni vaziyatda oldindan bashorat qilib berishning aniq formulasi tuzilgan. $R=f(S,P)$ [2]

Kettelning shaxs tuzilishi nazariyasining soddaroq ekstraktini namoyish etadi. Biroq ilmiy nuqtai nazardan unutmazlik lozimki, bu formula Kettelning inson xulqini aniqlash va aytib berish mumkin degan fikrini tasdiqlaydi. Shaxsning o'ziga xosliklari bir necha tur xususiyatlarga bo'linadi:

1. Yuzaki xususiyatlar
2. Asosiy xususiyatlar
3. Konstitutsion yoki muhit ta'sirida shakllangan xususiyatlar
4. Qobiliyat, temperament va dinamik xususiyatlar
5. Umumiy –yagona xususiyatlar

Shaxsning yuzaki xususiyatlari kuzatish jarayonining ajralmas qismidir. Misol uchun vaziyatga oldindan tayyorgarlikning yo'qligi vaziyatda dovdirashga sabab bo'ladi va bu masalaga yondasha olmaslikka hamda tashvishga sabab bo'ladi. Natijada nevrozizm ya'ni asabiylashish yuzaga keladi. Bu shaxsning xaqiqiy xarakter tuzilishini aniqlashda yolg'on xulosaga olib kelishi mumkin. Shuning uchun Kettel bu xususiyatlar shaxs xulqini tasvirlashda ahamiyat kasb etmasligini ta'kidlaydi.

Asosiy xususiyatlar yuzaki xususiyatlarga qarama-qarshi ma'noda shaxs tuzilishining asosini tashkil etadigan daliliy struktura ega hisoblanadi. Asosiy xususiyatlar shaxs tuzilishining eng chuqur ildizini qamrab olib uzoq vaqt davomida o'zgarib boradi. Kettel faktorli analizdan foydalanib keng miqyosda izlanish olib borib shu xulosaga keladi: asosga ega shaxs tuzilishi taxminan 16 xil asosiy xususiyatdan tuzilgan. [1]

Dinamik xususiyat esa insonni qo'zg'atib uni aniq maqsadlar tomon yo'naltiruvchi motiv sifatida qaraladi. Shaxs dinamik xususiyatidan kelib chiqib mansabparast yoki ezgu ishlarga yo'nalgan bo'lishi mumkin. Kettel va Olport yondashganidek xususiyatlarni klassifikatsiya qilish ma'no kasb etadi. Umumiy xususiyatlar shunday xususiyatlarki, har qanday madaniyat vakillarining, namoyondalarining taraqqiyot davrlarida qatnashadi. Misol keltiradigan bo'lsak, o'z-o'zini baholash, intellekt, introvertlik umumiy xususiyatlar sirasiga kiradi. Yagona(unikal) xususiyatlar esa umumiydan farqli o'laroq kamchilikda yoki umuman hech kimda kuzatilishi mumkin. Kettel unikal xususiyatlar asosan qiziqish yuzasidan paydo bo'lishini ta'kidlaydi. Salli 1930-yilda Shvetsiya va Kanadada bolalar o'limi haqidagi barcha ma'lumotlarni to'play olgan yagona shaxsdir. Agar topilgan taqdirda ham juda ham ozchilik insonlar bunday xususiyatga ega bo'ladilar. Kettelning barcha tadqiqotlari umumiy xususiyatlarni o'rganishga qaratilgan, lekin unikal xususiyat sohiblarining uchrashi takrorlanmas shaxs tuzilishiga ega insonlar borligini tasdiqlaydi. Kettel doimo har bir inson

umumiy xususiyatlar borasida o‘zi tashkilotchi lekin shaxsiyat hamisha noyob deya takrorlar edi. Haqiqatdan ham Kettelni xulqning umumiy prinsiplari aniq bir individ shaxsiyatidan ko‘ra ko‘proq qiziqtirgan.

Shaxsni o‘rganish, uning xususiyatlarini batafsil tahlil etish, shaxsning jamiyatdagi rolini oshirish va shu jamiyat uchun foydali etib tarbiyalash har birimizning burchimizdir. Shaxsni o‘rganishning birlamchi mezonini ham shundan kelib chiqqan holda, uning ijtimoiy mavqei, ijtimoiy munosabatlar tizimidagi o‘rni bilan belgilanishi kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Andreyeva G.M. “Sotsial’naya psixologiya”. M.: Nauka, 2002
2. Ismoilova N., Abdullayeva D. Ijtimoiy psixologiya. T.: O‘zbekiston faylasuflar jamiyati, 2013 [2-112 bet]
3. Karimova V. M. Ijtimoiy psixologiya va amaliyot. T.: SHarq , 2009 [3-67 bet]
4. Maxsudova M. Muloqot psixologiyasi. T. “Turon-Iqbol” – 2006 [4-79 bet] <https://www.ziyouz.com/kutubxona/category/164-psixologiya?download=7419:muloqot-psixologiyasi-m-maxsudova>

BOLALIK DAVRIDAGI INQIROZLI HOLATLAR: GIPERFAOLLIK SINDROM

Kurbanova Nodirabonu Fazliddin qizi

Navoiy davlat pedagogika instituti

“Pedagogika va psixologiya” kafedrasida o‘qituvchisi

Giperfaollikning klinik ko‘rinishi. Har bir guruhda uzoq vaqt davomida bir joyda o‘tirish, jim bo‘lish, ko‘rsatmalarga rioya qilish qiyin bo‘lgan bolalar bor. Mashhur amerikalik psixolog V.Oaklender bu bolalarni quyidagicha ta’riflaydi: “Giperfaol bolada o‘tirish qiyin, u notinch, harakatsiz atrofda aylanib yuradi. Ba’zida haddan tashqari gapirishga moyildir, uning xatti-harakatlari atrofda qilishni bezovta qilishi mumkin. Ko‘pincha mushaklarni nazorat qila olmaydi, qo‘pol. Narsalarni otadi yoki buzadi, sutni to‘kadi. Bunday bolaga diqqatni jamlash qiyin, u osonlikcha chalg‘iydi, ko‘pincha ko‘p savollar beradi, lekin kamdan – kam hollarda javobini kutadi. Giperfaollik alomatlariga ega bo‘lgan bolalar cheklangan his-tuyg‘ularni ifoda eta olmaydilar yoki istamaydilar, ammo hissiy-ixtiyoriy jarayonlarning rivojlanmaganligi sababli ularda sezgirlik va nevrologik harakatlarning buzilishi bo‘lmasa ham, tinch va diqqatli bo‘lish, diqqatni jamlash qiyin. Ular doimiy ravishda bir faoliyatdan ikkinchisiga o‘tishadi, go‘yo ular bir narsada to‘xtab qolish yoki diqqatni tanlagan narsaga qaratish imkoniga ega bo‘lmaydilar.[Bryazgunov I.P., Kasatikova E.V. 2001, 96-b.] Amerikalik psixologlar giperfaollik belgilarini quyidagicha aniqlashgan:

1. Diqqatni bir joyga to‘play olmaydi.
2. U murojaat qilganda tinglamaydi.
3. Katta ishtiyoq bilan u vazifani o‘z zimmasiga oladi, lekin uni hech qachon tugatmaydi.
4. Tashkillashtirishga qiynaladi.

5. U ko‘pincha narsalarni yo‘qotadi.
6. Zerikarli va talabchan aqliy ishlardan qochadi.
7. Ko‘pincha unutuluvchan bo‘ladi.
8. Qo‘llari bilan buyumlarni urib ovoz chiqaradi.
9. U kam uxlaydi.
10. Ko‘p gapiradi.
11. Savolni tinglamasdan javob berishni boshlaydi.
12. Diqqati tarqoq.

Amerikalik psixologlarning ta'kidlashicha sanab o‘tilgan alomatlarining kamida oltitasi 7 yoshgacha paydo bo‘lsa unda bola giperfaol deb taxmin qilish mumkin. Sindromning eng yuqori namoyon bo‘lishi 6-7 yosh. Uning asosiy xususiyatlari quyidagilardir: haddan tashqari sabrsizlik, ayniqsa xotirjamlikni talab qiladigan vaziyatlarda, biron bir faoliyatdan ikkinchisiga o‘tish moyilligi, biron bir ishni oxiriga yetkazmaslik, o‘tirish kerak bo‘lgan paytda bezovtalanish. Ushbu xulq-atvor xususiyati jamoat joylarida aniq namoyon bo‘ladi. Giperfaol bolalarning aqliy faoliyatining xarakterli xususiyati miya 5-15 daqiqa davomida samarali ishlaydi va keyin 3-7 daqiqada keyingi sikl uchun energiya to‘playdi. Ayni paytda, bola "tushadi" va o‘qituvchini eshitmaydi, har qanday harakatni amalga oshirishi mumkin va bu haqda eslay olmaydi.[AvdulovaT.P. 2014, 329] Hushyor bo‘lish uchun bunday bolalar o‘zlarining vestibulyar apparatlarini doimiy ravishda harakatda bo‘lishlari kerak, boshlarini aylantirish, siljish, aylanish. Agar bosh va tana harakatsiz bo‘lsa, unda bolaning miya faolligi pasayadi. Neyropsixologiya sohasidagi tadqiqotlar olimlarni giperfaol xatti-harakatlarning sababi asab tizimidagi qo‘zg‘alish va ingibitsion jarayonlaridagi nomutanosiblik degan xulosaga olib keldi. Retikulyar shakllanish miya yarim korteksi va boshqa ortiqcha tuzilmalarga ta'sir qiluvchi energiya, vosita faoliyati va hissiyotlarning og‘irligi uchun javobgardir. Turli xil organik kasalliklar tufayli retikulyar shakllanish haddan tashqari ko‘payishi mumkin va shuning uchun bola kasal bo‘ladi. Giperfaol bolalarning diagnostik belgilari:

1. Qo‘l va oyoqlardagi harakatlar.
2. Agar undan talab qilinsa, o‘tirolmaydi.
3. Tashqi stimullar yordamida osongina chalg‘itiladi.
4. O‘yin paytida va jamoadagi turli vaziyatlarda (guruhda, ekskursiya va ta'til paytida) o‘z navbatini kutish qiyin.
5. Ko‘pincha savollarga ikkilanmasdan, ohirigacha tinglamasdan javob beradi.
6. Taklif etilgan vazifalarni bajarishda u qiyinchiliklarga duch keladi (salbiy xatti-harakatlar yoki tushunmaslik bilan bog‘liq).
7. Vazifalarni bajarayotganda yoki o‘yin paytida diqqatni saqlash qiyin.
8. Ko‘pincha bir tugallanmagan harakatdan boshqasiga o‘tadi.
9. Jim, xotirjam o‘ynab bo‘lmaydi.
10. Ko‘pincha boshqalarga halaqit beradi, (masalan, boshqa bolalar o‘yinlariga aralashadi).
11. Ko‘pincha, bola unga aytilgan nutqni tinglamaydigan ko‘rinadi.

12. Ko‘pincha bolalar bog‘chasida, uyda, ko‘chada zarur narsalarni yo‘qotadi.

13. Ba‘zan u oqibatlari haqida o‘ylamasdan xavfli hatti-harakatlar qiladi, lekin u ayniqsa sarguzashtlar yoki hayajonlarni izlamaydi (masalan, atrofqa qaramasdan ko‘chaga yuguradi).[Belousova E.D., Nikiforova M.Yu.2000,39] Agar barcha alomatlarining kamida sakkiztasi bo‘lsa, tashxis qonuniy hisoblanadi. Agar bola haqiqatan ham giperfaol deb tan olingan bo‘lsa, tuzatish choralarini ishlab chiqish uchun psixolog bolaning giperfaol hatti-harakatlarining sabablarini aniqlashi kerak.

Giperfaol bolalarning ota-onalariga tavsiyalar. Giperfaol bolaning oilasi bilan tuzatish ishlari, birinchi navbatda, giperfaol bolaning hissiy tajribasini boyitish, unga o‘zini tutishning elementar harakatlarini o‘zlashtirishga yordam berish va shu bilan jismoniy faollikning namoyon bo‘lishlarini biroz yumshatish - bu unga yaqin bo‘lgan kattalar bilan munosabatlarini o‘zgartirishni anglatadi. Bunda aloqalarni chuqurlashtirishga qaratilgan har qanday harakat, har qanday vaziyat, voqea, ularning hissiyotlarini boyitishga yordam beradi. Giperfaol bolalarning ota-onalariga har bir oilada foydali bo‘lishi mumkin bo‘lgan umumiy tavsiyalar berilishi kerak:

1. Farzandingiz bilan munosabatlarda ijobiy munosabatni saqlang.
2. Uni har safar maqtang, muvaffaqiyatga urg‘u bering. Bu bolaning o‘ziga bo‘lgan ishonchini mustahkamlashga yordam beradi.
3. Yo‘q va mumkin bo‘lmagan so‘zlarni takrorlamaslikka harakat qiling.
4. Tinch, xotirjam, yumshoq gapiring.
5. Bolaga ma‘lum vaqt davomida faqat bitta vazifani bering, shunda u bajarishi mumkin.
6. Og‘zaki ko‘rsatmalarni kuchaytirish uchun vizual stimulyatsiyadan foydalaning.
7. Farzandingizni konsentrsiyani talab qiladigan barcha harakatlarga undang (masalan, kublar bilan ishlash, rang berish, o‘qish).
8. Uyda kundalik tartibni saqlang. Ovqatlanish, uy vazifasi va har kuni uxlash ushbu jadvalga muvofiq bo‘lishi kerak.
9. Iloji bo‘lsa, olomondan saqlaning. Katta do‘konlarda, bozorlarda va boshqalarda ehtiyot bo‘ling. Bu bolaga haddan tashqari ogohlantiruvchi ta‘sir ko‘rsatadi.
10. O‘yinlar davomida bolangizni faqat bitta sherik bilan cheklang.
11. Farzandingizni charchoqdan saqlang, chunki bu o‘z-o‘zini boshqarishning pasayishiga va giperfaollikning oshishiga olib keladi.
12. Farzandingizga ortiqcha energiya sarflash imkoniyatini bering. Toza havoda kunlik foydali jismoniy mashqlar - uzoq yurish, yugurish, sport.
13. Diqqat yetishmovchiligi bilan og‘rigan bolalarda tug‘ma giperaktivlik buzilishi muqarrar bo‘lsa ham, ushbu choralar yordamida oqilona nazorat ostida saqlanishi mumkinligini unutmang.
14. Psixolog va tarbiyachining ishi bolaning yaqin kattalar bilan faol o‘zaro munosabatlariga, ham kattalar, ham bolaning bir-birini his qilish, hissiy yaqinlashishga qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan bo‘lishi kerak. Avvalo ota-

onalarga ushbu sindromning biologik asosini tushunishlari uchun giperfaollikning o'ziga xos xususiyatlari haqida gap boradi. Bundan tashqari, ota-onalar giperfaollik bilan bolani tarbiyalashning umumiy prinsiplari bilan tanishadilar, ularga bolaga ta'sirini doimiy ravishda ishlatishga, o'z harakatlarida rejalashtirish va izchillikka erishishga, bolaning muammolarini shaxsiylashtirmaslik va ularni kechirishga o'rgatishadi. Ota-onalarga farzandining hatti-harakatlarini o'zgartirish usullari o'rgatiladi. Ular rag'batlantirmoqchi bo'lgan yoki oldini olishni istagan xatti-harakatlar shakllarini qanday aniqlashni, muayyan maqsadlarga erishish uchun mukofotlar va jazolarni qanday ishlatishni va uyda belgi tizimini qanday o'rnatishni o'rganadilar. Ularga bolaning nima qilayotganini payqash qobiliyati va o'z qadr-qimmatini va muvaffaqiyatlari uchun bolani maqtash qobiliyati o'rgatiladi. Bundan tashqari, ota-onalar "buzg'unchi" hatti-harakatlar (masalan, imtiyozni yo'qotish yoki vaqtni bekor qilish) uchun jarima (jazo) tizimidan foydalanishga va jamoat joylarida itoatsizlik bilan kurashishga o'rgatiladi. Ota-onalarga har kuni bolaga qanday munosabatda bo'lish kerakligi aytiladi, shunda bu harakatlar birgalikda zavq keltiradi. Ular uning faoliyatini bolaning muvaffaqiyati maksimal darajada, muvaffaqiyatsizligi esa minimal bo'ladigan tarzda tashkil qilishni o'rganadilar. Masalan, agar bolada vazifani bajarish qiyin bo'lsa, uni bir nechta kichik qismlarga bo'lish va har bir qismni tugatgandan xursand bo'lish kerak. Ota-onalarga dam olish, meditatsiya yoki jismoniy mashqlar orqali o'zlarining asabiylashtirishlarini kamaytirishga ham o'rgatiladi. Achchiqlanish va tajovuzkorlikning pasayishi ota-onalarga bolaning xatti-harakatlariga nisbatan xotirjam munosabatda bo'lishga imkon beradi. Ammo psixolog va tarbiyachi giperfaol bolada ota-onaning xatti-harakatlarini tuzatish va davolashni bir vaqtning o'zida amalga oshirish kerakligini hisobga olishlari kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Avdulova, T. P. Vozrastnaya psixologiya: uchebnoe posobie / [T. P. Avdulova i dr.]. – Moskva: Akademiya, 2014. – 329 s.
2. Belousova E.D., Nikiforova M.Yu. Diqqat etishmasligi Giperaktivlik buzilishi. / Perinatologiya va pediatriya Rossiya byulleteni. - 2000. - № 3. - 39-42-betlar.
3. Bryazgunov I.P., Kasatikova E.V. Bezovta qiladigan bola yoki giperaktiv bolalar haqida. - M.: Psixoterapiya instituti nashriyoti, 2001. - 96 b.
4. Veraksa, N. E. Detskaya psixologiya: uchebnik / N. E. Veraksa, A. N. Veraksa. – Moskva: Yurayt, 2014. – 445 s.
5. Karavanova, L. J. Psixologiya: uchebnoe posobie / L. J. Karavanova. – Moskva: Dashkov, 2014. – 263 s.
6. Nemov, R. S. Psixologiya: uchebnik / R. S. Nemov. – Moskva: KnoRus, 2014. – 718 s.
7. Psixologiya razvitiya / Greys Krayg, Don Bokum. - 9-e izd. - Sankt-Peterburg [i dr.] : Piter, Piter Press, 2018. - 939 s.

IMPORTANT ASPECTS OF FRUSTRATION TOLERANCE IN PERSON

Nurmatov Nurhayat Nurziyat ugli

*Tashkent State Pedagogical University named after Nizomi,
Teacher of the "Psychology" department*

Today, there are many definitions of the concept of “frustration”. For example, the following definition is given in the psychological dictionary: frustration (Latin frustratio - to deceive, to wait in vain) - a mental state that occurs as a result of not being able to satisfy a need or desire. In the dictionary of psychological analysis, frustration is defined as a state resulting from experiences of the impossibility of achieving set goals and satisfying desires, plans and expectations [5].

Frustration (from the Latin frustratio - deception, failure, violation of plans, waiting in vain) is a psychological state that occurs in situations of disappointment, dissatisfaction, failure to achieve any goal or need that is important to a person. In a broad sense, this concept is used to express the state of mind that occurs when it is impossible to satisfy current needs. Another psychological dictionary defines frustration as “the psychological state of experiencing failure when faced with real or imagined insurmountable obstacles to achieving a particular goal” [5]. Its symptoms include overwhelming agitation, restlessness, and hopelessness. The response to frustration can be expressed in the form of escapism (withdrawal into the world of fantasy), social passivity and conformity to the existing regime, or, on the contrary, aggressive behavior.

The most common definition of frustration is interpreted as one of the mental states caused by objectively insurmountable or subjectively perceived difficulties in achieving a goal. In other words, frustration is a state of experiencing failure. Experiencing frustration elicits different behavioral responses in different individuals.

Currently, frustration is usually understood as a mental state of a person, manifested by insurmountable objective (or subjectively perceived) difficulties that arise on the way to achieving a goal or solving a problem. It should be noted that frustration is often confused with such concepts as “stress” and “deprivation”. Frustration is distinguished by two features: firstly, a direct social impact on a person, and secondly, its relatively short duration. Situations that cause frustration are commonly referred to as “frustration states” or “frustration effects.”

For frustration to occur, there must be an important need and an obstacle to its satisfaction. Faced with a frustrating situation, the body experiences stress, discomfort and tension. This condition is commonly referred to as frustration tension. Frustration voltage can be low, medium and high. At any given moment, the frustration tension can change. In general, its level depends on the ratio of the number of necessary life needs and the sum of frustrating effects. Frustration stress plays a crucial role in mental adjustment.

According to the definition given by Brown and Farber, frustration is the result of conditions that prevent or slow down an expected response [2]. Explaining the position of these authors, Lawson emphasizes that frustration is a

conflict between two tendencies that belong to the “goal-reaction” type of relationship and appear under the influence of interference conditions.

S. Rosensweig made a special contribution to clarifying the content of the state of frustration. According to this scientist [1], frustration occurs when the organism encounters more or less insurmountable obstacles on the way to satisfying any vital need. According to his theory, frustration occurs when a person encounters obstacles on the way to satisfying some need that is important to him. Protection of the organism in frustrating situations is carried out at three levels: cellular, autonomic and psychological. At the psychological level, personality types and orientations are revealed that overcome frustrating situations with various forms of success.

The mental state caused by the frustrator obviously depends on the type of this influencing factor. S. Rosensweig distinguished three types of such situations [1]: deprivation (privation), i.e. lack of resources necessary to achieve a goal or satisfy a need; loss (deprivation); conflict.

S. Rosensweig suggested dividing frustration reactions into three groups and kept this classification as the basis of the test he developed [1]:

1. Extrapunitive responses (external accusation). In them, the subject aggressively blames external obstacles and individuals. Emotions that accompany these reactions are anger and agitation. In some cases, the aggression is first hidden, then it finds indirect expression in response to the projection mechanism.

2. Intrapunitive or self-blaming responses. The feelings associated with them are guilt, pangs of conscience.

3. Impunitive responses. In this case, there are attempts to avoid the criticisms of those around him and to approach the frustrating situation from the point of view of compromise.

Based on the above-mentioned information, it can be concluded that the mental state of a person is understood as a result of insurmountable objective (or subjectively perceived) difficulties that arise on the way to achieving a goal or solving a problem.

List of used literature:

1. Rosenzweig S. The children's Form of the Rosenzweig Picture-Frustration Study / S. Rosenzweig, E.E. Fleming, L. Rosenzweig // J. Psychol. - 1948. -V. 26. – P. 15-29.

2. Ермолаева Л.И. Фрустрация как социально-психологический феномен: Автореф. дис.к. психол. наук. -М., 1993. -22с.

3. Заремба Г.Ф. Фрустрация в профессиональной деятельности учителя начальной школы и условия её преодоления: Автореф. дис. .к. психол. наук. - М., 1982. -23с.

4. Левитов Н.Д. Фрустрация как один из видов психических состояний // Вопросы психологии. 1967. № 6. С. 123.

5. Словарь практического психолога. Минск: Харвест, 1997. - 800с.

O‘SMIRLIK DAVRIDA PSIXOLOGIK MUHOFAZA IMKONIYATLARI

Qodirova Zebo Odilovna

19-sonli umumiy o‘rta ta’lim maktabi amaliyotchi psixologi

Tarix va ijtimoiy hayot tamoyillari shuni ko‘rsatmoqdaki, jamiyatning har tomonlama rivojlanishi va unda yuksak darajadagi hayot, turmush tarzining qaror toptirilishi, avvalo har bir faoliyat ko‘rsatuvchi shaxsdagi o‘ziga xos psixologik salohiyatning ne chog‘lik to‘la-to‘kis namoyon etilayotganligi bilan belgilanadi. Shu boisdan bugun barcha davlatlarda yoshlarning ma’naviy va intellektual, jismoniy va ruhiy barkamolligiga va undan ijtimoiy manfaatlar uchun samarali foydalanish yo‘llarini izlashga jiddiy e’tibor qaratilmoqda. Shu nuqtai nazardan shaxs va uning ijtimoiy faolligi o‘rtasidagi uyg‘unlikni ta’minlashga qaratilgan psixologik muhofaza tizimining o‘ziga xos xususiyatlarini o‘rganish, tadqiq qilish muhim ahamiyat kasb etadi.

Hozirgacha soha mutaxassislaridan ko‘pchiligi psixologik muhofaza muammolarining ma’lum darajadagi qirralarini o‘z izlanishlari orqali o‘rganganlar. Jumladan xorij psixologlaridan Z.Freyd, A.Freyd, K.Xol, G.Lindtsey D.Mayers, A.Maslou, V.V.Stolin, E.Krechmer, G.Ollport, U.Tomas. Rus olimlari tomonidan G.M.Andreeva, V.S.Merlin, V.G.Kamenskaya, V.V.Stolin, A.N.Leontev, N.S.Leytes, V.M.Rusalov, V.A.YAdov, O.A.Konopkin, A.V.Petrovskiy, Ivan Ognev. O‘zbek olimlaridan o‘smirlardagi psixologik muhofaza imkoniyatlarini ijtimoiy tasavvurlarni shakllantirish doirasida V.M. Karimova va uning shogirdlari, o‘smirlardagi aqliy taraqqiyot dinamikasi doirasida, E.G‘.G‘oziev va uning shogirdlari, o‘smir avtonomiyasini tadqiq qilish doirasida o‘rgangan.

Psixologik himoya mexanizmlari atamasi ilk marta 1894-yil Zigmund Freyd tomonidan “Himoya neyropsixozlari” asarida qo‘llanilgan. U isteriyalarni davolashda isonda ongsiz ravishda qarshilik mexanizmlari mavjudligini aniqlaydi va buni u himoya mexanizmlari deb ataydi. Ushbu himoya mexanizmlari shaxsda anglanmagan tarzda faollashadi. Bu uning ongini tozalashga va o‘z xatti harakatlarini o‘zi uchun oqlashga, o‘zini haq deb bilishga, yoedam beradi.

Har bir shaxs takrorlanmas o‘ziga xos individual psixologik xususiyatlarga egadir. Bunday xususiyatlarning asosini esa insonning nerv-fiziologiyasi boshqaradi. Shaxsning tafakkuri, mimikasi, faolligi va ijtimoiylashishining asosi bosh miya yarimsharlari po‘stlog`idagi qoqzq`alish-tormozlanish reaksiyalarining o‘zaro almashinish tezligiga bog`liq.

Ayni paytda, shaxsning (o‘smir shaxsi) o‘zini-o‘zi psixologik muhofaza qilish jarayonining undagi o‘ziga xos hissiy bezovtalik; o‘zini-o‘zi me’yoriy hissiy baholash; hamda ma’lum ierarxik tizimga ega bo‘lgan bahs –munazara, hamkorlik kelishuv, o‘zini chetga olish, moslashish kabi mezonlar doirasida yanada yaqqolroq ifodalanishi mumkin.

Shaxs ontoginezida o‘smirlik davri bir muncha o‘ziga xos murakkabliklari, u yoshdagi insonlarni tushunish biroz qiyinchiligi bilan ajralib turadi. O‘smirlik davri asosan fiziologik va neyroqumoral o‘zgarishlarni o‘z ichiga oladi. Bu davrda o‘smir o‘zini psixologik muhofaza qilish jarayonida quyidagi muhofaza mexanizmlarini individual ravishda ishga tushiradi:

Tajavvuzkorlik-o'smirning unga past baho bergan, o'zi haqidagi tasavvuriga ikkilanishga sababchi shaxsga bo'lgan reaksiya;

Ushbu himoya mexanizmini qo'llagan o'quvchiga vaziyatni to'g'ri baholashni, u anglamagan va ko'ra olmagan tomonlarni anglatishga yordam berish lozim bo'ladi. Bu uning tinchlanishiga va vaziyatni ijobiy tomonga boshqarishiga yordam beradi.

O'ylash- noxush hissiyot, his tuyg'ularning bir ob'ektdan talabga muvofiq bo'lmagan boshqa ob'ektga ko'chirilishi;

Bunda o'quvchi oldin u bilan biror konfliktga borgan va o'sh vaqtda yechimini topmay qolgan muammosini ayni vaqtdagi vaziyatga sababchi deb biladi va shunday tasavvurni o'zida shakllantirib vaziyatni u boshqargan deb hisoblab, uni ongsiz ravishda qoralaydi.

Bu vaziyatda maktab psixologidan ayni vaziyatni bor bo'yicha ko'ra olish va o'sha vaziyatni bolaga mayda detallarigacha ko'rsatib, tushuntirib berish talab etilad

Tasavvur- o'zining hissiyoti, istak xoxishlari va xususiyatlarini o'zi bilmagan holda boshqa ishga ko'rishi;

Har bir inson jinsiy instinktlar bilan tug'iladi. O'quvchida bu bo'yicha ongli tasavvurlar yetishmasligi mumkin, Buni u sublimatsiyalaydi. Bu vaziyatda o'quvchida qobiliyat bor yo'qligi aniqlanadi va qobiliyatlarini rivojlantirish uchun sharoit yaratib berilishi maqsadga muvofiq bo'ladi.

Ideallashtirish-o'zini "ideallashtirish" o'z xatolarini, kamchiliklarini tan olmaslik;

Bunday holat ko'proq konfliktli vaziyatlarda yuzaga keladi. Masalan o'quvchi-o'quvchi, o'quvchi-o'qituvchi, o'quvchi-ota ona. Bu vaziyatda psixologdan bolaning kamchilik va xatolarini tan oldirish emas, uning yutuqlarini, imkoniyatlarini oldiniga bo'rttirish va undan keyin asl vaziyatni ochib berish, bu vaziyatda o'quvchi o'sha bo'rttirilgan shaxs qiyofasid chiqishiga psixolog tomonidan yordam beriladi.

Qabul qilmaslik (inkor etish)- o'smirningning voqea va hodisalarni qabul qilmasligi, inkor etishi va u haqdagi bilimlarini "men bu haqda hech nimani bilmadim", "bu meniki emas", "menga shunday aytdilar", "men bunday aytmagan edim" kabilar bilan cheklanish;

Bunday vaziyatda maktab psixologidan bola aybini tan oldirish emas aksincha uning ishonchini qozonish talab etiladi. Bolaning ishonchini qozona olgan psixolog bu vaziyatda oson yechim topadi.

Unutish- shaxsning yoqtirmagan, noxushliklarini unutishi: odamlarning timsoli, ismi, muloqot vaqtida noxush yoqimsiz xotiralarning esga tushurilishi kabi holatlar va hokazo;

Bu himoya mexanizmi har bir shaxsda shakllangan bo'lmog'i lozim. Unutish psixologik himoya mexanizmi insonni yashash tarzini osonlashtiradi. Xalqimizda hamma narsaga vaqt davo degan naql bor. Maktab psixologidan vaziyatga bog'liq ravishda bu mexanizmdan foydalangan o'quvchiga nisbatan psixologik yordam ko'rsatish talab etiladi.

Identifikatsiya- o'zini boshqa odam bilan va namunali xulq atvoriga ega guruh bilan solishtirish va o'z xulq-atvori va munosabatini atrofdagilar bilan taqqoslab, hayot tarzini yengillashtirish;

Bu holatda ham vziyatga bog'liqlik talab etiladi. Bu himoya mexanizmidan o'quvchi qanday vaziyatlarda foydalanyapti. Maktab psixologidan mana shunga e'tabor berish talab etiladi. Bunda o'quvchi ideal sifatida kimnitanlagan. U idealning ijobiy va salbiy tomonlari o'quvchiga ko'rsatib beriladi.

Konversiya- "Men"ligi yuqoriligini saqlab qolib o'ziga noxush holatlarni, vaziyatlarni hazilga yoyadi va muomalada bo'ladi hamda berilgan tanbehlarni hazil deb qabul qilish.

Bu himoya mexanizmi konfliktli vaziyatlarda ijobiy natija beradi, lekin ayrim vaziyatlarda bunday o'quvchilar xuddi lo'ttizozlik qilayotgandek ko'rinadi. Bunda bolaga vaziyatga mos ravishda harakatlar qilish ko'nikmasi shakllantirilishi lozim.

Diskreditatsiya- Xabar manbalarining past baholash "men-timsol", "hamma gapirsa ham, sen gapirma", "kim hakam?" kabi gaplar bilan shaxsni kamsitish va unga past baho berish.

Bunday bolalar tengdoshlaridan o'zlarini ustun qo'yishadi. Bu himoya mexanizmining kelib chiqishiga oiladagi noto'g'ri tarbiya sabab bo'ladi. Bunday vvaziyatda psixologdan ota ona bilan hamkorlikni yo'lga qo'yish, bolada o'ziga baho berishni normallashtirish talab etiladi.

Psixoanaliz asoschisi Z Freyd esa psxologik himoya mexanizmlariga quyidagilarni kiritadi:

Inkor qilish himoya mexanizmi-sodir bo'lgan voqea hodisadan qochish yoki tan olmaslikdir. Bunda men tan olmasam yuz bermadi deb hisoblaydi. Uning ildizi egosentrizmga borib taqaladi. Masalan yaxshi baholarga o'qib kelgan o'smir ayni vaqtda yaxshi o'zlashtirishga qiynalayotganini tan olmaydi. Men doim a'lo baholarga o'qiyman deb hisoblaydi.

Idealizatsiya himoya mexanizmi-bunda o'smir ideal deb bilgan insonlari xatti-harakatlarini qaytaradi va faolligini yoki faoliyati natijasini o'zi uchun oqlaydi. Masalan men eng yaxshi yoki eng chiroyliman deb hisoblaydi. O'ziga bahosi baland bo'ladi.

Qadrsizlash himoya mexanizmi-bunda o'smir hayotda ideali yoki orzu-umidi o'zini oqlamagan taqdirda ishga tushuvchi himoya mexanizmi hisoblanib hayotdagi mavjud qadriyatlarni inkor qila boshlaydi. Masalan hayotda do'stlik bu mavhum tushuncha deb hisoblay boshlash.

Proyeksiya himoya mexanizmi-bunda o'smir g'azabini boshqa ob'yekt yoki sub'yektga ko'chiradi. Masalan oila a'zolari yoki boshqalar tomonidan ko'rsatilgan nohaqlikni alamini boshqa shaxslardan olib ongini himoya qiladi.

Yolg'ondan foydalanish-xatosini yashirish yoki o'z shaxsini ideallashtirish maqsadida turli-tuman yolg'onlari xayol jarayonlari orqali o'ylab topadi. Bu jarayon vaziyatli jarayon hisoblanadi. Bola o'rtoqlari oldida uyalib qolmaslik xatosini yashirish, qo'rquv, xayolparastlik natijalari o'laroq ushbu holat yuz beradi.

Fiziologik himoya –ushbu mexanizm ongsiz ravishda inson faoliyatida yuz berayotgan voqea-hodisalarga inson miyasining reaksiyasidir. Bunda bola xatosini

yashirishga ongli ravishda iroda kuchi sarflab harakat qiladi. Ammo nerv sistemasi ushbu sarflanayotgan iroda kuchini yuki organlarga tashlaydi, natijada yuz qizarish, oshqozon og'rib qolish hodisalari yuz beradi.

Pedagog va maktab psixologlari o'quvchilar bilan turli vaziyatlarda ularning psixologik muhofaza imkoniyatlarini hisobga olgan holda ish olib borsa muammoli va ziddiyatli vaziyatlar yechimi osonlashadi. O'quvchida qanday himoya mexanizmi ishga tushishi esa uning individual xususiyatlari va nerv sistemasining tipiga bog'liqligini unutmasligimiz kerak. Ushbu yuqorida keltirilgan himoya mexanizmlaridan nafaqat maktab psixologlari, inspektor psixologlar va boshqa ijtimoiy soha vakillari ham o'z faoliyatlari doirasidan kelib chiqqan holda foydalanishlari mumkin.

Shuni unutmasligimiz lozimki har qanday himoya mexanizmlari konstruktiv hamda destruktiv ta'sirga olib kelishi mumkin. Konstruktiv xarakterdagi himoya mexanizmlari vaziyatni adekvat baholashga, ijobiy maqsadlarni aniqlash va erishishga, ehtiyojlarni qondirishga yordam beradi. Destruktiv himoya mexanizmlari esa reallikni inkor etib o'quvchi shaxsining noto'g'ri shakllanishiga sababchi bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Barotov Sh.R, Muxtorov E.M. O'smirlarda o'zini-o'zi psixologik muhofaza qilish haqidagi tasavvurlarni shakllantirishning ilmiy-amaliy asoslari. Monografiya. –T.: «Fan», 2008.

2.G'oziyev E. Umumiy psixologiya. –T.: «O'zbekiston faylasuflar uyushmasi», 2011.

3. G'oziev E. Ta'lim muassasalarida psixologiyaning vazifalari. «Xalq ta'limi»журнали, 1995 йил 12-son.

4. G'oziev E. Ontogenez psixologiyasi. –T.: «O'zbekiston faylasuflar uyushmasi», 2011.

5.Psixoanaliz asoslari. –T.: «O'zbekiston» 2004

“KASBIY STRESSNING KELIB CHIQISH SABABLARI VA EMOTSIONAL HOLATLARI MAVZUSI YUZASIDAN”

Niyazmetova Shoira Maqsudbekovna.

Xorazm viloyati urganch shahar 30-sonli IDUM ning amaliyotchi psixologi

Stress — inson organizmining haddan tashqari zo'riqish, salbiy emotsiyalar yoki oddiygina zerikishga bo'lgan javob reaksiyasidir. Stress chog'ida inson organizmi yechim izlashga undaydigan adrenalin gormoni ishlab chiqaradi. Kichik miqdordagi stress hamma uchun kerak, chunki bu kishini fikrlashga, muammodan chiqish yo'lini topishga undaydi, stressiz hayot zerikarli bo'lar edi. Boshqa tomondan, agar stress juda ko'p bo'lsa, tana zaiflashadi, kuchsizlanadi va muammolarni hal qilish qobiliyatini yo'qotadi. Ushbu muammoga bir qancha ilmiy tadqiqotlar bag'ishlangan. Stressning paydo bo'lish mexanizmlari batafsil o'rganilib chiqilgan va juda murakkabdir: ular bizning gormonal, asab va qon tomir tizimlarimiz bilan bog'liq.

Shuni ta'kidlash kerakki, og'ir stresslar sog'liqqa ta'sir qiladi. Stress immunitetni pasaytiradi va ko'plab kasalliklarga sabab bo'ladi (yurak-qon tomir, oshqozon-ichak va boshqalar). Shuning uchun stressli vaziyatga qarshi tura olish va hayotga ijobiy qaray olishni o'rganishga to'g'ri keladi.

Stressning sababi aslida insonni ta'sirleydigan, bezovta qiladigan har qanday narsa bo'lishi mumkin. Misol uchun, tashqi sabablarga biron nima tufayli paydo bo'lgan bezovtalikni kiritisa bo'ladi (ish joyini o'zgartirish, qarindoshning o'limi).

Stressning ichki sabablari hayotiy qadriyatlar va e'tiqodlarni o'z ichiga oladi. Bunga shaxsiy baholashi ham kiradi.

Stress va depressiya ayol va erkaklarda taxminan teng darajada uchrashi mumkin. Biroq, har bir organizm o'z xususiyatlariga ega. Agar siz o'zingizda stress haqida so'zlashi mumkin bo'lgan alomatlarni sezsangiz, birinchi navbatda holat sababchilarini aniqlash kerak. Stressning oqibatlaridan ko'ra sabablarini bartaraf etish ancha osonroq. «barcha kasalliklar asabdan» degani yolg'on emas.

Klinik kuzatuvlar shuni ko'rsatdiki, kichik stresslar tanaga zararli emas, hatto foydali. Ular odamni hozirgi ahvoldan chiqish yo'lini topish uchun rag'batlantiradilar. Depressiya og'irroq, uzoq muddatli shaklga o'tmasligi uchun har birimiz o'zimizni tarbiyalashimiz, irodamizni rivojlantirishimiz kerak.

Favqulodda vaziyatda gormonlar qon oqimiga tushadi va bu zarur bo'lgan joyda energiya oqimini ta'minlaydi - shuning uchun ota-bobolarimiz hayvonni o'ldirishga yoki undan qochib, hayotlarini saqlab qolishga muvaffaq bo'lishdi.

Bizning davrimizda xavfli hayvonlarni ov qilmasak ham, fiziologik javob avvalgidek qoldi. Qonda stress gormonlari chiqarilishi bilan butun vujudimiz hushyor bo'ladi va jigardan glyukoza birdan mushaklarga etkazib beriladi.

Bu vaqt ichida tanada ko'plab o'zgarishlar yuz beradi. Puls tezlashadi; yurak ko'proq qon quyishni boshlaydi; nafas olish ham tezlashadi - chunki bizga ko'proq kislorod kerak. Tomirlar kengayadi - ular shuningdek organlar va to'qimalarni tezda qon bilan ta'minlashlari kerak; taloq tezlashtirilgan rejimda ishlay boshlaydi; limfotsitlar soni ko'payadi va qonning ivish qobiliyati oshadi.

Stressning afzalliklari: - insonni ishlashga va yuqori natijalarga erishishga undaydi;

- jismoniy holatni oshiradi (bu holatda odam mo'jiza yaratishi mumkin) va intellektual ishlash;

- asab tizimining chidamliligini oshiradi, keyinchalik har bir keyingi stress osonroq kechadi.

Stressning zarari:

- yurak-qon tomir patologiyasi rivojlanishi mumkin: yurak xuruji, qon tomir, gipertoniya, aritmiya

- uzoq davom etadigan stress bosh og'rig'ini keltirib chiqaradi, uyqusizlik va tushkunlikni keltirib chiqarishi mumkin;

- ishtahani kuchayishi tufayli ortiqcha vazn va semirish paydo bo'lishi mumkin;

- immunitet pasayadi, organizm infeksiyalarga juda moyil bo'ladi. Antineoplastik immunitet buziladi, bu saraton rivojlanish xavfini oshiradi.

- salbiy ruhiy holatlarning rivojlanishi (asabiylashish, tashvish, xavotir, asabiylashish, tajovuzkorlik).

Stress ostida bo'lgan odam aql bovar qilmaydigan (xotirjam holat bilan taqqoslaganda)

Harakatlarni amalga oshirishi mumkin, albatta buning sababi stress paytida odam qoniga katta miqdordagi adrenalin tushadi. Stress tufayli tananing barcha zaxiralari va insonning imkoniyatlari keskin o'sib boradi, ammo ma'lum bir vaqt oralig'ida shu holatda bo'ladi. Hech kuzatganmisiz stress holatidagi odam aql bovar qilmaydigan xatti-harakatlarni amalga oshiradi. Masalan, itdan qochib 5 metrli to'siq ustidan sakragan bola. Bolani yong'indan qutqarish uchun derazaning panjarasini ochgan otaxon. Ushbu misollar stressning favqulotda vaziyatlardagi ijobiy tomonlari hisoblanadi. Ushbu misollarda stress qisqa muddatli ta'sirga ega bo'ladi. Ammo uzoq muddatli stress holatida aksincha holatni kuzatishimiz mumkin.

Stress bizni har xil yo'llar bilan ta'sir qiladi, ularning barchasi salbiy. (aslida, hayajonli hayotning stressi, aslida yaxshi motivator bo'lib xizmat qilishi mumkin va qiziqarli narsalarni ushlab turishi mumkin.) Stress darajasi juda kuchliroq bo'lganda, ko'plab odamlarning stressli alomatlari bor. Misol uchun, bosh og'riqlar, asabiylashish va "lo'nda fikrlash" sizning juda ko'p stresslar ostida bo'lgan belgilar bo'lishi mumkin. Stress ostida bo'lgan har bir kishi bu o'ziga xos belgilarni boshdan kechirmasa ham, ko'pchilik irodasi bo'ladi.

Barchamiz hayotimizda stressni boshdan kechiramiz. Sog'liqni saqlash muammolarining aksariyat qismi stressga olib kelishi yoki ta'sir etishi tufayli stressni tanangizga qanday ta'sir qilishi va stressni boshqarishning samarali usullarini o'rganish siz uchun emas, balki siz uchun stressli ish qilishdir .

Bu sog'lom turmush tarzini stressni engillashtiradigan narsalarga qo'shing

Barchamiz stressni boshdan kechiramiz. Bu hayotning barcha jabhalarida keladi va o'z-o'zidan har doim ham yomon narsa emas. Stress og'ir mehnatning sababi bo'lishi mumkin, u qiziqarli hodisalarga hamroh bo'lishi mumkin va hayotsiz u hayotsiz bo'lmaydi. Stress hatto biz uchun yaxshi bo'lishi mumkin, ayniqsa, u jiddiy darajalarda emas. Stressda hayotning ko'plab sohalarida bo'lgani kabi, stressni boshqarish ham turli xil jabhalarda stress bilan kurashishdan iborat.

Sog'lom turmush tarzi odatda sizning stress ta'siringizdan xalos bo'lishingizga yordam beradi, bu sizni surunkali stressning salbiy oqibatlarini bartaraf qilish yoki hatto qaytarish imkonini beradi. Sog'lom turmush tarzini o'rganish, odatda, endorfin shovqini, umidsizlikni kamaytirish yoki uzoq umr ko'rish kabi qo'shimcha foyda keltiradi. Bu erda muhokama qilingan ko'plab sog'lom turmush tarzi odatiy holatlarda, stressni kamaytirishga yordam berishi mumkin, uzoq muddatda siz hali ham boshdan kechmagan stressdan himoyalanshingizni ta'minlaydi, xulosa o'rnida shuni takidlash keraki har qanday stress oila, ish faoliyati, yaqin do'stlar orasidagi yoki bo'lmasa atrofdagi voqea xodisalar natijasida yuzaga keladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Magzumov P.T., Antonov A.F. va boshqalar. O'quvchilarni mehnat va kasb tanlashga tayyorlash. -T.: O'qituvchi, 1991. 30

2. Ro'zиеv N.E. Kichik mutaxassislar tayyorlash muammolariga . //Kasbhunar 3. ta'limi/ 2004, №6.-В. 66-67.
4. Shodiyev N. Yoshlarga ajdodlarimizning ilmiy merosi haqida. O'quv qo'llanma. – Toshkent: Ma'naviyat, 2008. – 112 G'oziyev E., Mamedov K. Kasb psixologiyasi. – T.: O'zMU, 2003. 156-b
5. G'oziyev E., Mamedov K. Kasb psixologiyasi. – T.: O'zMU, 2003. 156-b

ЭМОЦИИ КАК БАЗОВЫЙ КОМПОНЕНТ В ЖИЗНИ ЛИЧНОСТИ

Абдуганиева Диёра Абдурашид кизи

*Международная исламская академия Узбекистана докторант 1 курса
по психология религии*

В нашей повседневной жизни эмоции играют огромное значение для личностного роста и развития человека, если они окрашены в положительном фоне и гамме радостных чувств. Эмоции регулируют психическую и телесную жизнедеятельность организма, задействуя при необходимости способы психологической защиты и адаптации к создавшейся ситуации. Они направлены на чёткое выражение нашего внутреннего душевного состояния, способны высказать больше, чем обычные слова. Но есть противоположная сторона медали, негативные эмоции. При нарушении эмоциональной сферы физиологические и психологические данные будут иметь неудовлетворительные показатели. В состоянии эмоционального разлада человек не способен давать объективную оценку предлагаемым ситуациям или людям, он концентрируется исключительно на внутренних ощущениях, может впасть в истеричное состояние.

Эмоциональное явление может существовать как состояние, которое по определению включает в себя характеристику статичности и относительного постоянства эмоций. Термин «состояние» используется как трактовка определенного временного положения, в котором что-то или кто-то находится (Н.Д. Левитов). По мнению Н.Д. Левитова, состояние – это целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, показывающая своеобразие протекания психических процессов. Он выделял эмоциональные состояния: настроение, страх, гнев, аффект, страсть, фрустрацию, тревожность, агрессию.

Негативная эмоция определяется Н.В. Елфимовой как ответная реакция личности отрицательного характера в отношении ситуации или события, которое частично, либо полностью противоречит внутренним установкам человека, который испытывает данную эмоцию [1]. Природа негативной эмоциональной реакции так же, как и положительной, связана с неосознаваемой эмоциональной программой, которая формируется еще в детстве. Когда впоследствии взрослый человек сталкивается с той или иной ситуацией, он распознает на неосознаваемом уровне определенные индикаторы, которые определяют, какая программа будет включена: положительная, либо же негативная. Программа формируется за счет уже

полученного опыта, либо в результате ассоциации, логического построения фактов, как считает Д. Калшед [2].

Негативные эмоции связаны с вербальной и невербальной реакцией. Вербальная реакция представлена определенными высказываниями, которые произносит человек, чтобы выразить свое эмоциональное состояние. Невербальные сигналы – это мимика, жесты, гримасы, междометия, жесты, взгляд, которые также позволяют обозначить негативную эмоцию. Если рассматривать механизм возникновения негативной эмоции на физическом уровне, то возникновение эмоционального всплеска и последующий эмоциональный ответ реализуется практически на уровне автоматизма, именно поэтому негативные эмоции так сложно поддаются коррекции и управлению.

Среди ключевых негативных эмоций следует выделить следующие:

- страх представляет собой негативную эмоцию, связанную с опасением, стремлением избежать той или иной ситуации, которая явно, либо неявно угрожает физической и психологической целостности человека;

- стыд является эмоцией, которая связана с ощущением социальной неприемлемости собственного поступка, поведения, внешнего вида, а также со страхом отвержения себя обществом в результате совершенного поступка;

- вина – эмоция, связанная с длительным переживанием собственного поступка, который по мнению человека связан с неблагоприятными последствиями. Вине часто сопутствует стыд;

- отвращение – эмоция, связанная с психологическим и физическим чувством неприятия, отказа, брезгливости в отношении того или иного события, предмета в окружающей среде;

- презрение – эмоция, позволяющая человеку психологически противопоставить себя определенным явлениям среды и испытать чувство собственного превосходства над ними;

- гнев – негативная эмоция, связанная с психологической и физической мобилизацией психики в отношении объекта, который не принимается человеком;

- печаль – эмоция, связанная с ощущением пустоты, утраты [3].

Таким образом, мы можем сделать вывод, что эмоции – это ответные реакции психики человека на раздражители, поступающие из окружающей действительности. Эмоциональные состояния по своим специфическим характеристикам могут характеризоваться конструктивностью и деструктивностью в отношении того, участвуют ли они в построении внутренней гармонии личности, или же наоборот препятствуют. Эмоциональная и волевая сфера непосредственно представлена чувствами, то есть, такими психическими состояниями человека, которые определяют его поведение, взаимодействие с окружающими, а также воздействуют на качество и результативность труда. Негативные эмоции – деструктивно окрашенные эмоциональные проявления, связанные с тем, что человек не принимает, отторгает в окружающей среде, либо с тем, когда его ожидания расходятся с действительностью, не удовлетворяя его потребностей.

Психолог Ричард Дж. Дэвидсон руководитель лаборатории аффективной нейронауки и лаборатории функционального сканирования мозга и поведения им. У.М. Кека при Висконсинском университете в Мэдисоне работая с преступниками, заключенных в тюрьме психопатов разработал методику по управлению негативного эмоционального состояния, которая включает в себя следующую цепочку: Пауза → Выявить/признать → Анализ → Помощь. Было замечено, что если человека научить делать паузу, когда он в гневе, агрессивный, раздражительный, то есть грамотному, осознанному дыханию, то поведение менялось и психическое состояние. Если научить выдерживать паузу — развить способность к терпению, — то они начинают уделять больше внимания возможным негативным последствиям, и в их состоянии происходит заметное улучшение.

По мнению Ричарда Лазаруса, чтобы эмоциональное состояние было стабильным, надо «пересматривать свои убеждения» и формировать привычку научиться грамотно думать и чувствовать определенным образом, которая и 10 помогает грамотно выстраивать отношения и свое поведение. По управлению эмоционального состояния он разработал стратегии совладания, которые помогают справляться с негативной природой эмоций и конечно же со стрессом и тревожными состояниями [4].

Роберт Дилтс эмоциональную природу человека связывал социальным окружением человека. Поэтому поменяв среду, можно и выровнять свой эмоциональный фон. В психологии есть «Принцип Нетворкинг», то есть это такой стиль выстраивания деловых взаимоотношений, при котором ты окружаешь себя успешными людьми и профессионалами, что дает стимул развиваться и расти. Важно создавать круг общения, в котором человек сможет расслабиться или научиться чему-то новому. Токсичные люди вытягивают энергию даже во время простого разговора. Сократи взаимодействие, либо научись выстраивать эмоциональную стену и не реагировать на провокации.

Проведенный теоретический анализ особенностей управления эмоциональным состоянием человека позволяет сделать выводы том, что психические состояния человека, как составляющая морально психологического состояния в целом – это целостное проявление психики, способное к отражению ее функциональных возможностей, в конкретный период времени. Их конкретные характеристики зависят как от внешних, так и от внутренних факторов. Эмоциональная культура управления и владение эмоциональным интеллектом помогает человеку в стрессовой ситуации не только понимать себя, но и управлять грамотно на всех ее уровнях, помогая себе и окружающим людям психологически. Эмоции – это наши заключения и в каком ключе мы мыслим, так и действуем (созидающе или разрушающе), все зависит как человек интерпретирует, воспринимает и какие дает установки в стрессовой ситуации. Управление своим эмоциональным фоном, позволит не только рационально думать, но и конструктивно действовать, решая повседневные задачи в жизни.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Елфимова, Н. В. Функции эмоций в создании мотивационного компонента деятельности / Н. В. Елфимова // Эмоционально-волевая регуляция учебной деятельности / Н. В. Елфимова. – М., 1987. – С. 24–30.
2. Калшед Д. Внутренний мир травмы. Архетипические защиты личностного духа. – М. : Когито-Центр, 2015. – 365 с.
3. Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Виллюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 288 с.
4. Лазарус Ричард. Эмоции и адаптация- New York: Oxford University Press - 1991.

YOLG‘IZLIKDA STRESS

Baratullayeva Dilnoza Habibulla qizi
Jizzax davlat pedagogika universiteti

Yolg‘izlik — yolg‘iz qolgan odamning holatidir. Boshqa odamlardan haqiqiy yoki xayoliy kommunikativ izolyatsiya sharoitida bo‘lgan odamning holati va hissi, ijtimoiy aloqalarning uzilishi, u uchun mazmunli muloqotning yo‘qligi. Bu konsepsiya doirasida ikki xil hodisa ajralib turadi — ijobiy (yolg‘izlik) va salbiy (izolyatsiya) yolg‘izlik, lekin ko‘pincha yolg‘izlik tushunchasi salbiy ma‘noga ega.

Yolg‘izlik ruhiy kasallik va ijtimoiy muammo sababi bo‘lishi mumkin.

Yolg‘izlikni tasvirlash muammosi turli tadqiqotchilar tomonidan ushbu konsepsiyaning turli talqinlari bilan bog‘liq: yolg‘izlik va ijtimoiy izolyatsiya hissi; ekzistensial qidiruv bilan bog‘liq majburiy izolyatsiya va ixtiyoriy yolg‘izlikning og‘riqli tajribasi. Yolg‘izlik hissi tartibga solish funksiyasini bajaradi va shaxsga shaxslararo aloqalarning optimal darajasini tartibga solishga yordam beradigan qayta aloqa mexanizmiga kiradi. Biroq insonning jismoniy izolyatsiyasi har doim ham yolg‘izlikka olib kelmaydi

Yolg‘izlikni subyektiv idrok etish

Ekstrovertlar va introvertlar yolg‘izlikni boshqacha his qilishadi. Ekstrovert atrofida odamlar bor ekan, u yolg‘izlikdan azob chekmaydi. Introvert uchun uning yaqin do‘sti, siz bilan gaplashishingiz mumkin bo‘lgan sevgan odami bo‘lishi muhimdir. Ammo har qanday odamda ham introvert, ham ekstrovert (turli nisbatda) fazilatlari mavjud, shuning uchun deyarli har bir kishi kamida bir marta yolg‘izlikni his qilgan.

Diqqat markazida bo‘lishga odatlangan, faol hayot tarzini olib borgan, ko‘p bolali oilalarda o‘sgan odamlar yolg‘izlikni yanada keskin his qilishadi. Unga ko‘nikkanlar, yolg‘iz yashaydiganlar yolg‘izlikka xotirjamroq chidashadi. Keksa odamlar ko‘pincha yolg‘izlikdan aziyat chekishadi

Ayollarda yolg‘izlik

Vodopyanova fikricha, ayollarda yolg‘izlik tajribasi ularning o‘tmishidan norozilik va kelajakdagi baxtli hayotidagi noaniqlik bilan bog‘liq. Zamonaviy insonning ijtimoiy hayoti tobora yuzaki bo‘lib bormoqda.

Zinchenko E. V., Rudyta I. A. ayollarda, shu jumladan, sherigi bo'lgan va bo'lmaganlar orasida subyektiv yolg'izlik darajasini o'rganish bo'yicha tadqiqot o'tkazildi. Respondentlar 18 yoshdan 40 yoshgacha bo'lgan 70 nafar ayol edi.

Olingan ma'lumotlarga ko'ra, respondentlarning aksariyati subyektiv yolg'izlikning o'rtacha yoki past darajasini ko'rsatdi, bu ikki guruh o'rtasida boshqalarga ishonchsizlik, ularning boshqa odamlar bilan munosabatlarini salbiy baholash, o'ziga salbiy munosabat, ustuvorlik kabi muhim farqlar mavjud, o'zi bilan muloqot qilish, munosabatlardan norozilik, qo'rquv, bo'shliq hissi. Olingan ma'lumotlar subyektiv ravishda yolg'iz va subyektiv ravishda yolg'iz bo'lmagan ayollar yolg'izlikni boshdan kechirishning barcha parametrlarida farq qilishini tasdiqlaydi. Umuman olganda, rus ayollarining subyektiv yolg'izligi nisbatan past.

Psixologiyada yolg'izlik

Maishiy psixologiyada yolg'izlikni psixologik hodisa sifatida o'rganish Abulxanova-Slavskaya, VA. DA. Puzanova, L. VA. Starovoitova, G.M. Tixonov, S. G. Trubnikova nomlari bilan bog'liq.

Zamonaviy ijtimoiy-madaniy sharoitda muloqot ishonchli va samimiy bo'lishni to'xtatdi, bu boshqa odamlar bilan faol muloqot qilish sharoitida yolg'izlik tajribasining paydo bo'lishiga olib keladi.

Psixologiyada yolg'izlikning yagona ta'rifi va uning paydo bo'lish sabablari yo'q. J. Zilburg, yolg'izlikni tahlil qilishning quyidagi nazariy yondashuvlarini ajratib ko'rsatadi:

- Patologiya, uning sabablarini erta ota-ona va bola munosabatlarida izlash kerak (J. Silburg, X. FROM. Sallivan, F.Fromm-Reyhman);

- Fenomenologik — boshqa odamlardan rad etishni kutishga javoban yuzaga keladigan tajriba (K. Rojers);

- Ekzistensial — insonning ijodiy holati (K. E. Mustakalar);

- Sotsiologik — zamonaviy jamiyatni tavsiflovchi me'yoriy hodisa (F. VA. Slater, D. Risman);

- Yolg'izlikning zamonaviy mahalliy tadqiqotlari uni ijtimoiy, ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida ko'rib chiqadi. Yolg'izlik tajribasining paydo bo'lishi uchun-uning shaxsga ta'sirining ham salbiy, ham ijobiy tomonlarini ta'kidlangan¹, subyektiv tajriba sifatida yolg'izlik insonning shaxslararo aloqalari hajmi va tabiatidan nisbatan mustaqil ekanligini ta'kidlangan, uning shaxsiy xususiyatlari bilan belgilanadi. Aksariyat mualliflar yolg'izlikni mehr-oqibat, ma'naviy munosabatlar, jamoa tuyg'usining yetishmasligi bilan bog'laydilar.

- Yolg'izlikni o'ziga munosib juft topa olmagan yigit yoki qiz ham, do'stlari va qarindoshlaridan ayrilgan, odamlar bilan til topisha olmagan keksalar ham boshdan kechirishi mumkin. Yolg'izlikni ko'pincha inert asab tizimiga ega bo'lgan, yangi aloqalarni qiyin o'rnatadigan, asta-sekin yangi tanishlarga o'rganadigan odamlar boshdan kechirishadi. Haddan tashqari holatlarda yolg'izlik depressiyaga olib kelishi mumkin.

- Yolg'izlikni keltirib chiqaradigan bir qator psixologik omillar mavjud. Misol uchun, bu o'zini past baholash bo'lishi mumkin, bu tanqid qilishdan qo'rqib, boshqa odamlar bilan aloqa qilishdan qochishga olib keladi. Yomon muloqot qobiliyatlari ham yolg'izlikni keltirib chiqaradi. Shaxslararo qobiliyatlari sust rivojlangan, munosabatlardagi

muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqib yoki psixologik qaramlikka tushib qolishdan past ijtimoiylashuvga ega bo‘lgan odamlar ko‘pincha yolg‘izlikni qidiradi.

San’atda yolg‘izlik

Yolg‘izlikni keltirib chiqaradigan bir qator psixologik omillar mavjud. Misol uchun, bu o‘zini past bahgolash bo‘lishi mumkin, bu tanqid qilishdan qo‘rqib, boshqa odamlar bilan aloqa qilishdan qochishga olib keladi. Yomon muloqot qobiliyatlari ham yolg‘izlikni keltirib chiqaradi. Shaxslararo qobiliyatlari sust rivojlangan, munosabatlardagi muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqib yoki psixologik qaramlikka tushib qolishdan past ijtimoiylashuvga ega bo‘lgan odamlar ko‘pincha yolg‘izlikni qidiradi.

Adabiyotlar ro‘yhati

1. Ожегов С. И.. Словарь русского языка, 1949.
2. Водопьянова Н. Е.. Психология стресса.. СПб.: Питер, 2009 — 171-186 bet.
3. Перлман Д., Пепло Л. Э.. Теоретические подходы к одиночеству // Лабиринты одиночества. М.: Прогресс, 1989 — 152-167 bet.
4. Старовойтова Л. И.. Одиночество: социально-философский анализ: автореф. дис. канд. филос. наук, М., 1995.
5. Тихонов Г. М.. Феномен одиночества: опыт философско-социологического анализа: автореф. дис. ... канд. филос. наук., Ек, 1992.
6. Trubnikova S. G. Psixologiya odinochestva: genezis, vidi, proyavleniya: avtoref. dis. ... kand. psixol. nauk. — М., 1999
7. Puzanova J. V. Odinochestvo: opit sotsialno-filosofskogo analiza: avtoref. dis. ... kand. filos. nauk. — М., 1995
8. Kurtiyan S. V. Odinochestvo kak sotsialnoe yavlenie: avtoref. dis. kand. sots. nauk. — М., 1995
9. Zavorotnix Ye. N. Sotsialno-psixologicheskie osobennosti odinochestva kak sub’ektivnogo perejivaniya: avtoref. dis. kand. psixol. nauk. — SPb., 2009
10. Slobodchikov I. M. Teoretiko-eksperimentalnoe issledovanie fenomena odinochestva lichnosti: na materiale podrostkovogo vozrasta: avtoref. dis. d-ra psixol. nauk. — М., 2006
11. Neumoeva Ye. V. Odinochestvo kak psixicheskiy fenomen i resurs razvitiya lichnosti v yunosheskom vozraste: avtoref. dis. kand. psixol. nauk. — Tyumen, 2005.
12. Садлер У А., Джонсон Т. Б.. От одиночества к аномии // Лабиринты одиночества. М.: Прогресс, 1989 — 24-25 bet.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПСИХИКИ ЧЕЛОВЕКА И ЯЗЫКА

Ахмедова Муяссар Хадиматовна, Тошкент давлат педагогика университети Умумий психология кафедраси доценти, психол.ф.д.

Ахмедова Малика Қудратовна, Педагог-дефектолог, модератор, Шимкент шаҳар давлат коммунал муассасаси, “Сайрам ёрдамчи мактаб-интернат-колледж” таълим бошқармаси, Қозоғистон Республикаси

Тил - бу амалий, ҳақиқий онг маҳсули бўлиб, унда инсониятнинг нафақат ижтимоий, тарихий тажрибаси, балки конкрет жамият қатламининг

ижтимоий мавқеи ҳам акс этади. Тил белгилари табиатга ва тизимли тузилишга эга, шу боис у универсал мулоқот воситаси бўлиб қолаверади. Тил одамнинг маиший турмушида, ишлаб чиқариш фаолиятида, жамиятнинг илм ва фан, маданият, ижтимоий ва сиёсий ҳаётнинг турли соҳаларида қўлланилади[Ахмедова М. 2023. Б.22].

Инсон онгида тафаккур ва тасаввур жараёнлари нутқ фаолияти билан чамбарчас боғлиқ бўлиб, ақлий фаолиятнинг ўзига хос инсоний тури - нутқий тафаккурни ташкил қилади. Нутқнинг ривожланиши бошқа психик жараёнлар билан чамбарчас боғлиқ. Демак, идрок жараёнига киритилиб, уни янада умумлаштириб, фарқланади; ёдланган материални оғзакилаштириш (кўргазмали-сезги тасаввурларини мос келадиган сўзлар-таърифлар, сўзлар-тушунчалар орқали аниқлаш) ёдлаш ва такрорлашнинг мазмунли бўлишига ёрдам беради; диққат функцияларини ташкил этиш ва ривожлантиришда, шахс томонидан ўз хатти-ҳаракатларини тартибга солишда ва ҳоказоларда нутқнинг ўрни ниҳоятда муҳимдир.

Психика, деб таъриф беради Э.Ғ.Ғозиев, бу юксак даражада ташкил топган материянинг системали хоссаси (хусусияти), субъект томонидан объектив борлиқни фаол акс этириш, мазкур борлиқ манзараларини субъект ўзидан узоқлаштирмай ифодалаш, худди шу аснода ўз хулқини ва фаолиятини шахсан бошқаришдир. Психикада ўтмишнинг, ҳозирги давр ва келаси замоннинг ҳодисалари ифодаланган, тартибга солингандир. Ўтмиш ҳодисалари инсон хотирасида мужасамлашиб, шахсий тажрибаларда намоён бўлади. Ҳозирги замон ақлий жараёнлар, ҳиссий кечинмалар, образлар ва тасаввурлар мажмуасида ифодаланади. Келажак эса турткиларда, мақсад, эзгу ниятларда, шунингдек, фантазия, виждон азоби, армон ва тушларда акс этади[Ғозиев Э. 2004. Б.21].

Психика тил белгиларда ҳам "ўзини намоён қилади". Белгилар объектлар ва уларнинг муносабатлари тасвирларининг ўрнини босувчи вазифасини бажаради. Белгининг ўзи (аниқроғи, кўрсаткичи, товуш мажмуаси) воқелик (идеал ёки моддийлик) ҳақида ҳеч қандай маълумотни ўз ичига олмайди. Белгилар тасвирларнинг шартли ўрнини босувчи воситадир. Белгилар фақат тасвирлар ва уларнинг муносабатларига ишора қилади[Маркова А.К. 2004. С. 119]. Масалан, [с], [т], [о], [л] товушлар кетма-кетлиги сифатида "стол" белгисининг ўзи (яъни унинг кўрсаткичи) стол ҳақида, яъни унинг тузилиши ҳақида ҳеч қандай маълумотни ўз ичига олмайди. Стол усти шакли, оёқларнинг сони, баландлиги ва бошқалар), унинг "индивидуал" функцияси (стол, кийиниш, офис, жарроҳлик ва ҳ.к.), шунингдек, "мавҳум" столга ёки оддий столга бўлган турли хил шахсий муносабатдир.

"Стол" белгиси фақат фаолиятнинг маълум бир вазиятидаги маълум бир тасвирни англатади. Бу товушлар (ёки ҳарфлар) кетма-кетлигида гўзаллик тушунчаси мавжуд бўлмаган ҳар қандай бошқа муҳим сўзга, айтайлик, "гўзаллик" сўзига ҳам тегишли; лекин бу сўз бизни ҳаётий тажрибамизда шаклланган ва хотирада мураккаб образли шаклда кодланган "гўзаллик" тушунчасига ишора қилади.

Ҳозирги вақтда Л.П.Федоренко, Д.Миллер, Е.Галантер, Е.Ф.Тарасов, Т.Н.Ушакова каби бир қатор олимлар билим тил белгиларининг лингвистик шаклида эмас, балки “рақамалар” кўринишида “семантик тармоқлар” сўзлар ва предикатив муносабатлар маъноси ортида кодланган деган фикрга кўшиладилар[Ковшиков В.А., Пухов В.П. 1996. С.141].

Эҳтимол, одам ўзининг нутқ фаолиятида нутқ сўзларида нима кўрсатилганлиги ҳақидаги маълумотларни кодлашнинг рўйхатга олинган учта шаклларидадан фойдаланади.

Психика ва тил ўртасидаги муносабат ҳақида гапирганда, тил биринчи навбатда фаолият воситаси (нутқ ва ақлий) эканлигини унутмаслик керак, унинг вазифаси шахснинг эҳтиёжларини (ҳаётий ва маънавий) қондиришдир. Тилнинг фаолият воситаларидан бири сифатидаги вазифаси ушбу эҳтиёжларни амалга оширишга ҳар томонлама (бошқа воситалар билан бирга) ҳисса қўшишдир.

Психик фаолият тилдан фақат уни амалга оширишнинг муайян, энг “муҳим” босқичида (ёки босқичларида) фойдаланади. Жумладан:

1) нутқ фаолияти гапнинг эҳтиёжи, нияти, тушунчасининг вужудга келиш босқичида. Масалан, биз ўзимизга айтамыз: "Хурсандчиликда албатта газак қилиш керак", "Биз маърузага боришимиз керак", "Келинг, асосий нарса ҳақида гаплашамиз", "Буни исботланг", "Ҳақида ... ҳақида гапиринг" ва ҳоказо.

2) афферент синтез босқичида (яъни, фаолият содир бўладиган вазиятни таҳлил қилиш). Масалан, спектаклни бошлашдан олдин биз кўпинча ўзимизга айтамыз: "Хавотир олманг, томошабинлар сизни ҳақиқатан ҳам тинглашни хоҳлайди. Хонанинг акустик хусусиятлари нутқни идрок этиш учун қулайдир" ва ҳоказо;

3) қарор қабул қилиш босқичида. Биз, масалан, фаолият ҳолатига кўра, ўзимизга: "Мен гапираман (ёки: мен гапирмайман)"; "Мен ўзбек, рус, инглиз (ёки бошқа) тилда гаплашаман"; "Мен тез (ёки секин), лабида (ёки кенгайтирилган) гапираман" ва бошқалар;

4) фаолиятни режалаштириш босқичида. Масалан, ўзимизга шундай деганда: "Тошкентдаги Санъат музейига бориш учун Ойбек метросидан чиқиб борган маъкул";

5) амалга ошириш босқичида. Мен ўзимга айтаман (олдинги мисолга қаранг): "Мен Ойбек метросидан чиқаман, йўлак бўйлаб, дарахтлар ёнидан ўнгга бурилиш".

Ушбу босқичда нутқдан жорий назорат жараёнида ҳам фойдаланиш мумкин, бунда фаолиятнинг муайян ҳаракатлари ва операциялари натижалари тайёрланган режа билан таққосланади ва (агар керак бўлса) ҳаракатлар ва операцияларни бажаришга тегишли тузатишлар киритилади; ва баъзан барча ҳаракатлар учун. Масалан, биз ўзимизга шундай деймиз: “Йўқ, мен хато қилдим, Ойбек метросининг нариги томонига ўтмаслигим керак эди. Биз бошқа тарафга қайтишимиз керак;

6) тугалланган фаолият натижаларини ният билан солиштириш босқичида. Масалан: "Ниҳоят, Санъат музейи!"

Психика ва тил ўртасидаги муносабатларнинг табиати кўплаб омиллар билан белгиланади: шахснинг тузилиши (хусусан, шахсий эҳтиёжлар), ақлий жараёнлар ва ҳолатларнинг хусусиятлари, фаолиятнинг ўзига хос хусусиятлари ёки нутқ фаолият амалга оширилади. Шахснинг ақлий фаолиятининг ўзи шаклланиш даражаси, шунингдек, тил қобилятини шакллантириш даражасига бевосита алоқадор.

Шундай қилиб, "психика" ва "тил" муносабатларини кўриб чиқаётганда, психиканинг ўзаро тил билан ажралмас мавжудлик эканлигини унутмаслик лозим. Шахснинг реал психик фаолиятида у ёки бу психик жараён, шахснинг ҳолати ёки хусусияти вақтинчаликгина биринчи ўринга чиқади; Шу билан бирга, ақлий фаолиятда ақлий ва ҳиссийнинг ажралмас боғлиқлигини унутмаслик керак. Шунинг учун "психика" - "тил (нутқ)" муносабатларининг умумий тизимидаги алоҳида шахсий муносабатларни ҳисобга олган ҳолда, бу биринчи навбатда дидактик мақсадларда амалга оширилишини ёдда тутиш маъкул.

Адабиётлар рўйхати:

1. Ахмедова М.Х., Ахмедова М.Қ. Тил ва маданият ўртасидаги муносабатлар // “Кўп тиллилик ва маданиятлараро мулоқот: тажриба ва муаммолар” Халқаро илмий-амалий анжуман материаллари. Тошкент. 2023-йил 23-октабр Б.166-172

2. Ахмедова М., Шодиева Н., Рахманова Н. Интеллектуал фаолиятида ички нутқ // Academic research in educational sciences. TMA Conference. 2023. 4. 403-407.

3. Ахмедова М.Х. Жамият тараққиётининг тилдаги ўзгаришларга таъсири // Ilmiy tadqiqot va innovatsiya. Март 2023.2-том. 2-сон. Б. 21-26.

4. Маркова А.К. Психология усвоения языка как средства общения. – М., 2004.

5. Ковшиков В. А., Пухов В. П. Психолингвистика. Теория речевой деятельности М., 1996. С. 141.

6. Ғозиев Э.Ф. Умумий психология 1-том. Тошкент. 2004. Б. 21.

7. Axmedova M.X. Ijtimoiy jarayonlarning tildagi o'zgarishlarga ta'siri // "Zahiriddin Muhammad Boburning jahon ilm-fani, madaniyati taraqqiyotidagi o'rni va ahamiyati" mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy anjuman materiallari. - Ilmiy nashr. - Farg'ona: FarDU, 2023. B.770-773.

8. Khadimatovna A.M. Spirituality of youth in speech activity // Academicia: An International Multidisciplinary Research Journal. 2021. 11. 10. P.1077-1080.

O‘SMIRLARDAGI TAJOVUZKORLIKNING KELIB CHIQISH SABABLARI VA KORREKSIYA QILISH USULLARI

Umaraliyeva Hilola Fazliddin qizi.

*Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti Psixologiya va
ijtimoiy –siyosiy fanlar fakulteti 1- bosqich magistranti*

Farzandingiz yoki o'smir yoshidagi bolangiz jismoniy tajovuzkorlikni ko'rsatyaptimi - maktabda tengdoshlari bilan ko'p konfliktli vaziyatlarga boryaptimi, aka-ukalarini itarib yuboryaptimi, itni uradimi yoki sizni tishlayaptimi? Bu judayam achinarli vaziyat bo'lishi mumkin va sizda o'z farzandingizdan qo'rqish hissini uyg'otadi. Agressiv, beqaror yoki dushman bolalari bo'lgan ko'plab ota-onalar xatti-harakatini to'g'rilashga qodir emaslar. Siz ularni tarbiyalashning tavsiya etilgan strategiyalaridan foydalangan holda jazolashga harakat qilgan bo'lishingiz mumkin, ammo bu harakatlar muvaffaqiyatsiz yakunlangan bo'lishi mumkin. Jismoniy tajovuzni bartaraf etish nuqtai nazaridan hech narsa ish bermayotgan bo'lsa, yashirin sabablarni izlash vaqti keldi.

Mana, bolalar va o'smirlarda tajovuzni qo'zg'atishi mumkin bo'lgan 8 ta asosiy omil.

1.ADD/DEHB

ADD / DEHB bo'lgan bolalar va o'smirlarda impulsivlik tajovuzkor xatti-harakatlarga olib kelishi mumkin bo'lgan asosiy xususiyatdir. Bu yoshlar o'zlarining xatti-harakatlarining oqibatlari haqida o'ylamasdan, impuls bilan harakat qilishadi va janjal yoki janjalga tushish ehtimoli ko'proq. Xulq-atvor bilan bog'liq funktsional miya skanerlash bo'yicha dunyodagi eng katta ma'lumotlar bazasiga ega bo'lgan Amen Clinics-da Brain SPECT tasvirlash tadqiqotlari ADD / DEHB prefrontal korteksdagi past qon oqimi bilan bog'liqligini ko'rsatadi. Miyaning bu hududi impuls nazorati bilan shug'ullanadi va bu yerda past faollik impulsivlik bilan bog'liq. ADD/DEHB bilan og'rigan bolalar va o'smirlar intensiv jismoniy mashqlar, yuqori proteinli va past uglevodli dietalar va dofaminni ko'paytiruvchi qo'shimchalar (masalan, yashil choy va rhodiola) bilan miyaga qon oqimining ko'payishidan foyda olishlari mumkin. Bundan tashqari, bolangizning ADD/DEHB turini bilish juda muhimdir. Amen klinikalarida miyani tasvirlash ishi ADDning 7 turini aniqlashga yordam berdi.

2. Kayfiyatning buzilishi

Kayfiyati tez o'zgarib turadigan yoshlar manik fazada bo'lganlarida tez-tez tajovuzkorlikni namoyon qiladilar. Shunga o'xshab, Amerika o'smirlar psixiatriya akademiyasi jurnalida o'tkazilgan tadqiqotga ko'ra, depressiyaga uchragan o'smirlarda yuqori darajadagi tajovuzkor xatti-harakatlar qayd etilgan.

Korreksiyalash: Katta depressiv buzuqlik va boshqa kayfiyat buzilishlarini davolashni izlash juda muhim, ammo shuni yodda tutingki, depressiyaning bir nechta turlari mavjud. Farzandingizdagi depressiyaning turini bilish sizga to'g'ri davolash rejasini tanlashga yordam beradi.

3. Xulq-atvorning buzilishi.

Bu tajovuzkorlik, zo'ravonlik va dushmanlik bilan tavsiflangan jiddiy hissiy va xulq-atvor muammosi. Bu bolalar boshqalarni tishlashlari, urishlari, itarishlari yoki qo'rqitishlari mumkin. Shuningdek, ular o't qo'yishlari, hayvonlarga shafqatsiz munosabatda bo'lishlari yoki mulkni buzishlari mumkin.

Tuzatish: Xulq-atvorning buzilishi to'g'ri davolash rejasi va oilaning yordami bilan boshqarilishi mumkin.

4. Ta'lim buzilishlari va muloqotdagi muammolari

Autizm spektrining buzilishi (ASD) yoki Asperger sindromi (hozirda yuqori funktsional autizm deb ataladi) kabi o'rganish yoki aloqa muammolari bo'lgan o'smirlar o'z his-tuyg'ularini ifoda eta olmasalar, tashvishlanishlari yoki umidsizlikka tushishlari mumkin. Bu ularni janjal qilishga olib kelishi mumkin.

Korreksiyalash: O'rganishdagi muammolarini hal qiling va ASD uchun davolanishni qidiring. Autizmli bolalar uchun parhez juda muhim bo'lishi mumkin, shuning uchun autizmi keltirib chiqaradigan 5 ta oziq-ovqatdan ehtiyot bo'ling.

5. Bosh jarohatlari

Bosh miya chayqalishi yoki takroriy zarbalarni boshdan kechirgan bolalar va o'smirlar (masalan, futbol yoki futbol to'plari bilan urishda) miyaning asosiy shikastlanishiga ega bo'lishi mumkin. Blue Cross Blue Shield tomonidan 2016 yilda o'tkazilgan tadqiqotga ko'ra, 2010 yildan 2015 yilgacha 10-19 yoshdagi bolalarda miya chayqalishi tashxisi 71 foizga oshgan. Ko'pincha shikastlanadigan joylarga impulslarni nazorat qilish, empatiya va mulohaza yuritish bilan shug'ullanadigan prefrontal korteks, shuningdek, kayfiyat barqarorligi va kayfiyatni nazorat qilishda ishtirok etadigan temporal loblar kiradi. Bu sohalarga zarar yetkazuvchilik va temper muammolari bilan bog'liq.

Tuzatish: Funktsional miya SPECT tasvirini olish optimallashtirish mumkin bo'lgan zararlangan joylarini aniqlashga yordam beradi. Miyaning chayqalishidan keyin shifo turli xil davolash usullari, jumladan, giperbarik kislorod terapiyasi (HBOT), neyrofeedback, ozuqaviy qo'shimchalar va boshqalar bilan mumkin.

6. Jismoniy yoki jinsiy zo'ravonlik qurboni bo'lish

Journal of Child & Adolescent Trauma jurnalida 2016 yilda o'tkazilgan tadqiqot shuni ko'rsatdiki, bolalik davrida zo'ravonlik qurbonlarining 72 foizi jismoniy tajovuzkorlik bilan shug'ullangan.

To'g'rilang: Farzandlaringiz bilan gaplashing va ularga ular boshdan kechirayotgan har qanday zo'ravonlik haqida sizga ochiqchasiga xabar berishlariga imkon bering. Agar muammoga shubha qilsangiz, yoki nima bo'layotganini tushunib, anglab yetolmasangiz, ularni ruhiy salomatlik bo'yicha mutaxassis ya'ni psixolog qabuliga olib boring.

7. Giyohvand moddalar yoki spirtli ichimliklarni iste'mol qilish

Spirtli ichimliklarni iste'mol qilish yoki giyohvand moddalarni iste'mol qilish miya faoliyatiga salbiy ta'sir qiladi va sog'lom miya rivojlanishiga xalaqit berishi mumkin. Bu noto'g'ri qaror qabul qilish, impulsivlik va empatiya yetishmasligiga hissa qo'shishi mumkin, bu agressiyani keltirib chiqarishi mumkin.

Buni tuzating: Farzandingiz giyohvandlik bilan bog'liq muammoga duch kelsa, ularni miyaga yo'naltirilgan giyohvandlikni davolash rejasiga kiriting.

8. Oziq-ovqat allergiyalari

Ba'zi bolalar va o'smirlarda oziq-ovqat sezgirligi tajovuzkor xatti-harakatlar, asabiylashish, giperaktivlik, tashvish, past kayfiyat, charchoq va boshqalarni o'z ichiga olgan keng ko'lamli muammolarga olib kelishi mumkin. Eng keng tarqalgan oziq-ovqat allergenlari orasida kleykovina, sut mahsulotlari, shakar, makkajo'xori va soya, shuningdek, sun'iy bo'yoqlar (masalan, qizil bo'yoq 40), tatlandırıcılar va konservantlar mavjud.

Tuzatish: Farzandingizni bir oy davomida ushbu potentsial allergenlarni olib tashlash orqali chiqarib tashlash dietasiga qo'ying. Keyin ulardan birortasi reaktsiyaga sabab bo'ladimi yoki yo'qligini bilish uchun ularni birma-bir qayta kiriting.

Agressiya va unga hissa qo'shadigan asosiy ruhiy salomatlikka qarshi omillar kutilmaganda yuzaga kelishi mumkin. Ushbu noaniq paytlarda sizning ruhiy farovonligingiz har qachongidan ham muhimroq va hayot "normal" holatga qaytguncha kutish, vaqt o'tishi bilan semptomlaringizni davolashi mumkin.

Aksariyat ota-onalar farzandlaridan tashvishlanadilar, chunki ularning farzandlari o'smirlik davrida tajovuzni nazorat qilish uchun kurashadilar. O'smirlik davrida bolalar ko'plab jismoniy, ijtimoiy va hissiy o'zgarishlarni boshdan kechiradilar. Bu to'satdan o'zgarishlar ularning yosh ongida noaniqlik va chalkashliklarni keltirib chiqaradi. Natijada, ular oila va jamiyatdagi o'z maqsadi va rolini qayta baholaydilar. Agar ular qoniqarli javoblarni topa olmasalar, bu his-tuyg'ular tajovuzkorlikka aylanishi mumkin. Bundan tashqari, ba'zida bolalar travma, tengdoshlarning bosimi yoki o'zini past baholaydilar, bu ularning tashvishlarini oshiradi. Shu sababli, ota-onalar o'zlarining o'smir bolalarini kuzatishlari va ularni maslahat, dori-darmonlar, terapiya va boshqa usullar bilan qo'llab-quvvatlashlari kerak.

Quyidagi fikrlar o'smirlardagi tajovuzning sabablari va ota-onalarga o'smir bolalarini kuzatish va ularni qo'llab-quvvatlashga qanday yordam berish kerakligini bilib olishga yordam beradi.

O'smirlik davridagi tajovuzning sabablari

Ko'p yillar davomida mutaxassislar o'smirlik davridagi tajovuz bo'yicha ko'plab tadqiqotlar o'tkazdilar va ular bir nechta omillarni aniqlashga muvaffaq bo'lishdi. Ushbu omillarning ba'zilari quyidagilardir:

1. Travmatik hodisa:

Sevimli odamning o'limi yoki kasalligi, ajralish yoki haddan tashqari aka-uka va tengdoshlarning ta'qibi juda stressli va o'smirlarda tajovuzga olib kelishi mumkin. Hatto oilada, ayniqsa ota-onalar o'rtasida davom etayotgan janjal va kelishmovchilik ham bunday xatti-harakatga olib kelishi mumkin.

Ommaviy axborot vositalarida zo'ravonlikka ta'sir qilish (televidenie, filmlar va boshqalar) o'smirlarning tajovuzkor yoki zo'ravon xatti-harakatlarini rivojlantirish uchun xavf omili bo'lishi mumkin.

2. Psixiatrik kasalliklarga chalinganlar:

Ba'zi o'smirlar psixiatrik kasalliklardan aziyat chekishi mumkin, masalan:

- a) haddan tashqari siqilish yoki xursand bo'lishdan aziyat chekadiganlar;
- b) vahima, sarosimaga tushadiganlar;

c)shizofreniya bilan kasallanganlar;

d)depressiyaga ko'p tushadiganlar;

Bu buzilishlarning barchasi tajovuzkor xatti-harakatni keltirib chiqaradi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti tomonidan o'smirlarning ruhiy salomatligi bo'yicha hisobotida, 10-14 yoshdagi odamlarning taxminan 3,6% va 15-19 yoshdagi 4,6% tashvishli kasalliklarga ega. Bundan tashqari, depressiya 10 yoshdan 14 yoshgacha bo'lgan o'smirlarning 1,1 foiziga va 15 yoshdan 19 yoshgacha bo'lganlarning 2,8 foiziga ta'sir qilishi mumkin.

3. Tibbiy kasalliklar:

Ba'zi hollarda tibbiy muammolar o'smirlarda ham tajovuzkor tomonni keltirib chiqaradi.

Miyaning shikastlanishi, epilepsiya, aqliy zaiflik va Tourette sindromi o'smirlar o'rtasida asab buzuvchi va tajovuzkor xatti-harakatlarning boshqa sabablaridan biridir .

To'g'ri tibbiy ko'rik va tashxis bilan ushbu tibbiy buzilishlarni davolash va tajovuzni nazorat ostiga olish mumkin.

4. DEHB va o'rganish buzilishlari:

O'rganish buzilishi va DEHB bilan og'rigan o'smirlar bir qator ijtimoiy va hissiy qiyinchiliklarga duch kelishadi . Bu o'smirning tajovuzkor va g'azablanganligi sababli paydo bo'lishi mumkin.

5.Tengdoshlar bosimi:

O'smirlar qabul qilinishni va guruhning bir qismi bo'lishni xohlashadi. Agar bu sodir bo'lmasa, u tajovuzkor xatti-harakatlarga olib keladigan og'riq va g'azabni keltirib chiqarishi mumkin.

6. O'zini past baholash:

Ba'zi o'smirlar o'zini past baholaydi va ular buni tajovuzkorlik orqali yashirishga harakat qilishadi. Bu, ayniqsa, ular tengdoshlari orasida bo'lganlarida to'g'ri keladi.

O'smirlar tajovuzkorligining 6 ta yechimi

Ota-ona yoki g'amxo'rlik qiluvchi sifatida sizda g'azabni boshqarish va uni nazorat qilish uchun bir nechta variant mavjud. Xulq-atvorni tushunish va yaxshilash uchun zo'ravonlikning oldini olish yoki tajovuzni kamaytirish yechimlarini amalga oshirish siz uchun muhimdir. Ulardan ba'zilar quyidagilardir:

1. Maslahat:

O'smirlik davrida tajovuzni nazorat qilish bo'yicha maslahatlar.Yoshlar maslahatining bir qismi sifatida o'smir farzandingizni individual maslahatga olib boring .

O'qigan va litsenziyalangan mutaxassis bilan gaplashish tavsiya etiladi.

Bu sizning o'smiringizni xatti-harakatlari uchun mas'uliyatni o'z zimmasiga olishga va munosabatlaridagi muammolarni hal qilishga majbur qilishi mumkin.

Kognitiv-xulq-atvor terapiyasi tadqiqotchilar tomonidan buzilish xatti-harakatlarini boshqarish, hissiy tartibga solish, chidamlilik va o'zini o'zi boshqarish uchun yaxshi o'rganilgan.

2. Oilaviy maslahat:

Oila terapiyasi deb ham ataladigan maslahatga butun oilani jalb qilish yaxshi fikr bo'lishi mumkin.

Bir-biringiz bilan gaplashish va professional va o'qitilgan terapevtlar tomonidan boshqarilishi mojarolarni hal qilishda juda foydali bo'lishi mumkin.

Bu sizning o'smir bolangizda tajovuzkor xatti-harakatlarga olib keladigan nizolar va munosabatlar muammolarini hal qilishi mumkin.

3. Dori-darmonlar:

Agar o'smirga epilepsiya yoki depressiya kabi psixiatrik yoki nevrologik muammo tashxisi qo'yilgan bo'lsa, to'g'ri retsept bo'yicha dori-darmonlarni qabul qilish tajovuzni kamaytirishi mumkin.

4. Xulq-atvor shartnomalari:

O'smirlarda tajovuzni nazorat qilish uchun xatti-harakatlar shartnomalari.

Siz o'smirlaringiz bilan xatti-harakatlari va xatti-harakatlari uchun mas'uliyatni o'z zimmasiga olishga majbur qiladigan xatti-harakatlarni nazorat qilish shartnomalari kabi ota-onalik strategiyalarini sinab ko'rishingiz va o'rnatishingiz mumkin.

Siz kutgan ijobiy xatti-harakatlarni va ijobiy mustahkamlashning bir qismi sifatida bu xatti-harakatlar uchun oladigan mukofotlarini sanab o'ting.

Mukofot sifatida moddiy narsalarni taklif qilmang.

Buning o'rniga, do'stlaringiz bilan kinoga borish yoki haftada bir marta uy vazifasini olish kabi tabiiy mukofotlarga e'tibor qaring.

5. Uy qoidalari:

O'smirlaringiz ularga yoqadimi yoki yo'qmi, ularga rioya qilishlari kerak bo'lgan uy qoidalarini yarating. Qoidalarni aniq belgilang. Shuningdek, o'smiringizga qoidalar buzilgan taqdirda oqibatlarini o'z zimmasiga olishi kerakligini ayting.

6. Dam olish texnikasi:

O'smirlaringizga dam olish usullarini o'rgating.

O'smirlaringizga stressni yengish uchun dam olish usullarini o'rgating.

Agar o'smiringiz uy vazifasini bajarishda kayfiyati yomon va charchagan bo'lsa yoki tengdoshlarining haddan tashqari bosimini boshdan kechirsa, bu juda foydali bo'ladi. Bundan tashqari, o'z navbatida, bu impulsni boshqarishga yordam beradi va tajovuzkor xatti-harakatlarni yengillashtiradi. Ularni g'azablansa va stressga duchor bo'lganda texnikadan foydalanishga o'rgating. Hech qachon tajovuzkor o'smirlarga tajovuzkorlik yoki zo'ravonlik bilan munosabatda bo'lmang. Buning o'rniga, xotirjam bo'ling va o'rnak ko'rsating.

O'smirlar xulq-atvori muammolarini tushunish va ularni hal qilish bo'yicha maslahatlar tez-tez so'raladigan savollar quyidagilar:

1. Kech o'smirlik davrida tajovuzkorlikning qaysi turi ko'proq uchraydi?

Ma'lumotlarga ko'ra, jismoniy tajovuz eng erta va kech o'smirlik davrida keng tarqalgan. Bundan tashqari, o'g'il bolalar bir nechta xavf omillari, jumladan chekish va alkogolizm tufayli jismoniy tajovuzkor xatti-harakatlarni namoyon qiladilar.

2. Agressiya qaysi yoshda avj oladi?

Bir nechta tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, ijtimoiy va jismoniy tajovuz mos ravishda 14 va 15 yoshda cho'qqisiga chiqishi mumkin .

3. Qizimga munosabatlardagi tajovuzkorlik munosabatiga qanday yordam berishim mumkin?

Qizingizga mehribon va hamdard bo'ling. Unga tengdoshlari bilan barqaror munosabatlar o'rnatishga va tegishli ijtimoiy ko'nikmalarni namoyon etishga yordam bering. Agar kerak bo'lsa, unga samarali xulq-atvor strategiyalarini o'rgatish uchun mutaxassislardan yordam so'rang .

4. Bevosita va bilvosita tajovuz nima?

To'g'ridan-to'g'ri tajovuzning ba'zi misollari jismoniy va og'zaki zarar yoki tahdiddir. Aksincha, bilvosita tajovuzga ijtimoiy marginalizatsiya va g'iybatchilik xatti-harakatlari kiradi .

5. Agressiyaning to'rt turi qanday?

Agressiyaning to'rt turi:

- Tasodifiy tajovuz: Agressiya ataylab qilinmagan.
- Ekspressiv tajovuz: Garchi boshqalarga zarar etkazish niyati bo'lmasa ham, tajovuzkor harakatdan qoniqish hissi mavjud.
- Dushmanlik tajovuz: qasddan va boshqa odamga og'zaki, jismoniy, aqliy yoki hissiy zarar etkazish uchun qilingan tajovuz.
- Instrumental tajovuz: yomon niyat yoki boshqalarga zarar yetkazish istagidan kelib chiqmagan tajovuz. Buning o'rniga, hal qilinishi kerak bo'lgan muammosi mavjud .

6. Agressiya orttirilganmi yoki irsiymi?

Orttirilgan va irsiy tajovuz bo'lishi ham mumkin. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, irsiy o'zgaruvchilar tajovuzkor xatti-harakatlardagi o'zgarishlarning taxminan yarmini (50%), qolgan yarmini (50%) atrof-muhit omillari tashkil qiladi. Bolalar buzg'unchi va zararli xulq-atvoriga ega bo'lishadi va tajovuzkorlik - ular atrofidagi tajovuzkor odamlar - ota-onalar, tengdoshlar va televideniya qahramonlariga guvoh bo'lish orqali ular xohlagan narsaga erishishning muvaffaqiyatli usuli ekanligini bilib oladilar .

Bolalardagi tajovuz o'smirlik davrida sodir bo'lgan bir nechta jismoniy va gormonal o'zgarishlar tufayli kam uchraydi. O'smir bolalarda fiziologik sabablardan tashqari, boshqa patologik sabablar ham tajovuzga olib kelishi mumkin. Bu vaqt ota-onalar uchun qiyin bo'lishi mumkin, chunki ular o'z farzandlariga yordam berishni xohlashadi, lekin ko'pincha bolalardagi tajovuzni nazorat qilishda qanday yordam berishni bilishmaydi. Bu yerda sanab o'tilgan yechimlarni sinab ko'rishingiz mumkin bo'lsa-da, agar siz uning tajovuzkor xatti-harakati tibbiy yordamga muhtoj bo'lsa, o'smir bolangiz uchun terapiya va boshqa yordam so'rashdan tortinmang. Siz uchun terapiya izlash bilan bog'liq bo'lgan stigmani kamaytirish va bolangizning ruhiy salomatligi haqida xabardorlikni oshirish, ijobiy ruhiy salomatlikni o'rnatish muhimdir.

Agressiya inson xulq-atvorining odatiy va normal qismidir, ammo agar u to'g'ri boshqarilmasa, muammoga aylanishi mumkin. Ayniqsa, o'smirlar hissiy, ijtimoiy va jismoniy o'zgarishlarni hisobga olgan holda, o'zlarining tajovuzkorligini nazorat qilish bilan kurashishlari mumkin. Shunday qilib, bu

infografika o'smirning g'azabini nazorat qilishda kurashayotgan ota-onalarga ijtimoiy hayoti va ruhiy salomatligini yaxshilash strategiyalari bilan yordam berishdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Hidden Causes of Aggression in Teens and Kids. 2021
2. The Many Faces of Autism. 2023
3. The Long – Term Impact of Adverse Childhood Experiences. 2023
4. 6 ways Childhood Trauma Impacts Adult Relationships. 2023
5. <https://mentalhealthliteracy.org/en/topic/default?id=bipolar-disorder-in-adolescents-90-P01618>
6. <https://www.mhanational.org/depression-teens-0>
7. <https://raisingchildren.net.au/teens/development/understanding-your-teenager/teendevelopment>

SHAXSNING KUTILMAGAN VAZIYATLARDA FIKRLASHNING NOANANAVIY YONDASHUVINING AHAMIYATI

Najmiddinova Muxayyohon Shaxobiddin qizi
University of business and science
Nodavlat oliy ta`lim muassasasi
Pedagogika va psixologiya kafedrasida o`qituvchisi

Inson dunyoga kelar ekan dastavval individ sifatida shakllanadi. Individ deganda biz odamning insonlik jinsiga mansubligini tushunamiz. Individga yangi tug'ilgan chaqaloq ham, katta yoshdagilar ham, til va oddiy malakalarni egallay olmaydigan telbalar ham kiradi. Shaxs sifatida shakllanish uchun ma'lum bir jamiyatda yaxshovchi til orqali muloqatga kirishuvchang ma'lum bir faoliyat bilan shug'ullanadigan odamgina shaxs bo'ladi.

Hozirgi rivojlanayotgan jamiyatimizda har bir jabhasida tezkorlik rivojlanish jarayonlari kuzatilayotganligini ko'rishimiz mumkin. Bu o'z navbatida shaxsga nisbatan turli vaziyatlarda qanday noanaviy yondashishni talab etadi.

Shaxs kutilmagan vaziyatlarga noanaviy yondashish jarayoni albatta tafakkur qilishni talab etadi. Nostandart fikrlashning mohiyati shundaki, u tanish narsa va vaziyatlarni yangi, g'ayrioddiy nuqtai nazardan ko'rish imkonini beradi. U fikrlashning moslashuvchanligi, qutidan tashqarida fikr yuritish va nostandart yondashuvlarni izlash qobiliyatiga asoslanadi. Ya'ni tafakkurni rivojlantirish turli vaziyatlarda foydali bo'lishi mumkin: murakkab muammolarni hal qilish va yangi g'oyalarni topishdan tortib, ijodiy bloklarni bartaraf etish va etakchilik qobiliyatlarini rivojlantirish. Cheksiz mutafakkirlar turli sohalarda qimmatli mutaxassislar bo'lishi mumkin, chunki ularning qutidan tashqarida fikr yuritish qobiliyati ularga yangi usullar va echimlarni topishga yordam beradi. Bu albatta shaxsni fikrlashda ma'lum bir bosqichlarda amalga oshirishga turtki vazifasini bajaradi ular:

___ Yangi g'oyalar va yechimlarni topish qobiliyati;

— fikrlashning moslashuvchanligi va yangi vaziyatlarga moslashish qobiliyati;

— Muammoni va uning turli jihatlarini yaxshiroq tushunish;

— narsalarga kutilmagan nuqtai nazardan qarash qobiliyati;

— Ijodiy bloklarni yengish va yangi yondashuvlarni topish qobiliyati;

— Rahbarlik qobiliyatlari va innovatsiyalar qobiliyatini rivojlantirish

Inson noananaviy fikrlash doimo o'zini rivojlantiruvchi mashg'ulot va amaliyotni talab qiladi. Bunga nostandart muammolarni hal qilish, turli nuqtai nazarlarni o'rganish, tajriba o'tkazish va o'z fikringizni doimiy ravishda rivojlantirish orqali erishish mumkin.

Nostandart fikrlashni rivojlantirish texnikasi va usullari

Aqliy hujum - norasmiy sharoitda g'oyalar yaratish imkonini beruvchi eng mashhur usullardan biri. Aqliy hujum erkin fikr almashish va ijodiy fikrlashni rag'batlantirishga asoslangan. Ushbu texnikaning maqsadi baholash va tanqid qilmasdan iloji boricha ko'proq g'oyalarni yaratishdir.

"Olti shapka" usuli Edvard de Bono tomonidan ishlab chiqilgan va muammoni turli nuqtai nazardan yoki muammolarni turli tomonlardan tahlil qilishga yordam beradi. Har bir shlyapa fikrlashning o'ziga xos turini ifodalaydi: hissiy, neytral, tanqidiy, ijodiy va boshqalar. Bu usul turli xil fikrlash usullarini rag'batlantiradi va vaziyatni to'liqroq tushunishga yordam beradi.

Analogiya usuli turli hodisalar, ob'ektlar yoki g'oyalar o'rtasidagi o'xshashlik va o'xshashlikni izlashga asoslangan. Turli ob'ektlar orasidagi umumiy xususiyatlar va aloqalarni topib, siz original g'oyalar va echimlarga kelishingiz mumkin

Xulosa tarzida biz shunarsani aytishimiz mumkinki albattda biz shunday psixologik jixatlarini o'z ish faoliyatimizda inobatga olsak shaxslararo munosabatlarda nafaqat ish faoliyatimizda ish samaradorligi oshadi kadrlar o'rtasida jamoada psixologik iqlim ijobiylashadi mana shunda jamoa muhiti har tomonlama sog'lom va ijobiy tashkil etiladi

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. M. E. ZUFAROVA „UMUMIY PSIXOLOGIYA,, O'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi muassasalarining o'qituvchi va o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma T-2010.

2. Югая.Х., Мираширова.Н.А. «Общая психология» Т. ТГПУ, 2014

3. Фридман Л.М. Психология воспитания. Книга для тех, кто любит детей. М.: ТЦ «Сфера», 1999.

4. <https://obzorposudy.ru/polezno/cto-znacet-nestandardnost-mysleniya>

KEKSALIK DAVRIDAGI SHAXSNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.

Kurbaniyozova Ra`no Yuldashevna

Urganch Davlat Universiteti mustaqil tadqiqotchisi.

Qarilik ijtimoiy kategoriya sifatida XX asrda ajratildi. Bu oxirgi yuz yilda Yer planetasidagi demografik o'zgarishlar bilan bog'liq. Dunyo aholisining keksayishi ro'y bermoqda, ya'ni rivojlangan davlatlarda keksa insonlar soni ortib

bormoqda. Aholi keksayishining sabablaridan biri tug'ilishning kamayishi, salomatlikning yaxshilanishi, kichik va katta yoshdagilarda o'lim sonining kamayishi, hayotning individual davomiyligining ortishidir. Bronza davrida hayotning o'rtacha davomiyligi 18-20 yil bo'lsa, o'rta asrlarda 35 yil, 19 asrda 44 yil bo'lsa, 20 asrda 68-72 yilni tashkil etadi. Qarish1 oktyabr – Xalqaro keksalar kuni mamlakatimizda yanada keng va sermazmun nishonlanayotgani tabiiy. Ma'lumki, ushbu xalqaro sana 1990 yil 14 dekabrda BMT Bosh Assambleyasining 45-sessiyasida ta'sis etilgan. Shuningdek, bu borada: 1982 yili Keksalik muammolari bo'yicha Vena harakatlar rejasi; 1991 yili BMTning Keksalarga muomala-munosabat prinsiplari; 1992 yili Keksalik muammolari bo'yicha deklaratsiya; 2002 yili Keksalik muammolari bo'yicha Madrid harakatlar rejasi qabul qilingan.

Keksayish davriga 61(56)—74 yoshli erkak va ayollar kiradilar. Bu davrdagi kishilar xilma-xil xususiyatlari, shaxslararo munosabatlari bilan boshqa yosh davrlardagilardan ajralib turadi. Mazkur yoshdagilarni shartli ravishda ikkita katta guruhga ajratish mumkin: a) mutlaqo iste'foga chiqqan, ijtimoiy faol bo'lmagan erkak va ayollar; b) nafaqaxo'r erkak va ayollar, lekin ijtimoiy hayotning u yoki bu jabhalarida faoliyat ko'rsatayotgan keksalik alomatlari bosayotgan odamlar. Ularning his-tuyg'ulari yashash tarziga muvofiq namoyon bo'ladi. Ularning his-tuyg'ulari vujudga kelishi jihatdan ikki xildir: 1) barqaror kayfiyat, hotirjamlik tuyg'usiga ega bo'lgan, o'z qadr-qimmatini saqlayotgan, nufuz talab erkak va ayollar; b) kayfiyati barqaror, osoyishta xulq-atvorli, oila muhitining sardoriga aylangan, tabiat va jamiyat go'zalliklaridan bahramand bo'layotgan, ijtimoiy faoliyatdan qariyb uzoqlashgan, qarilik gashtini surayotgan kishilar. Ularning bir guruhi moddiy boylikni ma'naviyat bilan qo'shib olib borishga intilsalar, boshqalari to'plangan moddiy boylik bilan qanoat hosil qiluvchilar, qolgan umrini xotirjam, zahmat chekmay o'tkazishga ahdu paymon qilgan erkak va ayollardan iboratdir. Mazkur yoshda yuzaga keladigan inqiroz ham mana shu ikkala omilning mahsuli hisoblanadi. Kexsa odamlarning psixologiyasi o'ziga xos xususiyatlarga ega. Qarish jarayoni fiziologik, psixologik va ijtimoiy hodisadir. Bu davrda insonning butun hayoti jiddiy o'zgarishlarga uchraydi. Xususan, insonning jismoniy va ruhiy kuchining pasayishi, sog'lig'ining yomonlashishi va hayotiy energiyaning pasayishi kuzatiladi. Ko'pgina kexsa odamlar uchun nafaqaga chiqish va ishni to'xtatish jiddiy psixologik muammodir. Avvalo, bu juda ko'p bo'sh vaqt paydo bo'lishi bilan bog'liq bo'lib, unda siz biror narsa bilan mashg'ul bo'lishingiz kerak. Ishni yo'qotish o'z qadrsizligi va foydasizligi bilan bog'liq. Bunday vaziyatda oilaning qo'llab-quvvatlashi juda muhim, u kexsa odamga qandaydir uy ishlarini bajarish yoki nevaralarni tarbiyalash orqali hali ham katta foyda keltirishi mumkinligini ko'rsatishga tayyor. Keksalikda e'tibor sohasi torayadi va begona shovqinlarga sezgirlik kuchayadi. Bu odamlarni ko'proq chalg'itadi, ular har qanday faoliyatni amalga oshirishda ahamiyatsiz narsalarga ko'proq chalg'ishadi. Ushbu xususiyatlar natijasida bir nechta vazifalarni birlashtirishda qiyinchiliklar paydo bo'ladi. Kexsa odamlarga faqat bitta vazifaga e'tibor qaratish tavsiya etiladi, keyin ular buni yaxshiroq engishadi. Agar bir nechta shoshilinch vazifalar mavjud bo'lsa, ularning ketma-ketligini o'rnatish va ularni tartibda bajarish kerak. Agar siz muhim

ish bilan band bo'lsangiz, hech kim sizni bezovta qilmasligi uchun o'zingizni tartibga solishingiz va vaqtingizni olishingiz kerak. Hozirgi zamon psixologiya fanida keksalikni uchta tomondan: ontogenez psixologiyasi, psixogerontologiya va tibbiyot psixologiyasi yo'nalishlarida o'rganish zarur ma'lumotlar to'plash imkoniyatini bermoqda. Sog'lom qariyalarda donishmandlik umming 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'lsa-da, lekin ruhiy jihatdan zaiflashuv jarayonida o'zaro yaqinlik hukm suradi. Psixogerontologiyada yuksak ijodiy faoliyatning o'ziga xos ko'rinishlarini tadqiq qilish rassomlar, yozuvchilar va bastakorlarning ijodini, huquqshunoslarning qobiliyati va mahoratini hisobchilarning kasbiy malakalarini o'rganish yo'nalishlarida amalga oshirilgan. 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 quvatini sira bo'shashtirmay, sarmahsul mehnat qilgan. Uning ijodida hech qanday tushkunlik ro'y bermagan. Ijodiy mahsuldorlik evolusiyasi Titsian, L.Kronax, O.Tian, Mikelanujelez kabi o'nlab ijodkorlarga xosdir. G.Leman o'z tadqiqotlarida ijodiy faollikning o'ziga xos ko'rinishlarini yozuvchi misolida o'rgangan. Muallif hind yozuvchisi R.Tagoming ijodiyotini tahlil qilib, uning ijod chuqqisi 69 yoshda bo'lganini aniqlagan (yozuvchilar ijodiyot chuqqisi 34 yoshda, 43 yoshda ham uchraydi). R.Tagoming 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. A.R.Luriya xotiraning o'ziga xos xususiyatini jurnalist misolida o'rganib, keksa kishilar psixikasi bo'yicha ilmiy-amaliy ahamiyatga ega bo'lgan ma'lumotlar to'plagan.

Keksalik yoshidagi chol va kampirlarda o'z shaxsiyatiga yangicha munosabatlar paydo bo'ladi. Ko'pincha ular o'zlarini kamroq bezovta qilishga, jismoniy kuch-quvatni ayashga, ehtiyotkorlik bilan harakat qilishga odatlanadilar, organizmlarining toliqishiga yo'l qo'ymaydilar, iloji boricha nutq faoliyatiga kamroq murojaat qiladilar, ortiqcha axborotlarni qabul qilmaydilar. Shuning uchun keksayganda "jon shirin bo'lib qoladi". 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 qumsash, hamdardlik kabi yuksak tuyg'ular totuvlikni yanada mustahkamlaydi. 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.

Xulosa qilib shuni aytshimiz mumkinki, qariyalardagi rahmdillik, poklik, orastalik, muloyimlik, samimiylik singari tuyg‘ulaming ifodalanishi boshqa yosh davridagi odamlar tuyg‘usiga aslo o‘xshamaydi. Shuning uchun “qari bilganni - pari bilmas”, - degan naql bor

Foydalanilgan adabiyotlar :

- 1.Пряжников Н.С. Личностное самоопределение в преклонном возрасте//Мир психологии. 1999.
2. Розак К.Психологические особенности личности в пожилом возрасте. Автореф. дис. —.1990.
- 3.Стюард Гамилтон Психология старения М,2002
- 4.Сабилова А.Б. Особенности субъективности и эмоциональной сферы человека на поздних этапах онтогенеза: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. - Т., ТГПУ. 2009.
- 5.Z.T.Nishanova,N.G.Kamilova,D.U.Abdullayeva,M.X.Xolnazarova-Rivojlanish psixologiyasi.Pedagogik psixologiya .Toshkent -2018
- 6.Шахматов Н.Ф. Психическое старение: счастливое и болезненное.— М.,1996

TALABALARDAGI STRESS HOLATI MUAMMO SIFATIDA

Abdullayeva Navbahor Tohirovna
Ma'mun universiteti 2-bosqich talabasi

Bugungi kunda har tomonlama yetuk, barkamol avlodni tarbiyalab voyaga yetkazish eng dolzarb masalalardan biridir. Oliy ta'limda tahsil olayotgan talabalar ertaga jamiyat taraqqiyoti bilan bog'liq vazifalarni yelkalariga oladigan vorislar hisoblanadi.

Respublikamizda keyingi yillarda yoshlarni o'z-o'zini anglashi, milliy g'ururga ega bo'lishi, yuksak ideallarga intiluvchi va mehnatsevar, iymonli va insofli, o'tmish ajdodlar va keksalarga nisbatan izzat-hurmatli hamda yurt taqdirini o'z taqdiri bilan bir deb hisoblovchi shaxs sifatida tarbiyalashning me'yoriy asoslari yaratilmoqda.

Psixologlardan B.G.Ananyev, N.V.Kuzmina, N.F.Talizina, V.Y.Lyudis, I.S.Kon, V.T.Lisovskiy, A. A.Bodalev, A.V.Petrovskiy, M.G.Davletshin va boshqalarning tadqiqotlariga ko'ra, oliy o'quv yurtlarida ta'lim olish talabalar uchun juda og'ir kechadi, chunki bu davrda shaxsning murakkab fazilatlari, xislatlari, sifatleri takomillashish bosqichida bo'ladi. [1, B. 28]

Hozirda ko'plab talabalarda ta'lim olish bilan bog'liq stress muammolari yuzaga keladi. Bunga sabab sifatida, ko'pchilik talabalar o'qish maqsadida o'z uylaridan uzoqda yashay boshlashi, notanish insonlar orasida bo'lishi, darslar, imtihonlar va kurs ishlarini bajarishda qiyinchiliklarga duch kelishini aytishimiz mumkin. Ushbu holatlar bilan bog'liq holda yuzaga keluvchi stress talabalarning sog'lig'iga va o'qish jarayonlariga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Agar stress holatiga o'z vaqtida e'tibor qilinmasa, bu talabalarda tushkunlik va xavotir holatlarini oshishiga, hamda, talabalarning o'qish natijalarining pasayishiga,

shuningdek, atrofidagi insonlar bilan shaxsiy munosabatlariga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.[2, B. 43]

Stress – og'ir, mushkul yoki murakkab sharoitlarda yuzaga keluvchi psixikaning holati hisoblanib, inson organizmini haddan tashqari zo'riqishi natijasida paydo bo'ladigan tanglik jarayonidir.

Stressning yuzaga kelish sabablari ilmiy nuqtai nazardan turlicha izohlanadi. Jumladan, eng mashhur qarash sifatida G. Selyening stress nazariyasini keltiradigan bo'lsak, dunyodagi jamiki biologik mavjudotlar ularning muhim mexanizmi hisoblangan muvozanatni ta'minlovchi qurilmaga ega va ichki va tashqi stressorlarning kuchli hamda davomiy ta'sirlari muvozanatning buzilishiga olib keladi. Organizm ushbu vaziyatda o'zining yuqori darajadagi himoya – moslashuv reaksiyasini namoyon qiladi. Qo'zg'alish yordamida organizm tashqi ta'sirga moslashishga urinadi. Aynan shu ta'sir *stress holati* hisoblanadi. Biroq, ta'sir yo'qolmasa, stress holati kuchayadi, rivojlanadi va organizmda bir qancha o'zgarishlarni yuzaga keltiradi. Xavotirlikning turg'unligi hamda davomiyligi inson xatti-harakatlarida ishtahaning buzilishi, uyqusizlik, xatti-harakatlardagi sustlik kabi o'zgarishlarni keltirib chiqaradi va bunday fiziologik buzilishlarning davomiyligi insonda stressni paydo qiladi. Organizm esa o'zini himoyalashga, ta'sirni so'ndirishga harakat qiladi. Ammo, ma'lumki, organizmning kuchi cheksiz emas va jiddiy stress vaziyati vujudga kelganda, inson ruhiy va fiziologik tomonlarga og'ir holatlarga tushishi mumkin. [3, B. 18]

O'z navbatida talabalik davri ham shaxs uchun hayotiy yangiliklar, o'zgarishlar va o'ziga xos muammolarga boy davr hisoblanib, stressga uchrash holati ko'p uchraydi. Ayniqsa birinchi bosqich talabalarida stress holatlari ko'p bo'lib, bu holat ularni yangi muhitga, ta'lim olish shart-sharoitlari, talablari va notanish ijtimoiy muhitga moslashishlari bilan bog'liq. Oliy ta'lim muassasalarida o'quv yuklamasi o'rta maktabga nisbatan katta hajmda va murakkab bo'lib, birinchi kurs talabalarida stress holatiga olib keladi.

Talabalar hayotidagi doimiy stress yurak qon-tomir, hazm tizimi kasalliklari rivojlanishi xavfini oshiradi, immunitetni pasayishiga va turli yuqumli kasalliklariga moyillikni oshiradi.

Talabalardagi stress holatlari bo'yicha bir qancha tadqiqotlar o'tkazilgan. Jumladan, T.Broderik fikricha, agar talabalardagi stress holati e'tiborga olinmasa, ularda tushkunlik va xavotir hissi ortishiga olib keladi. Bu talabalarning o'qish natijalariga hamda oila, do'stlar, tengdoshlar bilan shaxsiy munosabatlariga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shuningdek, T.Broderik talabalardagi stress profilaktikasi borasida, yetarlicha uxlash, yaxshi ovqatlanish, muntazam ravishda mashq qilish va sport bilan shug'ullanish, stimulyatorlarga tayanmaslik, rejalarni aniq belgilash, kun tartibiga rioya qilish, vazifalarni bajarishda kechiktirilishlardan saqlanish kabi choralarga to'xtalib o'tgan.[4, B. 37]

Shuningdek, E.Skottning ta'kidlashicha, ko'pgina talabalar stressdan holi bo'lish zarurligini biladi, ammo turli tadbirlar, darslarga bor vaqtini sarflaganligi sababli o'zidagi ushbu holatni yo'qotishga yordam beruvchi usul va vositalarni sinab ko'rishga vaqt topolmasligi natijasida, ularda me'yoriy uyqu, to'g'ri ovqatlanish kabi sog'lom turmush tarzini olib borish bilan bog'liq xatti-harakatlarga ulgurolmaydi. Uning fikricha, stressni boshqarish talabalar uchun

muhim hisoblanadi. Shu boisdan ular bu holatni yo‘qotishda to‘g‘ri ovqatlanish, kun tartibiga rioya qilish, yetarlicha dam olish, sport bilan shugullanish kabi masalalarga e‘tibor qaratishi lozim. Aks holda, stress ularning ota-onalari bilan munosabatiga, ta‘lim olish jarayonlariga va sogligiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin.

Bu borada, K.Levings fikrlarini qaraydigan bo‘lsak, ko‘plab talabalar stressni boshqarish uchun zarur bo‘lgan bilim va ko‘nikmalarga ega emasligi oqibatida, nafaqat ularning hissiy va ruhiy salomatligi, balki, ijtimoiy munosabatlari, kasbiy bilim va malakalarni o‘zlashtirishini kechiktiradi va bu kelajakdagi muvaffaqiyatlariga ta‘sir qilishi mumkin. [5, B. 56]

Xulosa qilib aytganda, talabalar hayotidagi jiddiy stressogen vaziyatlar ularning shaxsiy va professional kelajagiga xavf soladi. Chunki ularning bu holatga ko‘p bora tushishi va tajribasizligi sog‘ligiga, hissiy-emotsional holatlarining barqarorligiga, atrofdagilar bilan ijtimoiy munosabatlariga, ta‘lim olish ko‘rsatkichlariga, kasbiy faoliyatiga ham ta‘sir qiladi. Talabalarni stressli vaziyatdan chiqarishda va uni oldini olishda albatta unga ota-onasi, oliy ta‘limdagi psixologik xizmat xodimlari va pedagoglar jamoasi ko‘mak berishi va qo‘llab-quvvatlashi muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Изард К. Э "Психология эмоций" Питер 2000
2. Xaydarov F. I, Xalilova N.I “Umumiy psixologiya” Toshkent 2010
3. Jalolova M.O “O‘smirlik davrida stress holatlari diagnostikasi va korrektsiyasi” Andijon 2017
4. G‘oziyev E. G‘ “Umumiy psixologiya” Toshkent 2003
5. Fayziyev Y. M. “Umumiy va tibbiy psixologiya” Ilm-ziyo 2017

O‘SMIR SHAXSINING SHAKLLANISHIDA EMOTSIONAL INTELLEKTNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Rahmonova Dilnoza O‘ktamovna

Navoiy Davlat Pedagogika instituti o‘qituvchisi

Mamlakatimizda yosh avlodni sog‘lom ruhda tarbiyalash borasida bir qancha ishlar amalga oshirilmoqda. Hurmatli yurtboshimiz Sh.M.Mirziyoev ta‘kidlaganidek “Kelajak avlod haqida qayg‘urish sog‘lom, barkamol naslni tarbiyalab yetishtirishga intilish bizning milliy xususiyatimizdir¹⁵”.

Zamonaviy psixologiyada insonning emotsional intellektini rivojlantirish, ularning atrofdagi insonlar bilan samarali muloqotini shakllantirish dolzarb muammoga aylanib bormoqda. Hissiy sohaning rivojlanishiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadigan ko‘plab omillar mavjud bo‘lib, masalan, hayot tarzining tezlashishi ya‘ni akseleratsiya, emotsional stressning kuchayishi, tashvish darajasining oshishi va boshqalar bunga misol bo‘la oladi. Insonda ijtimoiy ahamiyatga molik

¹⁵ Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz. Toshkent., “O‘zbekiston” 2017. – 488 b.

xususiyatlarni shakllantirishda hissiyotlar muhim ahamiyatga ega: insonparvarlik, mehr-shafqat, vatanparvarlik, vafo-sadoqat va hokazo.¹⁶

Emotsional intellekt fenomeni butun dunyoda tadqiqotchilar sonining ko'payishi bilan tan olingan. Shaxsiy va kasbiy o'sishga hissa qo'shadigan va uning hayotdagi muvaffaqiyatiga ta'sir etuvchi omillar sifatida emotsional intellekt komponentlarini rivojlantirishning ahamiyati va zarurligi ham inkor etilmaydi. XX asrning boshlarida ommalashgan IQ testlar hozirda ma'lum bir ishga yoki maktab o'quvchilariga tegishli ixtisoslashtirilgan sinflarda va abituriyentlarni tanlashda kamroq qo'llaniladi. Garchi ular dastlab shu maqsadda yaratilgan bo'lsada, shaxs muvaffaqiyatini baholashda yangicha yondashuv zarur bo'lgandi. Xorijiy va mahalliy psixologiya doirasida aynan shu faol rivojlanayotgan emotsional intellekt kontseptsiyasi amaliy so'rovga javob bo'ldi.

Hozirgi vaqtda xorijiy tadqiqotchilar hissiy intellektni (EI) o'rganishning uchta eng mashhur yondashuvini aniqlaganlar:

- Emotsional intellekt Mayer va Saloveyning qobiliyatlari modeli sifatida (Mayer va Salovey, 1997; Brackett and Salovey, 2006);
- hissiy-ijtimoiy intellekt (ESI) R. Bar-On (1997; Bar-on, 2006);
- Emotsional intellekt hissiy kompetensiyalar modeli sifatida (Goleman 1998; 2001; Boyatzis, 2006). [5. 78-76 b]

Emotsional intellektni o'rganish xorijiy psixologiya doirasida juda keng tarqaldi. Emotsional intellekt nazariyasiga X.Gardner katta hissa qo'shgan bo'lib, u 1983 yilda insonning "ko'p intellektlari" ni e'lon qilib, uning yettita shaklini, shu jumladan hissiy yoki shaxslararo intellektni alohida ta'kidlaydi. 1990-yilda X.Gardner kontseptsiyasiga asoslanib, psixologlar J.Meyer va P.Salovey "emotsional intellekt" atamasini kiritdilar, va ular emotsional intellektni "o'z his-tuyg'ularini va boshqalarning his-tuyg'ularini anglash va tushunishga yordam beradigan aqliy qobiliyatlar guruhi" degan to'xtamga kelishadi. "Olimlar emotsional intellektning birinchi va eng mashhur modelini ishlab chiqdilar va ushbu modeldagi emotsional intellekt quyidagi qobiliyatlardan iborat:

- 1) his-tuyg'ularni to'g'ri idrok etish, baholash va ifoda etish qobiliyati;
- 2) fikrlash samaradorligini oshirish uchun his-tuyg'ularga kirish va ularni uyg'otish qobiliyati;
- 3) his-tuyg'ularni tushunish qobiliyati;
- 4) his-tuyg'ularni ongli ravishda tartibga solish, his-tuyg'ularni boshqarish qobiliyati. [8.91-96 b]

Emotsional axborotni qayta ishlash bilan bog'liq qobiliyatlarni keyingi tahlil qilish J.Mayer va P.Saloveyga "filiallar" deb nomlangan emotsional intellektning to'rt komponentini aniqlash imkonini berdi va bu tarkibiy qismlar mualliflarning taxminlariga ko'ra, ontogeneza izchil rivojlanib boradigan ierarxiya tuzilgan bo'lib ular quyidagicha:

- hislarni idrok etish, baholash va ifodalash yoki hissiyotlarni aniqlash;

¹⁶ Мудрик А. В. Общение в процессе воспитания: Учебное пособие / А. В. Мудрик. – Москва : Педагогическое общество России, 2001. – 320 с.

- fikrlash va harakat samaradorligini oshirish uchun hissiyotlardan foydalanish;
- his -tuyg`ularni tushunish va tahlil qilish;
- shaxsiy o`shish va shaxslararo munosabatlarni yaxshilash uchun hissiyotlarni ongli boshqarish.

Rus tadqiqotchilardan biri M.A.Manoilova hissiy intellektni shaxsning o'z holatlari va his-tuyg'ularini, shuningdek, boshqa odamlarning his-tuyg'ularini anglash, qabul qilish va tartibga solishni ta'minlaydigan kommunikativ va tartibga solish xususiyatlarining to'plami sifatida belgilaydi. Shaxslararo o'zaro ta'sirning mahsuldorligi va muvaffaqiyati va shaxsning shaxsiy rivojlanishi hissiy intellektning rivojlanish darajasiga bog'liq degan fikrni ilgari suradi.

F.G.Lovpache o'smir shaxsining normal shakllanishi uchun zarur bo'lgan bir qator shartlarni ajratib ko'rsatadi:

-dolzarb muammolar haqida ma'lumot;

ular o'smirlarni qiziqtirgan barcha masalalar bo'yicha ishonchli barqaror ma'lumotga ega bo'lish, ularni hisobga olish va ko'rib chiqish huquqiga ega (jinsiy munosabatlar, jinoyat huquqi, giyohvandlik va alkogolizm, din, sektalar, yoshlar harakati va boshqalar);

-faoliyatdagi mustaqillik va mutanosiblikni solishtirish;

-o'smirlar kattalar bilan konstruktiv hamkorlik qilishlari, maktabda, oilada, jamiyatda mavjud me'yorlarni tan olishlari kerak;

-o'zini-o'zi qabul qilish (o'zining haqiqiy o'zini, shaxsiy fazilatlari, hissiy va irodaviy jarayonlarning namoyon bo'lishi va boshqalar);

-o'zini o'zi hurmat qilish [4,101-bet].

Inqiroz yoshini o`rganishga nemis psixologi Spranger ham katta hissa qo`shgan bo`lib, u hozirgi kungacha o`zining ulkan ahamiyatini yo`qotmagan "O`smirlik psixologiyasi" nashrini nashr etadi. Olim inqiroz yoshi o`g`il bolalar uchun 14 yoshdan 21 yoshgacha, qizlar uchun 13 yoshdan 19 yoshgacha shakllanayotganini aniqladi. Belgilangan vaqtning dastlabki bosqichi 14 yoshdan 17 yoshgacha. Bu inqiroz bilan bog`liq bo`lib, uning tuzilishi bolalarga qaramlikdan xalos bo`lishdir.

A.Ya.Chebikin va I.G.Pavlovalar tomonidan olib borilgan empirik tadqiqot natijalari asosida balog`at yoshidagi hissiy yetuklikning rivojlanish bosqichlari aniqlandi.

1.11-13 yosh. Ushbu bosqich o`z-o`zini nazorat qilish va empatiyaning zaiflashishi bilan tavsiflanadi, ammo ekspressivlikning kuchayishi emas, balki ustun hissiy yetuklikka aylanadi. Ushbu davrning oxiriga kelib, u pasayadi, buning natijasida barcha komponentlar barqarorlashadi va o`smirlar hissiy holatiga ko`proq moslashadi.

2.14-15 yosh. Ekspressivlik darajasining pasayishi davom etadi va o`zboshimchalik bilan hissiy o`zini o`zi boshqarish shakllanadi. Ta`kidlanishicha, hissiy yetuklik darajasida sezilarli gender farqlari mavjud emas, ammo bu bosqichda qizlar ko`proq empatiya, sherikning his-tuyg`ularini tushunish istagini rivojlantiradi, o`g`il bolalar esa o`zlarining his-tuyg`ularini tartibga solishga ichki e`tibor berishadi.

3.16-17 yosh. Empatik fazilatlarining ortishi kuzatiladi, emotsional o`zini o`zi boshqarish pasayadi. Shaxsiy ekvalayzerning yaxshilanishi bu davrda sodir bo`ladi.¹⁷

Agar biz o`smirlik davrini umuman hissiy ko`rinishlar nuqtai nazaridan ko`rib chiqsak, u kuchli moyillik, muvozanatsizlik, qo`zg`aluvchan xatti-harakatlar va axloqiy bo`shliq bilan tavsiflanishi mumkin. Bularning barchasi injiqlik va nazoratsiz xatti-harakatlarda ifodalanadi. O`smirlarning his-tuyg'ulari esa ko'proq ichki hayot bilan bog'liq. Ularning tashqi ifodasi bolalarga qaraganda kamroq darajada namoyon bo'ladi. O`smirlar ko'pincha o'z tajribalarini yashirishadi. O`smirlar hissiy sohasining muhim xususiyati - qarama-qarshi yo'nalishdagi his-tuyg'ular va hissiyotlarning birgalikda yashash imkoniyatining borligidadir. Masalan, bir vaqtning o'zida birovga nisbatan sevgi va nafratning samimiy namoyon bo'lishi. Qoidaga ko'ra, his-tuyg'ular ijobiy (qiziqish, quvonch va boshqalar) va salbiy (g'azab, qo'rquv, jirkanish va boshqalar) ga bo'linadi. Har qanday hissiy tajribalar foydalidir, chunki ular xatti-harakatlarni tartibga solishga va mavjudlikning shaxsiy ma'nosini to'ldirishga yordam beradi. Tuyg'ular juda kuchli yoki nomaqbul bo'lganda zararli ham bo'lishi mumkin. [2.91-96 b]

O`smirlik davrida EQni o`rganish juda murakkab, ko'p qirrali va uzoq jarayon bo`lib, bugungi kungacha dinamik bo`lib qolmoqda. Olimlar va mutaxassislar o`rtasida emotsional intellektga ta`sir qiluvchi omillar va sabablar mavzusida munozaralar hali ham davom etmoqda, shuning uchun bu muammo bo`lib qolmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Бабаева Ю. Д. Эмоции и проблемы классификации видов мышления // Вестн. МГУ. Сер. 14. Психология. 1999. № 2. С. 91-96.
2. *Батюта, М.Б. Возрастная психология: Учебное пособие / М.Б. Батюта, Т.Н. Князева. - М.: Логос, 2016. - 306 с.*
3. Гиппенрейтер Ю. Б. Развиваем эмоциональный интеллект. Вместе переживаем и играем. - М.: АСТ, 2014. - 96 с.
4. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. / Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Макки; пер. с англ. - М.: Альпина Бизнес Букс, 2005. 304 с.
5. Люсин Д. В., Овсянникова В. В. Связь эмоционального интеллекта и личностных черт с настроением. // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2015, Т. 12 №3. С. 154- 164.
6. Мудрик А. В. Общение в процессе воспитания: Учебное пособие / А. В. Мудрик. – Москва : Педагогическое общество России, 2001. – 320 с.
7. Шаповаленко И.В. Взаимоотношения поколений в семье / / Психология семейных отношений с основами семейного консультирования/ Под ред. Е.Г.Силяевой,- М.2002.С.65—120.
8. Шабанов С. Эмоциональный интеллект. Российская практика. М.:

¹⁷ Лобанов А.П., Коптева С.И., Ткачук О.А. Интеллект и личностный рост: Учеб. пособие. – Минск: БГПУ, 2015. – 128 с

9. Чернышева О. В. Особенности социально-психологической адаптации студентов к обучению в вузе // Изв. Юго-Зап. гос. ун-та. — 2012. — № 4. — С. 261-264.

KEKSALIK DAVRIDA YUZAGA KELADIGAN RUHIY IJTIMOY O'ZGARISHLARNING SHAXS HAYOTIDAGI AXAMIYATI

*Ataboyev Navruzbek Ilhombek o'g'li Toshkent
amaliy fanlar universiteti psixologiya kafedراسi o'qituvchisi*

Asosiy qism: Keksalik davri haqiqatdan psixologiya sohasidagi o'rganilgan juda kam sonli mavzulardan biri hisoblanadi. Bilmadik balki inson umr davrlarining eng muhimi sifatida asosiy fokus boshqa davrlarga qaratilganidandir. 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 jabha jihatdan yondashish vujudga keldi va psixogerontologiyaning tadqiqot sohasi kengayib bordi.

Qarish albatta tabiiy jarayon bo'lib, u inson hayotining barcha sohalariga ta'sir etmasdan qolmaydi: fiziologik, psixologik va ijtimoiy. Uzoq vaqt davomida jamiyatda keksalik davridagi odamlarning hayotidagi salbiy o'zgarishlar e'tiborsiz yoingi tabiiy holat sifatida qaralgan va qabul qilingan. Bu davrdagi sog'liqning yomonlashishi, umumiy quvvatsizlik va kognitiv buzilishlar kuzatiladi. Bularning barchasi keksa odamlarning psixologik holatida o'z izlarini qoldiradi.

D.Bromley insonni qarish 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 (asta keksalik va o'lim) maksimum 110 yosh.

Psixogerontologiyada bir qator ilmiy tushunchalar mavjud bo'lib ularga quyidagilarni keltirib o'tishimiz mumkin:

Gerontologiya – grekcha so'z bo'lib –keksalikning kelib chiqishi demakdir.

Geriatriya so'zi keksaygan inson shaxsini davolashni bildiradi.

Involyutsiya tushunchasi evolyutsiyaning teskarisi bo'lib, o'sishdan orqaga qaytishni ifodalaydi.

Gerogigiena – keksaygan odamning salomatligini saqlash va mustahkamlash sohasidir. Gerogigiena keksa odamlarda asab ruhiy kasalliklarning oldini olish uchun xizmat qiladi.

Geteroxronlik – bir xil yoshdagi odamlarda ruhiy jarayonlarning turlicha (har xil vaqt va muddatda) namoyon bo'lishidir.

(A. Raxmonov, y. Jumanazarov, S.Akbarov / Yosh davrlari psixologiyas/ 91-92-b)

Keksa yoshdagi odamlarning ruhiyatida yuzaga keladigan bir qancha ruhiy o'zgarishlar bo'lib ulardan ayrimlariga to'htalib o'tishga harakat qilamiz.

Qisqa muddatli xotiraning yomonlashishi. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, 70 yoshdan oshgan odamlarning qariyb 20 foizi yangi ma'lumotlarni yodlash, o'zlashtirish, shuningdek, ilgari olingan bilimlarni amaliyotda qo'llashda qiyinchiliklarga duch keladi. Buning sababi miyaning qon ta'minoti, gipoksiya, gipertenziya, travmatik miya shikastlanishi va boshqa patologiyalar bo'lishi mumkin.

Rigidlik. Keksa avlod vakillarida ko'pincha ularni o'rab turgan voqea va hodisalarga nisbatan qiziqishni yo'qotadilar. Bu yangi texnologiyalardan foydalanishni, zamonaviy musiqaqlarni tinglashni, eng so'nggi moda tendentsiyalarini kuzatishni, kinoga borishni va hokazolarni o'rganishni istamasligida ifodalanishi mumkin. Inson o'zining yoshligi va hayotidagi oldingi voqealarni xotiralari bilan yashay boshlaydi. Keksa odamlarning bunday xatti-harakati psixologiyada atrofdagi dunyoning yangi noodatiy sharoitlariga mudofaa reaksiyasi sifatida qaraladi.

Pensiyaga chiqish - rivojlanishning inqirozli davri, chunki inson o'zi uchun muhim vazifalarni hal qilish zarurati bilan yuzlashadi: vaqtni taqsimlash; yangi ijtimoiy rollarni amalga oshirish; o'z faoliyatini qaytadan ko'rib chiqish.

Ularni muvaffaqiyatli hal qilishning zaruriy sharti - bu insonning o'z keksaligini qabul qilishi, o'zi uchun yangi vaziyatga moslashishning faol usullaridan foydalanish.

Agar bu yoshda inqirozli vaziyat muvaffaqiyatli hal qilinmasa keksalik bilan yuzlashish, keyingi hayotni o'zgartirish zarurati, qadriyatlar, munosabatlar va xulq-atvor stereotiplari katta qiyinchilik bilan amalga oshiriladi, bu vaziyatda shaxsda rigidlik yana ortish holati kuzatiladi.

Olimlar bu paytdagi inqirozni hal qilishning ikkita variant mavjudligini takidlashadi:

1. Inson tavakkal qilib, yangi imkoniyatlar ochadi va qo'rquvini yengib, o'z hayotining yangi darajasiga ko'tariladi. rivojlanish, dunyo va o'zi haqida yangi tajriba va yangi bilimlarga ega bo'ladi.

2. Xavfsizlikni tanlab, odam shaxsiy rivojlanishdan to'htashi va ko'p narsalardan cheklanishi.

Xulosa. Psixologiyadan odatda inson shaxsi o'rganilganda asosan ontogenezing ilk bosqichlari ko'p o'rganilgan va shu boradagi muammoli vaziyatlarni hal qilishga oldini olishga qaratilgan tadqiqotlar olib borilgan. Lekin barcha yosh davrlari kabi keksalik davri ham muhim va o'rganilishiga kerak bo'lgan yosh davridir. Keksa yoshdagi insonlarning jamiyatdagi ro'li, ahamiyati yuqori bo'lib ularning salbiy yoki ijobiy hayot tarzini kechirishi bevosita uni o'rab turgan jamiyatga o'zining ta'sirini o'tqazmasdan qolmaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. П86 Психологические особенности третьего возраста: хрестоматия для студентов / сост. Т. А. Ахрямкина, В. В. Вельш. – Самара: СФ ГАОУ ВО МГПУ, 2019. – 196 с.

2. A. Raxmonov, y. Jumanazarov, S.Akbarov / Yosh davrlari psixologiyas/ Namangan 2009-y.

3. Чавычалова Валентина Витальевна / Индивидуально-психологические особенности адаптации человека к старости/ Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук/ Москва 2007.

4. D.A.Murodova “Yosh davrlari va pedagogik psixologiya (ma’ruzalar matni) Toshkent 2005-y.

SHAXSDA TOLERANTLIK NAMOYON BO‘LISHI MUAMMOSINI O‘RGANISHDAGI PSIXOLOGIK YONDASHUVLAR.

Nazaraliyeva M.X.-Toshkent davlat pedagogika universiteti 3 kurs doktaranti

Jahon miqiyosida «tolerantlik» tushunchasi XX-asr oxirida BMT tomonidan ishlab chiqilgan va 1995 yilda YUNESKO Bosh konferentsiyasida tasdiqlangan “Tolerantlik tamoyillari deklaratsiyasi” kabi muhim xalqaro hujjatning yaratilishi bilan keng miqiyosda qo‘llanila boshladi. Kontseptsiyaning batafsil talqinida yozilishicha «Tolerantlik o‘zaro hurmat, o‘zgalarni qabul qilish va madaniyatlarning butun hilma-hilligini, o‘zini namoyon qilish shakllarini va inson individualligining namoyon bo‘lishini to‘g‘ri tushunishidagi hilma-hilligidagi uyg‘unlikdir. Bu nafaqat ma’naviy burch, balki siyosiy va huquqiy zaruratdir. Tolerantlik tinchlikka erishish imkonini beruvchi va urush madaniyatidan tinchlik madaniyatiga olib boradigan fazilatdir» [1,B.134-136] Tolerantlik muammolarini o‘rganishga yondashuvlarning qiyosiy tahlili muammoning umumiylikiga qaramay, alohida nazariyalar bo‘yicha tolerantlikning keng tahlil qilinmaganligini, tolerantlik muammosini kengroq o‘rganishimizni taqozo etadi.

«Tolerantlik» tushunchasining turli nuqtai nazardan ta’riflari mavjud. Entsiklopediyada keltirilgan ta’rifda «tolerantlik (*lotincha tolerantio - sabr so‘zidan*) boshqa odamlarning fikrlari, e’tiqodi qarashlari va xatti-harakatlariga bag‘rikeng bo‘lish sifatida ta’riflanadi» [2,B.62]

Psixologik-pedagogik lug‘atda keltirilishicha tolerantlik berilgan jasorat, ichki kuch, muloqotdagi xushmuomalalik shartlari va insonning ijtimoiy-psixologik xususiyati ko‘rsatkichi sifatida namoyon bo‘ladi. «Sabr-toqatli bo‘lish diqqatga sazovordir. Sabrsizlik shaxsning qarama-qarshi xususiyati - muvozanatsizlik va o‘zini tuta olmaslik belgisi sifatida ta’riflanadi» [3,B.928]

Tolerantlik tushunchasiga turli soha mutaxassislari ta’rif berib o‘tganlar. Jumladan, tolerantlik falsafiy ma’noda - lotincha chidam, chidamlilik, toqat qilish, kengfellik ma’nosida bag‘rikenglik, halimlik va hayrihohlik tushunchalarini ifodalaydi..

Falsafiy asarlar asosida tolerantlikni qaysi o‘rinlarda namoyon bo‘lishiga qarab, turlicha guruhlaydilar: Falsafa fanlari doktori G‘.Navro‘zova talqiniga ko‘ra:

Insoniy tolerantlik- insonning butun borliqqa muhabbati va uyg‘un harakati.

Oilaviy tolerantlik oila eshigining va oila ahli qalbining ochiqligi, mehmondo‘st mehribon va g‘amhxo‘r bo‘lishi. [4,B.98]

Mahalliy tolerantlik - qavm-qarindosh, qo'ni-qo'shni, turli din va millat vakillarining hamjihatlik va hamkorlikda bir-birlariga o'zaro yordam qo'lini cho'zib yashashi.

El-yurt tolerantligi- mamlakat ahli bir-birining urf-odat, e'tiqod, g'oyalari tan olib hamkor va hamjihat bo'lib hayot kechirishi.

Xalqlar va davlatlararo tolerantlik - millati, irqi, jinsi, darajasi, yashash joyidan qat'iy nazar birlik va do'stlikda yashashlari.

Abduholiq G'ijduvoni ta'limotidagi bag'rikenglik turiga qarab quyidagi yo'nalishlarni o'z ichiga olgan:

Etno-psixologik bag'rikenglik - har bir xalq, qabilaning urf-odati, qadriyati ruhiy o'ziga xosligini tan olish, qadrlash, hurmat qilish, qabul qilish

Milliy bag'rikenglik - turli millatlarning yonma-yon tenglik va do'stlik asosida yashashi.

Irqiy bag'rikenglik - turli irqdarning teng huquqdiligini tan olib ular bilan bahamjihat yashashi.

Jinsiy bag'rikenglik - jinslar o'rtasidagi tenglikni tan olish, ayollarni e'zozlash, qadrlash.

Diniy bag'rikenglik - turli xil diniy e'tiqodga ega bo'lgan kishilarning bir manzil-makonda ezgu niyatlar bilan hamkorlik va murosada yashashi.

Iqtisodiy bag'rikenglik - iqtisodiy yordam, teng munosabatga asoslangan hamkorlik. Ijtimoiy-siyosiy bag'rikenglik - jamiyatdagi mol-mulki, nufuzi, siyosiy qarshilaridan qat'iy nazar o'zaro teng huquqli insonlar sifatida tan olish va ular bilan muloqotda bo'lish.

Umuminsoniy bag'rikenglik - barcha insonlarni e'zozlash, qadrlash va teng munosabatda bo'lish.

Bizningcha har bir kishida o'zgani hurmat qilish hissini tarbiyalash tolerantlik muammosini yechishni osonlashtiradi. Bunda quyidagilarga ahamiyat berish taqozo qiladi

Tan olish - o'zga millat vakilini tan olish unda o'zi uchun aziz bo'lgan boshqacha qadriyat, mantiqiy fikrlash, turmush tarzi, madaniyat mavjudligini anglab yetishdan iboratdir.

Qabul qilish - bu o'zga din va millat vakilining bizga nisbatan farqli jihatlariga ijobiy munosabatda bo'lish munosabatda bo'lish demakdir.

Tushunish - o'zga din va millat vakilining ichki dunyosini ko'ra olish, unga o'zi va o'zgalar nukta-nazaridan yondashish demakdir.

Tolerantlik chegaralari to'g'risidagi muammo uni tadqiq qilgan Platon "chidamlilik paradoksi" ni ta'riflagan: chegaralanmagan chidamlilik chidamlilikni tamom qiladi. Agar chidamsizlarga nisbatan cheksiz chidamli bo'lib, chidamli jamoani[5,B.105] chidamsizlardan himoyalanimasa, chidamlilar yutqazadilar.

G.U. Soldatova tolerantlik chegaralari muammosini tolerantlik va beparvolik, konformizm, loqaydlik chegaralari muammosi bilan bog'lab tushuntirganiga guvoh bo'lamiz. Chidamlilik va beparvolik - bu bir-birini inkor etuvchi tushunchalardir, ya'ni chidamlilik muholiflik qiluvchi boshqa pozitsiyani, anglatadi. Bunda individ boshqa, ikkinchi fikrga qo'shilmasa ham lekin uning mavjudlik huquqini tan oladi.

Chidamlilik chegaralari haqidagi savol ko'pchilik olimlarimizni qiziqtirgan ularda turli xulosalarni hosil qilgan

1. Etnik kelib chiqishiga ko'ra "tolerantlik" baholovchi kategoriyadir. Biz o'zimizga, boshqa kishilarga, o'zimizning va boshqalarning hatti-harakatlariga hamma tan olgan pozitsiyalarga mos ravishda baho berishimizdir.

2. Tolerantlik tushunchasi polimodal tushunchalar qatoriga kiradi ya'ni hamma qabul qilgan aniq bir ta'rifi yo'q hisoblanadi. Masalan, muhabbat, rahm-shafqat, hamdard bo'lish va boshqalar hamma tan olgan ijobiy tushunchalardir. Nafrat, yovuzlik, yolg'onchilik va shu kabilar salbiy xislatlar hisoblanadi. Lekin bu qadriyatlar ham yetarlicha mavhumdir, shu tufayli ularga nisbatan chidamlilik chegarasini aniqlash qiyin.

3. Qadriyatlar hamma tomonidan tan olinmagan bo'lsa ham, chidamlilik chegarasini aniqlash qiyin kechadi. Evtanaziya, najot uchun yolg'on ishlatish, abort, qaytmas og'ir simptomli bemorlar hayotini saqlab qolish, jonivorlar ustida tajriba o'tkazish kabi ijtimoiy hodisa va hatti-harakatlarni "yaxshi-yomon" nuqtai nazaridan baholash qiyinligini misol tariqasida ko'rsatishimiz mumkin.

4. Shaxs uchun muhim bo'lgan qadriyatlar muhokama qilinayotganda tolerantlik chegaralarini aniqlashning aslida imkoni yo'q

Fikrimizga xulosa qilib aytganda, tolerantlik - shaxsning ruhiy holatini va muvozanatini tiklash, muhitga muvafaqqiyatli moslashish, adovatga yo'l qo'ymaslik va uni o'rab turgan olam bilan ijobiy munosabatlarni o'rnatish va rivojlantirish maqsadida muammoli, nizoli va inqirozli vaziyatlarda tashqi muhit bilan faol murosalari aloqa qilish qobiliyatini belgilovchi birlashma, integral xususiyat sifatida namoyon bo'ladi va shaxsni ideallaikga yetaklaydi. Biz tolerantlikni passiv deb qarolmaymiz u aslida maksimal darajadagi aktivlikdir. Tolerantlikni pozitiv tushunishga uning qarama-qarshiligi - o'zining qarashlar tizimi, turmush tarzi, o'zi tegishli bo'lgan guruhi boshqa hammadan yuqori turishiga qat'iy ishonishga asoslangan intolerantlik yoki chidamsizlikni aniklash orqali erishish mumkin

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Декларация конференции ЮНЕСКО от 16 ноября 1995 г). Ст. 4. // Национальный психологический журнал. - 2011. - № 2(6). - С. 134-136.3

2. Большая энциклопедия : в 62 т. - Москва : ТЕРРА, 2006. – Т

3. Психолого-педагогический словарь / [под ред. Е. С. Рапацевич].- Минск: Современное слово, 2006. – 928 с.

4. M.N.Aminov. - T.: "O'zbekiston milliy ensiklopediyasi" Davlat ilmiy nashriyoti.

5. Вульффов Б.З. Воспитание толерантной личности: сущность средства // Внешкольник. 2002. - №6.с105

DEVIANT XULQ-ATVORNI KELITIRIB CHIQRUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR VA DEVIANT XULQ PROFILAKTIKASI

Abduqahhorova Gulnoza Abdurasul qizi - Qashqadaryo viloyati pedaglarni yangi metodikaga o'rgatish milliy markazi Pedagogika, psixologiya va ta'lim texnologiyalari kafedrasida katta o'qituvchi Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Jahon psixologiya fani sohasiga zamonaviy bilim, ilg'or xorijiy tajribalar, axborot- kommunikatsiya texnologiyalarini keng joriy etish asosida, o'smir yoshlarda namoyon bo'luvchi deviant xulq-atvor va uni oldini olishning ijtimoiy-psixologik chora-tadbirlariga alohida e'tibor qaratilmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining (World Health Organization) 2019 yil yakunlari bo'yicha taqdim etgan bayonotida ta'kidlanishicha, "Dunyo bo'yicha har yili 10 -17 yoshdagi yoshlar orasida 200 mingga yaqin qotillik va talonchilik jinoyati sodir etiladi va ushbu xulq sabablarini aniqlash butun dunyo mutaxassislari tomonidan dolzarb muammo sifatida o'rganiladi" [1].

Xalqaro miqyosda deviant xulq-atvor namoyon bo'lishining ijtimoiy-psixologik sabablarini aniqlash va uni baholash o'ta ilmiy ahamiyat kasb etib, psixologik bilimlar tizimini modernizatsiyalash, ijtimoiy muhit talablariga integratsiyalash, deviant xulq-atvorni bartaraf etishga qaratilgan yangi psixologik xizmat dasturlarini joriy etish, jamiyat hayotida yoshlar faolligini oshirish va ularning kasbiy kamolotini ta'minlashga xizmat qiluvchi ilg'or innovatsion mexanizmlarni ishlab chiqishni taqozo etmoqda.

Bugungi kunda jamiyatimiz oldida turgan dolzarb va ijtimoiy ahamiyatga ega muammolardan biri bu deviant xulq-atvorli bolalar sonining ko'payishi. Kasbiy muhitda "deviant xulqli bolalar" kontseptsiyasining muhim asoslari to'g'risida turli xil qarashlarni topish mumkin. Psixologik maktablar vakillari deviant xulq-atvorning paydo bo'lishi uchun quyidagi omillarni ajratib ko'rsatadilar:

psixoanaliz - deviansiyaning ongsiz motivlari, deviant shaxsining psixologik xususiyatlari (Z.Freyd);

- neofreydizm - ona bilan emotsional aloqaning etishmasligi (K. Xorni, D.Boulbi);

- hayotning birinchi yillarida xavfsizlik hissi yo'qligi (E. Erikson);

- oila tarkibi va tarbiya turi (A.Adler);

- bixeviorizm - sotsializatsiya jarayonini buzish, jazoni suiste'mol qilish, bolalarga nisbatan shafqatsizlik (A.Bandura, A.Bass);

- psixodidaktik yo'nalish - bolaning og'ishdagi rivojlanishidagi omadsizliklarning o'rni (Yu.Kaufman) va boshqalar.

Shuni esda tutish kerakki, qiyin hayotiy sharoitlar, jarohatli omillar va inson psixikasini yo'q qiladigan boshqa salbiy xususiyat beruvchi omillar aksentsiyalarning namoyon bo'lishi kuchaytiradi va ularning takrorlanish chastotasi oshadi. Bu turli xil nevrotik va jazavaga tushish reaksiyalarga olib kelishi mumkin.

Har bir harakatning motivlari bo'lgani kabi, deviant xulq-atvorning ham yuzaga keltiruvchi omillari mavjud. Deviant mazmundagi harakatlar ayni bir shaxs yoki guruhlarining me'yorlardan chetga chiqish holati bo'lib, uning oqibatlari butun bir jamiyat rivojiga salbiy ta'sir etadi. Og'ir oqibatli deviant xulq-atvor jamiyat, tomonidan jazolanishi hamda ma'lum bir vaqt ozodlikdan mahrum etish holatlari bilan xarakterlanadi.

Sotsiologik nazariyalarda deviant xatti-harakatlarning kelib chiqishi ijtimoiy jarayonlar, jamiyat va aniq bir shaxs o'rtasidagi murakkab munosabatlar natijasi bilan bog'liqligi e'tirof etiladi. Deviant shaxs xulq-atvori ijtimoiy, psixologik va biologik omillarning o'zaro ta'sirining natijasi sifatida qaraladi, uning ta'siri, o'z navbatida, shaxs munosabatlari tizimi orqali o'tadi. U yoki bu xatti-harakatni normalardan chetga chiqish deb tasniflash uchun "norma" tushunchasini ko'rib chiqish va bir qator omillar bilan bog'liq bo'lgan ushbu tushunchaning nisbiylikni ta'kidlash kerak:

- vaziyatli - turli xil ijtimoiy vaziyatlarda bir xil xatti-harakatlar og'ishishi (yoki bo'lmasligi) mumkin;

- vaqt omili - vaqt o'tishi bilan har xil faoliyat turlariga munosabat o'zgaradi;

- turli xil ijtimoiy tizimlarning me'yoriy tuzilmalarining mos kelmasligi - turli xil normativ tuzilmalardagi bir xil xatti-harakatlar og'ishi (yoki bo'lmasligi) mumkin;

- tarqalishi - har bir mamlakatda, respublikada tartibga soluvchi huquqiy institutlarda farqlar mavjud (Yu.A.Kleiberg [2]).

Nisbiylik va ichki nomuvofiqlikka qaramay, ijtimoiy normalar har qanday jamiyat hayotida bebaho tartibga soluvchi rol o'ynaydi. Ular ma'lum bir vaqtda ma'lum bir jamiyat uchun kerakli bo'lgan normativ tasdiqlangan harakatlar maydonini yaratadi va shu bilan insonni o'zini tutishiga yo'naltiradi; jamiyat tomonidan nazorat funksiyasini bajaradi, namuna bo'lib xizmat qiladi, ma'lumot beradi, xatti-harakatni baholashga, uni bashorat qilishga imkon beradi.

S.Yu.Borodulinning fikricha, deviant xulq-atvor jamiyatda mavjud bo'lgan normalar, qonun-qoidalarga mos kelmaydigan, shaxs yoki guruhlar tomonidan buzilgan xatti – harakatlar ko'rinishidir[3].

Deviant xulq-atvorni anglashning dastlabki bosqichi bu ijtimoiy norma tushunchasi bo'lib, u odamlarning xatti-harakatlari va ijtimoiy tizimlar o'rtasidagi o'zaro mutanosiblikni ta'minlaydi. Psixologik mazmunga ko'ra, deviant xatti-harakatlar o'ziga xos ijtimoiy tanlovdur. Ijtimoiy xatti-harakatlarning maqsadlari real imkoniyatlar bilan taqqoslanmaydigan bo'lsa, kishilar o'z maqsadlariga erishish uchun boshqa vositalardan foydalanishga harakat qiladi. Misol uchun, ba'zi odamlar muvaffaqiyat, boylik yoki hokimiyatni qo'lga kiritish uchun, taqiqlangan yo'llarni tanlaydilar.

Ya'ni noqonuniy yo'l tutadilar yoki jinoyatchiga aylanadilar. Normalardan og'ishning yana bir turi bo'ysunmaslik va norozilik, jamiyatda qabul qilingan qadriyatlar va me'yorlarni namoyishkorona rad etishdir. Bunday harakatlarni inqilobchilar, terrorchilar, diniy ekstremistlar hamda o'zlari joylashgan jamiyatga qarshi faol kurashayotgan insonlar misolida ko'rish mumkin. Keltirilgan barcha

holatlarda, xulq buzilishlari insonlarning jamiyat va uning talablariga moslasha olmasligi hamda o'sha talablarni tan olmasligi natijasidir.

Deviant xulq-atvorni keltirib chiqaruvchi omillarga, tadqiqotchilar irsiyatni, ijtimoiy muhitni, ta'lim-tarbiyani va shaxsning ijtimoiy faolligidagi sustkashliklarni sabab qilib ko'rsatishmoqda. Ushbu omillarning barchasi ta'sir kuchiga ega, ammo ularning salbiy oqibatlari va o'smirlar xatti-harakatlarining mazmuni o'rtasida to'g'ridan-to'g'ri bog'liqlik yo'q. Bundan tashqari, insonning ijtimoiy muhit bilan munosabatlaridagi o'ziga xos xususiyatlar ham yotadi. Quyida deviant xulq-atvorni keltirib chiqaruvchi ba'zi omillarga to'xtalib o'tamiz.

A.V.Molojavenkning aytishicha, tarbiyasi og'ir o'smirlar asosan noto'liq oilalarda yoki sharoiti og'ir oilalarda yashaydi. O'smir ota-onalari o'rtasidagi nizolarga har kun guvoh bo'lib, o'z ichki dunyosiga nisbatan beparvo bo'la boradi. O'smir bu holatni har doim ham yuzaga chiqaravermaydi. Ba'zida mazkur muammo juda chuqur yashiringan bo'ladi. Psixolog faqatgina o'smir bilan suhbatda bo'lgandagina, oilaning turmush tarzi, axloqiy sifatlar, qadriyatlar tizimi haqida ma'lumotga ega bo'ladi. Bu esa, muammoni aniqlashning eng maqbul usulidir[4].

I.A.Gorkovayaga ko'ra, o'smirlarda yuqori xavf muhitini yaratadigan oilalar tipi quyidagilarga ajratiladi[5].

-to'liq bo'lmagan oilalar ya'ni faqat onalar, kam hollarda otalar yoki o'smirlarning buvisi yoki bobosi tarbiyalab kelayotgan oilalar;

-nizoli muhitdagi oilalar, ota-onalar o'rtasidagi munosabatlarda keskinlik, o'zaro tushunishning yo'qligi, o'zaro munosabatlarda aniq farqlar mavjud, ular uchun tinchlik va hamjihatlik begona;

-vaqtinchalik ajrimlar va qiyin paytlarda ziddiyatlarga berilib ketish, doimiy kelishmovchilikka moyil oilalar;

-“Antisotsial oila” – qonunlarga bo'ysunmay yashash, pala – partish hayot tarzi, bunda oila a'zolarining harakatlari doim qonunlarga ziddir;

-rasmiy oila - ehtiyojlar, hayotiy maqsadlar, oila a'zolari o'rtasida o'zaro hurmat yo'qligi;

-oilaviy majburiyatlar rasmiy ravishda bajariladi, ko'pincha ota-onalar ajralish arafasida turishadi, bu esa moddiy va uy-joy masalalariga xalaqit beradi;

-ichkilikka ruju qo'ygan oilalar – bu holatda oila a'zolarining asosiy manfaatlari, spirtli ichimliklarni iste'mol qilish bilan belgilanadi;

-ruhiy kasal ota-onasi bo'lgan oilalar. Mazkur holatda o'smir shaxsini har tomonlama rivojlantirish uchun shart-sharoitlar yaratilmaydi.

Xulosa qilib aytganda, ta'limning barcha bosqichlarida psixologik xizmat ko'rsatuvchi tuzilmalar faoliyatining mavjudligi, deviant xulq-atvorning oldindan payqash va oldini olish uchun qaratilishi lozim.Deviant xatti-harakatlarning oldini olish - bu tashkilotning turli darajalarida: milliy, huquqiy, ijtimoiy, iqtisodiy, tibbiy-sanitariya, pedagogik, ijtimoiy-psixologik umumiy va maxsus tadbirlar tizimini amalga oshirish bo'yicha profilaktika sub'ektlarining faoliyati orqali amalga oshiriladi. Deviant xulq profilaktikasining salbiy va ijobiy yo'naltirilgan ikkita strategiyasi mavjud.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. G.A.Abduqahhorova. O'smirlarda deviant xulq-atvorni bartaraf etishda ijtimoiy-psixologik xizmatning o'rni.Diss.Toshkent-2021. – B.151
2. Богомолова С.Н. Психологическая теория преступности Айзенка / С.Н. Богомолова // Юридическая психология / сост. и общ. редак-ция Т.Н. Курбатовой. – СПб.: Питер, 2001. – С. 32– 45.
3. Медведева Е.С. Сущность и существование девиантного поведения. — Красноярск.: ГОУ ВШ,2007. – С.58
4. Моложавенко А.В. Особенности формирования аддиктивного поведения у старшеклассников//Журнал практического психолога. 1999. -№ 12.-С. 109-121.
5. Горьковая И.А. Влияние семьи на формирование делинквентности у подростков // Психологический журнал. Т. 15. - 1994. - № 2. - С. 57-65.

ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ РАЗВИТИЕ ПОТЕНЦИАЛА МОЛОДЕЖИ

Худайбердиева Х.К.

*Научный сотрудник Каршинского го сударственного
университета*

Как правило, способности не даны человеку врожденно готовыми от природы, как и все индивидуально-психологические характеристики человека, а формируются в течение жизни и в процессе деятельности. Научная психология отвергает теорию врожденности способностей и наносит жестокий удар представлениям о том, что способности человека predetermined неизвестными природными факторами.

Следует отметить, что отрицание врожденности способностей не является абсолютным. Но не признавать, что способности являются врожденными, — это не то же самое, что отрицать врожденность дифференциальных особенностей, связанных со структурой мозга. А способности играют важную роль в деятельности как естественная основа способностей. Под способностями понимаются морфологические и функциональные особенности строения мозга, органов чувств и движений, которые проявляются как исходное естественное условие развития способностей. Предложению врожденной способности соответствует тонкое обоняние, следовательно, особо высокая чувствительность когнитивных анализаторов. Если человек обладает определенными природными способностями, то развить применимые к нему способности относительно легко. Профессиональные способности людей являются продуктом развития их способностей. В связи с тем, что способности - многогранное психическое явление, в зависимости от характера требований деятельности на основе одних и тех же способностей развиваются разные способности.

О дефектах способностей имеется больше научной информации, чем о структуре и продуктивности способностей. В настоящее время можно

задуматься о большей или меньшей продуктивности гипотезы о сущности исходных природных условий развития способностей. Согласно учению Ф.И.Галла, все способности, интеллектуальные и эмоциональные качества человека имеют свои фиксированные центры в полушариях головного мозга. По его мнению, кости черепа должны точно вписываться в углубления головного мозга. Галл составил специальную «френологическую» [с греческого — «учение о разуме»] карту мозга, на которой череп был разделен на 27 частей. Кажется, что каждое произведение обладает определенным психическим качеством. Также в современной психологии становится ясно, что гипотеза о том, что способности зависят от веса мозга, ошибочна. Предположение о том, что личность определяется количеством складок мозга, не подтвердилось.

Наиболее продуктивная гипотеза, появившаяся во второй половине XX в., — связь способностей с микроструктурой мозга и органов чувств. Предполагается, что исследование клеток головного мозга может выявить различия в морфологических и функциональных свойствах нервных клеток одаренного человека. Близка к реальности и гипотеза о связи способностей с некоторыми дифференциальными особенностями нервных процессов и видов высшей нервной деятельности.

Русский психолог Б. М. Теплов и его ученики попытались определить, появляются ли какие-то качественные особенности в структуре личности вследствие влияния особенностей типов высшей нервной деятельности. В частности, специфические ощущения нервной системы могут выступать мишенью определенной способности.

Выделенные особенности относятся к качествам и признакам общего типа высшей нервной деятельности. Но более высокую степень вероятности имеют гипотезы, связывающие естественные основы способностей с так называемыми парциальными [специфическими] свойствами нервной системы.

Естественное состояние способностей, то, что способность входит в состав свойств строения и функций нервной системы. Это явление, как и все морфологические и физиологические качества, доказывает справедливость гипотезы подчинения общим генетическим законам. Идея Ф. Гальтона [Англия] о законах наследственности не может раскрыть описание естественных обусловленных свойств, способностей, так как в ней много мест, нуждающихся в доказательствах.

Поэтому природу способности уместно искать не в биологической наследственности, а в передаче среды обитания из поколения в поколение. Если признать, что развитие человека регулируется социально-историческими законами, то не может быть и речи о том, что развитие способностей подчиняется законам биологической наследственности.

Исходя из изложенных соображений, способности и таланты зависят от определенной природной основы, но являются не только даром природы, но и бесценным [ценным] продуктом исторического развития человечества. По этой же причине проявление способностей напрямую зависит от

очевидных способов приобретения индивидами социально обусловленных знаний и умений в процессе удовлетворения своих социальных потребностей. Поэтому важно подчеркнуть, что развитие навыков зависит от системы непрерывного образования.

Устойчивые, особые профессиональные интересы служат важным фактором и инструментом развития личных способностей. Особые интересы – это личностное качество, внутренняя мотивация, движущая сила, состоящая из стремления к содержанию той или иной области [сети] человеческой деятельности. Такие особые интересы приводят к склонности заниматься различными видами деятельности, например, профессиональной подготовкой. Интерес к знаниям [внутреннее стремление к овладению основами науки] требует практического освоения способов деятельности и переноса в новые ситуации и условия, побуждает и помогает обеспечить в человеке самоконтроль.

Развитие способностей неразрывно связано с формированием личности, а развитие человека требует сочетания обоих факторов. Формирование талантливых школьников и студентов осуществляется на основе социальной среды, социальных институтов, основ духовности и самовыражения, самопознания, саморазвития, служит обычным социально-психологическим законом.

Русский психолог А. Г. Ковалев в своих исследованиях смог изучить природу способности и способы ее диагностики. По определению автора, под способностью следует понимать не отдельную характеристику, а совокупность или синтез характеристик, способных удовлетворить требования человеческой деятельности и обеспечить высокую результативность в этой деятельности. Он утверждает, что в структуре способности необходимо различать опорные и ведущие характеристики и, наконец, отдельные фоновые или вспомогательные характеристики. Для всех способностей основной, базовой характеристикой является способность наблюдать и видеть. Его ведущая черта – творческое воображение. К числу вспомогательных характеристик А. Г. Ковалев относит память [обладает специфической привычкой в соответствии с требованиями деятельности], эмоциональность, т. е. восприимчивость к чувствам [эта характеристика повышает активность человека].

Автор отмечает, что научная абстракция позволяет выделить два уровня способностей: уровень репродуктивной рефлексии. Человек, находящийся на первом уровне развития своих способностей, очень умело усваивает знания, усваивает деятельность и реализует ее на собственном примере. Человек на втором уровне сможет создать что-то новое. В науке психологии, когда речь идет о способностях, подчеркивают, что существуют три конкретных понятия. Согласно работе А.Г.Ковалева, один из них является биологически детерминированным, т. е. биологически связанным свойством человека, и объясняется тем, что реализация и развитие способностей зависит от генетического фонда. В 19 веке Ф. Гальтон, в XX веке Котс пришел к выводу, что талант передается по наследству, что только

представители привилегированных классов обладают богатым генетическим наследием.

Представители второй концепции говорят, что способности полностью определяются социальными условиями жизни и воспитания. Например, Гельвеций в свое время говорил, что гения можно создать с помощью образования. Американский ученый У.Эшби говорит, что способности человека формируются стихийно и сознательно в процессе образования в течение его жизни, в результате чего создаются соответствующие предварительные планы и программы решения проблем. Физиологи отмечают, что при наличии индивидуальных особенностей строения мозга такая ситуация не может отразиться на функциях мозга.

А. Г. Ковалев утверждает, что сторонники третьей концепции способностей находятся в более правильной позиции. Последняя теория утверждает, что должна существовать благоприятная социальная среда для развития природных сил, умственных способностей и способностей как таковых. Авторы отмечают, что психические цели следует понимать скорее психологически и физиологически, чем анатомически и физиологически. Интеллект проявляется в предпочтениях, любопытстве [общие способности], склонности и стремлении к определенной деятельности (специальные способности) или во всем. По мнению А.Г.Ковалева об Эдисоне [«если только 1% составляет генетическая основа, 99% должны быть потом и трудом»], все великие люди обладают большим трудолюбием, даже если нервная система от природы слаба. достижения обусловлены упорным трудом.

Способности проявляются только в деятельности, и то только в деятельности, которую невозможно осуществить без этих способностей.

Способности не проявляются в самих знаниях, навыков и умениях, а проявляются в динамике их приобретения, то есть, иными словами, в том, насколько быстро, глубоко, легко и прочно происходит процесс приобретения важных для этой деятельности знаний и умений. осуществляется в разных равных условиях.

Список использованной литературы:

1. Голубева Э.А. Способности и индивидуальность. Москва, «Прометей», 1994.
2. Лейтес Н.С. Способности и одаренность в детские годы. — М.: 1984.
3. Мерлин В.С. Структура личности. Характер, способности, самосознание. Пермь, 1990
3. Крутецкий В.Л. Психология математических способностей. — М.: 1968.

TRENING VA UNGA TEGISHLI ENG ASOSIY TUSHUNCHALAR O'RNI

Azatova Charos

O'zbekiston Milliy universiteti Jizzax filiali 123-23 guruh talabasi

Trening turli vazifalarni bajarishga qaratilgan, jumladan o'zini anglash o'zgalarga nisbatan o'z qarashlarini obektivlashtirish, umumiy hayot faoliyatiga nisbatan adaptatsiya hosil qilish, martaba o'sishiga tayyorgarlik ko'rish, shaxsiy o'sishni rag'batlantirish va muammolarni hal qilish qobiliyatini oshirish kabi bir qator maqsadga yo'naltirilgan vazifalarni o'z ichiga oladi.

Trening quyidagicha maqsadlarga ega:

1. Bilimlarni egallash: turli bilim sohalaridagi yangi ma'lumotlar va faktlarni o'zlashtirish.

2. Ko'nikmalarni rivojlantirish: o'qish, yozish, matematika, muloqot va boshqalar kabi amaliy ko'nikmalarni egallash.

3. Tafakkurni rivojlantirish: tanqidiy fikrlashni, tahliliy qobiliyatlarni, mantiqiy va ijodiy fikrlashni o'rgatish.

4. Kasbga tayyorgarlik: muayyan kasb yoki faoliyat sohasi uchun zarur bo'lgan ko'nikma va bilimlarni egallash.

5. Shaxsiy rivojlanish: qadriyatlarni shakllantirish, o'z-o'zini anglash, his-tuyg'ularni boshqarish, ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish va boshqalar.

6. Muammoni hal qilish: muammolarni tahlil qilish usullarini o'zlashtirish, echimlarni topish va turli vaziyatlarda qaror qabul qilish.

7. Uzluksizlik : o'zgaruvchan dunyoda bilim va ko'nikmalarni yangilash uchun uzluksiz o'rganish.

Trening maqsadlari har xil bo'lishi mumkin ularning har biri individual ehtiyojlar yoki trening ehtiyojlari va maqsadlariga qarab farq qiladi.

Trening jarayonida samaradorlikni oshirish maqsadida trener tomonidan ishtirokchilarga treningni asosiy qoidalariga rioya qilish kerakligi tushuntiriladi.

Bundan tashqari trener tomonidan quyidagilar alohida ta'kidlab o'tilishi shart.

- Birovning fikrini umuman noto'g'ri deb hisoblagan yoki unga qo'shilmagan taqdirda ham uni to'xtatib qo'yish yani gapini bo'lish yoki ustidan kulishga hech kimning haqqi yo'q.

- Ishtirokchilar bir-birini masxaralashi yoki g'ururiga tegadigan gaplar aytishi mumkin emas.

- Ishtirokchilar ham, boshlovchi ham, agar savol uning shaxsiy hayotiga tegishli bo'lsa va yoritib berishni istamasa, javob bermaslik huquqiga ega.

Treningning asosiy qonunlari:

1. "00" qonuni. Barcha ishtirokchilar mashg'ulot boshlanishiga va tanaffusdan keyin kechikmay kelishlari, bunda trener ularga namuna bo'lishi kerak. Trening boshlovchisi faqatgina treningni boshqarmasdan guruh bilan birgalikda tahlil qiladi va o'zini tutishi va muloqoti bilan qatnashchilarga namuna bo'ladi.

2 "Mikrofon" qonuni

3. “Faollik” qonuni
 4. “Faqat o‘z fikrini bayon etish” qonuni. Bu qonun o‘zining fikrini bayon etish ya’ni “Mening fikrimcha, men his qilaman, mening o‘ylashimcha...”. tarzda yuzaga chiqadi.
 5. “O‘z ismini aytish” qonuni.
 6. “Konfidensiallik” qonuni. Biz bilgan shu yerda va hozir tamoyili kabi “Trening vaqtida sodir bo‘ladigan barcha holatlar, vaziyatlar faqat shu yerda va faqat trening qatnashchilari bilan muhokama qilinadi va tashqariga chiqmaydi”. Bu qonun trening qatnashchilariga o‘z fikrlarini erkin bayon etish imkonini beradi.
 7. “Seminarning boshidan oxirigacha qatnashish” qonuni. Bu ishtirokchilarda mas’uliyatni vujudga keltirish uchun zarur bo‘lgan tamoyildir.
- Har bir inson o'zining butun hayoti davomida o'zining shakllanishi, etuk shaxs shakllanishining muhim yo'lini bosib o'tadi va hamma uchun bu yo'l individualdir, chunki inson nafaqat o'zi mavjud bo'lgan voqelikning ko'zgusi, balki oldingi avlodlarning ma'lum ma'naviy tarkibiy qismlarining tashuvchisi hamdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Yo‘ldoshyev, S., & Sultonaliyeva, G. (2023). SUITSIDAL HOLAT VA UNING KELIB CHIQISH SABABLARI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 3(1).
2. Usarovna, M. R., & Ibrahimovna, S. Z. (2019). Yuldoshev Sardor Asliddin o‘g‘li, Akhmedova Shokhida Mukhtarovna. THE EDUCATION OF TALENTED STUDENTS AS A PEDAGOGICAL PROBLEM. EPRA International Journal of Multidisciplinary Research (IJMR)-ISSN, 2455-3662.
3. Yuldashev, S., & Arakulov, G. (2023). ETHNOPSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF AGGRESSIVE BEHAVIOR IN FAMILY DISPUTES. International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research, (Special Issue), 81-88.
4. Yo‘ldoshyev, S., & Bosimova, M. (2023). ZAMONAVIY PSIXOLOGIYANING PEDAGOGIKA BILAN UZVIY BOG‘LIQLIGI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 3(2).
5. Yo‘ldoshyev, S., & Sultonaliyeva, G. (2023). O‘QUVCHI XULQ-ATVORNING PSIXOLOGIK KORREKSIYASI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 3(2).
6. Asliddin o‘g‘, Y. L. S. (2022). PSIXOLOGIK ZO‘RAVONLIK VA KIBERBULLING. International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research, 62-66.
7. Yuldashev, S. (2021). THE PEDAGOGICAL ESSENCE OF THE PROFESSIONAL ACTIVITY OF A TEACHER IN MILITARY EDUCATION. International Journal of World Languages, 1(2).

BOLALAR VA O‘SMIRLARDAGI AGRESSIV XULQ- ATVORNING KELIB CHIQISH SABABLARI

Sodiqova Iroda Botir qizi

Toshkent amaliy fanlar universiteti

*Pedagogika fakulteti Pedagogika va Psixologiya
yo‘nalishi 2-bosqich talabasi*

Kirish. Hozirgi kunda agressiya muammosiga biz har kuni ko'chada, maktabda, litseyda, kollejda, oliy o'quv yurtida va boshqa jamoat joylarida duch kelganimiz sababli u juda dolzarb muammo hisoblanadi. Asotsial faoliyat (alkologizm, narkomaniya, jamoat tartibini buzish, vandalizm va boshqalar)larda yuzaga chiqayotgan deviant xulqli balog'atga yetmaganlar sonining ortishi xavotirli belgidir. Kattalarga nisbatan munosabatda namoyishkorona va chaqiruvchi xulq kuchaydi. Yoshlar o'rtasida jinoyatchilik soni ortdi. Xulq-atvor deviatsiyalarining turlanishi bilan tanishib, biz uning xilma-xilligiga amin bo'ldik. Og'ma xulq-atvorning turli shakllarining umumiy xususiyatlarini deviatsiya guruhlariga tegishlilik me'yorlari bo'lib keladi. Bunday muhim xususiyatlarning bittasi destruktivlik - vayron qilishdir. Haqiqatdan ham, deviant xulq-atvor umuman olganda, biror narsaning vayronagarchiligiga olib keladi. Shaxs-alohida individ, mohiyatan yaxlit ijtimoiy-axloqiy olam hisoblanadi. U o'zida inson mohiyatini, uning mavjudot sifatidagi qadriyatini mujassam etadi. Shaxs ijtimoiy-gumanitar fanlarda o'z yo'nalishi, tadqiqot obyekti hamda maqsadi nuqtai nazaridan turlicha talqin etiladi. U o'ta murakkab, ziddiyatli, qarama-qarshi, o'zini o'zi inkor etadigan mavjudot sifatida, biologik, fiziologik, ijtimoiy, ma'naviy, ruhiy, axloqiy va estetik aqlidrok, tafakkur obyekti sifatida, hatto, falsafiy va mantiqiy, yashash huquqi va hayot mantig'i jihatidan tadqiqot manbaiga aylanishi mumkin. Shaxsning shakllanish omillari ko'p va xilma-xiddir.[1] Misol uchun genetik (nasliy), biologik-tabiiy, madaniy, ijtimoiy hayot tajribasi, o'z turdoshlari bilan munosabatlar va boshqalar shaxsning genetik jihati uning nasliy asosi, ajdodlaridan yetib kelgan fizionomiya, fe'l-atvor bilan, biofiziologik jihati esa yashash uchun quvvat olish, ovqatlanish, jinsiy aloqaga kirishish va nasl qoldirish singari individual ehtiyoj bilan belgilanadi.

Tadqiqot obyekti va qo'llanilgan metodlar. Har doim individual taraqqiyot samarasini hamda shaxslararo munosabatlarni belgilovchi xulq-atvor va xatti-harakatlarning eng muhim xususiyatlaridan biri agressivlikdir. Agressiya – bu odamlar, odamlar guruhiga nisbatan jismoniy va ruhiy zarar yetkazishga qaratilgan individual yoki jamoaviy xatti-harakatlar majmui hisoblanadi. Bugun insoniyat tarixi ishonchli tarzda shuni isbotlamoqdaki, agressiya shaxs va jamiyat hayotining ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Bundan tashqari, agressiya ulkan tortishish kuchi va yuqumlilik xususiyatiga ega – ko'pchilik o'zining agressiv ekanini inkor etadi, ammo o'zining kundalik hayotida esa, uni keng namoyish qiladi. Aynan agressiv xulq-atvor shaxslararo nizolarning vujudga kelishiga va ularni hal etishning asossiz yo'llari paydo bo'lishiga olib keladi. Agressiv xulq shaxsning ma'naviy buzuvchilikka asoslangan, boshqarishning ichki dunyosiga ochiqdan-ochiq salbiy ta'sir o'tkazib, tajovuz qilib, uni izdan chiqarishga qaratilgan g'ayriinsoniy

xususiyat. Agressiv xulqning shakllanishi, kuchayishi va namoyon bo'lishi ko'pincha ijtimoiy muhit bilan bog'liq holda yuz beradi. Shaxsning o'ziga qaratilgan tajovuzkorlik "autoagressiya" (bunday holat shaxsdagi patologik o'zgarishlarning ko'rsatkichi bo'lib xizmat qiladi) deb ataladi. O'z joniga qasd qilish, o'ziga tan jarohati yetkazish autoagressiyaning ko'rinishlaridir. Jaholatga botgan, johillik va zo'ravonlikni maqsadga erishishning asosiy va ustuvor vositasi deb biladigan shaxslarda Agressiv xulq kuchli bo'ladi. XX asrning 30-yillarida fashistlar hukmronlik qilgan Germaniya shunday tajovuzkorlik xususiyatlari bilan insoniyatga katta talofatlar keltirdi. Bugungi kunda esa dunyodagi terroristik va ekstremistik markazlar agressiya harakatlari bilan odamzod boshiga yangi-yangi fojialar keltirmoqda. G'arbdagi ayrim mafkuraviy markazlar esa jahondagi yosh rivojlanish yo'liga kirgan mamlakatlarga informatsion usullarda tazyiq o'tkazish orqali o'zining agressiv xulqini namoyon etmoqda. Agressiyaning namoyon bo'lishining ko'plab nazariy asoslari mavjud. Zigmund Freyd fikricha agressiv xulq o'z tabiati bo'yicha g'ayriixtiyoriy va muqarrar. Insonda ikkita birmuncha qudratli instinkt mavjud: jinsiy (libido) va o'limga bo'lgan qiziqish (tanatos). Agar tanatos quvvati sirtga yo'naltirilmasa, bu tezda individning o'zini parchalashiga olib keladi. Shunday qilib, tanatos bilvosita tajovuzning tashqariga chiqishiga va boshqalarga yo'naltirilishiga ko'maklashadi. Hissiyotlarning tashqi ko'rinishi xavfli harakatlarning namoyon bo'lish ehtimolini kamaytirishi mumkin. K.Lorens agressiya barcha jonli mavjudotlar kabi insonda ham mavjud bo'lgan yashash uchun kurashning tug'ma instinktidan boshlanish nuqtasini oladi. U yashash uchun kurash instinkting manbayi bo'lmish agressiv quvvat organizmda to'satdan, doimiy tezlikda, vaqt o'tishi bilan muntazam yig'ilgancha yuzaga keladi deydi. [4] Ijtimoiylashuv bu – individning ijtimoiy tajribani o'zlashtirish jarayoni va faolligi bo'lib, bu o'z navbatida muloqot va faoliyatda namoyon bo'ladi. Ijtimoiylashuv jarayoni jamiyatdagi turli o'zgarishlar va maqsadga yo'naltirilgan tarbiya natijasida stixiyali tarzda kechadi. Ijtimoiylashuv jarayonini turli psixologik ilmiy maktablar turlicha tahlil qilganlar: 1) neobixeviorizm namoyandalarining fikricha, ijtimoiylashuv – bu ijtimoiy o'rganishdir; 2) interaksionizm vakillarining fikricha, o'zaro ta'sirlar natijasi; 3) gumanistik psixologiya vakillarining ta'riflashicha, «Men» konsepsiyasining namoyon bo'lishidir. Insonlardagi shaxslararo munosabatlarda namoyon bo'luvchi xulq-atvor tiplaridan biri agressiyadir. "Agressiya" tushunchasiga izoh berish qator qiyinchiliklarni tug'diradi, chunki bu atama ko'plab xatti-harakat shakllarini ifodalaydi. Odamlar biron kimsani agressiv shaxs sifatida tavsiflaganlarida, uni boshqalarni haqorat qiluvchi yoki badfe'l, barcha narsani o'zi istaganidek qilishni istaydigan yoki o'z g'oyalarni qat'iy himoya qiladigan, yechimi yo'q muammolar girdobiga o'zini giriftor qiladigan inson kabi ta'riflarni keltirishlari mumkin. Insonning agressiv xatti-harakatlarga moyilligini turlicha tushuntirishga qaratilgan dastlabki nuqtai nazarlar ichida U.Makdaugoll, Z.Freyd, G.Marrey va boshqa olimlarning «inson va hayvonlarda agressiyaning tug'ma instikti mavjud bo'ladi», degan qarashlaridir. Agressiv xulq-atvor haqidagi fikr-mulohazalar XX asrning boshlarida frustratsiya nazariyasi bilan bog'liq ravishda yuzaga keldi. Unga ko'ra, agressivlik frustratsiyaning oqibatidir. Bunday qarashni birinchi bo'lib J. Dollard ilgari surdi. Lekin, ushbu ikki

xil nuqtai nazar ham amaliyotda o'z tasdig'ini topmadi Agressiv xulq-atvor xususidagi yana bir nuqtai nazar L.Berkovichning ijtimoiy bilish nazariyasida bayon qilingan. Unga ko'ra, maqsadga yo'naltirilgan faoliyat davomida vujudga keladigan to'siq shaxsda agressiv xatti-harakatlarni hosil qiladi. Nihoyat, agressiv xulq-atvorning kelib chiqish sabablari haqidagi eng zamonaviy nuqtai nazar bilishning kognitiv nazariyasi bilan bog'liq holda ifodalanadi. Bu konsepsiyada agressiv harakatlar quyida jarayonlarning natijalari sifatida baholanadi. Bular:

- 1.Sub'yektning o'z agressiv xulq-atvorini ijobiy deb baholashi;
- 2.Frustratsiyaning mavjudligi;
- 3.Affekt yoki stress tipidagi emotsional qo'zg'alishning kuchliligi.[2]

R. Kratchfeld va N. Livson agressiyaning bir-birini inkor etmaydigan va birday maqbul ikki tavsifini keltirganlar. Birinchisi, xulq-atvorning zohiriy (tashqi) alomatlariga asoslanadi: «Agressiya – kimgadir ziyon yetkazuvchi xulq-atvorning har qanday ko'rinishidir». Ikkinchisi, odamning botiniy (niyatlarini) bilan bog'liq, ya'ni insonni harakatga undovchi kuchlar bilan mushtarak: «Agressiya – boshqa bir insonga ziyon yetkazishni maqsad qilib olgan har qanday xatti-harakatdir». Agressiyaning yuqorida zikr etilgan tavsiflariga monand tushunchalarga tayangan ko'plab psixologlar agressiyaning mavjudotning yashash uchun kurash bilan bog'liq uzviy xususiyati deb hisoblaydilar. D.Bass taklif etgan ta'riflardan biriga ko'ra, boshqalar uchun xavf tug'diruvchi va ularga ziyon yetkazuvchi har qanday fe'l-atvor agressiyadir. Bir necha taniqli tadqiqotchilar tomonidan taklif etilgan ikkinchi ta'rif esa quyidagicha: u yoki bu harakatlar agressiya sifatida tasniflanishi uchun ular oxir-oqibat xafa qilish yoki haqoratlashga olib kelishi emas, balki xafa qilish va haqoratlarni maqsad qilib qo'yishi lozim. Nihoyat, uchinchi nuqtai nazar X.Zilman tomonidan bildirilib, unga ko'ra, agressiya o'zgalarga tan jarohati va boshqa jarohatlar yetkazish demakdir. "Agressiya" tushunchasining talqinidagi kelishmovchiliklarga qaramay, ijtimoiy fanlar sohasidagi ko'plab mutaxassislar uning ikkinchi nuqtai nazarda bayon etilgan ma'nosiga ko'proq tayanadilar.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Bolalardagi agressiv xatti-harakatlarni korreksiyalash uchun

- Bolalardagi agressiv xatti-harakatlarni bartaraf etish uchun kelib chiqish sababini o'rganish.
- Har bir bola bilan individual psixolog-pedagog shug'ullanish.
- Bolaga ta'sir etadigan agressiv omillarni kamaytirish uni ko'rishiga yo'l qo'ymaslik.
- Psixologlarning yakka tartibda faqat bola bilan emas uzviy ravishda ota-onalar bilan tarbiyachilar bilan shug'ullanish.
- Agressiv xatti-harakatlarni bartaraf etish uchun bolaga atrofdagi mo'jizalarni, ko'rsatish.
- Bolada muloqot ko'nikmalarini shakllantirish.
- Atrofdagilarga nisbatan iliq munosabatlarni paydo qilish.
- Ota-onalariga nisbatan ishonch tuyg'usi yaxshi ko'rish sevilish tuyg'usini shakllantirish.

□ Qiziqish qobiliyatlarini o'rganib chiqqan holda o'zi shug'ullanishni o'zi bajarashni

istagan mashg'uloti uchun imkoniyat yaratib berish

□ Bola kayfiyatini ko'taruvchi musiqaterapiyasi, izoterapiyalardan foydalanish,

tavsiyya etiladi.

Agressiv bolalarning ota-onalariga tavsiyalar

1. Farzandingiz bilan birga o'ynang
2. Farzandingizni kamsitmang yaxshi muomalada bo'ling
3. Farzandingizga haddan ziyod to'siqlar qo'ymang uni jismoniy jazolamang
4. Farzandingizni qo'rqitmang atrofdagilarga nisbatan qo'rquv paydo qilmang
5. Farzandingiz bilan o'rtangizda kelishmovchilik chiqqanda g'azabingizni jilovlab, aziyatni to'g'ri tushuntiring

6. Farzandingizga e'tiborli bo'ling atrofdagilarga nisbatan g'amxo'rlik qilishi uchun imkon yarating, farzandingizni yaxshi ko'rishingizni doimo eslating.

7. Farzandingizni eshiting, qiziqishlari va savollariga javob bering, eng asosiysi oiladagi agressiv munosabatlarni yakunlang.[3]

Agressiv xulq nafaqat alohida shaxslar, balki butun-butun davlatlarga ham xos bo'lishi mumkin. Shuningdek, agressor — agressiyani sodir etgan kuch yakka shaxs yoki shaxslar guruhi, siyosiy-mafkuraviy markazlar, davlat yoki bir necha davlatlar bo'lishi mumkin. Shunday qilib, hozirda ko'pchilik psixologlar tomonidan «agressiya – boshqa tirik jonzotga u buni istamagan vaziyatda haqorat yoki ziyon yetkazishni maqsad qilib qo'ygan fe'l-atvorning har qanday shakli», degan ta'rif qabul qilingan. U agressiyaga emotsiya, motiv yoki ko'rsatma sifatida emas, balki fe'l-atvor modeli sifatida qarashni taqozo etadi. Bu muhim fikr ko'plab chalkashliklarni tug'dirdi. "Agressiya" atamasi ko'p hollarda g'azab kabi salbiy his-tuyg'ular, haqorat qilish va ziyon yetkazish kabi motivlar, hatto irqiy va etnik xurofot bilan assotsiatsiyalanadi. Bu omillar natijasi zarar yetkazish bo'lgan fe'l-atvorda muhim rol o'ynashiga qaramay, ular bunday harakatlar uchun asos bo'la olmaydi. Ijtimoiylashuv serqirra jarayon bo'lib, yuqorida keltirilgan psixologiyaning ilmiy maktablari namoyandalari uning faqat bir tomonigagina asosiy urg'u beradilar. Hozirgi kunda jahon psixologlari ijtimoiylashuv muammosini ijtimoiy xulq-atvorni boshqarishning dispozitsion konsepsiyasi nuqtai nazaridan ko'rib chiqishga harakat qilmoqdalar. Bu konsepsiya shaxslararo munosabatlarga kirisha olish darajasiga bog'liq ijtimoiy xulq-atvorni boshqarish tizimini tahlil qiluvchi dispozitsiyalar iyerarxiyasini o'z ichiga qamrab oladi. G'azab boshqalarga tajovuz qilish uchun aslo zaruriy shart hisoblanmaydi, agressiya o'ta sovuqqonlik holatida qancha yuzaga kelsa, shuncha o'ta emotsional hayajon holatida ham sodir etiladi.

Xulosa. Xulosa qilib shuni aytish kerakki agressorlarning ular tajovuz qilayotgan shaxslardan nafratlanishi yoki ularni yoqtirishi umuman shart emas. Ko'pchilik odamlar o'zlari yoqtirgan insonlarga zulm o'tkazadilar. Inson agressiyasining turli-tumanligi va tubsizligidan kelib chiqib, mazkur fe'l-atvorni o'rganishda asos tomonidan taklif etilgan konseptual chegaralanish juda foydali

ekanligi ayon bo'ldi. D.Bassning fikricha, agressiv harakatlarni uchta shkalaga asoslangan holda tasvirlash mumkin: jismoniy – verbal, faol – sust va to'g'ri egri. Ularning kombinatsiyalari sakkizta ehtimolga yaqin kategoriyalarni berib, ular asosida ko'plab agressiv harakatlarni tushuntirish mumkin. Agressivlik - individual xususiyat, u aniq insonning moyilligi ushbu tendensiyani ichki va tashqi harakatlar shaklida namoyon etishi. Ushbu individual xususiyatni o'lchash qiyin, bu borada agressiv tendensiyani asosiy baholash usuli - bu uning xulq-atvordagi namoyishlarini baholash. Agressiya va agressiv xulq-atvor orasidagi o'zaro bog'liqlik xarakterini aniqlashga urinib ko'raylik. Balki insonning aggressiya kechinmalari uni vayrona harakatlarga olib keladi. Boshqa tomondan esa zo'ravonlik sodir etib, inson o'tkir emotsional qo'zg'alish holatida ham, shu bilan birga to'liq sovuqqonlik holatida ham bo'lishi mumkin. Agressor o'z qurbonini yomon ko'rishi umuman shart emas. Ko'pchilik insonlar bog'lanib qolgan va chin yurakdan sevadigan o'z yaqinlarini qiynaydilar.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Фарфиева К.А. Оммавий ахборот воситалари таъсирида талабаларда ижтимоий тасаввурлар шаклланишининг узига хослиги (Телевидение мисолида): Дис. ... психол. фан. номзоди. - Т.: УзМУ, 2005. - 148 б.
2. Вильданова Д. О проблемы психология агрессивного поведения. // Педагогик таълим ж. - 2006. - № 4. - Б. 98-100.
3. Olimov. L.Ya., Nazarov A.M. Xulqi og'ishgan bolalar psixologiyasi. O'quv qo'llanma. - Toshkent: «Tafakkur avlodi», 2020. - 496 b.
4. Кернберг О.Ф. Агрессия при расстройствах личности и перверсиях. М, 1998- 134 с
5. Илешева Р.Г. Нарушения поведения у детей и подростков.– Алма-Ата: Наука, 1990. – 160 ст.
6. Юнусова, Гузаль Султановна. «Развитие воображения молодежи и подростков, воспитывающихся в благополучных и неблагополучных семьях.» *theoretical & Applied Science* 6 (2013): 91-94.
7. Юнусова, Гузаль Султановна. «Развитие воображения молодежи и подростков, воспитывающихся в благополучных и неблагополучных семьях.» *theoretical & Applied Science* 6 (2013): 91-94.
8. Юнусова, Гузаль Султановна. «Развитие воображения молодежи и подростков, воспитывающихся в благополучных и неблагополучных семьях.» *theoretical & Applied Science* 6 (2013): 91-94.
9. Yunusova Guzal Sultanovna. (2022). The influence of the mother's personality in raising the spiritual consciousness of adolescents. *American Journal of Interdisciplinary Research and Development*, 5, 111–115. Retrieved from <http://ajird.journalspark.org/index.php/ajird/article/view/114>
10. Yunusova Guzal Sultanovna. (2022). The influence of the mother's personality in raising the spiritual consciousness of adolescents. *American Journal of Interdisciplinary Research and Development*, 5, 111–115. Retrieved from <http://ajird.journalspark.org/index.php/ajird/article/view/114>
11. Yunusova Guzal Sultanovna. (2022). The influence of the mother's personality in raising the spiritual consciousness of adolescents. *American Journal*

BO‘LAJAK PEDAGOGLARDA KASBIY IDENTIKLIK KO‘NIKMALARI RIVOJLANISHINING O‘ZIGA XOS PSIXOLOGIK TALQINI

Sh.A. Axmedova Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti tayanch doktoranti

Bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy identikligi va ularda o‘z ustida ishlash ko‘nikmalarining shakllanishi kabi masalalarining o‘ziga xos psixologik talqini, xorij tadqiqotchilaridan Dj.Dyui asarlarida ham o‘z aksini topgan. Muallifning fikricha, to‘g‘ri tashkil qilingan talim muammoli bo‘lmog‘i zarur. Ananaviy tizimdan farqli o‘laroq o‘qituvchi yangi, qo‘llanilmagan yechimlarni mavzuga kiritishi lozim. Demak, ta‘rifga binoan, zamonaviy pedagogik psixologiya fani “an’anaviy ta‘lim” ning o‘rniga faol ta‘lim usullarini kiritish tarafdori bo‘lishi kerak. Bunday yondashuvga muvofiq, ta‘limda endi o‘qituvchi faol o‘qituvchiga aylanadi va u o‘quvchilarning muammolarini hal qilishga yordam beradigan innovatorga aylanadi.

N.D.Levitovning aytishicha, bo‘lajak o‘qituvchilarning aqliy rivojlanishi va mustaqil ishlash qobiliyati darajalari quyidagi mezonlar bilan baholanadi:

- Tafakurning mustaqilligi bilan;
- O‘quv materialini o‘zlashtirishning tezligi va mustahkamligi bilan;
- Standart bo‘lmagan vazifalarni hal qilishda aqliy chamalashning tezligi bilan;
- O‘rganib chiqilyotgan hodisalarning mohiyatiga chuqur kirib borish;
- Aqlning tanqidiy qarshi balandparvoz asossiz mulohazalarga moyillikning yo‘qligi bilan.

Tadqiqotchi K.S.Res kasbiy identiklikni takomillashtirishda kasbiy sifatlarning o‘rnini hisobga olib, ularni shakllanishida shaxsning psixologik, fiziologik, anotomik xususiyatlarini hisobga olishni taklif qiladi. V.D.Shadrikovning ta‘kidlashicha, kasbiy fazilatlar "tashqi ta‘sirlar va faoliyat talablari singdirilgan ichki mexanizmlar sifatida ishlaydi, shuning uchun kasbiy sifatlari va fazilatlarini rivojlanishi butun tizimning shakllanishidagi asosiy vositalari hisoblanadi. Demak, kasbiy fazilatlar kasbiy identiklikni takomillashtirishda asosiy vosita bo‘lib xizmat qiladi. Bo‘lajak pedagoglarni saralashda kasbiy fazilatlar, kasbiy sifatlarni e‘tiborga olish ularning kelgusidagi faoliyatlarini samaradorligini belgilab berish bilan bir qatorda ularning muvaffaqiyatini ham belgilab beradi.

Muallif boshqa tadqiqotchilardan farqli o‘laroq, o‘z ustida mustaqil ishlash faoliyatidagi muvaffaqiyatlarni bilish jarayonlarning o‘ziga xos xususiyatlari bilan tushuntirishga harakat qilgan.

Xulosa qilib aytganda, kasbiy identifikatsiya zamonaviy psixologik tadqiqotlar-ning ilmiy va amaliy ahamiyatga ega bo‘lgan predmeti hisoblanadi. Bu integrativ tushunchada shaxsning kasblar olamiga, mehnat jamoasi va keng ijtimoiy muxitga yo‘nalishini ta‘minlovchi, kasbiy faoliyatda shaxs potensialini

to'liq namoyon qilish imkonini beruvchi, qolaversa tanlangan kasbning kutilayotgan natijalarini va shaxsiy taraqqiyot imkoniyatlarini oldindan ko'ra biluvchi kognitiv, motivatsion va axloqiy tavsifnomalarining o'zaro aloqasi aks etadi. Kasbiy yo'nalganlik va o'zini o'zi anglash kasbiy taraqqiyotning muhim ko'rsatkichlaridan biri hisoblanadi.

AQShlik taniqli olim J.Marsiya identiklikni egoning tuzilishi, ehtiyojlar, qobiliyatlar, e'tiqodlar va individual tarixning ichki, o'z-o'zidan yaratilgan dinamik tuzilmasi sifatida ta'riflaydi. J.Marsiya nazariyasining afzalligi E.Erikson g'oyalari asosida ishlab chiqilgan identiklikning turli maqomlari haqidagi qarashlar bilan bog'langanligidir. Muallifga ko'ra, insonning o'ziga va hayotiga oid o'zgarishlar tobora ko'payib borgani sari identiklik tuzilmasi shakllanib boradi, o'zining kuchli va zaif tomonlarini anglashi, hayotining maqsadlilik va mazmunlilik oshadi.

J.Marsiya shaxsda identiklik shakllanishini zaruriy shartlarini uchta asosiy yo'nalishda ko'rib chiqadi:

-kasb;

-din;

-siyosat. Ta'kidlash joizki, olim identiklik fenomenini shakllanishiga doir qarashlari biroz aniq va umumiy harakterga ega bo'lib, ko'pchilik tadqiqotchilar uning qarashlariga e'tibor qaratishadi.

AQShning Nyu Jersi universiteti professori A.Uottermen identiklikni shakllantirish uchun eng muhim bo'lgan to'rtta sohani ajratib ko'rsatadi:

-kasb va kasbiy yo'l tanlash;

-diniy va axloqiy e'tiqodlarni qabul qilish va qayta baholash;

-siyosiy qarashlarni rivojlantirish;

-ijtimoiy rollar majmuini qabul qilish.

Shuningdek, muallif, identiklikning muhim jihatlariga to'xtalib, uni protsessual, inson qadriyatlarini, maqsadlarini va e'tiqodlarni "tanlash" vositalari sifatida ta'riflaydi. Angliyalik tadqiqotchi K.Kuley identiklikni shaxsni ijtimoiy o'zaro ta'sir doirasida ko'rib chiqadi. Muallif, identiklikni shaxsning o'z xulq-atvori va hayotini yaxlit, bog'langan, bir butun sifatida idrok etish qobiliyati deb ta'riflaydi. Darhaqiqat, identiklik jarayoni natijasida shaxs o'z ideallariga intilishni, ijtimoiy normalarga asoslangan hatti-harakatlarni amalga oshirishni boshlaydi. Shu boisdan yuqorida keltirilgan yondashuvni tushunish murakkablik tug'dirmaydi.

E.Goffman ijtimoiy vaziyatlar konsepsiyasida identiklikga doir qarashlarni boyitib uning uch turini ajratib ko'rsatadi:

1.Ijtimoiy identiklik - shaxsni u mansub bo'lgan ijtimoiy guruhning belgilaridan kelib chiqqan holda boshqa odamlar tomonidan tiplashtirish;

2.Shaxsiy identiklik - shaxsning individual, o'ziga xos xususiyatlari, shuningdek, uning hayoti davomidagi faktlar va sanalarning o'ziga xos kombinatsiyasi;

3.O'z-o'zini identiklik qilish - bu shaxsning o'z hayotiy holatini, uning davomiyligi va o'ziga xosligini sub'ektiv anglashidir. Ushbu yondashuvga tayanib aytish mumkinki, kasbiy identiklik shakllanishi har bir bosqich bilan bog'liq

bo'lib, ham ijtimoiy ta'sirlar ham shaxsning subektiv qarashlari natijasida vujudga keladi.

G.Fogelson o'zining shaxs modelida identiklikni to'rt turini tavsiflaydi:

1.Real identiklik, shaxs tomonidan o'z-o'zini ayni paydagi mavjud holatlarini tasvirlash;

2.Ideal identiklik, shaxs intilayotgan ideal holatlar (ijobiy identiklik), u o'zini qanday ko'rishni xohlaydi;

3.Salbiy identiklik, shaxs o'zini qanday ko'rishni istamasligidan qochmoqchi bo'lgan holat;

4.Taqdim etilgan identiklik - bu shaxs o'z shaxsini baholashga ta'sir qilish uchun boshqa odamlarga uzatadigan tasvirlar to'plami. Ta'kidlash joizki, inson hayoti davomida real imkoniyatlari va holatlarini idealga yaqinlashtirishga, salbiy identikliklardan maksimal darajada uzoqlashishga harakat qiladi.

Tadqiqotchi V.I.Pavlenkoning yozishicha, rus psixologiyasida identiklik haqidagi g'oyalar an'anaviy ravishda o'z-o'zini anglash va o'z-o'zini e'tirof etish bo'yicha tadqiqotlar doirasida o'rganilgan, bundan tashqari, identiklik insonning shaxs sifatida o'zi haqidagi g'oyalarini shakllantirish jihatlaridan biri sifatida ko'rib chiqilgan. Bugungi kunga kelib B.G.Ananayev, L.I.Bojovich, L.S.Vigotskiy, I.S.Kon, A.N.Leontev, M.I.Lisina V.S.Muxina kabi olimlarning sa'y-harakatlari tufayli identiklikni o'rganish sohasida

ADABIYOTLAR

1. Шнейдер Л.Б. Личностная, тендерная и профессиональная идентичность: теория и методы диагностики: учеб. - метод. пособие. 2007. – С. 24.

2. Brubaker R., Cooper F. Beyond" identity" //Theory and society. – 2000. – Т. 29. – №. 1. – С. 1-47.

3. Buckingham D. Introducing identity. – MacArthur Foundation Digital Media and Learning Initiative, 2008. – P. 103.

4. Джемс У. Прагматизм: новое название для некоторых старых методов мышления: Популярные лекции по философии. Пер. с англ. - Изд.3-е. - М.: ЛКИ, 2011. – С. 56.

5. Marcia J. E. et al. Identity in adolescence //Handbook of adolescent psychology. – 1980. – Т. 9. – №. 11. – С. 159-187.

6. Marcia J. E. Development and validation of ego-identity status //Journal of personality and social psychology. – 1966. – Т. 3. – №. 5. – С. 551.

7. Waterman A. S. Identity, the identity statuses, and identity status development: A contemporary statement //Developmental review. – 1999. – Т. 19. – №. 4. – С. 591-621.

8. Cooley C. H. Society and the individual //Organizational identity: A reader. – 2004. – С. 16-29. a'lum bir natijalarga erishilgan.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЧЕЛОВЕКА В ПЕРИОД ПОЗДНЕЙ ЗРЕЛОСТИ

*Сабирова. К.С-преподаватель кафедры
«Педагогика и психологии». УрГУ*

Актуальность исследования. Период старения является одним из закономерных этапов жизненного пути человека и его онтогенеза. В настоящее время этот возрастной период привлекает к себе все большее внимание исследователей в связи с существенным повышением среднего возраста жизни человека и, как следствием, существенным постарением населения во многих странах. Сегодня, относительная доля и абсолютное число престарелых граждан во всем мире стремительно растет, а проблемы старости и старения становятся глобальными.

Старость - это лишь один из периодов нашей жизни, имеющий, как и все другие ее периоды, свои особенности, уникальные следствия и проявления, кризисные и конструктивные влияния на жизнедеятельность человека в целом. В современной науке сформировался комплекс дисциплин связанных с изучением различных проблем периода старости и самого процесса старения.

Анализ литературы по теме (Literature review). По мнению М.Д.Александровой, психогеронтология возникает на стыке геронтологии и психологии и занимает в структуре геронтологии нишу между социальной геронтологией, биологией старения и гериатрией или медицинской геронтологией [М.Д.Александрова. с8].

В тоже время, современные исследователи все чаще используют термин геронтопсихология и социальная психология старения. Под последней понимается комплексная практико-ориентированная наука, задачами которой является «изучение закономерностей личностных изменений, поведения и деятельности людей, обусловленных, во-первых, их включенностью в социальные группы, во-вторых, происходящими с ними изменениями, связанными со старением как их самих, так и других людей, членов этих групп, в- третьих, психологическими характеристиками самих этих групп». Не имея возможности в данной исследовании детально обсуждать терминологические тонкости обсуждаемого вопроса, отметим лишь, что наиболее адекватным представляется обозначение области связанной с исследованием психологических проблем пожилых людей как психологии старения, в структуре которой могут быть выделены более частные и конкретные области исследований, включая и изучение старости и старения как социально-психологического явления (социальная психология старения), рассмотрение биолого-медико-психологических аспектов периода поздней зрелости и индивидуально-личностных изменений психики в этом возрасте.

Дифференциация двух последних исследовательских областей связана с тем, что выступает основным предметом исследования. В первом случае это в первую очередь сам процесс старения и сопутствующие ему изменения,

в том числе и психики, а во втором случае, изменения индивидуальных, личностных и субъектно-деятельностных характеристик человека в контексте возрастных изменений обусловленных периодом старости. В данном исследовании мы будем использовать термин «психология старения» как обозначения области знания наиболее широко охватывающей все психологические (как социально-психологические, так и индивидуально-личностные) проблемы и направления исследования периода поздней зрелости.

Наиболее активно разрабатываются биологические аспекты старения. При этом рассматриваются гипотезы, теории и закономерности старения. Однако и психологические проблемы так же в последние годы получают все более интенсивное внимание исследователей. По сути дела, еще классики отечественной геронтологии И. И. Мечников, А. А. Богомолец, А. В. Нагорный в своих работах поднимали вопрос о психологических аспектах старения. Чуть позже, в работах Б.Г.Ананьева, М.А.Александровой и др. Были заложены основы психогеронтологии - дисциплинарной отрасли психологии, которая занималась специально психологическими проблемами старости и психологическими и психофизиологическими изменениями в пожилом возрасте.

В исследовании О.В. Красновой показано, что одним из механизмов жизненной активности пожилого человека в современной ситуации может стать сосредоточение на интересах узкого социального пространства - собственной семьи [Краснова О.В.2001. с 56].

Т.Д. Марцинковская, анализируя особенности психического развития в позднем возрасте, подчеркивает, что на смену прежним механизмам регуляции поведения, таким, как интериоризация, идентификация с окружающими и эмоциональное опосредование, приходят другие - уход в болезнь, привлечение к себе внимания с целью получения привилегии и снисхождения [Марцинковская Т. Д. 1999. с 32] .

По данным К. Рощака, перечень потребностей в пожилом возрасте во многом тот же самый, что и в предыдущие периоды жизни, однако изменяется структура, иерархия потребностей. Прослеживается выдвижение в центр потребностной сферы пожилого человека потребности в безопасности, в автономии и независимости, а также в проецировании на других своих психических проявлений. В тоже время потребности в творчестве, в любви, в самоактуализации и чувстве общности становятся менее значимыми [Рощак К. 1990. с 64].

Методологическая основа исследовательской работы (Research methodology). Исходными теоретико-методологическими основаниями и принципами исследования выступили: принцип комплексного, системного подхода в исследовании структуры и детерминации сложных психических явлений, принцип социальной обусловленности психики, принцип детерминизма и деятельностной обусловленности психических явлений, идеи и положения гуманистической психологии, положения психологической концепции развития человека в период средней и поздней зрелости.

Остановимся на обзоре наиболее важных с точки зрения изучаемой нами проблемы исследованиях и результатах.

Интересные данные были получены в исследовании Н.Ф. Шахматова проведя анализ жизненной позиции пожилых людей, которые считали свое старение удачным, успешным, благоприятным и даже счастливым, ученый пришел к нескольким выводам. Для таких людей характерна отчетливая ориентировка пожилых людей на настоящее и отсутствие какой-либо проекции на прошедшее, у них также нет и устойчивых планов деятельной жизни на будущее. Актуальное старческое существование принимается ими адекватно и без планов изменить что-то в лучшую сторону с четко выраженной созерцательной, спокойной и самодостаточной жизненной позицией. Окружающая жизнь, сегодняшнее состояние здоровья, физические недуги, быт воспринимаются такими людьми терпимо, такими, какие они есть, хотя при этом появляются и новые интересы, ранее не свойственные данному человеку. Среди них особо выделяются обращение к природе, склонность к стихосложению, желание бескорыстно быть полезным окружающим, в первую очередь больным и слабым [Шахматов.Н.Ф с.24].

Иногда в этом возрасте впервые появляется любовь к животным. Устойчивая мыслительная работа отражает стремление переосмыслить свой жизненный опыт, прошлую деятельность с позиции старого человека. Успехи в накоплении знаний, почетные должности и звания теряют прошлую привлекательность и кажутся малозначащими. По сути дела, речь идет о становлении новой жизненной позиции.

Выводы (Conclusion). Одним из механизмов жизненной активности пожилого человека в современной ситуации может стать сосредоточение на интересах узкого социального пространства - собственной семьи, анализируя особенности психического развития в позднем возрасте, подчеркивает, что на смену прежним механизмам регуляции поведения, таким, как интериоризация, идентификация с окружающими и эмоциональное опосредование, приходят другие - уход в болезнь, привлечение к себе внимания с целью получения привилегии и снисхождения. Перечень потребностей в пожилом возрасте во многом тот же самый, что и в предыдущие периоды жизни, однако изменяется структура, иерархия потребностей. Прослеживается выдвижение в центр потребностной сферы пожилого человека потребности в безопасности, в автономии и независимости, а также в проецировании на других своих психических проявлений. В тоже время потребности в творчестве, в любви, в самоактуализации и чувстве общности становятся менее значимыми. Необоснованным является стереотип восприятия старости как на время пассивного отдыха, «растительного существования», отчуждения от социума, замыкания на личных переживаниях. В современной литературе приводится достаточное число исследований подтверждающих, что период старости может и должен рассматриваться как период продолжающего психического развития человека. Выявлены различные трактовки понятия «старость». При

этом можно говорить о позитивном (конструктивном) и негативном (деструктивном) отношении к феномену, фиксируемому данным понятием.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Александрова М.Д. Проблемы социальной и психологической геронтологии. - Л.: 1974.
2. Краснова О. В. Условия и качество жизни в позднем возрасте // Психология зрелости и старения. - 2001. - № 4 (16).
3. Марцинковская Т. Д. Особенности психического развития в позднем возрасте// Психология зрелости и старения. - 1999. - № 3.
4. Роцак К. Психологические особенности личности в пожилом возрасте // Автореф. дис.... канд. психол. наук. М., 1990.
5. Шахматов Н. Ф. Психологическое старение. - М.: Медицина, 1996.

SHAXS SHAKILLANISHIGA TA'SIR QILUVCHI OMILLAR

*Ilmiy rahbar "TIQXMMI" MTU
"Professional ta'lim" kafedra
assistenti Jumamurodova Umida Murodboevna
YRK fakulteti 2-kurs talabasi
Qurbonov Muhammadali Olim o'gli*

O'z-o'zini anglashni rivojlantirishning barcha nazariyalari ma'lum bir yosh davriga xos bo'lgan xususiyatlarga qaratilgan, ammo ikkita mavzu, shubhasiz, yoshdan qat'i nazar, o'z-o'zini anglashning butun jarayonini qamrab oladi. Bu oilaviy munosabatlarning roli va atrof muhitdagilarning roliga ham bog'liq bo'ladi. Insonning ongida unga ta'sir qiluvchi «Muhit» atamasi bola uchun ham muhim bo'lgan odamlarni anglatadi, chunki bola ularning 'z hayotiga bevosita ta'sir qilishni his qiladi. Muhit insonlar—bu inson hayotida katta rol o'ynaydiganlar hisoblanadi. Ular ta'sirchan va ularning fikri juda katta vaznga egadir. Boshqa muhit shaxslarning shaxsga ta'sir darajasi ularning hayotidagi ishtiroki darajasiga, munosabatlarning yaqinligiga, ular ko'rsatadigan ijtimoiy qo'llab-quvvatlashga, shuningdek, boshqalar bilan bo'lgan kuch va hokimiyatga bog'liqdir.

Erta bolalik davrida bolaning muhitidagi eng muhim insonlar bu otalardir. Keyinchalik o'qituvchilar ularga qo'shilishadi va tengdoshlar guruhi ham muhim ahamiyatga ega bo'lib boradi. «Men» obrazini izlashda inson boshqa muhim shaxsni tanlaydi va o'zi yaratgan «men» obrazini qadrlaydi. Ushbu tasvirning aniqligi boshqa muhim shaxsning individual xususiyatlariga bog'liq. Boshqa muhim shaxsning ma'qullanishi bolada «men» ning ijobiy qiyofasini yaratadi, doimiy qoralash esa bolada salbiy o'zini o'zi tasavvur qilishiga olib keladi. Qanday bo'lmasin, yaratilgan tasvir o'z-o'zini anglashni rivojlantirish uchun zarur bo'lgan psixologik tajribaning asosiy manbaiga aylanadi. Oilada bola va otalari o'rtasidagi munosabatlar turi o'zini o'zi anglashning rivojlanishida juda muhim omil hisoblanadi. Bu quyidagi sabablar bilan bog'liq: birinchidan, o'z-o'zini

anglashning asoslari erta bolalik davrida qo'yiladi, bunda bola uchun asosiy boshqalar ota-onalar bo'lib, ular bilan o'zaro munosabatlar o'zi haqida g'oyalarning paydo bo'lishi va rivojlanishi uchun zarur bo'lgan fikr-mulohazalarni ta'minlaydi; ikkinchidan, ota-onalar bolaning o'zini-o'zi anglashining rivojlanishiga ta'sir qilishning noyob imkoniyatiga ega, chunki ularga jismoniy, hissiy va ijtimoiy jihatdan bog'liqdir. O'z-o'zini hurmat qilishning psixologik jihatlarini ko'rib chiqishda, hal qiluvchi omil bolaning oiladagi munosabatlari hisoblanadi. O'zini past baholash ota-onalarning bolaning adaptiv xatti-harakat qobiliyatini rivojlantirishga urinishlari bilan chambarchas bog'liq. Bu unga qo'yiladigan quyidagi talablarda ifodalanadi: itoatkorlik, boshqa odamlarga moslasha olish, kundalik hayotda kattalarga qaramlik, ozodalik, tengdoshlar bilan ziddiyatsiz munosabatda bo'lish kabi noxush holatlarga olib kelishi mumkin. Ko'rinishidan, muvaffaqiyat boshqa odamlarning xohishlariga moslashish qobiliyati bilan erishiladi, ammo bunday holat o'zini past baholashni shakllantirishga olib keladi. Bunday vaziyatda bola buziladi, u atrofidagi dunyoga ishonmaydi, o'zining shaxsiy qiymatini his qilmaydi.

O'rtacha o'zini o'zi qadrlash deganda ota-onalarning bolalarga nisbatan homiylik, kamsituvchi pozitsiyani egallashga urinishlari bilan bog'liq. Bu bolalarning ota-onalarining maqsadlari ularga bolalarni o'zlari kabi qabul qilish, ularning xatti-harakatlariga bag'rikenglik ko'rsatish imkonini beradi. Shu bilan birga, bolalarning turli mustaqil harakatlari ota-onalarda tashvish uyg'otadi. Ushbu guruhdagi bolalarning uyidan tashqarida mustaqil shaxsiy tajribaga ega bo'lish odatda cheklangan bo'ladi. O'zini yuqori baholaydigan bolalar bilan solishtirganda, bu guruhdagi bolalar o'zlari haqidagi boshqa odamlarning fikrlariga ko'proq e'tibor berishadi. O'z-o'zini hurmat qilish ota-onalardan birining muhim qarorlarni qabul qilishga urinishlari bilan bog'liq. Ushbu guruh oilalarining muhim xususiyati qarorlar qabul qilishda aniq, oldindan belgilangan vakolatlar va mas'uliyatning aniq namoyon bo'lishidir. Ota-onalardan biri butun oila rozi bo'lgan asosiy qarorlarni qabul qiladi. Turli kundalik masalalar bo'yicha fundamental qarorlar odatda birgalikda qabul qilinadi. Bu erda o'zaro ishonch muhiti hukm suradi, oilaning har bir a'zosi o'zini umumiy uy doirasiga kiritilgandek his qiladi.

Kichik yoshdagi o'quvchilarning o'z-o'zini anglashining o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda, ularning o'zlariga nisbatan salbiy munosabatini o'zgartirishga, ishonchni, muvaffaqiyatga intilishni rivojlantirishga yordam berish kerak. Ushbu maqsadlar uchun bolaning o'z-o'zini anglashining turli tuzilmalarini rivojlantirishga qaratilgan maxsus tuzatish dasturidan foydalanish mumkin. Dars mavzusi bo'yicha ish har bir aniq darsning maqsadiga erishish uchun sharoit yaratadigan bir yoki bir nechta mashqlardan iboratdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. G'oziyev E. Umumiy psixologiya. – Toshkent: Universitet, 2002. – 167b.
2. Каримова В.М. ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИЯ. – Тошкент: “Фан ва технология”, 2012. – 172 б.
3. Дўстмухаммедова Ш.А. ва бошқ. Ёш давлари ва педагогик психология. – Тошкент, 2013. – 342 б.

4.Реан А.А., Бордовская Н.В. Психология и педагогика – СПб: Питер, 2005. – 432 с.

5.www.eduportal.uz -Xalq ta'lim vazirligining axborot ta'lim porli.

6.www.ziyonet.uz – Axborot ta'lim portali.

7.www/rtm.uz - Xalq ta'lim vazirligining axborot ta'limi.

KEKSALIK DAVRIDA YOLG'IZLIK HISSINI NAMOYON BO'LISHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Rustamova Manzura Ne'matjanovna

Namangan To'qimachilik sanoati instituti o'qituvchisi

Insonning ma'naviy-axloqiy kamoloti va ijtimoiy faolligining asosini tashkil etuvchi mezon avlodlararo sog'lom muhitni ta'minlash bugungi kunda muhim ahamiyat kasb etmoqda. Chunki, jamiyat ijtimoiylashuvida, yoshlar tarbiyasida keksalarning o'rni tobora ortmoqda. Qariyalarning ijtimoiy faolligi insoniyatning o'tmishi, ma'naviy-merosini o'zlashtirish va yangilanayotgan O'zbekistonda avlodlararo jamiyat hayotining barcha sohalari – iqtisod va siyosat, fan va din, huquq va axloq, san'at va adabiyot, ta'lim va tarbiya, ma'naviyat va madaniyatning muhim vositasi sifatida namoyon bo'lmoqda. Bu jarayon hozirgi vaqtda ijtimoiy munosabatlarda keksalik holatidagi jiddiy o'zgarishlarda yaqqol namoyon bo'lmoqda. Shu bois, hozirgi davrda qariyalarning ijtimoiy faolligi yangilanayotgan o'zbekistonda avlodlararo ijtimoiy-falsafiy, ma'naviy jihatlarini tizimli tashkil etish dolzarb ahamiyat kasb etmoqda[1].

Qarish jarayoni individual-biologik xarakterga ega bo'lib, qariyalar faoliyatining to'xtash davri bir ijtimoiy maqomdan ikkinchisiga o'tish chegarasi sifatida qaraladi. Keksa yoshdagi ijtimoiy moslashuv o'z-o'zini idrok etishi, hayotning o'zgaruvchan davriga moslashish (ayniqsa, nafaqaga chiqqandan keyin), yashash yoki yangi ijtimoiy muhitga muvaffaqiyatli moslashish va jamiyatdagi o'zgarishlarga munosabat bildirish qobiliyatida namoyon bo'ladi. Bu keksalikda inson hayotini yaxshilash uchun sog'liqni saqlash, ijtimoiy himoya qilish tizimini takomillashtirish zarur. Shu munosabat bilan, mamlakatimizda “katta va kekse yoshdagi fuqarolarga uzoq muddatli tibbiy yordam ko'rsatishning zamonaviy modelini yaratish, uyda ijtimoiy va tibbiy xizmat ko'rsatish hamda boshqa qator chora-tadbirlarni nazarda tutuvchi gerontologik yordam sifati va qulayligini oshirish” ga qaratilgan ustuvor vazifalar belgilab olingan [2].

Keksalik jamiyat taraqqiyotning eng qadimgi davrlardan buyon insoniyat hayotida muhim ahamiyat kasb etgan. Dastlab, inson qarishining muhim jihatlari xususida qadimgi yunon tabibi Gippokrat “qarishni tabiiy issiqlikning kamayishi va suvsizlanish natijasi” deb ta'riflagan [4].

Aristotel, “qarish jarayonini tug'ilishdan boshlab issiqlikning asta-sekin kamayishi bilan izohlab, inson hayotini yoshlik, etuklik va qarish” kabi bosqichlari ochib bergan [6].

O'rta asr Sharq mutafakkirlari Forobiy «Risolar» ida qarilikning ijtimoiy axloqiy jihatlari, Abu Rayhon Beruniy «Hindiston» asarida inson qarishining ilmiyfalsafiy va tabiiy asoslarini, Ibn Sino «Tib qonunlari» kitobida keksalikning

tibbiy biologik xususiyatlarini falsafiy-metodologik jihatlari tadqiq qilingan [5].

XIX-XX asrda Abdurauf Fitrat, Mahmudxo‘ja Behbudiy asarlarida insonning tabiiy va ijtimoiy keksalik muammolari umummilliy ahamiyatini asoslaganlar. MDH olimlaridan Z.A.Butueva, A.Komfort, L.V.Mityakina, I.A.Podolskaya, I.V. Jdanova, L.V.Proxorova, O.P.Kashina, A.V.YArkin, R.E.Gergilov, N.A.Borisov, N.R.Xupeniya, A.T.Rostova, I.G.Shestakova, E.M.Orlova, L.R. Asxanova kabilar keksalikning insonlar sog‘lig‘idagi ba‘zi o‘zgarishlari genetik ahamiyatga ega bo‘lsada, aksariyat odamlarning etnik kelib chiqishi yoki ijtimoiy-iqtisodiy holati kabi xususiyatlariga bog‘liq ekanligi qayd etganlar [7].

Z.A.Butueva “Odamlar bolaligida, xatto rivojlanayotgan homilada yashayotgan muhit ularning shaxsiy xususiyatlari bilan birgalikda qarishlariga ham muayyan ta’sir ko‘rsatadi”, deya hayot davomida sog‘lom xulq-atvorni saqlash, xususan, to‘g‘ri ovqatlanish, muntazam jismoniy faollik oshirib borish kerakligini ta’kidlaydi. Bizningcha, jismoniy va aqliy salohiyatni yaxshilash inson salomatligining muhim omillaridan hisoblanib qarishga oid sog‘liqni saqlash choralari ishlab chiqishda nafaqat keksalik bilan bog‘liq yo‘qotishlarni engillashtiradigan individual va ekologik, ijtimoiy-psixologik yondashuvlarni ham hisobga olish muhimdir [8].

Tadqiqot olib boruvchi shaxs odamlar bilan gaplasha olishi va asosiy fikrlarni yozib olishi kerak. Tashxis holatida keksa odamlarning xulq-atvor strategiyalarining o‘ziga xos xususiyatlari bilan bog‘liq qiyinchiliklar mavjud.

Ko‘pgina tadqiqotchilar, javoblarining anonimligi kafolatiga qaramay, keksa odamlarning haddan tashqari ko‘p gapirishdan qo‘rqishini ta’kidlashadi. Shu sababli, keksa odamlar so‘rovlar davomida tom ma’noda hammadan qoniqishlarini namoyish qilish tendentsiyasi mavjud [4]. Ba’zi hollarda, keksa odamlar hayotining hissiy tomoniga ta’sir qiladigan savollarga javob berishda, ular tomonidan ta’sirchan, nazoratsiz reaksiyalar namoyon bo‘lishi mumkin. Ushbu qiyinchiliklarni bartaraf etish uchun ba’zi xususiyatlarni hisobga olish kerak.

Yuqoridagi fikrlarga tayangan holda xulosa qilib, tashxis qo‘yish tamoyillari keksa odamning yoshiga qarab o‘zgarmaydi. Balki, aniq va tushunarli ma’lumotlar almashish imkonini beruvchi mutaxassis va keksa kishi uchun qulay bo‘lgan nutq uslubini tanlash; munozara sohasini belgilash uchun ochiq savollardan va tafsilotlarni aniqlash uchun yopiq savollardan foydalanish; va boshqalar sabab bo‘lishi mumkin. So‘rovnoma natijasida hosil bo‘lgan ma’lumotlarning sir saqlanishi (qanday yozuvlar saqlanadi; ularni kim yuritadi; kim ularni ko‘rish huquqiga ega va hokazo) muhim.

Shuningdek, u natijalardan qanday maqsadlarda foydalanish mumkinligini ko‘rsatadi: nashrlar, tadqiqot ishlari, ta’lim maqsadlarida (masalan, maktabda yoki universitetda), ommaviy axborot vositalarida va hokazo. Bundan tashqari, shartnomada yoshi ulug‘ shaxsning ismi tilga olinishi mumkinmi, u o‘z materialiga qanday cheklovlar qo‘yishi ko‘rsatilgan va bu cheklovlar juda batafsil bayon etilishi kerak. Shartnoma mutaxassis, keksa kishi, uning oila a’zosi yoki yordamchisi tomonidan imzolanadi. Qariyalar haqida xulosalaydigan bo‘lsak, skleroz kuchayishi tufayli ular xotirasi pasayib, unutuluvchan bo‘lib qoladilar.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Aleksandrova M.D. Qarishning ijtimoiy jihatlarini mahalliy tadqiqotlar // Qarilik va qarish psixologiyasi: O'quvchi / Komp. O.V. Krasnova, A.G. Rahbarlar.-M.: Akademiya, 2007. - 416 b.
2. Bodalev A.A., Stolin V.V., Avanesov V.S. Umumiy psixodiagnostika. - Sankt-Peterburg: Nutq, 2006. - 440 p.
3. Galaganov V.P. Ijtimoiy ta'minot organlarining ishini tashkil etish. - M.: Akademiya, 2005. - 140 b.
4. Badritdinova, M. B., & Rustamova, T. N. (2021). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF DEVELOPMENT OF THINKING IN STUDENTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS. *Science and Education*, 2(2), 331-337.
5. Badritdinova, M. B. (2019). THE DEVELOPMENT OF METAMETHODS ASSOCIATED WITH COGNITIVE METHODS. *Scientific and Technical Journal of Namangan Institute of Engineering and Technology*, 1(6), 483-489.
6. Turg'unboyeva, A., Badritdinova, M., G'aniyeva, N., & Qayumov, B. (2021, May). DESCRIPTION OF THE METHODS OF DIAGNOSING THE COGNITIVE STYLE OF PUPILS IN THE EDUCATIONAL PROCESS. In *E-Conference Globe* (pp. 306-308).
7. Halimjanovna, A. M., & Baxromovna, B. M. (2023). MUAMMOLI TA'LIM MUSTAQIL FIKRLASH OMILI SIFATIDA. *Science and innovation*, 2(Special Issue 14), 266-270.
8. Halimjanovna, A. M., Bakhromovna, B. M., Alisherovna, M. N., Tuxtasinovna, T. R., & Jumaboyevna, T. S. (2023). Psychological Mechanisms for Overcoming the Feeling of Fear that Occurs in Students During the Examination Process. *Migration Letters*, 20(S8), 1549-1556.

O'SMIR VA O'SPIRINLARDA AYBDORLIK HISSI NAMOYON BO'LISH XUSUSIYATLARI O'RGANILISHI

Atamuratova Zamira Ikramovna

Urganch davlat universiteti mustaqil tadqiqotchisi

Aybdorlik hissi psixologik fenomen sifatida shaxsda xulq-atvor va bilish jarayonlari rivojlanishiga ta'sir ko'rsatuvchi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Aybdorlikni tahlil qilishga nisbatan nazariy va amaliy qarashlar ham ikki tomonlama tahlil qilingan. Ya'ni, aybdorlik hissini tuyishda moyillik holatiga nisbatan fanda ikki bir-biriga qarama-qarshi yondashuv shakllangan:

1. Aybdorlikni his etish yuksak axloqiy rivojlanganlik alomati
2. Aybdorlik hissiga moyillik psixik rivojlanishdagi regressiv holat.

Mazkur ilmiy-amaliy tezisdagi aybdorlik hissining rivojlanganligi yuksak axloqiy rivojlanish belgisi sifatida nazariy ma'lumotlar tahlil qilindi. Aybdorlik hissi psixik rivojlanishda shaxsda turli salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkinligi, asosan o'smirlik yosh davridagi bolalarda aybdorlik hissi ularda o'ziga bo'lgan bahosini pasaytiruvchi omil bo'lib xizmat qilishi, bu orqali ularning jamiyatga to'g'ri integratsiyasini ta'minlashga qaratilgan o'zini namoyon qilish, erkinlik

xususiyatlarini tarkib topdirish o'rganilayotgan mavzuimizning shaxs va jamiyat hayoti uchun dolzarb masala ekanligini ko'rsatib beradi.

Aybdorlik hissi mavzusini tahlil qilar ekanmiz, u o'zi nima va qachon, qanday yuzaga keladi degan savolni tavsiflashda olimlar fikrlarini taqqoslashdan boshlaymiz. Xususan, L. Ko'bergning axloqiy rivojlanish nazariyasiga ko'ra, aybdorlik hissi psixik rivojlanishning nisbatan kechki bosqichlarida shakllanadigan va xulq-atvor nazoratining yuksak darajada – o'zini-o'zi anglash darajasida, tashqi nazoratchi omillar rolining susayib borishini nazarda tutuvchi darajada tashkil etilishini ta'minlaydigan psixologik tuzulmadir [3]. Bunda shaxsning turmush tajribasi davomida shakllanadigan individual-psixologik xususiyatlari, xususan, axloqiy-madaniy yo'nalganlik, ijtimoiy ustanovkalar, qadriyatlari asosida tarkib topgan xarakter sifatleri rivojlanishning yuqori bosqichlarida namoyon bo'lishi e'tirof etib o'tilgan.

Ayrimlarda aybdorlik hissi besabab va bo'rttirilgan holda bo'lib, odamga zarar yetkazadi: surunkali charchoq, frigidlik, o'z hayotiga qasd qilish va hokazo. M. Lyuis (1977) fikricha, aybdorlik hissidan judo bo'lishning eng oson yo'li – ko'nikib, asta-sekin uning so'nib ketishiga yo'l berish[4].

Aybdorlik hissining yuzaga kelishiga olib keluvchi omillar tadqiqi ko'plab olimlar tomonidan amalga oshirilgan. Jumladan, aybdorlik kechinmalari odamda shakllangan axloqiy meyyorlar (vijdonlilik) bilan bog'liq, lekin mualliflar A.O. Maurer va Eibl-Eibesfeld buni biologik (genetik) asosga ham ega degan fikrni ilgari suradilar [2].

D. Osyubel aybdorlikni biogenetik mexanizmini ko'rsatmasa ham, lekin uni mohiyatan odamiyligini, mazkur emotsiya ijtimoiy normalar rivoji va mustahkamlanishining asosi ekanligini va minimal sharoitlarda ham turli madaniyatlarda namoyon bo'lishini ta'kidlaydi. U aybdorlik hissining rivojlanishi uchun uchta psixologik nishonani ajratib ko'rsatadi:

1. Umummadaniy qadriyatlarni qabul qilish
2. Bu qadriyatlarni internallashtirish
3. O'z-o'zini tanqid qilish qobiliyatini shu darajada rivojlantirish kerakki, u internallashtirgan qadriyatlar bilan real xulq-atvor o'rtasidagi farqni idrok etsin [1].

Aybdorlik hissining genezisi, inson xulq-atvoriga salbiy ta'siri va turlari ham tavsiflangan. Shunday qilib, aybdorlik hissini atroflicha tahlil qilingan va o'rganilishida davom etayotgan ilmiy muammo sifatida ko'rsatilishi mumkin.

Aybdorlik hissi determinanti sifatida K. Izard (1980) "noto'g'ri qilingan ish"ni ko'rsatadi. Uning fikricha, axloq-odob yoki diniy normalarga zid bo'lgan qilmishning natijasi aybdorlik kechinmasi bo'ladi[3]. Ushbu holat shaxsda o'ziga bo'lgan bahosining tushib ketishiga ham olib kelishi mumkin. Fikrimiz isboti uchun shaxs o'z-o'zini baholash xususiyati va aybdorlik hissining o'zaro aloqadorligini aniqlashga qaratilgan "Zina" proyektiv metodikasi [6] hamda "Aybdorlik hissining anglanganlik indeksi" metodikalari yordamida tadqiqot (n=80; 1-jadval) olib borildi.

"Zina" proyektiv metodikasi bo'yicha o'zini-o'zi baholash darajasi natijalar tahlili

1-jadval

Sinaluvchilar guruhi	Baholash darajalari		
	Yuqori	O'rta	Quyi
O'smir	3,33 %	23,33 %	73,34 %
O'spirin	8,33 %	65 %	26,67 %

Natijalar tahliliga ko'ra, o'smirlarda o'z-o'zini baholash quyi darajasi 3,33 %ni tashkil etsa, ushbu ko'rsatkich o'spirinlarda 8,33 % ga tengligini ko'ramiz. Shuningdek, o'zini-o'zi baholash ko'rsatkichlari o'rta darajada baholashi o'smirlik yosh davridagi sinaluvchilarda 23,33 %, o'spirinlik yosh davridagi sinaluvchilarda esa 65 % ga tengligi aniqlandi. Bunda o'spirinlik yosh davridagi sinaluvchilarda, o'smirlik davri sinaluvchilariga nisbatan o'zini baholashi adekvatligini kuzatishimiz mumkin. Quyi darajadagi ko'rsatkichda esa aksincha o'smirlik yosh davridagi sinaluvchilarda 73,34 % da, o'spirinlarda 26,67 % ga tengligini kuzatamiz. kamaytirishga erishganimizni bildiradi. Mazkur jarayonda sinaluvchilarning yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda, ulardagi o'zini baholashning past darajasi o'smirlarga, adekvat baholash o'spirinlarga ko'proq xosligi aniqlandi. Biz o'z tadqiqotlarimiz tahlilidan kelib chiqqan holda, o'smirlik yosh davridagi sinaluvchilarda o'zlariga bo'lgan bahosini adekvatlashtirishga qaratilgan tavsiyalar va trening dasturlari ishlab chiqish ta'lim sohasida xizmat qilayotgan amaliyotchi psixologlar oldida turgan muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

Tadqiqotning ikkinchi qismida biz yuqorida o'z-o'zini baholash tahlil qilingan o'smir va o'spirin yoshlarda aybdorlik hissi namoyon bo'lish xususiyatlarini J. Otterbaxer, D. Munzlarning "Aybdorlik hissining anglanganlik indeksi" metodikasi[5] asosida o'rganib chiqdik. Quyida 2-jadvalda natijalar tahlili keltirib o'tildi

2-jadval

Sinaluvchilar guruhi	Yuqori%	O'rta%	Quyi%
O'smir	26,67	43,32	30,01 %
O'spirin	43,32	53,35	3,33

Olingan natijalarga ko'ra, umumiy qiymatda o'smirlar guruhida aybdorlik hissining yuqori ko'rsatkichi 26,67 % ni, o'spirinlar guruhida esa 43,32 % ni tashkil etishi aniqlandi. Ushbu tahlidan yuqorida nazariy ma'lumotlarda keltirib o'tilgan jihat, xususan o'spirinlik yosh davrida aybdorlik hissi rivojlanishini L. Ko'bergning axloqiy rivojlanish nazariyasiga mos ravishda amaliy isbot sifatida kuzatish mumkin. Shuningdek, o'smirlik yosh davrida aybdorlik hissi namoyon bo'lishi o'rta darajada 43,32 % foizni tashkil etib, o'spirinlarda ushbu ko'rsatkich 53,35 % ni tashkil etishi kuzatildi.

Mazkur tahlilda ham o'spirinlik yosh davrida aybdorlik hissini tuyishga nisbatan yuqori ko'rsatkich tafovutini ko'rish mumkin. Faqat quyi

ko'rsatkichdagina o'smirlarda aybdorlik hissi 30,01 % ni tashkil etsa, o'spirinlarda bu ko'rsatkich 3,33 % ga tengligi aniqlandi. Ya'ni aybdorlik hissining yetishmasligi o'smirlarda o'spirinlarga nisbatan yuqori bo'lar ekan. Bundan shunday xulosalar kelib chiqadiki, sinaluvchilarda aybdorlik hissiga nisbatan yondashuv va qarashlari o'zgarishida tashqi muhit ta'siri, ta'lim jarayoni, jamiyatdagi statusi ham muhim rol o'ynashi alohida e'tiborga molik masaladir. Umumiy tahlil shuni ko'rsatadiki, o'smirlardagi o'zini baholashning past darajada bo'lishi ularda aybdorlik hissi namoyon bo'lishiga ta'sir ko'rsatmas ekan. Ushbu holat o'smirlik davrida boladagi turli fiziologik va psixologik o'zgarishlar bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Ausubel, D. P. (1955) Relationships between shame and guilt in the social-lizing process. *Psychological Review*, 62(5), 378–390. <https://doi.org/10.1037/h0042534>
2. Ilin E.P. Emotsi i chuvstva 2-e izd. – SPb.: Piter, 2008, 783b.
3. Izard K.E. Psixologiya emotsiy. – SPb.: Piter, 369-409b.
4. Lewis, M. (2008). Self-conscious emotions: Embarrassment, pride, shame, and guilt. *Handbook of emotions* (pp. 742-757). New York, NY, USA: Guilford Press. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6143989/#r82>
5. Otterbacher, J. R., & Munz, D. C. (1973). State-trait measure of experiential guilt. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 40(1), 115–121.
6. SHur V.G. Metodika "Lesenka" <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psixologiya/2019/07/01/metodika-lesenka-v-g-shchur>

O'SMIRLARDAGI HULQ-ATVORNING IJTIMOIIY PSIXOLOGIK ASOSLARI

Jasurova Nazira Hasan qizi, I-bosqich magistri
Jizzax davlat pedagogika universiteti

Bola jamiyatning a'zosi, mukammal shaxs sifatida muayyan ijtimoiy muhitda kamol topar ekan, uning bugun bilish jarayonlari, o'ziga xos xususiyatlari va ruhiy holatlari, ongi rivojlanadi. Ana shu rivojlanish natijasida uning psixikasi, ongi go'dakning dastlabki oddiy aks ettirish (in'ikss) tarzidagi sodda ongida balog'atga yetgan insonlarga xos tevarak-atrofn, borliqni, odamlarni aniq, yaqqol, to'la va anglab aks ettirish darajasigacha taraqqiy etadi.

Inson zotining turli jihatlarini o'rganish bilan bolalar anatomiyasi va fiziologiyasi, oliy nerv faoliyati fiziologiyasi, gigiena, pedagogika, etnografiya kabi fanlar shug'ullangani kabi uning kamol topishidagi qonuniyatlarni, sub'ekt psixikasini, ongining mantiqiy mexanizmlarini, umuman, odam zotining tug'ilganidan to voyaga yetgunicha psixik rivojlanishini psixologiya fanlari sistemasining alohida sohasi — bolalar psixologiyasi fani o'rganadi va tadqiq qiladi. Bolaning psixik rivojlanishini kuzatgan psixologlar (L.S.Vigotskiy, P.P.Blonskiy, A.Vallon, J.Piaje va boshqalar)ning aniqlashicha, mazkur kamol

topishning o'ziga xos xususiyatlariga asoslangan (senzitiv — qulay) davrlari mavjud bo'lib, ular individning o'zi yashab to'rgan muhitda (bog'cha, oilada) tutgan o'rni, bilish jarayonlari, o'ziga xos xususiyatlari, holatlari, shaxsi va ongining o'sishi darajasi bilan bevosita bog'liqdir.

O'smirlik davri 10–11 yoshdan 14–15 yoshgacha bo'lgan davrni tashkil etadi. Ko'pchilik o'quvchilarda o'smirlik yoshiga o'tish asosan 5–sinfdan boshlanadi. «Endi u bola emas–u, hali katta ham emas» - bu formula o'smirlik davri xarakterini bildiradi. Bu yoshda o'smir rivojida keskin o'zgarishlar ro'y bera boshlaydi. Bu o'zgarishlar fiziologik, hamda psixologik o'zgarishlardir. Fiziologik o'zgarish jinsiy yetilishning boshlanishi va bu bilan bog'liq ravishda tanadagi barcha aozolarning mukammal rivojlanishi va o'sishi, xujayra va organizm tuzilmalarining qaytadan shakllana boshlashidir. Organizmdagi o'zgarishlar bevosita o'smir endokrin sistemasining o'zgarishlari bilan bog'liqdir. Bu davrda ichki sekresiya bezlaridan biri gipofez bezining funksiyasi faollashadi. Uning faoliyati organizm to'qimalarining o'sishi va muhim ichki sekresiya bezlarining (qalqonsimon bez, buyrak o'sishi va jinsiy bezlar) ishlashini kuchaytiradi. Natijada bo'y o'sishi tezlashadi, jinsiy balog'atga yetish (jinsiy organlarning rivojlanishi, ikqilamchi jinsiy bezlarning paydo bo'lishi) amalga oshadi.

O'smirlar o'zlarini kattalardek tutishga xarakat qiladilar. Ular o'zlarining layoqat, qobiliyat va imkoniyatlarini ma'lum darajada o'rtoqlari va o'qituvchilarga ko'rsatishga intiladilar. Bu xolatni oddiy kuzatish yo'li bilan xam osongina ko'rish mumkin. O'smirlik yoshiga xos bo'lgan psixologik xususiyatlarni o'rgana turib, o'smirlar shaxsining shakllanib, rivojlanib, kamolatga erishish yo'llarini va unga ta'sir etadigan biologik va ijtimoiy omillarning bevosita ta'sirini tushunish mumkin. Bu davrda o'smir baxtli bolalik bilan xayrlashgan, lekin kattalar hayotida hali o'z o'rnini topa olmagan xolatda bo'ladi.

O'smirlik davriga ko'pincha so'zga kirmaslik, o'jarlik, tajanglik, o'z kamchiliklarini tan olmaslik, urushqoqlik kabi xususiyatlar xos. Kattalarga nisbatan agresiv munosabatning paydo bo'lishi, negativizm singari nohush hulq-atvor alomatlari o'z–o'zidan kelib chiqadigan bevosita jinsiy yetilish tufayli paydo bo'ladigan belgilar bo'lmay, balki ular bilvosita ta'sir ko'rsatadigan o'smir yashaydigan ijtimoiy shart–sharoitlar vositasi orqali: uning tengdoshlari, turli jamoalardagi mavqei tufayli, kattalar bilan munosabati, maktab va oilasidagi o'rni munosabatlari sababli yuzaga keladigan xarakter belgilaridir. Mana shu ijtimoiy sharoitlarni o'zgartirish yo'li bilan o'smirlarning hulq-atvoriga to'g'ridan–to'g'ri ta'sir ko'rsatish mumkin.

Ko'pgina o'smirlarda o'zidan qoniqmaslik holati kuzatiladi. Shuningdek, o'zi xaqidagi mavjud fikrlarining bugun unda sodir bo'layotgan o'zgarishlarga to'g'ri kelmayotganligi o'smirni asabiylashishiga olib keladi. Bu esa o'smir o'zi xaqida salbiy fikr va qo'rquvni yuzaga keltirishi mumkin. Ba'zi o'smirlarni nima uchun atrofdagilar, kattalar, shuningdek, ota–onasiga qarshi chiqayotganligini anglay olmayotganligi tashvishga soladi. Bu holat ularning ichdan asabiylashishlariga sabab bo'ladi va o'smirlik davri krizisi deyiladi.

O'smirlik davrida yetakchi faoliyat–bu o'qish, muloqot hamda mehnat faoliyatidir. O'smirlik davri muloqotining asosiy vazifasi bu do'stlik, o'rtoqlikdagi

elementar normalarini aniqlash va egallashdir. O'smirlar muloqotining asosiy xususiyati shundan iboratki, u to'la o'rtoqlik kodeksiga bo'ysinadi. O'smirlarning ota-onasi, kattalar bilan qiladigan muloqoti asosan ularning katta bo'lganlik hissi asosida tuzilgan bo'ladi. Ular kattalar tomonidan qilinadigan xaq-xuquqlarini cheklashlariga, qarshilik va eotirozlariga qattiq qayg'uradilar. Lekin shunga qaramasdan u muloqotda kattalarning qo'llab-quvvatlashlariga ehtiyoj sezadilar. Birgalikdagi faoliyat o'smirga kattalarni yaxshiroq tushinishlari uchun yordam beradi.

O'smir o'zida bo'layotgan o'zgarishlar, uni tashvishga solayotgan muamolar xaqida kattalar bilan bo'lishishga katta extiyoj sezadi, lekin buni xech qachon birinchi bo'lib o'zi boshlamaydi. O'smir o'ziga nisbatan yosh bolalardek qilinadigan muomila – munosabatiga qattiq norozilik bildiradi. O'smirlar muloqoti nihoyasida o'zgaruvchanligi bilan xarakterlanadi. O'smirlik davriga kimningdir hatti –xarakatini imitatsiya qilish xosdir. Ko'pincha ular o'zlariga tanish va yoqadigan kattalarning hatti-xarakatlarini imitatsiya taqlid qiladilar. Qayd etib o'tilgan yo'nalganlik albatta kattalarning ham muloqot va munosabatda mavjud, lekin ular kattalarnikidan o'z emotsionalligi bilan farqlanadi. Tengdoshlari, shuningdek sinfdoshlari guruxida o'smir o'zining kelishuvchanlik xususiyati bilan namoyon bo'ladi.

O'smir o'z guruxiga bog'liq va qaram bo'lgani holda shu guruxning umumiy fikriga qo'shilishga va uning qarorini doimo bajarishga tayyor bo'ladi. Gurux ko'pincha o'smirde «Biz» hissining shakllanishiga yordam beradi va uning ichki holatini mustaxkamlaydi. O'smir yoshdagi bola uchun do'st tanlash juda katta ahamiyatga ega. O'smirlik davrida do'st juda qadri hisoblanadi. Do'stlar doimiy ravishda ruhan, qalban yaqin bo'lishga extiyoj sezadilar. Bu extiyoj o'smir do'stlarning so'rashishi va ko'rishishlarida (qo'l berib, quchag'lab ko'rishish) birga o'tirish va birga yurishga xarakat qilishlarida ko'rinadi. Ko'pgina ana shunday juda yaqin munosabatlar, o'smirlarning shaxs bo'lib shakllanishdagi, birgalikdagi xarakatlarini izi inson qalbida va xotirasida bir umrga saqlanib qoladi.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Rasulova Z.A. Farzand tarbiyasiga oid psixologik maslahatlar. – T., 2014. –106-b.
2. Осорина М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. – Санкт-Петербург.: «Питер», 2000
3. Qarshiboyeva, G.Ozligingni angla. Arxiv Nauchных Publikatsiy JSPI, 1-52.
4. Qarshiboyeva, G.Hayotni sevib yashang! Arxiv Nauchных Publikatsiy JSPI, 1-48.
5. Qarshiboyeva, G.Psixologik maslahat. Arxiv Nauchных Publikatsiy JSPI.
6. Каршибаева, Г. А., Абдукадырова, Н. Х., & Абдукаримова, Э. И.Педагогические конфликты-неизбежные спутники школьной жизни. Аспекты и тенденции педагогической науки (ст. 115-117).

O‘SMIRLARDA SUITSIDAL XULQNING NAMOYON BO‘LISH SHAKLLARI

Қаршибоева Гулноза Абдукадыровна

кандидат психологических наук (PhD), доцент

Джизакский государственный педагогический университет

Ijtimoiy, iqtisodiy hayotda ro‘y berayotgan jadal o‘zgarishlar, ishlab chiqarish munosabatlarining rivojlanishi, fan-texnika taraqqiyoti, undagi ilg‘or yutuqlarning kundalik hayotimizga, odamlar turmush tarziga chuqur kirib borishi, urbanizatsiya – bularning barchasi bugungi kun shaxsiga har qachongiga qaraganda ko‘proq ham jismoniy, ham emotsional zo‘riqishlarni beradi. Odamlarning emotsional zo‘riqishlar olishi, uzoq vaqt ruhiy siqilishi, asabiylik holatida bo‘lishi ularning har xil stresslarga beriluvchanligini oshirib yuboradi. Shuning uchun ham bugungi kunlarda erishayotgan olamshumul yutuqlarimiz bilan bir qatorda, odamlar o‘rtasida asabiy toliqishlik holatlarining ortishi, o‘z joniga qasd qilish (suitsid) kabi noxush hodisalar ham kuzatilmoqda.

Ba‘zi mutaxassislar bunday hollarni turmush sharoitining og‘irligi, ekologik vaziyatlarning buzilishi kabi holatlar bilan ham izohlamoqchi bo‘ladilar. Albatta, bu omillarning ham inson ruhiyatiga, organizmiga o‘ziga xos ta’siri mavjud. Lekin ular muammoning asosi bo‘la olmaydi. Agar turmush tarzining murakkabligi, yashash sharoiti-ning og‘irligi, xizmat mashaqqati yuqorida keltirib o‘tilgan noxushliklarga sabab bo‘lsa, unda, tarixiy manbalarda qayd etilishicha, Ikkinchi jahon urushi yillari jang maydonlaridagi, front ortidagi vaziyat bundan ham og‘ir bo‘lgan. Biroq shu singari og‘ir kunlarni boshidan kechirgan fuqarolar o‘z jonlariga qasd qilmaganlar, ularda hozirgidek suitsid holatlari kuzatilmagan.

Bu muammolarning asosida ijtimoiy-iqtisodiy, huquqiy, tibbiy omillardan ko‘ra, ko‘proq psixologik omillar: odamlarning shaxsiy xususiyatlari, qadriyatlari, ularning dunyoqarashi, e’tiqodi, hayotga bo‘lgan munosabati, ular uchun hayotning mazmuni, o‘z-o‘zini baholash, o‘ziga va atrofida qilayotgan bo‘lgan munosabatining xarakteri yotadi.

Shuning uchun suitsid kabi noxush hodisalarning sababini, avvalo, shu hodisalarni sodir etayotgan shaxsning o‘zidan, uning ruhiy olamidan qidirish lozim. Ularning oldini olish, bartaraf etish uchun esa shunday holatlarga tushib qolishi mumkin bo‘lgan odamlarning “ichki dunyosini”, qadriyatlari tizimini, u yashayotgan oila, u ishlayotgan, xizmat qilayotgan jamoadagi psixologik muhitni yaxshilash zarur.

O‘tgan asrning 70-yillarida bir guruh olimlar tomonidan butunittifoq ilmiy-uslubiy suitsidologik markaz tashkil etilib, shu tariqa suitsidal holatlar kelib chiqishining sabablarini o‘rganishga nisbatan jiddiy yondashuvlar davri boshlandi (Ambrumova A.G., Dyurkgeym, Kann A., Kovalyov V.V., E., Rodjers K., Assadjioli R., Erikson M., Lichko A.I). Yuqoridagi tadqiqotlarning aksariyati A.G.Ambrumovaning suitsid muammosini, mikroijtimoiy nizolarni his etish sharoitidagi shaxsning ijtimoiy-psixologik dezadaptatsiyasi oqibatida yuzaga keladigan suitsidal xulq-atvor konsepsiyasiga asoslanadi.

Bu boradagi ishlarning samaradorligi aholi o'rtasida psixologik bilimlarni targ'ib qilish, faoliyati bevosita inson omili bilan bog'liq mutasaddi xodimlar, shaxsiy tarkib bilan ishlovchi xodimlar, bo'linmalar rahbarlarining psixologik savodxonligi va psixologik nazokati daraja-siga kuchli bog'liq.

Ta'kidlash joizki, mamlakatimizda ushbu muammoning o'rganilishi katta ilmiy-nazariy va ilmiy-amaliy ahamiyatga egadir. Chunki o'smirlarning ta'lim-tarbiyaviy ishlariga mutasaddi xodimlarning faqat ayrimlarigina:

- a) o'smirlarning pubertat davri xususiyatlari;
- b) ruhiy zo'riqish holatlari;
- v) o'smirlik davrining depressiyasi;
- g) kattalar bilan yuzaga keladigan o'zaro nizoli vaziyatlar va ularni bartaraf etishning tarbiyaviy usul hamda vositalari to'g'risida zarur ma'lumotga egadirlar.

O'smirlar ham o'zlarining yosh xususiyatlari to'g'risidagi bilimlarga, tengdoshlariga yordam berish ko'nikmalariga ega bo'lmaganliklari tufayli noxush vaziyatlarda o'rtog'ini o'z joniga suiqasd qilishdan saqlab qolishga qodir emaslar. O'tkazilgan tadqiqotlar tahlili shuni ko'rsatmoqdaki, o'z joniga suiqasd qilish mexanizmlarining nazariy va amaliy jihatdan yetarlicha asoslanmaganligi, ushbu yoshdagilar suitsidining psixologik, pedagogik profilaktikasi, diagnostikasi, korreksiyasi amaliyotda keng qo'llanilmayotganligi, o'smirlar suitsidi va uning oldini olish to'g'risidagi axborotlarning yetishmasligi, ular o'rtasida suitsidal faollikni cheklash va oldini olish tarbiyaviy chora-tadbirlari yetarli natijalar bermayotganligi mutaxassislar, olimlar tomonidan ta'kidlanmoqda.

Suitsidal xulq namoyon bo'lish shakllari quyidagilardan iborat:

1. Ichki shakllar: hayot qiymati yo'qligi to'g'risidagi fikrlar, passiv suitsidal o'yalar, ya'ni o'lishni xohlamasada, o'z o'limi to'g'risida tasavvur qilish, suitsidal rejalar tuzish yoki loyihasini ishlab chiqish, suitsidal niyatlar yoki o'zini o'ldirish to'g'risida qaror qabul qilish. (2-rasmga qarang)

2. Tashqi shakllar: suitsidal iboralar, suitsidal harakatlar, yakunlangan suitsid [31]

Yosh davriga xos suitsidal xulqning psixologik diagnostikasi va korreksiyasi kompleks hamda differensial xususiyatga ega ekanligi tufayli bir qator vazifalarning hal etilishi talab qilinadi:

- affektiv tanglikni bartaraf etish orqali suitsidal xavf darajasini kamaytirish;
- inqirozli vaziyatlarni hal etish;
- postsuitsidal holatlarni korreksiyalash;
- shaxsning ijtimoiy-psixologik moslashuvchanligi darajasini barqarorlashtirish [1].

Suitsid xavfi ehtimoli bo'lgan shaxsga nisbatan psixologik korreksiyani amalga oshirishda individual, oilaviy, guruhshakllar qo'llaniladi.

Shaxsni o'rab turgan ijtimoiy-psixologik muhit xususiyatlarini inobatga olgan holda, suitsidentlar bilan ishlashda psixologik korreksiyaning turli yo'nalishlari orqali holatni bartaraf etish metodlarini yanada keng qo'lamda tatbiq etish masalasi qo'yiladi [1].

Suitsidal harakatlarning oldini olish va bartaraf etishda psixologik nazariya hamda amaliyotda bir qator korreksion yo'nalishlar mavjud bo'lib, suitsidal

faollikni cheklash, shaxsning ijtimoiy-psixologik moslashuvchanligini tiklash va yuzaga kelgan inqirozli vaziyatdan chiqib ketish uchun uning ichki imkoniyatlarini faollashtirishning turli usul va yoʻnalishlarini asoslashga harakat qilinadi [17].

Adabiyotlar roʻyxati

1. Амбрумова А.Г., Бородин С.В., Михлин А.С. Предупреждение самоубийства. — М., 1980. — 105 с.
2. Амбрумова А. Г. Роль личности в проблемном наборе. Тр.Москва. НИИ психиатрии МЗ РСФСР. - М., 1981. -89 с.
3. Гишинский Я.Я. Самоубийство – это социальный акт. Проблемы борьбы с девиантным поведением. — М., 1989. — 114 с.
4. Дюркгейм Э. Самоубийство. // СПб.: «Союз», 1998.-496 с.
5. Ефремов В.С. Базовая суицидология. -СПб., 2004.-479 с.
6. Конангук Н. В. О психологическом смысле суицидов//Психологический журнал. - 1989. - Т. 10. - № 5
7. Понти Дж. Криминология действий преступников и самоубийств.//Trattato di criminologia, medicina criminologica e psichiatria forense. 1988. Том 7, № 7. С. 149.
8. Каршибоева Г. Ўзлингни англа. Архив Научного издания JSPI, 1-52.
9. Каршибаева Г.А., Эшмуратов О.Е. (2018). Факторы суицидального поведения, влияющие на формирование поведения несовершеннолетних. Молодой ученый, (49), 235-237.
10. Каршибоева Г. Психологическое консультирование. Архив Научного издания JSPI.
11. Каршибаева Г.А. Особое суицидальное поведение в подростковом возрасте. Молодой ученый, (7), 663-665.
12. Каршибаева Г.А. Психопрофилактические меры по предотвращению самоубийства у подростков. Молодой ученый, (49), 233-235.
13. Каршибаева Г.А. Теоретическая основа проблемы психологических особенностей подростков с суицидальным поведением. Молодой ученый, (49), 230-233.
14. Каршибаева Г.А., Норбекова Б.Ш., Туракулов Л.Т. Самоубийство-это не просто способ обратить на себя внимание. Европейский журнал образования и прикладной психологии, (2).
15. Каршибаева Г.А. Самоубийство в ряду других социальных явления. Молодой ученый, (5), 581-584.
16. Каршибоева Г. Характеристики мотивационных потребностей подростков с суицидальным поведением. Евразийский Союз Ученых, 1(10 (79), 48-49.
17. Шумаров Г.Б., Согинов Н.А., Кадыров Ю.Д., Палуанова З.Д. Исследование случаев самоубийств: проблемы и решения. Методическое руководство. (Для членов Целевой группы по профилактике суицидального поведения). // Ответственный редактор. -Т., 2020. -138 с.

KONFLIKT VA HIMOYA MEXANIZMLARI

Qodirova Malikaxon Kaxramonovna, katta o'qituvchi

Jizzax davlat pedagogika universiteti

Konflikt – o'zaro qarama – qarshi bo'lgan ziddiyatli manfaatlar va munosabatlarning ochiq to'qnashuvidir.

Konfliktning yechimini topish – konflikt vaziyatni yo'qotish hamda u yuzaga keltirgan munosabatlarni to'g'ri yo'lga solish bilimlari va ko'nikmalari majmuidan iboratdir. Konflikt - oddiy hol. Chunki konflikt har bir insonning turmushi va tirikchiligiga xos bo'lgan, xayot tarziga tegishli narsa.

Insonlararo, oilalar ichida bo'layotgan konfliktlardan o'zini tortishni bizga bolaligimizdan o'rgatib kelishadi. Bizni bolaligimizdan konflikt vaziyatlardan o'zimizni tortishga, "janjalkash" bo'lmaslikka, nizolarni keltirib chiqargan va unda qatnashgan odamlardan o'zimizni tortib yurishga o'rgatishadi. Konflikt - bizning milliy mintalitetimizda "yaxshi" bo'lmagan holat va vaziyatga tenglashtiriladi. Konflikt bo'lganidan ko'ra, konflikt bo'lmaganini biz afzalroq ko'ramiz. Biz konfliktni hayotimizdagi eng "yomon" davr sifatida baholaymiz. Konfliktidan uzoqroqda yashash ko'nikmalari bizning tafakkurimizga chuqur singdiriladi.

Shubhasiz, inson oddiy holatlarda konfliktli vaziyatlarga tushib qolsa, balki maxsus konfliktologik bilimlarsiz ham qanday yo'l tutishni bilishi mumkin. Ammo murakkabroq vaziyatlarda konfliktli munosabatlarni bartaraf etish usullarini bilish ortiqchalik qilmaydi. Ijtimoiy hayotda asosiysi konfliktologiyaning o'rni, u haqda fikrlash va yozish, uni bilmay turib muhokama qilish jarayonidagi xato va qiyinchiliklar tug'ilishidan ko'ra, yechimni grammatik va mantiqiy bilimlar asosida izlashda hisoblanadi.

Z.Freyd inson ichki dunyosidagi konfliktining mantiqiga yuzlandi. U konfliktlar dunyoning yaxlitsizligini inson qalbidagi qayg'uli izi deya hisoblashni rad etdi. Shuningdek, inson ichki konfliktini harakat ko'rinishi, qalbning dinamikasi deb e'tirof etdi. Ichki konflikt shaxs rivojiga ta'sir etadi. Kuchlar to'qnashuvida oqibatni bir tomonlama aniqlash mumkin emas. Shuning uchun shaxs o'z imkoniyatlarini ochib berishi kerak. Inson qalbining azobli kurashiga o'ralashib qolishi va beixtiyor o'z yaqinlarini ham shunday munosabatlarga tortishi mumkin.

Bu so'zni aytishda kurash chaqiriqlari eshitilgandek, go'yo inson o'zini turli bosqinlardan asrash uchun nimalardir qilayotgandek. Shaxsdagi eng qimmatli narsa uning ahloq dasturi hisoblanadi. Inson o'zini bugun ham kecha qanday bo'lsa, bir yil oldin, tug'ilgandan boshlab shu kungacha kim bo'lgan bo'lsa shundayligicha anglashga intiladi. Inson o'zining ahloqini qarshilik ko'rsatmaydigan, ko'nuvchan, cheklangan deb hisoblaydi. Ammo hayot barcha dasturlardan murakkabroq. Inson ehtiyojlari qondirilmaganda o'zgacha holatga tushadi. Bu esa talab va uning qanoatlantirilmasligini anglash o'rtasida konflikt keltirib chiqaradi. Frustrasiya holati paydo bo'ladi: maqsadga erishish yo'lidagi qayg'urish. Bunday vaqtda "Men" himoya mexanizmini ishga soladi.

Avvalo bu oddiy ta'sir – kelayotgan axborot oqimini to'xtatish hisoblanadi. Faktlar rad etiladi. Rad etilish shaxs o'zini hech qanday hodisa bo'lmagandek

tutishini faraz qiladi. Bunday himoyaga murojaat etuvchilar bolalar yoki yoshi kattaroq insonlar bo'ladi. Og'ir haqiqatki o'qimishli odamlar ham shunday himoyaga intiladilarki, bunday holatlar ruhiy kasalliklarga olib keladi. (masalan, xotin erining o'limiga o'zi guvoh bo'lsa ham buni tan olmaydi).

Himoyaning yana bir ko'p tarqalgan formasi bu unutish hisoblanadi. Inson xotirasida xech narsa unutilmaydi, ya'ni inson hech narsani unutmaydi. Biz aniq hodisalarning ongimizda katta bo'lmagan qisminigina saqlab qolamiz. Zarurat tug'ilganda xotiradan kerakli ma'lumotlarni ololamiz. Z.Freyd bu holatni xotira oldi deya ta'riflaydi. Agar himoyaning siqib chiqarish mexanizmidan foydalanilsa shikastlovchi ma'lumot ondan ketib ongsiz bo'lib qoladi. Ong ostida insonga qayg'u olib keluvchi fikr va hissiyotlar yashiringan. Ularni yo'qotilgan deb bo'lmaydi. Ularga faqat ongning nurlari tushmayapti xolos.

Fantaziya – bu ham himoya mexanizmlaridan biri bo'lib, ko'pincha xafa bo'lgan bolalar o'zlarini o'lib qolishiyu, ota-onalarining chekayotgan azoblarini tasavvur etishadi. Kechinmalar doimo haqiqiy, tasavvuriy harakatdan farqli ravishda shaxsni tinchlanishiga ta'sir etadi. Fantaziyaning og'ir formasining paydo bo'lishi inson o'zidagi siqib chiqarilgan hissiyotni boshqalarga ko'chirishi bilan bog'liq. Bunda himoyaga ko'chirib o'tkazish (proeksiya) mexanizmi ishga tushadi. O'z g'amini boshqalarga ko'chirib, ularda ham shu qayg'u belgilarini ko'rish bunga misol bo'la oladi.

Ammo, himoya mexanizmlari inson psixologik faoliyati bilan cheklanmay harakatga o'tadi. Agar boshliqdan hafa bo'lgan xizmatchi yo'lida biror hayvonni tepib yuborsa va uyga kelib yomon ovqat uchun xotinini urishsa, bunda himoya mexanizmining aralashib qolish turi ishga tushadi. Qalb jarohatining manbasi boshqa ob'ektga o'tgandek go'yo. Ko'chirib o'tkazish qarshi harakatlarni aks ettiradi. Bezorilarning ahloqi shunga xos. O'zlarini rad etilgan hisoblab, alamlarini o'zgalardan oladilar va buni o'zini himoyalash deb tushuntiradilar. Bu holat himoya mexanizmining rasionalizatsiya (rasionalizm - lotinchadan aqliy, oqilona ma'nolarini beradi. Bilishning to'g'rilik mezoni - aqldir) holati hisoblanadi. Bu harakat ong osti boshqarayotgan yolg'on intellektual ta'rifi bilan bog'liq. Hato harakat go'yo o'zining tasodifiyligi bilan shaxsni yomonliklardan xalos etadi.

Himoya mexanizmlarining turli psixologik adabiyotlarda turliligi, bir xillik yo'qligi va birliklarda farqlilik borligi qayd etilgan. Ammo Z.Freyd ularning asosiylarini sanab o'tadi. Himoya mexanizmining fenomeni eksperimental tasdiqlandi, uni ko'plab psixiatrlar, psixologlar va psixoterapevtlar o'z ish faoliyatlarida hisobga olishadi. Konfliktologiya uchun fenomenning o'zi muhimroq. Himoya mexanizmlarining interpretatsiyasi kuzatuvchilardan ogoh bo'lishni talab etadi, chunki ularni himoyadagi shaxs anglamaydi. O'ziga ishonmayotgan odam boshqa birovga ishonchi bilan o'z xulqidagi ikkilanishlar haqida murojaat etishi bu holatni yumshatadi.

Kundalik oddiy hayot oqimida himoya mexanizmlari shaxsga kutish va tushunish orasidagi ikkilanishlarni yengib o'tishga yordam beradi. Ammo tang holatlarda himoya mexanizmlari ichki shaxsiy konfliktni yanada chuqurlashtirib, uni o'zidan qoniqmaslikning anglanmagan manbaiga aylantirib qo'yishi mumkin.

Z.Freyd psixik kasalliklarni ichki konflikt bilan birga o'rganishga intiladi. U «depressiya, tahlika, qo'rqinchli fantaziyalarni umuman olganda, baxtsizlikni boshdan kechirishga majburlovchi salbiy hissiy holatlarning yig'indisi» deb hisobladi.

Ba'zan inson o'z xulqidan ajablanadi, qilmishidan uyaladi. Bemorlar bilan ishlay boshlab, o'z tadqiqotlarida Z.Freyd odamlarni o'rganib, ularning salomatligi chegarasi va mutloq sog'ligini aniqlovchi kasalliklarning muammolarini farqlay oldi. Shuning uchun ichki konfliktning umumiy qoidasini qurishni boshladi. Tashqi kuzatuvchining nuqtai nazaridan himoya mexanizmlarining natijasiz harakati inson haqidagi maqsad va mablag'ga erishishning to'g'ri kelmasligida namoyon bo'lar ekan. O'z xulqiga tanqidiy yondoshmaslik ham ichki konfliktni keltirib chiqaradi. Omadsizlikning muhim ko'rsatkichi inson o'zini og'riqli mavzularga yaqinlashishdan saqlashi, to'satdan uzilishlar qilishi, davom etishga qiynalishi, shikastlovchi so'zlarni eshitmay qolishi va boshqalardan iborat.

Inson psixologiyasi murakkab tuzilishga ega. Oshkor bo'lmaydigan hech bir sir yo'q. Ong ostidagi yashirin sirlar faqat o'sha inson ongi uchun yashirin xolos. Uning xulqida bu hol namoyon bo'ladi: fantaziyalarida, tushida, hazillarida, yozishmalarida, unutilganlarida va hech kimga tushunarli bo'lmagan jizzakiligida. Konfliktidan chiqish metodlariga: birinchidan, konfliktni ochish, anglash va uning tabiatini tushunish kerak, ikkinchidan, uni to'laligicha his etish va boshdan kechirish lozim.

Masalan: Z.Freyd bemorni o'rganar ekan, ulargaga konflikt holatni eslashga yordamlashardi. Ko'p hollarda eslash va his etish bemorlarni ruhiy shikastlanishdan xalos etardi. Uchinchidan, zarurat tug'ilganda ochilgan konfliktni ildizlarini va oqibatlarini tahlil qilish samarali hisoblanadi.

Agar shaxs uning istagi yoki hoxishi mavjud va ma'lum bo'lgan ahloq normalaridan qanoatlanmasa, qanday yo'l tutishi mumkin? Degan savol tug'iladi. Bu hamma uchun qiziq. U holda uning oldida 2 yo'l bor: birinchisi, insonga axloqning barcha sifatlari ma'lum emas. Shuning uchun usullarni kengaytirish, o'rganish foydadan holi emas. Ikkinchi yo'l, ichki konfliktidan azoblanayotgan odamlar behosdan bir usulni topishdi.

Bu sublimatsiya (ma'nosi: shahvoniy quvvatning ijtimoiy foydali yuksak maqsadlarga va ob'ektlarga yo'naltirilishi, ya'ni tabiiy maylning mehnat faoliyatiga, aqliy va ijodiy faoliyatga qaratilishi) – himoya mexanizmi bo'lib, unda o'xshash usul bilan yuqori darajada muammoni yechishning imkonini beradi. O'xshashlik topilmasa oxir oqibatda o'z muammosini tushunib, aql bilan ichki konfliktni bartaraf etish mumkin.

Z.Freyd shaxs psixologiyasining rivojiga katta hissa qo'shdi. Psixologik tahlil asoschisining ta'limoti uning shogirdlari tomonidan ham ko'plab tadqiqotlarda asoslab berildi. Z.Freydning ta'kidlashicha, bola o'zini ota-onasi va kattalar bilan taqqoslab kuchsizlikni seza boshlaydi. A. Adler bu kuzatuvni o'z izlanishlarining bazasiga aylantirdi: «bolalikda har qanday inson to'liqsizlik hissini boshdan o'tkazadi».

Konfliktda kuchsizlik hissi va yuqori natijaga erishish istagi orasida shaxsning o'z kuchsizligini yengishga intilish va imkoniyatlar cho'qqisini zabt etish istagi yotadi.

To'liqsizlik jarayonini Adler shaxsni yuqori natijalarni zabt etishga qodir bo'lgan ijodiy kuch deb hisobladi. Hatto aniq nuqsonlar ham shu kuch bilan bartaraf etilishi mumkin ekan. Insoniyatning rivojlanish tarixi buni bir necha bor isbotlab berdi: «ko'pgina buyuk musiqachilarning eshitishda nuqsoni bo'lgan; buyuk rassomlar – ko'rishda nuqsonli; buyuk sarkardalar orasida bo'yi pastlari ham ko'plab uchragan».

Aqlli, donishmand Suqrot ham bolaligida juda xunuk, ko'rimsiz ko'rinishga ega edi. Afinaga kelgan folbin Suqrotning yuziga qarab uning xarakterini sanab berdi: "qizg'anchiq, qahrli, o'zini boshqara olmaydigan". Afinaliklar folbinni kaltaklashmoqchi bo'lishdi, chunki Afinada Suqrot dan ham yaxshiroq, mehribon inson yo'q edi. Ammo Suqrot ularni to'xtatib qoldi: U sizlarga ayni haqiqatni aytdi, men haqiqatdan yoshligimda qalbimda qizg'onish, qahrni his etar edim, lekin o'zimni qo'lga olishga harakat qildim, o'zimni qayta tarbiyaladim va siz tanigan inson bo'lishga erishdim deya javob bergan.

O'zidagi to'liqsizlikni yengish shaxsda muloqotchanlikni oshiradi. Bu esa Adler hisoblaganidek, insonni hamkorlikka, o'zaro tushunishga va qo'llab-quvvatlashga bo'lgan tug'ma intilishni tarbiyalaydi.

Agar shaxs to'liqsizlik hissiga qarshi kurashmasa, inson boshqacha hissiy kechinmalarni boshidan o'tkazishi mumkin. Shaxsiy o'sishga qarshi to'siqning asosiysi, bu ota-onalarning bolaga e'tiborsizligi, yuqori darajada bolani himoyalash, erkalatish yoki qaysidir tana a'zosining kuchsiz yoki sustligi hisoblanadi.

Bunday holatda omadsizliklar, azoblanishlar to'liqsizliklarning jamlanmasiga aylanib shaxsda o'ziga nisbatan doimiy chuqur kamchiliklarni, yo'qotishlarni his etishga majbur etadi. Shaxs o'z hayotini qurishda aniq natijalarga erishish o'rniga yuqori kompensatsiyaga intiladi, o'zini va boshqalarni o'zining shubhali yutuqlariga ishontirgisi keladi. Sog'lom ijtimoiy hissiyotning ovozi pasaya boradi, hokimiyatga bo'lgan qayg'uli intilish o'sib boradi.

Ichki konfliktni bir yoqli qilolmay, natijada qarshimizda yo'qotishlarga ega shaxs yuzaga chiqadi. Ichki konflikt ijtimoiy konfliktga aylanib, shaxs atrofda gilarni ham o'zining azobli to'qnashuvlariga, hokimiyat uchun kurashga undaydi.

Shunday odamlar borki, ularga insoniyat va ularning muammolari begona va uzoq tuyuladi. O'zi bilan ovora bo'lib, shaxsiy hokimiyatga intilib, insonlardan nari bo'lib, ularni o'ziga dushman deb biladi. O'z g'alabasiga ishonmay, shaxsiy mag'lubiyatini katta qo'rquv bilan kutadi va oqibatda tengsiz manmanlik orqasidan mag'lubiyatdan kecha olmaydilar. Shuning uchun bunday odamlar to'liqsizlikni his etishlari ajablanarli holat emas.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Karmin. A. S. Konfliktologiya SPb.: Izdatelstvo «Lan», 1999.
2. Platonov K.K. "Qiziqarli psixologiya". Toshkent, "O'qituvchi", 1971.

3. Raximova K., Abdullaeva A.. Tarbiyasi qiyin o‘smirlar psixologiyasi ilmiy-uslubiy qo‘llanma, Farg‘ona, 2006 y.
4. Skott D. "Nizolarni hal etish usullari". Kiev, 1999.

ТАЪЛИМ ЖАРАЁНИДА ТАЛАБАЛАРНИНГ РУҲИЙ ҲОЛАТИНИ БОШҚАРИШ МУАММОЛАРИ

Masharipov Yo‘ldashboy

Pedagogika fanlari nomzodi dotsent

O‘zbekiston-Finlandiya pedagogika instituti

Кучли ҳаяжонланиш, кўрқув, ваҳимага тушиш ҳолатларида ўзини бошқариш, инсонни ақлий, жисмоний ва рухий имкониятларидан тўла фойдаланиш масалалари фан олдида ҳамон муаммолигича турибди.

Ҳозирги кунда илми ва фан шундай тез суръатлар билан ўсиб бормоқдаки, олдинги шарт-шароитлар ҳозирги кундаги ўқув жараёни учун етарли эмас. Талабадан фанни ўзлаштириш учун тинимсиз ўқишни, юксак истеъдодлиликни, рухий ва ақлий фаолликни ўстириш, имтиҳон даврида ўзининг ҳис туйғуларини дадил бошқара билиш хислатларини шакллантириш билан бирга илмий ишлаб чиқарилган психологик услублардан ҳам тўла фойдаланиш талаб этилмоқда.

Талабаларнинг имтиҳонга тайёрланиши ва имтиҳонда пайдо бўладиган ҳиссий таъсирланиш ҳолатлари ҳар бир талабада турлича бўлади. Баъзи бир талабаларда ўқув малака ва кўникмаларнинг қийинчилик билан ҳосил бўлиши, бошқа бирида диққатнинг тарқоқлиги, ожизлиги, кучли ҳиссий таъсирланиши, ҳавотирланиши ва ваҳимага тушиши, учинчисида асаб тизимининг заифлиги, тўртинчисида ҳиссиётларнинг тез ўзгарувчанлиги сабабли имтиҳон топширишда яхши баҳоларга эришиш жуда қийин бўлади. Бундай талабалар ўз устида рухий тайёргарлик ишлари олиб боришлари зарур. Акс ҳолда, талаба муваффақиятсизликка учраши мумкин. Талабаларнинг таълим жараёнида рухий ҳолатини бошқариш муаммолари кўйидагилардан иборат:

И. Талабалар психологик механизмининг тузилишини билиш билан бирга имтиҳонда қаттиқ ҳаяжон, кўрқув, ваҳима ва бошқа салбий рухий ҳолатларни бартараф қилиш асосида аниқ бир мақсадга қаратилган сермахсул рухий фаол ҳолатини вужудга келтиришга одатланиши:

2. Талабаларда ҳар қандай шароитда ўз-ўзини бошқариш ва ижодий билимларни ўстириш усулларида фойдалана билиш:

3. Муаммоли масалаларни бартараф этишда рухий барқарорликни, чидамлиликни ўстириш, ўз мақсадига эришишда аниқ ва тўғри йўлни танлай билиш.

Талабаларнинг имтиҳон топшириш жараёнида уларда психофизиологик ҳолатлар, яъни ҳар хил оғриқлар, чидамсизликлар, нохуш туйғулар, кўп терлаш аломатлари пайдо бўлади. Бунинг оқибатида талабада ваҳима ва кўрқув пайдо бўлади ва ўз-ўзини бошқариш заифлашади. Бундай ақлий зўриқишнинг натижаси талабаларда имтиҳон топширгандан кейин ҳам давом

этиши мумкин. Улардаги бундай рухий ўзгариш мускул-тонусларнинг сезиларли даражада тезлашиши, уйқусининг бузилиши остида кузатилиши мумкин.

Салбий рухий ҳолатларнинг кучайиши талабада ўз фикрини равон баён этишига, ўқитувчи билан эркин муносабатда бўлишига тўсқинлик қилади. Хотираси заифлашиши, диққатининг тарқоқлашиши туфайли талаба тўғри жавоб бера олмайди. Оқибатда унинг ўқишга бўлган қизиқиши сусаяди. У ўз қобилиятига ишонмай кўяди [Машарипов.Й 2020, 60].

Биз таабаларнинг рухий ҳолатини кузатиб, уни уч даврга ажратдик: 1) дарс даврида; 2) кун бўйи; 3) синов ва йил давомида.

Талабалар рухий ҳолати, ўқув йилининг биринчи ярмида дарснинг боши ва ўртасида ўсиши, дарснинг охирида эса пасайиши аниқланди. Ўқув йилининг иккинчи ярмида улар рухий ҳолатининг ўсиши дарс ўртасида юқори, охирида эса сусайган даражада бўлиши кузатилди. Шунингдек, талабалар ўқув йилининг биринчи ярмида рухий ҳолатининг фаол даражасини бутун дарс давомида сақлаб туришга эришгани, лекин иккинчи ярим йилликда уларнинг тез-тез чарчаши аниқланилди. Бизнинг фикримизча, бунинг сабаби талабалар рухий ҳолати меъёрини сақлай олмасликларидадир.

Яна шуни таъкидлаш лозимки, эрталаб ўқийдиган талабаларга нисбатан куннинг ярмида машғулот бошлайдиган талабаларнинг рухий фаолияти сермахсулроқ бўлади. Чунки эрталаб одамда рухий фаоллик тўлиқ шаклланмаган бўлади.

Йил давомидаги кузатишлар кўрсатишича, талабалар ўзлаштириши йилнинг биринчи ярмида юксакроқ, иккинчи ярмида эса суст. Баъзи бир олимлар бунинг сабабини декабр ойининг охирларида инсон организими функционал ҳолати ёмонлашишида деб таъкидлайдилар. Улар бунинг сабаби тарзида ҳавода намлик ортиб, мувозанат бузилиши ва шу туфайли бош оғриғи кучайишида деб кўрсатишади.

Бизнингча эса юқоридаги муддатлар орасидаги фарқ, асосан талабалар, қолаверса, инсон ўз фаолияти, қизиқиши каби рухий ҳолатини тўғри, бир меъёрда бошқара олмаслигидадир.

Рухий ҳолат бир тартибда бошқарилсагина инсон ўз қобилиятига ишонч ҳосил қилади ва ўз-ўзини мукамал тута билади. Талабаларнинг ўз-ўзини ана шундай тута билиши, бошқариши, синовлар вақтида рухий ҳолат меъёрини таъминлайди. Улар ўз фикрларини равон баён этадилар. Саволларга тўғри ва тўлиқ жавоб беришга ҳаракат қиладилар. Рухий ҳолатнинг бузилиши – ортиқча чарчаш, сиқилиш, ваҳимага тушиш каби ҳоллар рўй бермайди. Аксинча ҳолларда эса асабий толиқиш зўрайиб, бунинг оқибати йил мобайнида сезилиб туради. [Машарипов.Й 2023, 1023 с]

Лекция ва амалий машғулот давомида кузатган тажрибаларимиз шундан далолат бердики, талаба амалий машғулотга нисбатан лекцияда кўп толиқади. Лекция машғулотларида унинг фаоллиги, фикрлаши суст, томир уриши паст даражада бўлади. Машғулот ўрталарига келиб талабада қизиқиш ўса бориб, фаоллик орта бошлайди. Лекин, лекцияда олган билимлари талабани қониқтиради.

Амалий машғулотларда эса талабанинг тайёргарлиги ва ўзлаштиришига қараб, уларда бу жараён ҳар хил кечади. Умуман талабалар амалий машғулотга нисбатан лекцияларда кўпроқ чарчайди. Чунки, улар лекцияда ҳам қабул қиладилар, ҳам қабул қилган фикрни ёзадилар. Бунинг оқибати лекция охирларида сезиларли руҳий толиқишга олиб келади.

Бугунги талаба эртага илмий ходим, мухандис, педагог, ишлаб чиқаришда ташкилотчи лавозмларида ишлаганда, ўзидаги руҳий, ақлий ва жисмоний имкониятларидан тўла фойдаланишга эришиш учун мақсадга мувофиқ илмий асосда ишлаб чиқилган аутогенча машқ қилиш, ўзига – ўзи фикран буйруқ бериш, ўзини-ўзи бошқаришга қаратилган психологик услубларидан тўла фойдаланишни ўрганса, талаба ўзидаги турли хил асабий чарчашликларни, синов ва имтихонда пайдо бўладиган кўркув, ваҳимага тушиш ҳолатларини пасайтириш имкониятига эга бўлади.

Хулоса. Ҳозирги вақтда олимлар актив нукталарнинг ишлаш қонунияти ва фаолиятини чуқур ўрганмоқдалар. Яқин кунларда бу муаммолар ҳал қилинса, секин таъсир қилиш орқали инсон фаолиятини бошқариш имконияти пайдо бўлади. Бундай бошқариш йўли билан инсон фақат касал организмни даволабгина қолмасдан, балки узок умр кўриш, яхши кайфият ва жисмоний ўсиш хусусиятига ҳам эга бўлади. Бир сўз билан айтганда ёшлар ўз руҳиятини сирларини ўрганиш орқали келгусида долзарб муаммоларни ечиш имкониятига эга бўладилар. Шундай қилиб инсон ўз психикасини камол топтириш орқали янада кучлироқ, билимли, ақллироқ ва инсонпарварроқ бўлиб етишади.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Masharipov Y. Umumiy va sport psixologiyasi. Darslik. Samarqand 2020y 60s
2. Masharipov Y. Umumiy psixologiya o'quv qo'llanma. Samarqan 2023y 123s

O'SMIRLIK YOSHI DAVRINING IJTIMOIIY PSIXOLOGIK JIXATLARI

*Turdieva Sevinch Akbar qizi, II-bosqich talabasi
Jizzax davlat pedagogika universiteti*

O'smirlik yoshi dunyoqarash, e'tiqod, prinsip, o'zligini anglash, baholash kabi shaxs xususiyatlari shakllanadigan davr hisoblanadi. O'smir ulg'aygan sari unda "Ideal Men", "Axloqiy Men" va "Haqiqiy Men" singari shaxsga oid tizim, dunyoqarash, e'tiqod va boshqalar shakllana boradi, undagi o'zi to'g'risidagi tasavvurlar ancha aniq va barqaror bo'lib qoladi. O'smir o'z faoliyatini muayyan prinsip, e'tiqod va shaxsiy nuqgai - nazari asosida tashkil kila boshlaydi.

O'smir shaxsini tarkib toptirishda uning atrof-muhitga, ijtimoiy hodisalarga, kishilarga munosabatini hisobga olish lozim. Psixologlar o'tkazgan tadqiqotlardan ko'rinadiki, o'smirlarning ko'pchiligi qat'iyatlilik, kamtarlik, mag'rurlik, samimiylik, dilkashlik kabi ma'naviy, ahloqiy tushunchalarni to'g'ri anlaydilar. Ularning turmush tajribasida fan asoslarini egallash natijasida barqaror e'tiqodiy va

ilmiy dunyoqarash tarkib topadi, shular zaminida axlokiy ideallar yuzaga kela boshlaydi.

Ma'lumki, o'smirlik davrida o'smirning «men»i qaytadan shakllana boradi. Uning atrofidagilari ayniqsa, o'z-o'ziga bo'lgan munosabati, qiziqishlari, qadriyatlari yo'nalishi keskin o'zgaradi. O'smir yoshdagi bolani birinchi galdagi intilishi, u o'zini endi kichkina bola emas, balki katta bo'lib qolganligini atrofidagilarga ishontirishdan iboratdir. Mustaqil ishlar qilishga uringan o'smir shunday qilishga haqqi borligiga o'zini-o'zi ishontiradi, chunki men endi "katta bo'lib qoldim" deb o'ylaydi.

Shuning uchun xam psixologlar "katta bo'lib qolganlik tuyg'usi"ni shaxsning o'smirlik yoshidagi eng asosiy yangilik sifatida talqin qiladilar. O'smirlik yoshida psixologik jihatdan eng muhim hislat - voyaga yetish yoki kattalik hissining paydo bo'lishi alohida ahamiyatga ega. Kattalik hissi ijtimoiy-ahloqiy sohada, akdiy faoliyatda, qiziqishda, munosabatda, ko'ngil olish jarayonida, xulq-atvorning tashqi shakllarida o'z ifodasini topadi. O'smirlik yoshiga xos bo'lgan psixologik xususiyatlarni o'rgana turib, o'smirlar shaxsining shakllanib, rivojlanib, kamolotga erishish yo'llarini va unga ta'sir etadigan biologik va ijtimoiy omillarning bevosita ta'sirini tushunish mumkin. Jinsiy yetilish o'smirning bu yoshdagi xulqatvoriga asosiy biologik vosita sifatida ta'sir o'tkazadi. Lekin bu bevosita ta'sirdir.

Kichik o'smir psixologik "mexanizmi" sxematik ravishda quyidagicha baholanadi. Endokrin garmonlarini paydo bo'lishi va ularning markaziy nerv sistemasiga ta'sir qilishi bilan bog'liq bo'lgan jinsiy yetilishning boshlanishi bolalar faolligining jismoniy va psixologik imkoniyatlarini oshiradi hamda ularning o'zlarini kattalardek his etish, mustaqil bo'lish tuyg'ularini tuyushlari uchun qulay shart-sharoitlarni olib keladi. Biroq, psixik rivojlanishning bu bosqichida ham bola hali mustaqil harakat qilishga to'la tayyor bo'lmaydi. Ijtimoiy omillar esa quyidagilardir: kichik maktab yoshidan o'rta maktabga o'tish, ya'ni yakka o'qituvchi rahbarligidan ko'pchilik o'qituvchilar tasarrufiga o'tish va muloqotdagi o'zgarishlar ijtimoiy foydali ishlarni kengaytirib borish, mustaqil va amaliy ishlarni ko'proq bajarish, shu bilan birga bolaning oiladagi o'rnining ham o'zgarishidir.

O'smirlik davrida bolalarning atrofidagi odamlar bilan shaxsiy va ish yuzasidan bo'ladigan munosabatlaridagi mavqei o'zgaradi. Endi o'smirlar o'yin hamda damga kamroq vaqtlarini ajratgan holda ko'proq jiddiy ishlar bilan shug'ullana boshlaydilar va ularda bilish jarayonlari jadal rivojlana boshlaydi. O'qish o'smirlar hayotida katta o'rinni egallaydi. Ularga mashg'ulotlarning mustaqil shakllari yoqadi. Boshqa davr bolalariga nisbatan o'smirlarning fanlarni muvaffaqiyatli o'zlashtirishlari, qiziqishlarining ortishi, o'qituvchining o'quv materialini tushuntira olish mahoratiga bog'liq. Bilim o'rganish ehtiyojlari asosida asta-sekinlik bilan o'quv fanlariga nisbatan qat'iy ijobiy munosabat shakllanadi.

Bu davrda o'qishning yangi motivlari yuzaga keladi. Bu motivlar o'smirning, hayotiy rejalari, kelajak kasbi va ideali bilan bog'liq bo'ladi. Aynan o'smirlik davridan boshlab, bolalar hayotiy, ilmiy, badiiy bilimlarni kengaytirishga alohida ehtiyoj sezadilar va bunga harakat qiladilar. Bilimli bola tengdoshlari

orasida hurmatga sazovor bo'ladi. Bilim o'smirlarga alohida bir quvonch bag'ishlaydi va uning tafakkur qilish layoqatini rivojlantiradi. Bu davrda o'quvchilarga beriladigan o'quv materialining hajmi katta bo'lgani uchun ham uni eslab qolishi yoki bir necha marta takrorlash yo'li bilan o'zlashtirishi qiyin. Buning uchun o'quvchi o'quv materialining mazmunini tahlil qilishi, undagi mantiqiy tuzilishni bilishi muhim. Bu davrda bolalarning idroki, diqqati va tasavvurlari rivojlanadi, lekin bu rivojlanish bolaning o'ziga va atrofdagilarga sezilmagan holda kechadi.

Shu bilan birga bu davrda bolaning xotirasi, nutqi, tafakkur jarayonlari ham jadal rivojlanadi. Bu o'zgarishlar atrofdagilarga sezilarli darajada bo'ladi. O'smirlik davrida o'z-o'zini anglash darajasi kengayadi va unda boshqa odamlar, olam haqidagi bilimlari chukurlashadi. O'yin faoliyati asta-sekin kamayib, yangi faoliyatlar yuzaga kela boshlaydi. Psixik rivojlanishning yangi bosqichi boshlanadi. O'smirlik davrida o'z faoliyatini nazorat etish rivojlana boshlaydi va o'zini-o'zi boshqarishga intilishi kuchayadi. Bir so'z bilan aytganda, o'smirlik davri psixik rivojlanishda keskin burilish davri hisoblanadi. Ijobiy sifatlar, ehtiyojlar va intilishlar har bir yoshda, jumladan, ma'lum darajada yo'ldan ozgan o'smirda ham bo'ladi.

O'smirlar hamma narsani bilishga qiziqadilar. Ko'pchilik o'smirlar boshqalardan yomonroq bo'lishni xohlamaydilar va o'z muhitida ko'zga tashlanib turishga hamda boshqalardan nimalar bilandir farq qilishga intiladilar. O'smirlarning hammasi faoldirlar, biroq, o'zlarining kuch-quvvatlarini yo'naltirishni hamma vaqt ham bilavermaydilar. Binobarin, ularni 140 bevosita natijalari bilan xursand qiladigan xilma-xil foydali va qiziqarli ishlar bilan band qilish kerak.

O'smirlar, garchi hamma vaqt ham bunga tayyor emasliklariga qaramay, mustaqillikka intiladilar. Ammo ko'pincha mustaqil ish-harakatlar uchun ularning imkoniyatlari bo'lmaydi. Demak, ularni mustaqil faoliyatga yaxshiroq tayyorlash va ularga mustaqil ishlarni ishonib topshirish hamda muvaffaqiyatli bajarilishini hamma vositalar bilan ta'minlash qerak. O'z-o'zidan ko'rinib turibdiki, o'smirlar psixikasida ijobiy tomonlar yetarli darajada mavjuddir. Bu ijobiy tomonlardan foydalanib va ularni rivojlantirish, salbiy ishtiyoq, mayl, ishlar va xatti-harakatlarni yo'qotish kerak.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Abdurasulov R.A., Karshiboeva G.A, Turakulov L.T. (2021). The importance of motivation to avoid failure in achieving the success of young football players. PSYCHOLOGY AND EDUCATION
2. Степанов Е.И. Современная конфликтология: Общие подходы к моделированию, мониторингу и менеджменту социальных конфликтов: Учебное пособие. — М.: Издательство ЛКИ, 2008.
3. Qarshiboeva G.A. Psixologik maslahat. O'quv qo'llanma. "Bayoz" Toshkent – 2020.
4. Karmin. A. S. Konfliktologiya SPb.: Izdatelstvo «Lan», 1999.
5. Ғозиев Э. Умумий психология. 1-китоб. – Т.: Университет, 2002.

O‘SMIRLIK DAVRIDA MUVAFFAQIYAT VA OMADSIZLIKNI ANGLASHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Qurbonboyev Azimbek Nazirboy o‘g‘li

*Nizomiy nomidagi TDPU, “Psixologiya” kafedrasida dotsent v.b, psixologiya
fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)*

Jalilova Sarvinoz Abror qizi

*Nizomiy nomidagi TDPU, pedagogika va psixologiya yo‘nalishi 4-kurs
talabasi*

Muvaffaqiyat boshlangan harakatlarning ijobiy tarzda tugagan natijasidir. Biroq, har bir inson uchun muvaffaqiyat turli yo‘llar bilan bo‘lishi mumkin. Ba‘zilar uchun muvaffaqiyat o‘z kasbiy faoliyatida ma‘lum bir mavqega erishishni anglatadi, boshqalari uchun uzoq muddatli ta‘sirchan munosabatlarni o‘rnatish, hatto boshqalar uchun ham muvaffaqiyat ularning barchasining yig‘indisidir. Boshlangan ish nihoyasiga muvaffaqiyatli yetkazilgandagina muvaffaqiyatga bo‘lgan ehtiyojlar qondiriladi. Muvaffaqiyatga intilayotgan kishilar o‘z oldiga murakkab vazifalar qo‘yadi va o‘zlari qilgan ishlar hamda umuman o‘z faoliyati to‘g‘risida izohlar (maqtovlar) eshitishni xohlaydi. Motivatsion psixologiya ta‘lim-tarbiya sohasida katta ahamiyat kasb etadi. Chunki, birinchidan, ta‘lim sohasida agar talaba-o‘quvchilarga motivatsiya nima ekanligi, xususan, o‘z-o‘zini motivatsiyalash usullari izchil tushuntirib borilsa, keyinchalik, o‘quv amaliyoti jarayonida bu olingan bilimlar mustahkamlansa talabalarda, o‘ziga ishonch, maqsadga intilish, o‘zini namoyon etish tuyg‘ulari kuchayadi, ikkinchidan, motivatsion psixologiya fanini o‘rganishning o‘zi talabalarda butunlay yangi fanga oshno bo‘layotganligini isbotlab, talabalarda yangilikka intilishni kuchaytiradi.

Yutuqlarga erishish motivatsiyasi sifatidagi muvaffaqiyatga bo‘lgan ehtiyoj aksariyat kishilarga xosdir. Biroq bunday motivatsiyaning rivojlanish darajasi turli kishilarda turlichadir. Ammo insonning har qanday sohadagi faoliyati natijadorligi va kasbiy muvaffaqiyati aynan shu darajaga bog‘liq.

O‘smirlik davrini qator xorij va O‘zbekiston olimlari o‘rgangan. G.V.Xrulnova [1] o‘smirlarda stress holatidan keyingi psixologik xususiyatlarni tadqiq etgan. G.A.Bogdalova hamda B.M.Umarov ishlarida o‘quvchilarda emotsional barqarorlik, muvaffaqiyatga erishish, omadsizlik va uning shakllanish masalalariga e‘tiborini qaratgan.

Jumladan, S.L.Rubinshteyn [2] motivlashgan tizimning inson borliqni aks ettirishdagi rolini ko‘rsatib, shunday mazmundagi mulohazalarni ta‘kidlab o‘tadi: birinchi bo‘lib kuzatish ob‘ektlari emas, balki ehtiyoj obyektlari va shaxs xatti-harakatlari beriladi. Motivlashgan ustanovkalarining faollikka oid o‘ziga xosligi ham shunday tuzilishga ega va u o‘zi xohlagan borliq elementlari va holatini belgilashga xizmat qiladi. Ularning fikricha, tashqi olamga munosabatning faol motivatsion xususiyatini ko‘rsatib o‘tishning o‘zi kifoya. S.L.Rubinshteyn “ong – bu faqatgina aks etish emas, balki insonning tashqi muhitga nisbatan munosabati hamdir” deb yozadi. S.L.Rubinshteyn ongning rolini ko‘rsatish bilan bir qatorda

psixikaning ko'p qirraliligi nuqtai nazaridan turli bosqichlarda ruhiy jarayonlarning vujudga kelishi, kechishi holatlarini tushuntirib berishga erishgan.

Eriksonning [3] ta'kidlashicha, insonning rivojlanishi, o'zaro bogliq uch jarayondan iborat: biologiya olganadigan jismoniy taraqqiyot, psixologiya olganadigan ongli «Men»ning rivojlanishi, ijtimoiy fanlar olganadigan ijtimoiy rivojlanish. Taraqqiyotning asosiy qonuni — «epigenetik prinsip» bolib, rivojlanishning har bir yangi bosqichida oldingi bosqichlarda bo'lmagan yangi hodisa va xislatlar paydo boladi. Taraqqiyotning yangi fazasiga olish «normativ inqiroz» shaklida oladi, u tashqaridan patologik hodisaga o'xshaydi, lekin o'sishning normal qiyinchiliklarini ifodalaydi. Taraqqiyotning yangi bosqichiga olish oldingi bosqichga xos bolgan asosiy qarama-qarshilikni hal qilish asosida mumkin boladi. Agar qarama-qarshilik hal qilinmasa u albatta keyin namoyon bo'ladi.

Shuningdek o'smirlarning «o'z pozitsiyasi»da bo'sh kelmasligi, narsa va hodisalarning asl mohiyatini anglab turib, ba'zan ataylab «o'jarlik» qilishi ham bu holatning bir ko'rinishi hisoblanadi. E.G'oziev [4] ta'kidlashicha, «ular da moddiy dunyo to'g'risida shaxsiy fikrlar, mulohazalar, ilmiy dunyoqarash tarkib topganidan keyingina tafakkurning tanqidiylik xususiyati rivojlana boshlaydi. Aqlning tanqidiyligini tarbiyalashda o'qituvchi o'quvchining o'ziga xos tipologik xususiyatlariga, aqliy kamolot darajasiga, bilimlari saviyasiga, muloxaza doirasining kengligiga, nutq qobiliyatiga, shaxsiy nuqtai nazariga, o'qishga nisbatan munosabatiga, qiziqishining xususiyat va darajasiga, aqliy faoliyat operatsiyalarini qanchalik bilishiga, mavjud o'qish ko'nikmasi va malakalariga alohida e'tibor berishi lozim». E.G'.G'oziev tadqiqotlarida o'smir o'quvchilarning o'quv faoliyatini boshqarish xususiyatlari o'quv faoliyatini rejalashtirish, o'z-o'zini nazorat qilish, o'z-o'zini baholash jarayonlari haqida mulohaza yuritiladi. Tadqiqotchi o'quv faoliyatini boshqarishning diagnostik metodini ishlab chiqib, psixologiya fanining kam o'rganilgan sohalaridan biri bo'lgan o'qish faoliyatini boshqarish muammosining nazariy va amaliy, empirik tomonlarini yoritib beradi.

Xulosa o'rnida ta'kidlash joizki, mazkur tadqiqotlarda o'qish va o'qitish jarayoni uchun tavsiyanoma ishlab chiqilgan, o'z-o'zini anglash bosqichlari to'g'risida ma'lumot berilgan.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Хрульнова Г. В. Психологические особенности постстрессовых состояний у подростков: Дис. ... канд. психол. наук. — Т.: НУУЗ, 2006. -1 6 0 с
2. Рубинштейн С.Л. Процесс мышления и закономерности анализа, синтеза и обобщения. М.: 2009. — 168 с.
3. Эриксон Э. Э 77 Идентичность: юность и кризис: Пер. с англ./ Общ. ред. и предисл. Толстых А. В. - М.: Издательская группа "Прогресс", 1996. - 344 с.
4. E G'oziyev. Ontogenez psixologiyasi/darslik /.Toshkent:"NIF MSH", 2020, 288 bet

PEDAGOGLARDA OILA VA KASB MUVOZANATI NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK TALQINI

Zokirova Malohatbegim Alisher qizi

*Nizomiy nomidagi TDPU, pedagogika va psixologiya yo'nalishi 4-kurs
talabasi*

Qurbonboyev Azimbek Nazirboy o'g'li

*Nizomiy nomidagi TDPU, "Psixologiya" kafedrasi dotsent v.b., psixologiya
fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

Turli adabiyotlarga ko'ra, oila va kasb muvozanati g'oyasini aniqlash, tushuntirish yoki tushunishning yagona to'g'ri usuli mavjud emas. Shunga qaramasdan, u tashkilotlar va tadqiqot loyihalari orasida farq qiluvchi bir-biriga o'xshash bir qator ma'nolarga ega. Har bir taklif qilingan oila va kasb muvozanatining ta'rifi muvozanatga erishish uchun muhim deb hisoblangan turli omillarga ega.[1]

Bizningcha, oila va kasb muvozanati — xodimlarning shaxsiy va kasbiy faoliyatlarini muvaffaqiyatli boshqarish va psixologik muvozanatni saqlash deb ta'riflash mumkin.

Ko'pgina tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, oila va kasb muvozanati tushunchasi 1960 va 1970-yillarda Buyuk Britaniyada ishlaydigan onalar tomonidan boshlangan. Biroq, bu muammo 1980-yillarda Qo'shma Shtatlar Mehnat Departamenti tomonidan muhokamaga qo'yildi, bu esa 1990-yillarda global inson resurslari bo'limlarini oila va kasb muvozanati muammosiga jiddiy qarashga undadi. Bundan tashqari, ish va hayotdagi nomutanosiblik shaxslar, ularning oilalari va tashkilotlari uchun sog'liq muammolari, past mahsuldorlik va oqibatlarga olib kelishi mumkinligi haqidagi doimiy tashvish oila va kasb muvozanatiga bo'lgan qiziqish o'sishining harakatlantiruvchi kuchi bo'lib qolmoqda. Shunday qilib, bugungi kunda ko'pchilik ishchilar, jinsidan qat'iy nazar, muvaffaqiyatli oila va kasb muvozanatini ko'proq hurmat qilishni va qadrlashni boshladilar va ularning ish beruvchilari ushbu muvozanatga erishishda hal qiluvchi rol o'ynashiga ishonishadi.

Shuningdek, bir nechta tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, oila va kasb muvozanati va ish joyi madaniyati hozirda barcha yoshdagi va jinsdagi shaxslar ish taklifini qabul qilishida hisobga olinadigan omillardir.

Xorij adabiyotlarda oila va kasb muvozanatining bir necha jihatlari ko'rib chiqiladi:

- oila va kasb muvozanatini oila va kasbga bo'lish;
- ish va ishlamaslik;
- individual qobiliyatlar, bu shaxslarga o'z ishlarini boshqa mas'uliyat va faoliyat bilan birlashtirishga imkon beradi;
- minimal rol ziddiyatlari bilan muvozanat;
- shaxs o'zi uchun muhim bo'lgan narsalarni qanday qilib birinchi o'ringa qo'yishni tanlashi.

Oila va kasb muvozanati kontseptsiyasi uchta so'zdan, ya'ni oila, ish va muvozanatdan iborat bo'lib, keng ma'noda bir tomondan kasb (mansab va

shuhratparastlik) va oila (sogʻliq, maʼnaviy rivojlanish) oʻrtasida toʻgʻri ustuvorlikni oʻz ichiga oladi; boshqa tomondan, muvozanat esa qoniqish, ishda va uyda eng kam rol ziddiyat bilan yaxshi ishlashdir [2].

D.E.Guestning taʼkidlashicha, oila va kasb muvozanati har doim ish joylarining sifati bilan bogʻliqligi jihatidan qiziquvchilarni tashvishga soladigan masala boʻlib kelgan. Oila va kasb gʻoyasi xodimning ishdan qoniqish darajasidan kelib chiqqan boʻlib, u ishdan qoniqishning tashqi elementi hisoblanadi. Oila va kasb muvozanati xodimning hayot sifatini yaxshilash bilan bir qatorda, uning ishdagi unumdorligini saqlab qolishda ham asosiy rol oʻynaydi. J.H.Greenhaus va boshqalar tomonidan oʻtkazilgan tadqiqotlardan maʼlum boʻlishicha, oila va kasb faoliyati muvozanatiga ega boʻlgan xodimlar oʻz ish beruvchilari uchun yanada ijodiy va samaraliroq boʻlishadi, aksincha oila va kasb faoliyati muvozanatiga ega boʻlmaganlar esa oʻz ishlaridan zavq va qoniqish his qilmasliklari mumkin. Shuningdek, oldingi tadqiqotlar shuni koʻrsatdiki, oila va kasb muvozanatining aksi, oila-kasb va kasb-oila nizolari, oila va kasb muvozanatining bajarilmaganligidan kelib chiqadi va xodimning ish samaradorligi, sogʻligʻi, ishdan qoniqishi, hayoti, oilaviy majburiyatlari va munosabatlari, va bevosita ishiga turli xil salbiy taʼsir koʻrsatadi. Bundan tashqari, oila va kasb muvozanatida nomutanosiblik boʻlgan erkaklar ham, ayollar ham depressiv alomatlar, holsizlik, pessimizm, charchoq va uyqu buzilishi kabi qoʻshimcha muammolarni boshdan kechirishlari mumkinligi ilmiy tadqiqotlarda isbotlangan [3].

Muvaffaqiyatli oila va kasb muvozanati nafaqat xodimlar uchun ahamiyatini oshirmoqda; balki xodimlarning mahsuldorligini, ish faoliyatini va tashkilotning umumiy muvaffaqiyatini oshirish potensialiga koʻra ish beruvchilar orasida ham muhim ahamiyat kasb etib kelmoqda. Masalan, J.M.Haar oila va kasb muvozanati tashkilot samaradorligini qoʻllab-quvvatlaydigan xodimlarning hissiy, psixologik va kognitiv barqarorligini oʻrnatish uchun juda muhim ekanligini taʼkidlaydi. Yaxshi oila va kasb muvozanatiga ega boʻlish ish samaradorligini, sodiqlikni va motivatsiyani yaxshilaydi, shu bilan birga stressni kamaytiradi.[4] Biroq, boshqa tomondan, oila va kasbdagi nomutanosiblik tashkilotga quyidagicha salbiy taʼsir koʻrsatishi mumkin:

- samaradorlik darajasining pasayishi;
- xodimlarni ushlab turishning pasayishi;
- tashkiliy imijning pasayishi;
- unumdorlikning pasayishi;
- ish tashlashning ortishi;
- xodimlarning ishdan qoniqish hissining pasayishi.

Bundan tashqari, dalillar shuni koʻrsatadiki, vaqt oʻtishi bilan oila va kasb muvozanati nafaqat ishlab chiqarish korxonalariga, balki jamoalarga shuningdek oliy taʼlim muassasalari tashkilotlariga ham tegishli ekanligini tasdiqlamoqda. Oila va kasb muvozanati professor-oʻqituvchilarning ish samaradorligi va talabalarni oʻrganish kontekstidan qoniqishi uchun juda muhimdir. Tadqiqotlar shuni koʻrsatdiki, sifatli oila va kasb muvozanati taʼlim muassasasining farovonligiga va talabalar xatti-harakatining yaxshilanishiga olib keladi. Bundan tashqari, yaxshi oila va kasb muvozanati ishdan qoniqish hissini beradi va shuningdek, oliy taʼlim

muassasalari o'z xodimlarini uzoq muddat ushlab turish ko'rsatkichlariga erishishga yordam beradi. Karyera davomida har bir professor-o'qituvchi oila va kasb o'rtasida aniq chegara yo'qligi tufayli kasbiy va shaxsiy hayot o'rtasidagi muvozanatga erishishda ba'zi qiyinchiliklarga duch keladi. Bundan tashqari, o'tgan o'n yilliklar davomida oliy ta'lim muassasalaridagi ish bosimi doimiy ravishda keskin bo'lib, ortiqcha qog'ozbozliklar tufayli ko'plab stresslarni keltirib chiqardi. Oliy ta'lim muassasalarida o'sib borayotgan stress omillari ularning operatsion imkoniyatlarini yemirmoqda [5].

S.Lakshmi va S.Kumar tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda, oliy ta'lim muassasalarida ishlaydigan professor-o'qituvchi ayollar to'liq kunlik ish vaqti bilan qiyinchiliklarga duch kelishadi va har bir ish kunining oxirida ular uyiga ish joyidagi mas'uliyat va majburiyatlarni o'z zimmalariga olib boradilar. Ularning tadqiqotida ta'lim muassasasida professor-o'qituvchi ayollarning oila va kasb muvozanati va bu muvozanatini belgilovchi omillar bilan bog'liq masalalar ko'rib chiqilgan. Ta'lim muassasalari rahbariyati ishlayotgan professor-o'qituvchi ayollarning mazkur holatini bilishi va vaqti-vaqti bilan bunday holatini ko'rib chiqishi kerak bo'ladi. Ular professor-o'qituvchi ayollarga oila va kasb muvozanatiga erishishga yordam berish uchun qo'llab-quvvatlovchi muhitni yaratishlari kerak bo'ladi.

Har qanday tashkilotda professor-o'qituvchilar, mutaxassislar, ishga yollovchilar, menejerlar uchun o'rtacha ko'rsatkichlardan tashqari, ularning qo'shimcha ishlashi uchun ba'zi sabablar mavjud, bu na texnik ko'nikmalar, na aql, balki so'z bilan ta'riflab bo'lmaydigan boshqa narsa, ya'ni qo'shimcha rolli xatti-harakatlarga va shunga o'xshash narsaga oila va kasb muvozanatining sifatini oshirish orqali erishish mumkin [6].

R.K.Miryala va Ch.Nagapriya o'z tadqiqotlarida professor-o'qituvchilar uchun oila va kasbdagi muvozanat siyosatini qabul qilish zarurligini ta'kidlaydi. Chunki oila va kasb muvozanatining sifati xodimlarning o'z ish joylarida qancha muddat ishlashlariga bevosita bog'liqdir. Bilimli xodimlar kompaniyani tark etganda, kompaniya uchun oqibatlar bu — o'rinbosarlarni yollash va integratsiya qilish bilan bog'liq katta xarajatlardan ancha yuqori bo'ladi va tashkilot o'zining muhim xodimlaridan birortasini yo'qotsa, ayniqsa, yo'qolgan bilimlarni hisobiga kompaniya sezilarli iqtisodiy zarar ko'radi. B.K.Punia va P.Sharma ishchilarni almashtirish xarajatlari sezilarli bo'lishi mumkinligini va ishchilarning ish joyida olingan ma'lum ko'nikmalar va bilimlarni almashtirish uchun yillar kerak bo'lishi mumkin, shuning uchun oila va kasb muvozanatining sifati iste'dodli kadrlarni saqlab qolishning muhim tarkibiy qismi bo'lib hisoblanadi, deb ta'kidlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Боговявленский О.Н. Развитие самостоятельности мышления школьников как основа активных методов обучения. В сб.: Пути повышения качества усвоений в начальных классах. — М.: Изд-во АПН. РСФСР, 2018. — 280с.

2. Бона Э. Нестандартное мышление. Минск.: Попурри, 2017. — 224с.

3. Босова И.В. Педагогика и практическая психология. – Ростов Н/Д: «Феникс», 2017. – 416 с.

4. Грецов А.Г. Лучшие упражнения для развития креативности/ Учеб.-метод. пособ. -СПб. :СПНИИ физической культуры, 2006. - 44 с.

5. Дорохин Ю.С. Технология развития креативности студентов в процессе изучения дисциплины «Фотографика» [Текст] / Ю.С.Дорохин, Д.В.Малий // Молодой ученый. — 2014. — №18. — С. 551-553.

6. Нишонова З.Т. Мустақил ижодий фикрлаш. – Т.: “Фан”, 2003. – 11 б.

O‘SMIR SPORTCHILAR FAOLIYATIDA STRESSDAN CHIQISHDA FRUSTRATSIYA HOLATINING TA’SIRI

Otabek Eshmonov

Samarqand davlat universiteti

Psixologiya kafedrasida o‘qituvchisi, erkin tadqiqotchi

Sport psixologiyasida sportchilar faoliyatini samarali tashkil qilish, ularni muvaffaqiyatga erishishi, sportchilar shaxsining shakllanishi, sport jamoalaridagi o‘zaro munosabatlar masalalari va sportchi faoliyatida yuzaga keladigan ko‘plab masalalar borasida ilmiy tadqiqot ishlari olib borilmoqda, ayniqsa sportchi faoliyatida stress holati, sportchilarning stressga barqarorlik holati masalalari hozirgi kunda ham dolzarbligini yo‘qotmagan. Sportchilarning sport musobaqalarida erishadigan yutuqlari ularning stressga barqarorligi bilan bog‘liqligini sport psixologlari, murabbiylar yaxshi anglashadi va bu holatga alohida e‘tibor qaratadilar.

Shu jumladan, sport psixologiyasi bo‘yicha ko‘plab tadqiqot ishlari olib borgan psixolog olim A.S.Puni sportga yo‘naltirilgan o‘quv yurti talabalari bilan o‘tkazgan tajribalarida ularning musobaqadan oldingi mobil tayyorgarlik holatini o‘rgangan. A.S.Punining fikriga ko‘ra, mobil tayyorgarlik boshqa sohalarda ham uchraydi, ayniqsa, aqliy faoliyat, ilm-fan sohasida ko‘p kuzatilishi namoyon bo‘ladi. Mobil tayyorgarlik holati bir qancha vaqt davom etishi mumkin, bu vaqt inson duch keladigan barcha qiyinchiliklarga chidashi mumkin, chunki u o‘zini shu holatga yo‘naltiradi va undan yuksak darajada iroda kuchini talab qiladi. Bunday holatda bo‘lgan shaxs harakatlarini g‘alabaga erishish yoki muvaffaqiyatsizlik emas, faqat o‘z harakatini nazorat qilishga yo‘naltiradi va faoliyatida muvaffaqiyatga erishishi uchun barcha imkoniyatidan foydalanishida namoyon bo‘ladi [3].

Tadqiqot ishimizda o‘smir sportchilar faoliyatida stress holatidan chiqishda frustratsiyaning ta‘siri masalasiga ham e‘tibor qaratdik, bunda biz V.V.Boyko tomonidan tavsiya etilgan “Frustratsiya holatini aniqlash” metodikasidan foydalandik, uning natijalari quyidagi 3.2.1-jadvalda keltirilgan.

3.2.1-jadval

O‘smir sportchilarda frustratsiya holati bo‘yicha o‘tkazilgan tadqiqot natijalari.

Shkala	Sport turlari						F	Ishonch darajasi (Sig.)
	Yunon-Rum		Milliy kurash		Dzyudo			
	O‘rtacha qiymat	Standart og‘ish	O‘rtacha qiymat	Standart og‘ish	O‘rtacha qiymat	Standart og‘ish		
Frustratsiya	4,56	2,25	5,06	2,03	4,78	2,00,	,855	,427

Tadqiqot natijalarini yoritishdan oldin frustratsiya holatiga qisqacha izoh berib o‘tishni maqsadga muvofiq deb hisobladik. Psixologik lug‘atda “frustratsiya (lotincha frustration-bekorga kuzatish, bekorga umidvor bo‘lish, muvaffaqiyatsizlik, aldov); moxiyatiga ega bo‘lib: 1.Oliy ahamiyatga ega bo‘lgan maqsadlarga erishish yo‘lida kutilmaganda yuzaga kelgan yengib bo‘lmaydigan to‘siqlar bilan, umidlarning barbod bo‘lishi bilan bog‘liq ravishda yuzaga keladigan salbiy-hissiy nizoli holat; 2.Rejalarning izdan chiqib, maqsadning yo‘q bo‘lib ketishi. Frustratsiya kishining xarakter xususiyatlarida, turli qiyinchiliklarida, xatti-harakatlarida namoyon bo‘ladi...” [2].

O‘smir sportchilarning faoliyatida stress holatiga frustratsiyaning ta‘sirini o‘rganish natijalari asosida aytish joizki, yunon-rum va dzyudo kurashi bilan shug‘ullanuvchi o‘smirlarda milliy kurash turi bilan shug‘ullanuvchi o‘smir sportchilarning natijalariga qaraganda biroz past ko‘rsatkichga ega ekanligi namoyon bo‘ldi. Biroq, har uchala kurash turlari bilan shug‘ullanuvchi o‘smir sportchilarning ko‘rsatgan natijalari ularda frustratsion vaziyatlarga nisbatan tolerantlik munosabat xususiyatlarini ko‘rsatmoqda (1-jadvalga qarang).

Demak, tadqiqot natijalari o‘smir sportchilar frustratsion vaziyatlarda tolerant munosabatni namoyon etishlari ularning stressogen vaziyatlarda o‘zlarini xulq-atvor xususiyatlari, o‘zini nazorat qilish jihatidan stressga qarshilik ko‘rsatishi, stress holatida xatti-harakatlarini boshqara olishlari, stressogen vaziyatlarga ko‘p ham ahamiyat bermaslik, bunday holatlarda hissiyotga berilmaslik, hissiy zo‘riqishni namoyon etmaslik, boshqalarga nisbatan tajovuzkor munosabat va harakatlar sodir etmasliklari kabi xususiyatlari bilan xarakterlanadilar. Shu bilan birga, o‘smir sportchilar faoliyati jarayonida yuzaga keladigan muammoni qanday bo‘lsa, shu holatda qabul qilish, ya‘ni bu muammo tabiiy holat ekanligi, mazkur muammoni yechimini topish va uni mas‘uliyatini o‘z zimmasiga olishi, uni his qilishga tayyor ekanligini ko‘rishimiz mumkin. O‘smir sportchilarda tadqiqot jarayonida o‘tkazgan suhbat natijasida ayon bo‘ldiki, ular sport va kundalik faoliyatlari davomida o‘zaro nizolarga kirishmaslikka, imkon boricha bunday vaziyatlarda kelishuvchan pozitsiyani tanlashga harakat qilishlarini, vaziyatga oqilona yondoshishlarini ta‘kidlab o‘tdilar. Shuningdek, ularning fikriga ko‘ra, turli xil vaziyatlarga va holatlarga tabiiy hol sifatida yondoshish sportga va kundalik hayotga bo‘lgan pozitiv (ijobiy) munosabat shakllanadi, bu esa o‘z navbatida yuzaga keladigan stress holatlarga barqarorlikni oshirishga yordam beradi.

Ta'kidlab o'tish lozimki, o'smir sportchilarda frustratsiya xususiyatini ijobiy jihatdan namoyon bo'lishida ular shug'ullanayotgan kurash turlari mashg'ulotlarining ta'siri va o'rni muhim hisoblanadi, buni tadqiqot natijalarida ham ko'rish mumkin. Chunki ushbu mashg'ulotlar o'smir sportchilardagi salbiy hissiy holatni, umidsizlik, bezovtalik, tushkunlik va chorasizlik kabi xislatlarni kamayishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Shu o'rinda rus psixologi Yu.N.Korыstovni [1] fikrini keltirib o'tishni joiz deb bildik, chunki u ham biz tadqiqotimizda qo'llagan metodikamizdan o'zining tadqiqotlarida foydalangan va uning afzal jihatlarini ta'kidlab o'tgan. Uning fikriga ko'ra, "Frustratsiya holatini aniqlash testi" metodikasi shaxs xususiyatlarini to'liq namoyon qiladi. Olingan natijalarni tahlili esa shaxsning stressga barqarorlik xususiyati to'g'risida to'liq ma'lumot beradi. Shuningdek, shaxsda stressga barqarorlikni shakllanishida uning o'zini anglashi, dunyoqarashining kengligi, o'zining hayotiy pozitsiyasini belgilay olishi ham muhim ahamiyatga ega bo'ladi. Bu esa shaxsning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi.

Adabiyotlar

1. Корыстов Ю.Н. Эмоции, стресс, курение, потребление алкоголя и рак – корреляционные и причинные связи. //Журнал ВНД им. И.П.Павлова. – 2007. № 4. - С. 627-657

2. Psixologik atamalar. Ruscha-o'zbekcha izohli lug'ati. G'.B.Shoumarov tahriri ostida. Toshkent, Fan va texnologiya, 2019. – 326 b.

3. Пуни А.Ц. Состояние психической готовности к соревнованиям в спорте// Психология и современный спорт. -М., 1993. -С. 12-24

SHAXSNI SHAKLLANTIRISH BOSQICHIDA O'SMIR O'QUVCHILARNING PSIXOLOGIK SALOMATLIGINI MUSTAHKAMLASH

Atamuratova Feruza Baxtiyarovna

Urganch innovatsion university, "Pedagogika va boshlang'ich ta'lim metodikasi" kafedrasi stajyor-o'qituvchisi

Kirish. "Psixologik salomatlik" tushunchasi bizning kundalik hayotimizga bir necha o'n yillar oldin kiritilgan va hayot va jamiyatdagi ruhiy qulaylik holatini anglatadi.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ta'rifi ko'ra, inson salomatligi - bu uning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy qulay mavjudligi. Ushbu ta'rif qadim zamonlardan beri ma'lum bo'lgan iborani tasdiqlaydi: "Sog'lom tanada sog'lom aql!".

Endi o'smirning psixologik salomatligi, uning ruhiy holatiga ko'proq e'tibor qaratiladigan vaqt keldi. Ma'lum bo'lishicha, o'smirlar ota-onalar va o'qituvchilar bilan munosabatlarda ko'p xollarda stress, depressiya va qiyinchiliklarga duch kelishadi. Ammo o'smirlik davrida bolaning psixologik jihatdan qanchalik sog'lom bo'lishi kattalar shaxsining qanchalik sog'lom shakllanishiga bog'liq. Psixologik salomatlik deganda ijtimoiy, xulq-atvor, hissiy va intellektual xususiyatlarda namoyon bo'ladigan inson farovonligining ajralmas xususiyati ruhiy salomatlikning eng yuqori darajasi tushuniladi. Mahalliy psixologlar ko'pincha

bolalar va o'smirlarning psixologik salomatligini ontogenezning barcha bosqichlarida bolaning to'laqonli aqliy rivojlanishi sifatida tushunadilar, bu insonning uyg'un inter va intrapsixik faoliyati uchun zarur shartdir. Bolalik va o'smirlik davridagi psixologik salomatlikning asosiy mazmuni xarakteristikalari shaxsiy kamolotni rivojlantirish uchun shartdir. O'smir o'quvchilarning jismoniy va psixologik salomatligini saqlash ota-onalar va ta'lim muassasalari faoliyatining asosiy vazifalaridan biriga aylanib bormoqda.

Muxokama va natijalar. O'smirlarning psixologik salomatligining xususiyatlarini shaxsning rivojlanishi, uning o'sishi, inqirozi va yetukligi jarayonidan tashqarida tushunish mumkin emas. Shaxsning psixologik salomatligining asosi ontogenezning barcha bosqichlarida, shu jumladan o'smir o'rtasidagi uyg'un munosabatlarda to'liq aqliy rivojlanishdir va atrof-muhit uning "men" ning turli tomonlari, oqilona va hissiy, aql va sezgi va boshqalar. Ushbu yosh bosqichiga xos bo'lgan qarama-qarshiliklar, balog'atga yetish jarayonining o'tkir tabiyati o'smirning shaxsiy va aqliy rivojlanishi, uning psixologik salomatligi buzilishi uchun asos bo'lishi mumkin. Oiladagi qulay sharoitlar, ota-onalar o'rtasidagi yaxshi munosabatlar bolada kuchli "men"ning shakllanishiga yaxshi zamin yaratadi.

Oila sifatida ota-onalar quyidagilarga da'vat etiladi:

- Har doim, ish yukingizdan qat'iy nazar, bolangiz bilan suhbatlashishga vaqt toping. Do'stlar, uning hayoti bilan qiziqing, uning barcha qiziqishlarini, muammolarini biling, uning qiyinchiliklarini o'rganing, ularni muhokama qiling, bola bilan maslahatlashing

- Farzandingizga teng huquqli shaxs sifatida munosabatda bo'ling
- Bolani kamsitmang! baqirishni oilaviy tarbiya amaliyotidan chiqarib tashlash

- Boladan u erisha olmaydigan natijalarni talab qilmaslik, oqilona talab va maqto'vni uyg'unlashtirish kerak.

- Bola bilan uning g'alabalarida, baholarida, muvaffaqiyatlarida, hatto kichiklarida ham xursand bo'ling.

- O'smirlik inson hayotidagi qiyin davr ekanligini tushunib oling, tushunish va qo'llab-quvvatlash bilan ushbu o'tish davrini birgalikda boshdan kechiring.

- Mehribon ota-ona bo'ling, kechirishni biling
- Farzandingizni hech qachon boshqalar bilan solishtirmang. Bu uning o'ziga bo'lgan hurmatini kamaytirishini tushuning

- Nima bo'lganda ham bolangizni seving.

Kelajakda bolalarning psixologik salomatligi vazifasi maktabgacha ta'lim muassasasiga, keyin esa maktab ta'lim muassasasiga o'tadi.

Shuning uchun o'smir shaxsini shakllantirishda bolalar muhiti - maktab, sinfdoshlar, sinf rahbari va boshqa o'qituvchilarning o'rni beqiyosdir.

Xulosa va takliflar. O'smir o'quvchilarning psixologik salomatligini shakllantirishning quyidagi printsiplari mavjud bo'lib:

- Sog'lom psixogen muhit - oilada, maktabda va tengdoshlar o'rtasida
- Maktabda va uyda psixo-emotsional stress, depressiya, nevrozlarning o'z vaqtida oldini olish.

Psixologik salomatlik butun insonning shaxsiyatini tavsiflaydi. Bu kelajakda bolalar va o'smirlarda kattalar shaxsini shakllantirish uchun asosdir. O'smirlarning ruhiy salomatligiga g'amxo'rlik qilish ularning jismoniy salomatligiga g'amxo'rlik qilish kabi muhimdir. O'smir o'quvchilarning psixologik salomatligi darajasini saqlash va yaxshilash uchun qanday ijtimoiy muhit zarurligini aniqlash kerak. Psixologik salomatlikning tanlangan tarkibiy qismlariga asoslanib u quyidagi fazilatlarga ega bo'lishi kerak:

- o'smirlarning yosh va individual xususiyatlariga mos kelishi, ularda qiyinchiliklarni yengib o'tishda tajriba orttirish va natijada o'z-o'ziga ishonch hosil qilish bilan birga atrof-muhitga muvaffaqiyatli moslashish imkoniyatiga ega bo'lish.

- o'smirni o'zini, boshqa odamlarni, uning xatti-harakatlarining sabablari va oqibatlarini tushunishga, maqsadlarni qo'yishga, ularga erishish yo'llari haqida o'ylashga undash;

- o'smirni o'zini o'zi takomillashtirishga u uchun muhim bo'lgan faoliyatda - o'qishda, tengdoshlari va kattalar bilan muloqotda, sportda va hokazolarda o'zini o'zi rivojlantirishga undash;

Ota-onalar, sinf o'qituvchilari va o'qituvchilar ko'pincha bolaning psixologik holatidagi o'zgarishlarni sezmaydilar. Afsuski, bu ko'pincha juda kech seziladi. Ota-onalar va o'qituvchilar bolalarning psixologik holatiga ko'proq e'tibor berishlari va farzandlarining hissiy tajribalari, suhbatlari va qo'llab-quvvatlashlari bilan ko'proq qiziqishlari kerak bo'ladi. Maktab psixologlari va maktabdagi pedagogik mutaxassislar ham o'smirlarning psixologik holatini bilish uchun o'quvchilarni kuzatishlari, so'rovnomalar, metodikalar, suhbatlashishlari va sinovdan o'tkazishlari kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Yu. Ananiev V.A. Salomatlik psixologiyasiga kirish. SPb.: Tibbiyot, 1998 -148 p.

2. I. Antsyferova J.I. Rivojlanayotgan tizim sifatida shaxs psixologiyasi to'g'risida // Shaxsni shakllantirish va rivojlantirish psixologiyasi./Ed. L. I. Antsyferova M.: Nauka, 1991.- S. 3-18.

3. Rean A.A. Shaxsni o'rganish psixologiyasi. - Sankt-Peterburg, 2009. - 288 b.

4. Salomatlik psixologiyasi / Ed. G.S. Nikiforov. Sankt-Peterburg, Sankt-Peterburg davlat universiteti, 2000 y.

5. M. Kurtysheva Bolalarning psixologik salomatligini qanday saqlash kerak. - Sankt-Peterburg: Pyotr, 2005. – 25

6. Andreeva A.D., Voxmyanina T.V., Voronova A.P., Chutkina N.I. / ed. Dubrovina M.V./. Amaliy psixolog uchun qo'llanma. Bolalar va o'smirlarning ruhiy salomatligi. M., 1995 yil

7. Хухлаева О.В., Хухлаева О.Э. Уқувчиларнинг психологик саломатлиги мактаб психологик хизматининг мақсади сифатида. 2007.

ПЕДАГОГЛАРДА ЭМПАТИЯ ҲИССИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ БИЛАН БОҒЛИҚ ЭТНОПСИХОЛОГИК ЁНДАШУВЛАР.

Ачилова Мунира Мансуровна

*Қарши Давлат Университети Психология кафедраси таянч
докторанти, UDK 301,085:15:153:371.1(045)*

Мавзу баёни. Педагогнинг эмпатияси - бу ишончли, педагогик жиҳатдан мос муносабатларни ўрнатиш учун касбий ўзаро таъсир субъектларининг ички дунёсини билиш ва акс эттиришнинг ҳиссий ва интуитив жараёнидир. Эмпатия педагогнинг ёрдам беришга қаратилган фаолиятида яққол намоён бўлади яъни, унинг хулқ-атворини тартибга солувчи, болалар билан алоқа ўрнатишга ёрдам берадиган мулоқотнинг муҳим таркибий қисми бўлиб, унинг фазилатлари ва қобилиятлари орқали намоён бўлади.

Педагог шахсидаги эмпатия моделига қуйидагилар киради: когнитив, эмоционал, интуитив ва хулқ-атвор соҳалари ва унинг фаолиятдаги таркибий қисмлари: когнитив-мотивацион, ҳиссий-баҳолаш, интуитив-ижодий ва иродавий ҳаракатли компонентлар. Эмпатиянинг етакчи компоненти эмоционал-баҳолаш компоненти (симпатиянинг пайдо бўлиши учун асос сифатида). Педагог эмпатиясининг шаклланиш даражалари: номинал, адаптив-репродуктив, трансформатив ва иждодий.

Педагог эмпатиясини шакллантириш жараёни тайёргарлик, ўқув ва амалий босқичларни ўз ичига олади, бунда талабалар келгуси фаолиятнинг мазмуни, вазифалари ва ўзига хос хусусиятлари билан танишадилар. Талабаларнинг эмпатиясини ривожлантириш унинг психологик механизмларини фаоллаштириш, амалий тажриба тўплаш, назарий билим ва кўникмалардан фойдаланиш учун унинг эмпатик ўзаро таъсир қилиш усуллари тизимини излаш ва янгилаш орқали гуруҳнинг ўзаро таъсири, талабаларнинг касбий фаолиятини тартибга солиб бориш шароитида амалга оширилади.

Педагогларда эмпатияни шакллантиришга ёрдам берадиган ижтимоий-психологик шароитлар қуйидагилардир: диалогли мулоқотга жалб қилиш, фаол ижтимоий ва психологик ўрганиш, кўнгиллилар фаолиятида иштирок этиш. Улар қуйидагиларни белгилайдилар: гуруҳда ишончли муҳитни яратиш, субъектларга ўз фикрлари ва ҳис-туйғуларини эркин ифода этиш имконини бериш; касбий фаолиятда эмпатиянинг моҳияти ҳақидаги назарий ғояларни ишлаб чиқиш ва мустаҳкамлаш; сезги, ҳис қилиш, аниқлаш ва тасаввур қилиш қобилиятини ошириш; муносабатларда шахснинг алтруистик йўналишини шакллантириш ва эмпатик мулоқот қилиш, ифода этиш, алоқа ва ташкилий қобилиятлар ва эмпатик тинглаш қобилиятига бўлган эҳтиёж.

Педагоглар эмпатиясини шакллантиришнинг асосий ижтимоий-психологик шартини кўнгиллилик фаолияти бўлиб, у ёшлар билан ривожлантирувчи, тузатувчи индивидуал ва индивидуал гуруҳ машғулотларини ташкил этишда ўқув режасида кўзда тутилмаган талабаларнинг эркин иждодий фаолиятидир. Кўнгиллилик эмпатиянинг барча таркибий қисмларининг ривожланишини фаоллаштиради, келажакдаги

касбий фаолият муаммоларини ҳал қилишда эмпатиянинг хусусиятлари ва ролини чуқурроқ тушунишга ёрдам беради.

Биз ўрганаётган мавзу контекстида эмпатия механизмлари ва таркибий қисмлари алоҳида эътиборга лойиқдир. Ушбу мавзу психологияда тадқиқ қилинишда давом этмоқда, шунинг учун эмпатия механизмлари ҳақида кўп илмий маълумотлар мавжуд эмас. Келинг, улардан баъзиларини кўриб чиқайлик.

Шундай қилиб, аксарият тадқиқотчилар (И.М.Юсупов, В.В.Бойко ва бошқалар) эмпатия бир эмас, балки бир нечта механизмлар орқали амалга оширилади, деб ҳисоблайдилар. А.В.Петровский томонидан таҳрир қилинган психологик луғатда М.Г.Ярошевскийнинг таъкидлашича, ҳиссий эмпатия бошқа шахснинг мотор ва аффектив реакцияларини проекциялаш ва тақлид қилиш механизми орқали ишлайди ва когнитив эмпатия интеллектуал жараёнларга асосланади. Психолог А.П. Сопиков ўз тадқиқотида эмпатия механизмини субъектга объектни моделлаштириш усули сифатида тақдим этади. Биринчидан, унинг фикрича, субъект эмпатия объектнинг «очик ўзгарувчилари»ни идрок этади (яъни, мимика, интонация, имо-ишоралар, ҳиссий ҳолатни идрок этади), сўнгра улар асосида объект фаолиятининг психологик моделини куради ва унинг ҳолати ҳақидаги маълумотларни ундан ўқийди. Шундан сўнг, нутқ, ифода ва ҳаракатлар орқали субъект объектга қўшилиб, унинг яширин томонларини кўрсатишга ундайди [3].

Горбатова, шунингдек, эмпатиянинг ўзини ташқи томондан етарли даражада ифодалаш қобилиятининг муҳимлигини таъкидлайди. Шунинг учун у олтинчи компонентни субъектнинг **эмпатия ифодасини ривожлантириш** деб атаydi. Бу омил шахслараро муносабатларнинг табиатига катта ҳисса қўшади. Эмпатиянинг ҳаддан ташқари ёки етарли даражада ифодаланмаганлиги, шунингдек, унинг етарли эмаслиги одамлар учун можаро манбаи бўлиб хизмат қилиши мумкин. Бошқасини тушунишга, унинг ички дунёсига киришга ҳаракат қилаётган одам етарли даражада маълумотли ва коммуникатив ифодага эга бўлиши керак. Назария муаллифининг сўзларига кўра, амалиёт шуни кўрсатадики, ифоданинг «стандарт» варианты тез-тез намоён бўлади ва унинг мавжудлиги ҳақида ҳамма ҳам билмайди.

Бу ерда биз эмпатияни ифодалашнинг бешта усулини аниқлаган В.В.Бойкога мурожаат қиламиз:

- идеал (ёқимли табассум, дўстона кўриниш, жозибали нутқ оҳанги, нафис имо-ишоралар ва шерикга самимий эътиборни намоёиш этувчи кўриниш билан);

- нормал (чақирувчи табассум, тинчлантирувчи нигоҳ, далда берувчи нутқ оҳанги, ўзаро тушунишга ёрдам берадиган имо-ишоралар ва бизнес иштирокини кўрсатадиган намуналар билан);

- ноаниқ (одатий табассум, кўринмайдиган кўриниш, монотон нутқ, монотон имо-ишоралар ва беқарор позиция билан);

- номақбул (ишончсиз табассум, ташвишли кўриниш, норози нутқ оҳанги, ҳаддан ташқари имо-ишоралар ва узоқ туриш билан);

- қабул қилиб бўлмайдиган (ёмон, ёмон табассум, такаббур нигоҳ, ғазабланган нутқ оҳанги, бемаъни имо-ишоралар ва бепарволик билан) [1].

Албатта, фақат биринчи иккита усул бошқасини эмпатик тушунишга ёрдам беради, чунки ҳиссиётларнинг етарли энергия ва маълумот билан тўйинганлиги шерикга ўзини ҳимоя қилиш заруратидан халос бўлишга имкон беради. Муносабатнинг ноаниқлиги намоён бўлганда, шерик ўзига бўлган муносабатни йўқотиш учун жуда кўп куч сарфлайди ва аста-секин ёпилади.

Горбатованинг фикрича, ифода адекват бўлиши учун биринчи навбатда ички психологик муаммоларни ҳал қилиш, шунингдек, хатти-ҳаракатларнинг ташқи томонлари бизнинг ҳолатларимизни аниқроқ ифодалаши учун бевосита ҳаракат қилиш керак. Бунинг учун сиз одатдаги репертуарингиздан овознинг ифодасизлигини, имо-ишораларнинг монотонлиги ва зикналигини, юз ниқоби ва юз диссонансини йўқ қилишингиз керак бўлади.

Бундай ишни сенсорли тушунча даражасини ошириш орқали бошлаш яхшидир. Бунга қуйидаги компонент ёрдам бериши мумкин - синтония қобилияти, яъни ўзи ва бошқалар билан уйғун бўлиш қобилияти. У идрок ва фикрлаш жараёнларига асосланади. Атрофимиздаги дунё билан ўзаро муносабатимиз уни сезгиларимиз орқали идрок этишимиздан бошланади. Бу идрок ўзига хосдир, шунинг учун биз ҳақиқий муҳит билан эмас, балки шахсий «дунё тасвири» билан шуғулланамиз. Ҳар бир инсоннинг ўзига хос «севимли» идрок канали (визуал, эшитиш ёки кинестетик) мавжудлиги билан ўзига хослик кучаяди. Ҳукмрон тизим келажакда ўз таъсирини кўрсатади: фикрлаш жараёнида бизнинг ҳис-туйғуларимиз сўзларга айланади, улар ҳам одатий идрок турига мос келади. Ташқи томондан, етакчи вакиллик тизими кўз ҳаракатларида, сўзларни танлашда, нафас олиш шаклларида, ҳаракатлар ритмида ва позицияларда намоён бўлади. Фақат битта каналга эга бўлган одам учун суҳбатдошни тушуниш эмас, балки унга энг таниш бўлган фикр-мулоҳазаларни билдириш ҳам қийинлиги аниқ. Бирор киши барча каналларни етарлича ривожлантирган ҳолатда, у очиқликни ҳис қилиши ва намоёйиш қилиши мумкин. Бу суҳбатдошнинг кўзига ноқулайлик сезмасдан қараш, барча кичик ўзгаришларни визуал равишда акс эттириш қобилиятида намоён бўлади; шерикнинг ўзгаришларига ва сўзларига бир зумда муносабатда бўлиш; масофани камайтириш ва салбий таъсир этиш кўркуви йўқлигида.

Кузатиш, эмпатик қобилиятларнинг саккизинчи, кейинги компоненти - бу объектлар ва ҳодисаларнинг характерли, шу жумладан нозик хусусиятларини сезиш қобилияти. Бу суҳбатдош ҳолатининг ташқи томонини очиш қобилиятига асосланади. Кўпинча мулоқот қилишда биз фақат оғзаки компонентларни ҳисобга оламиз, одам хоҳласа ҳам, хоҳламаса ҳам доимо ўз танаси, юз ифодалари ва ҳаракати билан гапиради. Психологлар маълумотларнинг 40 дан 70 фоизигача инсон танаси билан бошқаларга узатилишини аниқлаганлар. Тана тили камроқ онгли ва бошқариладиган ва шунинг учун кўпроқ ҳақиқатдир, демак, биз шерикларимизнинг ҳиссий сигналларини етарли даражада шифрлашимиз,

яъни мўлжалланган маънони аниқ тушунишимиз керак. Ушбу компонент энг муҳимларидан биридир, чунки у воқеликни адекват идрок этишни шакллантиришга имкон беради ва инсон нафақат бошқа одамнинг дунёсини тўғри ҳис қилиш, балки унинг хулқ-атвор дунёсини олдиндан билиш учун зарур бўлган билимларни олиши мумкин бўлган манба бўлиб хизмат қилади.

Ҳодисаларни башорат қилиш ва олдиндан билишга ёрдам берадиган яна бир муҳим манба эмпатик қобилиятлар структурасининг навбатдаги компоненти - **сезгидир**. Сезги - бу уни олиш усуллари ва шартларини билмасдан пайдо бўладиган билим, бунинг натижасида субъект «тўғридан-тўғри ихтиёр» натижасида унга эга бўлади. Илмий психология сезгини зарурий ва ўрнатилган хулқ-атвор стереотиплари чегарасидан ташқарига чиқишнинг ижодкорлик табиати билан ички белгилаб қўйилган момент сифатида изоҳлайди. Сезгининг эмпатик жараён учун аҳамияти шундаки, у шерикни мазмунли идрок этишдан кўра баҳолаш стереотипларига камроқ боғлиқ ва шунинг учун бизни ҳақиқатга яқинроқ қизиқтирадиган ҳолатлар ва вазиятларни қайта тиклашга имкон беради.

Яна бир компонент - **тасаввур** - муаммоли вазият ноаниқ бўлганида хатти-ҳаракатлар дастурини яратишда ифодаланади. Тасаввурнинг энг муҳим аҳамияти шундаки, у иш бошланишидан олдин унинг натижаларини тасаввур қилиш имконини беради ва шу билан инсонни фаолият жараёнида йўналтириб туради. Тасаввур, вазифани бажариш учун зарур бўлган билимларнинг тўғри тўлиқлиги бўлмаган тақдирда қарор қабул қилиш имконини беради. Тасаввур, шунингдек, эмпатияга ўзини эмпатия қилинган объектнинг ўрнига қўйишга ва унинг ҳолатига кўникишга ёрдам беради, бу унга кейинги воқеаларни жуда аниқ башорат қилиш имконини беради.

Ва эмпатик қобилиятлар тузилишининг охирги компоненти сифатида **аниқлаш** қобилияти таъкидланган. Идентификация - субъектнинг ўзини бошқа субъект билан онгсиз равишда идентификация қилишнинг ҳиссий-когнитив жараёни. Идентификация ўзини бошқа шахснинг майдонига, маконига, шароитларига ўтказиш механизми орқали амалга оширилади ва унинг шахсий маъноларини ўзлаштиришга олиб келади. Идентификация эмпатик жараённи муваффақиятли яқунлашнинг ажралмас шартидир, чунки у эмпатия асосида бошқасини тушунишга ёрдам беради.

Инсоннинг эмпатия тузилишидаги ҳар бир компонентнинг аҳамияти эмпатия субъекти ва объектнинг индивидуал хусусиятларига боғлиқ, шунинг учун юқорида психолог олимлар таъкидлаганидек, жараённинг турли босқичларида у ёки бу компонентнинг ролини аниқлаш жуда муҳимдир.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати.

1. Бойко, В. В. Энергия эмоций в общении. Взгляд на себя и на других/ В.В. Бойко. – М.: Филинь, 1996. – 472 с.
2. Горбатова, Е. А. Эмпатия: психологическая структура и механизмы реализации. Ученые записки СПбГИПСР. – 2014. – №1. – С. 38 – 41.

3. Сопиков, А. П. Механизм эмпатии. Вопросы психологии познания людьми друг друга и самопознания. Краснодар: Изд-во Кубан. ун-та, 1977. – С. 89 – 95.

4. Юсупов, И. М. Психология взаимопонимания. – Казань.: Татарское книжное издательство, 2011 – 192 с.

XORIJIY TALABALARDA AKKULTURATSIYA MUAMMOSI

Matchanova Nargiza To‘lqinovna

Ma‘mun universiteti psixologi

Notanish madaniy muhitga tushgan turli etnik millat vakillari, ya'ni xorijiy talabalar va immigrantlar, ularga uzoq vaqt davomida ta'sir qilib turuvchi ko'plab moslashuvlar va o'zgarishlardan o'tishlari lozim bo'ladi. Bu borada, yangi tilni o'rganish bilan bog'liq muammolar, atrof-muhitga moslashish uchun zarur bo'lgan ijtimoiy me'yorlar bilan tanishish va o'zlashtirish bilan bog'liq vaziyatlarni sanab o'tishimiz mumkin [7]. Bu vaziyatlarga moslashish jarayonida shaxslarda akkulturations stress deb nomladigan o'ziga xos stress turini keltirib chiqaradi [2]. Ushbu holat xorijiy talabalar orasida ko'p uchraydigan stress turi bo'lib, xavotir va depressiya kabi jiddiy ruhiy buzilishlar bilan bog'liqligi aniqlangan [5].

Mazkur atama akkulturationsiya (lotincha acculturare “yaqinlashuvchi” cultura “ta'lim, taraqqiyot” so'zidan) - (madaniy xususiyatlarni almashish), bir xalq tomonidan boshqa xalq madaniyatini to'liq yoki qisman idrok etish jarayonini bildirib, turli fanlarda turlicha talqin etiladi hamda madaniyatlararo ta'sir, o'zaro hamkorlik, madaniy muloqot, kross-madaniy o'zaro ta'sir etish shaklini ifodalovchi hodisa sifatida o'rganiladi.

“Akkulturationsiya” so'zi “madaniyat” so'zidan olinganligi sababli madaniyat tushunchasining mohiyatini aniqlash zarurati tug'iladi.

“Madaniyat” – (“cultio” va “culte”) atamasi lotincha “ishlov berish”, “parvarish qilish” degan ma'nolarni ifodalaydi. Madaniyat – bu kishilar tomonidan qabul qilingan me'yorlar majmuasidir. Bu me'yorlar muayyan jamiyat tomonidan taqsimlanadi, ular insonlar tomonidan o'zlashtiriladi, inson esa uning bir qismiga aylanadi. Inson yoki guruhning yangi madaniyatga moslashishi – akkulturationsiya jarayoni deyiladi.

Akkulturationsiya jarayonida inson o'zining ichki madaniy o'ziga xosligini saqlab qolish va unga yangi madaniyatda yashash zaruratiga duch keladi. Shunga ko'ra, insonlar akkulturationsiya jarayonida duch keladigan to'rtta madaniyat strategiyasi mavjud:

1. Assimilyatsiya – inson o'zining madaniyatidan voz kechib, u bilan aloqalarni uzib, butunlay yangi madaniyatga qo'shilib ketishi hisoblanib, ko'pincha o'z ixtiyori bilan boshqa mamlakatga uzoq vaqt yoki abadiy ko'chib ketadigan odamlar hayotida kuzatiladi.

2. Separatsiya – boshqa madaniyat me'yorlarini qabul qilishdan voz kechib o'z madaniyati bilan identifikatsiyani saqlash. Bunday holatda ozchilikni tashkil qiluvchi madaniy jamoa dominant madaniyat bilan aloqa qilmaslikka, o'zlari

jamo'a tuzib alohida yashashga harakat qiladilar. Bu jarayon o'z vatanini xohishlariga zid ravishda tark etishga majbur bo'lgan qochqinlarga xosdir.

3. Marginalizatsiya – birlamchi madaniyat o'ziga xoslikni yo'qotish va yangi madaniyat bilan identifikatsiyalashning yo'qligidir. Marginalizatsiya insonning asl madaniy guruhini saqlab qololmasligi va yangi madaniyatga qo'shilolmasligidan kelib chiqadi. Odatda bu jarayon mezbon madaniyat vakillari tomonidan kamsitilishning natijasi ham bo'lishi mumkin.

4. Integratsiya – akkulturratsiya jarayonining eng samaralisidir. Bu asosiy madaniyatni yo'qotmasdan yangi madaniyatga kirishni o'z ichiga oladi. Integratsiya mehmon va mezbon tomonning o'zaro hurmati va har bir madaniyatning noyob xususiyatlarini saqlab qolish zarurligini tushunish va hamkorlik qilish istaklari orqali yuzaga keladi.

Xorijiy talabalarining madaniyatlararo moslashuviga bag'ishlangan akademik tadqiqotlarning aksariyatida J.W.Berry tomonidan 2005 yilda ishlab chiqqan akkulturratsiya modelidan foydalanilgan. J.W.Berry modeliga ko'ra madaniyatlararo moslashuv deganda - bu turli madaniyatdagi odamlar o'rtasidagi uchrashuv natijasida yuzaga keladigan hayotdagi psixologik va xulq-atvor o'zgarishlari jarayoni tushuniladi [3]. Psixologik o'zgarishlar e'tiqodlarning o'zgarishi, odamning idrokini o'z ichiga oladi, xulq-atvorning o'zgarishi esa qabul qiluvchi jamiyatga xos bo'lganlarga nisbatan tashqi xatti-harakatlar bilan bog'liq.

Shaxs yangi madaniyatga qanchalik tez moslashsa, u bu o'zgarishlarni qiyinchilik sifatida qabul qilish ehtimoli shunchalik kam bo'ladi. Agar, aksincha, o'zgarish talablari yengib bo'lmaydigan qiyinchilik sifatida qabul qilinsa, bunday odamlar yangi jamiyatda yashash tajribasini salbiy qabul qilishlari mumkin [8].

Ko'pgina xorijiy talabalar til qiyinchiliklari, moliyaviy muammolar, yangi ta'lim tizimiga moslashish, vatanni sog'inish, ijtimoiy urf-odatlar va me'yorlarning o'zgarishi va ba'zilar uchun irqiy kamsitish bilan bog'liq umumiy muammolarga duch kelishadi [6].

Turli madaniyatlarga mansub qisqa muddatli (xorijiy talabalar) va uzoq muddatli (immigrantlar) populyatsiyalarida olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, akkulturratsiya stressi ko'p o'lchovidir. Bunga boshqa muhitga ko'chib o'tishdagi stress [4], irqiy kamsitishlar, uy sog'inchi, oilaviy mas'uliyat va imkoniyatdan mahrum bo'lish xavotiri [11] kabilarni kiritish mumkin (1-jadval). Bu shuni ko'rsatadiki, tadqiqotchilar akkulturratsiya stressining asosiy jihatlari bo'yicha yagona xulosaga kelolmaganlar. Biroq barcha tadqiqotlarda stress sabablari sifatida quyidagi jihatlarga ko'rsatilindi:

- Ijtimoiy o'zaro ta'sir, bu ko'pincha til to'siqlari va kamsitish hissi bilan bog'liq;

- Vatanni sog'inish;

- Moliyaviy tashvishlar.

1-jadval

Tadqiqot	O'lchovlar	Tadqiqot obyekti
B.Yu, X.Chen, S.Li, Y.Liu, A.J.Jacques-Tiura va H.Yang, 2014 yil	Rad etish, shaxsiyat tahdidi, kuchdan mahrum bo'lish, o'ziga ishonch, madaniy qobiliyat va uyni qo'msash	Xitoydagi xorijiy talabalar
S.Caplan, 2007 yil	Instrumental – ekologik, moliyaviy, til to'siqlari, tibbiy xizmat, ishsizlik, ijtimoiy, shaxslararo munosabatlar	Lotin Amerikasi muhojirlari
J.N.Fuertes va F.D.Westbrook, 1996 yil	Millatchilik, oilaviy omillar	Ispan tilida so'zlashadigan kollej talabalari
G.R.Sodowsky va E.M.Lai, 1997 yil	Madaniy kompetentsiya	Osiyo muhojirlari
T.E.Joiner va R.L.Walker, 2002 yil	Ijtimoiy, atributiv, oilaviy va ekologik akkulturationsion stress	Afro-amerikalik talabalar
M.Abouguendia va K.A.Noels, 2001 yil	Moliyaviy, oilaviy, guruhiy va guruhdan tashqari munosabatlar bilan bog'liq muammolar	Kanadada muhojir bo'lgan talabalar va ularning farzandlari
L.S.Kim Bae, 1999 yil	Hamyurtlari va yurtini qo'msash uyda va maktabda til qiyinchiliklari, kamsitish bilan bog'liq voqealar, avlodlar o'rtasidagi ziddiyatlar	Kanadadagi universitet talabalari va muhojirlarning bolalari
C.Lay va T.Nguyen, 1998 yil	Guruh ichidagi va guruhdan tashqari muammolar	Kanadadagi Vetnamlik talabalar
D.S.Sandhu va B.R.Asrabadi, 1994 yil	Kamsitish, vatanni sog'inish, qo'rquv, aybdorlik, nafrat va madaniy shok	Xalqaro talabalar

B.Yu va boshqalar tomonidan olib borilgan tadqiqotlar asosida Xitoy universitetlarida yevropalik talabalarning madaniyatlararo moslashuvini o'rganilgan [10] va bunday talabalar uchun rad etish, o'ziga xoslik tahdidi, imkoniyatdan mahrum bo'lish, o'ziga ishonchning pastligi, qadriyatlar to'qnashuvi, madaniy kompetentsiya va uy sog'inchi kabi madaniyat stressini yetti o'lchovga bo'lish mumkinligi aniqlangan.

J.Ye ushbu jihatlarni tizimli ravishda o'rgangan kam sonli tadqiqotchilardan biri bo'lib ko'rinadi [9]. U Amerika Qo'shma Shtatlari janubi-sharqidagi yirik universitetda tahsil olayotgan Sharqiy Osiyolik xorijiy talabalarni o'rganib chiqdi

va odatlanish stressining besh jihatini aniqladi: qo'rquv, idrok etilgan kamsitish, seziladigan nafrat, vatanni sog'inish va madaniy shok.

Xorijiy talabalarga ta'sir qiladigan stress sabablariga e'tibor qaratishning muhimligi shundaki, talabalar hayotining bunday erta bosqichida va xorijiy universitetlar ta'lim tizimi ularga taqdim etishi mumkin bo'lgan imkoniyatlar tufayli, bu muammolarni hal qilmaslik salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. Xorijiy talabalarning muammolarni yechish borasida yetarlicha malakaga ega emasligi natijasida hal qilolmasligi ularning o'ziga bo'lgan ishonchini yanada pasaytirishi va ularni nafaqat akademik muvaffaqiyatsizlikka, balki depressiyaga yoki undan ham yomonroq holga keltirishi mumkin.

Shuning uchun xorijiy talabalar moslashuvi bilan bog'liq tadqiqotlarni rivojlantirish va olib borish, bugungidek globallashuv sharoitida juda muhim sanaladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abouguendia, M., & Noels, K. A. (2001). General and acculturation-related daily hassles and psychological adjustment in first- and second-generation South Asian immigrants to Canada. *International Journal of Psychology*, 36(3), 163–173.

2. Allen, M. W., Amason, P., & Holmes, S. A. (1998). Social support, Hispanic emotional acculturative stress & gender. *Communication Studies*, 49(2), 139-157.

3. Berry, J. W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29, 697-712.

4. Caplan, S. (2007). Latinos, acculturation, and acculturative stress: A dimensional concept analysis. *Policy, Politics, & Nursing Practice*, 8(2), 93-106.

5. Parr, G. & Bradley, L. (1992). Directors' perceptions of the concerns and feelings of international students. *College Student Journal*, 25, 370–376.

6. Smith, R. A. & Khawaja, N. G. (2011). A review of the acculturation experiences of international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 35, 699-713.

7. Wei, M., Heppner, P. P., Mallen, M. J. Ku, T. Y., Liao, Y.H., & Wu, T. F. (2007). Acculturative stress, perfectionism, years in the United States, and depression among Chinese international students. *Journal of Counseling Psychology*, 54, 385-394.

8. Wu, H., Garza, E., & Guzman, N. (2015). International Student's Challenge and Adjustment to College. *Education Research International*, 2015, 1–9.

9. Ye, J. (2005). Acculturative stress and use of the Internet among East Asian international students in the U.S. *CyberPsychology & Behavior*, 8(2), 154–161.

10. Yu, B., Chen, X., Li, S., Liu, Y., Jacques-Tiura, A. J., & Yan, H. (2014). Acculturative stress and influential factors among international students in China: A structural dynamic perspective. *PloS ONE*, 9(4), 1-8.

11. Zhang, J., & Goodson, P. (2011). Predictors of international students' psychosocial adjustment to life in the United States: A systematic review. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(2), 139–162.

MAKTABGACHA YOSH DAVRI BOLALARINING ANTROPOMETRIK BELGILARI VA RUHIY SALOMATLIGIGA ALOQADORLIK JIHATLARI, AMALIY NATIJALARI TAHLILI

Djalalova Mohinur Abdusattor qizi

*Farg‘ona davlat universiteti
psixologiya kafedrasi o‘qituvchisi*

Inson jamiyatda o‘zini nomoyon qilishi yurt ravnaqiga xissa qo‘shaolishi uchun avvalo ruhiy sog‘lom bo‘lishi, to‘laqonli faoliyat olib borishi uchun undagi antropometrik belgilarni ham ahamiyati mavjud ekanligini ko‘rishimiz mumkin. To‘laqonli faoliyat olib boruvchi shaxsni shakllantirish uning bog‘cha yoshidagi davridan boshlash uni tuzatish maqsadga muvofiq deb hisoblaymiz. Shu o‘rinda maktabgacha yoshli bolalarda barqaror ruhiy salomatlikni shakllantirish qaytadan uni korreskiya qilish imkoniyati mavjud ekanligi borasidagi fikrlarni Amerika psixologlari qayd etib o‘tishgan. Maktabgacha va maktab ta’limi vazirligi Sog‘liqni saqlash vazirligi bilan birgalikda o‘quvchilarda o‘zini o‘zi boshqarish, murakkab hayotiy vaziyatlarni yengib o‘tish ko‘nikmalarini shakllantirish, depressiya, xavotirli holatlar va suitsidlarning oldini olish bo‘yicha maxsus ijtimoiy-emotsional o‘quv soatlarini (Social Emotional Learning, SEL) umumiy o‘rta ta’lim muassasalarida maktab dasturidagi mavjud fanlar va darsdan tashqari jarayonlar doirasida yo‘lga qo‘yilishi zarur ekanligi takidlab o‘tildi va buning rejasi ishlab chiqish belgilandi. Bundan tashqari 2023-2024 yillarda aholining ruhiy salomatligini muhofaza qilish xizmatini rivojlantirish bo‘yicha kompleks chora-tadbirlar dasturi va 2023-2024 yillarda psixiatriya muassasalarini tibbiy uskunalari bilan jihozlash dasturi ishlab chiqildi. Shuning bilan birgalikda bolalarning ruhiy salomatligini mustahkamlash va bolalar psixonevrologik xizmatini takomillashtirish chora-tadbirlari ishlab chiqilishi takidlab o‘tildi. Yuqorida bayon etilgan qarorning bugungi kunda naqadar dolzarb ekanligini ayniqsa bolalarning ruhiy salomatligi jamiyatning diqqat markazida bo‘lib borayotganligini bilishimiz qiyin emas. Biz ilmiy tadqiqot ishimizni aynan bolalarning ruhiy salomatligini diagnostika qilish va uning psixokorreksiyasini amalga oshirish, jamiyat uchun ham ruhan, ham jismonan sog‘lom bolalarni tarbiyalash zaruriyatini inobatga olgan xolda ilmiy-nazariy va amaliy o‘rganishni maqsad qilib oldik. Buning uchun ilmiy tadqiqot ishining obyekt sifatida aynan Farg‘ona shahar 5-sonli DMTTning 49 nafar 6-7 yoshli tarbiyalanuvchilari, ularning ota-onalari DMTT tarbiyachilari, Farg‘ona shahar maktabgacha ta’lim tashkiloti tasarrufidagi 27-sonli DMTTning 52 nafar tarbiyalanuvchilari va Farg‘ona viloyati O‘zbekiston tumani 5-sonli davlat maktabgacha ta’lim tashkilotining 51 nafar tarbiyalanuvchilari, Farg‘ona viloyati Quva tumani 10-sonli davlat maktabgacha ta’lim tashkilotining 47 nafar tarbiyalanuvchilari, ularning ota-onalari respondent sifatida tanlab olindi. Ilmiy tadqiqot ishimizning empirik qismida dastlab qishloq hududida istiqomat qiluvchi 6-7 yoshli bolalarning antropometrik belgilarini aniqlash maqsadida Ozbekiston tumani 5-sonli DMTTga tashrif buyurdik va u yerda tayyorlov guruhining bolalari bilan tanishib ularning tana hajmini o‘lchash maqsadimiz borligini takidlab o‘tdik va bizga bu masalada

tashkilot hamshirasi o'z yordamini ayamadi, shu o'rinda aytish mumkinki bog'chaga borayotgan bolalar uchun ularning antropometrik belgilarini har mavsum o'lchanishi tufayli bu ish ular uchun yangilik emas balki oddiy xoldek qabul qilindi va ular bizga emotsional yuqori kayfiyatda o'z tana vazni va boshqa belgilarini o'lchashimizda qarshilik qilishmadi va bundan aksincha hursand bo'lishdi. Keyingi qishloq hududimizdagi obekt bu Farg'ona viloyati Quva tumani 10-sonli DMTTning 6-7 yoshli tarbiyalanuvchilari bo'lib biz bu tashkilotga tashrif buyurib muassasa rahbaridan ruxsatnoma oldik va hamshiralari tayyorlov guruhi tarbiyachilari yordamida antropometrik belgilarini qayd etib bordik. Undan keyin esa shahar hududida yashovchi bolalarning natijalarini qayd etish maqsadida dastlab Farg'ona shahar 5-sonli DMTTga bordik va bu tashkilotning ichki tartib qoidalari asosida tashkilot rahbarining roziligini oldik va ular bizga hamshira yordam berishlarini takidlab o'tishdi, bolalarning antropometrik belgilarini olganimizdan keyin oldingi va keyingi natijalarga ham nazar tashlab o'tdik va bola har mavsumda oz bo'lsada antropometrik belgilari o'sib borishini aniqladik. Shahar hududidagi ikkinchi obektimiz bu Farg'ona shahar 27-sonli DMTTning tarbiyalanuvchilari bo'ldi biz muassasaga tashrif buyurib u yerda rahbariyatning roziligini oldik va bizga muassasaning metodisti va hamshirasi bu masalada yordam berdilar. Olingan natijalarni qishloq va shahar hududida farqlar mavjud yoki mavjud emasligini aniqlash maqsadida tahlil qilib chiqdim. Quyidagi 1-jadvalda shahar va qishloq hududida istiqomat qiluvchi bolalarning natijalaridagi farqlarni aniqladik. 6-7 yoshli bolalarning ruhiy salomatligi ularning antropometrik belgilariga aloqador ekanligini aniqlash maqsadida har bir belgilarni hududlar kesimida qiyosiy solishtirib chiqdik. Tahlildagi moda ko'rsatkichiga asoslangan holda shahar hududidagi bolalarning orasida bosh aylanasi 51 sm. o'lchamga ega bo'lgan bolalar ko'proq uchrashi aniqlandi. Qishloq hududida esa bolalar orasida 50 sm. o'lchamga ega bo'lgan bolalar ko'proq uchrashi aniqlandi. Shuni ham e'tiborga olish kerakki, shahar bolalari orasida eng katta bosh aylanasi ega bo'lgan bolaning bosh aylanasi hajmi 60 sm bo'lsa bu ko'rsatkich qishloq bolalari orasida 59 sm. ni tashkil etmoqda. Ushbu natijalarning o'rtacha arifmetik qiymati shahar bolalarida 50,7 sm, qishloq bolalarida esa 49,6 sm. ekanligi aniqlandi. Tadqiqot natijalariga ko'ra bosh aylanasi juda baland 9 nafar bo'lgan shaharlik bo'lgan bolalarning onalaridan buni sababi so'ralganda 3 nafarida D vitamini yetishmasligi ya'ni rahid kasalligi bilan kasallanganliklarini takidlab o'tdilar, 2 nafari esa bolalarning bu holati genetik ekanligini aytishdi. 4 nafar ota-onalar bu masalaga jiddiy qaramaganliklarini takidlashdi. Ushbu natijalar o'rtasida farq borligini aniqlash maqsadida t-student mezonidan foydalanildi. Ushbu natijalar quyidagi 1-jadvalda keltirilgan.

1-jadval

t-student mezonining ishonchlilik darajasi.	T	Ahamiyatliligi
,036	-3,009	,003*

$p < ,003^*$

Yuqoridagi jadvalda ko‘rinib turibdiki, t-student mezonning ishonchlilik darajasi (.036>,005) ekanligi aniqlandi va bu raqamlar bizga ushbu ma’lumotlarni qiyoslashda ushbu mezondan foydalanish mumkin ekanligini isbotlaydi. Shundan kelib chiqqan holda shahar va qishloq bolalarining bosh aylanasi hajmi o‘rtasida ($t=3,009$ $p<,003^*$) ahamiyatli farq bor ekanligi aniqlandi. Demak shahar bolalarining bosh aylanasi qishloq bolalarining bosh aylanasi nisbatan kattaroq. Buning sababi esa qishloq bolalari kabi shahar bolalari quyosh nurlaridan yetarlicha to‘yinmaganligi ya’ni quyoshli toza havoda sayr qilmasliklaridadir.

Shahar va qishloq bolalarining bo‘y ko‘rsatkichlari ham aniqlandi, unga ko‘ra tahlildagi moda ko‘rsatkichiga asoslangan holda shahar hududidagi bolalarning orasida bo‘y ko‘rsatkichlari 119 sm. o‘lchamga ega bo‘lgan bolalar ko‘proq uchrashi aniqlandi. Qishloq hududida esa bolalar orasida ham 119 sm. o‘lchamga ega bo‘lgan bolalar ko‘proq uchrashi aniqlandi. Shuni ham e’tiborga olish kerakki, shahar bolalari orasida eng katta bo‘y ko‘rsatkichiga ega bo‘lgan bolaning bo‘yi 131 sm bo‘lsa bu ko‘rsatkich qishloq bolalari orasida 128 sm. ni tashkil etmoqda. Ushbu natijalarning o‘rtacha arifmetik qiymati shahar bolalarida 117 sm, qishloq bolalarida esa 118 sm. ekanligi aniqlandi. Ushbu natijalar o‘rtasida farq borligini aniqlashda maqsadida t-student mezonidan foydalanildi. Ushbu natijalar quyidagi 2-jadvalda keltirilgan.

2-jadval

t-student mezonning ishonchlilik darajasi.	T	Ahamiyatliligi
,001	-1,439	,152

$001<,005$, $t=-1.439$. $p<152$

Yuqoridagi jadvalda ko‘rishimiz mumkinki bo‘y ko‘rsatkichlari bo‘yicha qishloq va shaharlik bolalar orasida ahamiyatli farqlar aniqlanmadi. ($001<,005$), ($t=-1.439$. $p<152$)

Shahar va qishloq bolalarining ko‘krak aylanasi hajmi ham aniqlandi, unga ko‘ra tahlildagi moda ko‘rsatkichiga asoslangan holda shahar hududidagi bolalarning orasida ko‘krak aylanasi 54 sm. o‘lchamga ega bo‘lgan bolalar ko‘proq uchrashi aniqlandi. Qishloq hududida esa bolalar orasida 51 sm. o‘lchamga ega bo‘lgan bolalar ko‘proq uchrashi aniqlandi. Shuni ham e’tiborga olish kerakki, shahar bolalari orasida eng katta ko‘krak aylanaga ega bo‘lgan bolaning ko‘krak hajmi 66 bo‘lsa bu ko‘rsatkich qishloq bolalari orasida esa bu ko‘rsatkich birmuncha baland ekanligi qayt etildi ya’ni 88 ni tashkil etmoqda. Ushbu natijalarning o‘rtacha arifmetik qiymati shahar bolalarida 52.6 sm, qishloq bolalarida esa 54.4 sm. ekanligi aniqlandi. Ushbu natijalar o‘rtasida farq borligini aniqlashda maqsadida t-student mezonidan foydalanildi. Ushbu natijalar quyidagi 3-jadvalda keltirilgan.

3-jadval

t-student mezonning ishonchlilik darajasi.	T	Ahamiyatliligi
,052	197	,000***

$(052>,005)$. ($t=197$ $p<,000^{***}$)

Yuqoridagi jadvalda ko‘rinib turibdiki, t-student mezonning ishonchlilik darajasi (.052>,005) ekanligi aniqlandi va bu raqamlar bizga ushbu ma’lumotlarni qiyoslashda ushbu mezondan foydalanish mumkin ekanligini isbotlaydi. Shundan kelib chiqqan holda shahar va qishloq bolalarining ko‘krak hajmi o‘rtasida (t-197 p<,000***) ahamiyatli farq bor ekanligi aniqlandi. Demak yuqoridagi SPSS dasturining T-student mezoni bo‘yicha shahar bolalarining ko‘krak aylanasiga nisbatan tor ekanligini ko‘rishimiz mumkin.

Quyidagi jadvalda esa biz sinaluvchilarimizning og‘irlik ko‘rsatkichlari bo‘yicha natijalarni qayt etdik, unga ko‘ra moda mezoni bo‘yicha shahar hududida 22kgli bolalar soni ko‘proq bo‘lsa, qishloq hududida bu ko‘rsatkich 21kgni tashkil etmoqda. Ularning o‘rtacha arifmetik qiymati esa shaharda 21,5 kgni, qishloqda esa 20kgni tashkil etdi. Shahar hududida eng kichik kgli bola 16 kgni tashkil etsa , qishloq hududida 17 kgni tashkil etadi, eng katta ko‘rsatkich shaharda 32kg ekanligi aniqlangan bo‘lsa, bu ko‘rsatkich qishloqda biroz pastroq ya’ni 27kgni tashkil etdi. Pastdagi 4-jadvalda esa T-student mezoni bo‘yicha natijalar bayon etilgan:

4-jadval

t-student mezoninng ishonchlilik darajasi.	T	Ahamiyatliligi
,001	-2,068	,040

(t-. -2,0068, p<,040)

Yuqoridagi jadvalda ko‘rinib turibdiki, t-student mezoni bo‘yicha ahamiyatli farq umuman aniqlanmadi.

Bolalarning antropometrik ko‘rsatkichlari bo‘yicha olingan ma’lumotlardan kelib chiqib shunday fikrga kelishimiz mumkinki, shahar va qishloq hududida istiqomat qiluvchi 6-7 yoshli bog‘cha yoshi bolalarining, bosh aylanasini, ko‘krak aylanasini o‘rtasida ahamiyatli farqlar aniqlandi, buning asosiy sababi bizning fikrimizcha bolaning ijtimoiy muhiti va sharoiti bilan bevosita bog‘liq. Aniqa bolalarning ko‘krak aylanasini hajmi o‘rtasida ahamiyatli farq (.052>,005). (t-197 p<,000***)aniqlandi. Bolalarning vazni va bo‘ylarining o‘lchovlarida ahamiyatli farq aniqlanmadi. Bundan kelib chiqib aytish mumkinki, qishloq bolalarining ko‘krak aylanasini kengroq shaharlik tengdoshlariga nisbatan va aksincha shahar bolalarining ko‘krak aylanasini tor bu esa ularni ko‘proq ruhiy siqilishni boshidan kechirishini va ko‘krak qafasi diafagmasining qisqa ekanligidan yoki meyoriy holatda to‘g‘ri nafas olinmagani sababli yaxshi kengaymasligidan dalolat beradi.

Yuqorida bayon etilgan fikr mulohazalardan bolaning ruhiy salomatligining meyoriy holatda bo‘lishi yoki aksincha meyordan chiqish holatlarini kuzatilishi bu uning ijtimoiy muhitiga oila a‘zolariga ota-onasi va shu bilan birga ma’lum bir ma’noda tarbiyachisiga bog‘liq ekanligini ko‘rishimiz mumkin, chunki bola oilada yoki jamoada yetarlicha mehr va e‘tiborning ko‘rsatilmaligi uning ruhiyatiga albatta salbiy ta‘sir ko‘rsatmay qolmaydi. Maktabgacha yosh davri bu bolalikning eng beg‘ubor davri bo‘libgina qolmay bu davrda uning shaxsiy xarakter xususiyatlari ham shakllanadigan davr sanaladi, shu boisdan ham uning ruhiy

salomatligiga e'tibor qaratish uni psixodiagnostika qilish va zarur bo'lsa psixokorreksion ishlarni olib borish zarur. Bu esa bizga bolaning o'smirlik yoshiga qadam qo'yganda yuzaga keladigan yosh davri bilan bog'liq muammolarning soni kamayishiga va bu davr asoratsiz o'tishiga zamin hozirlaydi. Albatta bizga ma'lum bola o'z-o'zidan yoki tug'mal xolatda bunday agresivlik holatlarini nomoyon etmaydi balki u yillar davomida oilaviy muhit tasirida shakllanib bolaning hatti xarakatlarida o'z aksini ko'rsatadi. Bolalar ruhiy salomatligi muammolari ularning kelgusida yetuk komil shaxs bo'lib shakllanishida, jamiyatda munosib o'rin egallashlarida, o'zlarini nomoyon etalishlarida o'zining salbiy ta'sirini ko'rsatish ehtimoli mavjud. Bolalarning antropometrik ko'rsatkichlari bo'yicha olingan ma'lumotlardan kelib chiqib shunday xulosa qilishimiz mumkinki, shahar va qishloq hududida istiqomat qiluvchi 6-7 yosh bog'cha yoshi bolalarining bo'yi, bosh aylanasi, ko'krak aylanasi va vazni o'rtasida ahamiyatli farqlar aniqlandi, buning asosiy sababi bizning fikrimizcha bolaning ijtimoiy muhiti va sharoiti bilan bevosita bog'liq. Aniqsa bolalarning ko'krak aylanasi hajmi o'rtasida ahamiyatli farq ($.052 > .005$). ($t=197$ $p < .000^{***}$) aniqlandi. Bundan kelib chiqib aytish mumkinki qishloq bolalarining ko'krak aylanasi kengroq shaharlik tengdoshlariga nisbat va aksincha shahar bolalarining ko'krak aylansi tor bu esa ularni ko'proq ruhiy siqilishni boshidan kechirishini va ko'krak qafasi diafagmasining qisqa ekanligidan yoki meyoriy holatda to'g'ri nafas olinmagani sababli yaxshi kengaymasligidan dalolat beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Ananiev V.A. Sog'liqni saqlash psixologiyasining asoslari. Kitob 1. Sog'liqni saqlash psixologiyasining kontseptual asoslari. - So'zlashtiruv, 2006. - 384 p.
2. Абдуллаева Ш, А.С.Сайитов, Г.И.Халикова. Историуа педагогики.- Т, 2008.-323с.
3. Андреева Г.М. Социалнауа психологиуа. Учебник.- М.: Аспект Пресс.
4. Andreeva A.D., Voxmyanina T.V., Voronova A.P., Chutkina N.I. "Bolalar va o'smirlarning ruhiy salomatligi" .- М., 2005. 571 b.
5. A.G. Maslou Motivatsiyasi va shaxsiyati. Tarjima. ingliz tilidan Tatlybayeva AM Sobiq: Evroosiyo, 1999 yil.
6. Bayakina O.A. Insonning aqliy va psixologik salomatligi tushunchalari nisbati // Rossiya Fanlar Akademiyasi Samara Ilmiy Markazi. - 2009. - 11-son. - №4 (5). - bilan. 195 - 199.
7. Bexterev V. M. inson taraqqiyoti va ta'lim muammolari. Moskva - Voronej, 1997, p.97-131.

SHAXSDA AYBDORLIK HISSINI YUZAGA KELTIRUVCHI OMILLAR

Djurakulova Dilfuza Farxodovna

PhD, Samarqand Davlat

Universiteti psixologiya kafedrasi dotsenti

Aybdorlik hissi – bu uning yordamida vijdon tuyg‘usi yuzaga keladigan emotsiya bo‘lib hisoblanadi va bu o‘zidan norozilik, axloqiy talablarga nomutanosiblikni his qilish va o‘z shaxsiy “Men”i, unga ishonch bildirgan kishilar yoki Ollah oldidagi burchini bajara olmaslikda ifodalanadi. Yashirin ongda aybdorlik hissi insonning o‘z hatti-harakatlariga salbiy munosabat bildirish, vijdon azobi, afsuslanish, pushaymon bo‘lish sifatida nomoyon bo‘ladi.

Aybdorlik kompleksida inson hech qanday nojo‘ya hatti-harakatlarni amalga oshirmaydi, unda o‘z-o‘zini ayblash uchun hech qanday ob‘ektiv asos ham bo‘lmaydi, biroq bu asoslarni uning o‘zi o‘ylab topadi. Aybdorlik haqidagi tasavvurlar bunday insonning butun ongini egallab olishi mumkin va shaxsga xos bo‘lgan komponentlardan biriga aylanadi. Inson haqiqatdan ham aybdor bo‘lganda yoki aybdor bo‘lmasada bu hisni boshdan kechirayotgandagi vaziyatlar o‘rtasidagi farqni bilish biz uchun juda ham muhim bo‘lib hisoblanadi. Birinchi vaziyatda ya’ni haqiqatda aybdor bo‘lganda u aybiga iqror bo‘lishi, afsuslanishi, o‘z gunohini yuvishi mumkin va bu unga ruhiy xotirjamlik olib kelishadi. Ikkinchi vaziyatda esa afsuslanish va gunohini yuvish faqat qisqa muddatgagina insonni tinch qo‘yishi mumkin, bir oz vaqt o‘tgandan keyin yana o‘z-o‘ziga azob berish boshlanadi.

Agar inson bo‘lib o‘tgan voqea-hodisada nimanidir yaxshi tomonga o‘zgartira olganligiga ishonsa, demak, bunday insonlar o‘ta vijdonli deb sanaladi. Aybdorlik kompleksidan azob chekayotgan inson esa qilinishi mumkin bo‘lgan va mumkin bo‘lmagan ishlarni ham iloji boricha yaxshiroq bajarishga harakat qiladi, u nafaqat o‘zi uchun balki “o‘zgalar” uchun ham harakat qiladi va buning uchun o‘zining shaxsiy vaqtini hattoki sog‘ligini ham qurbon qiladi, lekin natijada maqto‘v emas, balki har doimgidek navbatdagi ayblovlarni qabul qilib oladi.

Zigmund Freyd aybdorlik hissiga xavotirlanishning bir turi sifatida qaragan va uni “vijdon xavotiri” deb atagan. Xuddi shu nuqtai nazarni boshqa bir psixoanalitik olim G. Mandler ham qo‘llab-quvvatlab, aybdorlik va xavotirlik bu bitta holatning turlicha nomlanishidir deb ta’kidlaydi. Olimning fikricha aybdorlik – bu haqiqiy yoki tasavvur qilingan xatolik yuzasidan xavotirlanishdir. Xavotirlanishning bunday turini boshdan kechirish insonlardagi o‘ziga xos himoya mexanizmini ishga tushiradi va buning yordamida shaxs o‘zining noto‘g‘ri hatti-harakatlari natijasida yuzaga kelgan zararni yo‘qotishga yoki silliqlashga harakat qiladi [Ilin.Ye.P., 2001,749b].

Ayrim g‘arb psixologlari, xususan Switzer va Sarsonlar aybdorlik hissi qo‘rquv bilan chambarchas bog‘liq deb ta’kidlashsa, boshqa bir olim O.Maurer esa aybdorlik hissini jazolanish oldidan yuzaga keladigan qo‘rquv bilan deyarli bir xil narsa deb hisoblaydi. Olimlarning bunday fikr bildirishlariga sabab, ular aybdorlik hissining kelib chiqishiga jazolanish asosiy omil bo‘lib hisoblanadigan ilmiy

ta'limot nuqtai nazaridan kelib chiqqan holda yondashishlarida ifodalanadi[Izard.K.E.,2002, -464b]

Ye.P. Ilinning ta'kidlashicha tashqi jazolanishga katta ahamiyat beradigan hamda aybdorlik hissi va qo'rquvni bir xil narsa deb hisoblaydigan mualliflar xato qilishadi. Chunki, jazolanishdan qo'rqish hatto jinoyatchilarda ham bor, shunga qaramasdan ular qilgan jinoyatlari uchun aybdorlik his qilishadimi? Bu yerda asosiy muammo tashqi jazolanishda ham emas, qo'rquvda ham emas, balki aybdorlikni his qilish, vijdon azobida qiynalishning o'zi inson uchun berilgan katta jazodir.

Bundan tashqari, ayrim mualliflarning ko'rsatishicha aybdorlik hissini samarali tadqiq qilinishi uchun jismoniy jazolash metodlari emas, balki psixologik, ya'ni "mehr-muhabbatga" yo'naltirilgan metodlar ko'proq mos keladi. Aynan otanasining va yaqinlarining mehr-muhabbatini yo'qotishdan qo'rqish ko'pincha afsuslanishga, vijdon azobiga, tashvishlanishga, aniqroq aytadigan bo'lsak aybdorlikni his qilishga olib keladi.

Bu borada A.N. Leontevning olib borgan tadqiqotlari juda ham qiziqarli bo'lib, uning mohiyati quyidagicha ifodalanadi. Bolaga o'z joyidan turmasdan, undan bir oz masofaga uzoqlashtirilgan predmetni olish tavsiya qilinadi va bu vazifaning to'g'ri bajarilishi evaziga eksperimentator unga shokoladli konfet berishni va'da qiladi. Eksperimentator bolani bir oz muddatga ataylab yolg'iz qoldiradi va bu vaqtda bolaga sezdirmasdan kuzatish ishlari olib boriladi. Ammo, ayrim bolalar eksperimentatorning yo'qligidan foydalanib, belgilangan qoidani buzib o'z o'rnilaridan turgan holda vazifani bajarishadi va tadqiqot so'hgida eksperimentator va'da qilgan shokoladli konfetni olishdan mahrum bo'lishadi. Tadqiqot boshida bola judayam olishni hohlagan shokoladli konfetdan mahrum bo'lish, bolada achchiq ko'z yoshlarning paydo bo'lishiga sabab bo'ladi. Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolaning bu ko'zyoshlari, hatto shu kichik yoshdayoq belgilangan qoidalarni buzganligi uchun o'zini aybdor his qilayotganligidan dalolat beradi[Ilin.Ye.P., 2001,749b].

Ayrim psixolog olimlarning fikriga ko'ra, aybdorlik hissi – shaxsning xavotirlik darajasini kamayishiga yordam beradigan va jiddiy psixik buzilishlarni oldini oladigan mustaqil fenomen bo'lib hisoblanadi. Bu nuqtai nazardan aybdorlik hissi ijobiy rol o'ynaydi.

Aybdorlik hissi boshdan kechirilayotganda insonni o'tmish va kelajakka yo'naltirilgan fikrlar qamrab oladi, masalan, "keying safar aqlliroq bo'laman, barcha ishni to'g'ri bajaraman" yoki aybdorlik hissi bilan bog'liq vaziyatni hal etishga qaratilgan fikrlar ("kechirim so'rashim kerak", "hammaning oldida aybimni tan olishim kerak") va boshqalar. Bir qator sinaluvchilarda bu vaqtda taajjublanish paydo bo'lganligi ("men qanday qilib bunga yo'l qo'ydim?"), ayrim hollarda esa esankirab qolish("nima qilish kerak?") holatlari ko'zga tashlangan.

Aybdorlikni his qilish boshqa salbiy emotsiyalar bilan birgalikda kechishi mumkin, masalan, qayg'u, xafagarchilik, xo'rlanish, tahqirlanish, umidsizlik va boshqalar. Ruhiiy azoblardan tashqari u o'zi bilan butun tanadagi jismoniy taranglik, nafas olishning qiynlashuvi va qanchalik ajablanarli bo'lmasin qo'rquv hamda o'z-o'zidan yashirinish istagining paydo bo'lishini olib kelishi mumkin.

Ifodalanmagan xafagarchilik ko'pincha xuddi aybdorlik hissidek idrok qilinadi yoki unga aylanadi va aybdorlik hissi ham xafagarchilikka aylanishi mumkin. A. Kempinski fikriga ko'ra buning sababi shu bilan izohlanadiki ularda umumiy asos mavjud, ya'ni adolatlilikka, to'g'rilikka intilish. Farqi faqat shundaki, bir vaziyatda (aybdorlik hissida) hukm qabul qilinadi, ikkinchi vaziyatda (xafagarchilikda) unga qarshi kurashiladi.

Ye.B. Belinskiyning tadqiqotlariga ko'ra insonlarda aybdorlikni his qilish qora va kulrang ranglar bilan assotsial qilinarkan.

E.Bernning ta'kidlashicha, aybdorlikni his qilishga moyilligi bor inson atrofda gilarining kamchiligini izlash vositasi bilan o'z "Men"ini mustahkamlashga harakat qilarkan.

Aybdorlikni his qilishga moyillikning haddan ortiq ifodalanishi depressiyaning yuzaga kelishiga asos bo'lishi yoki bo'lib o'tgan voqealarga haddan ortiq javobgarlikning rivojlanishiga sabab bo'lishi mumkin.

Ko'pchilik oilalarda qiz bolalar o'g'il bolalarga nisbatan qattiqqo'llik bilan tarbiyalanadi. O'g'il bolalarni ko'pincha kechirishadi, ular biror-bir kichik ishni bajarishsa ham xursand bo'lishadi. Lekin, qiz bolalar "deyarli to'g'ilgan vaqtdan" boshlab uydagi barcha ishlarni bajara olishi, bajarganda ham yaxshi bajarishi lozim, chunki u ertaga uy bekasi bo'lishi, barcha uy-ro'zg'or ishlarini o'zi bajarishi kerak deb hisoblashadi. Shuning uchun ham barcha ishlarda "a'lochi" bo'lishga intilish sindromi ayollarda erkaklarga nisbatan kuchliroq bo'ladi, buni ayollarning doimo o'zlarini oqlashlarida, kechirim so'rashlarida, o'z hatti-harakatlarini tushuntirishga harakat qilishlarida ham ko'rishimiz mumkin.

Aybdorlik hissi ta'siri ostida inson ko'pincha hayotda hohlagan orzu-istaklariga erishish uchun harakat qilishdan qo'rqadi. Chunki, aybdorlik hissi shaxsning o'z-o'ziga beradigan bahosini pasayishiga va o'z kuchiga bo'lgan ishonchini yo'qolishiga sabab bo'ladi. Agar hayotda nimanidir yo'lga qo'yish, tashkil qilish imkoniyati paydo bo'lsa ham aybdorlik hissi uyg'onib unga "sen bunga loyiq emassan, bu sen uchun emas" deb ayishi mumkin.

Gohida kishilar yillar davomida ma'lum bir hayot tarzida qotib qolishadi. O'zgarishlar ular uchun qiyin, bajarib bo'lmaydigan ishdek tuyuladi, ular bundanda yaxshiroq turmush tarziga loyiq ekanliklariga o'zlari ham ishonishmaydi. Atrofida bir xil insonlar, bir xil voqealar, mustahkam yaxlit davra, go'yoki uning ichidan chiqib ketishning iloji yo'qdek. Voqealarning bunday davom etishi kishilarda apatiya, depressiya, passivlik va va kelajakdan qo'rqish tuyg'ularining yuzaga kelishiga sabab bo'ladi. Bunday passiv umidsizlik holatidan chiqishning eng samarali yo'li bu – faol hayot tarzidir. Muntazam zo'r berish, hatti-harakatlar va insonning o'zini yengib chiqishi har-xil yomon hissiyotlarni bartaraf etadi. Birinchi galda inson o'zini kechirishni o'rganishi kerak, shundagina u eng yaxshi narsalarga ham loyiqligini his qila oladi.[Muzdibayev K.,1995,-39b]

Agar inson ilgari yo'l qo'ygan qandaydir xatosi uchun aybdorlik hissini boshdan kechirayotgan bo'lsa va hozirda buni to'g'rilashning iloji bo'lmasa, demak bunda u uchun eng to'g'ri yo'l ayni damda mavjud holatlarga nisbatan tushunish, iliqlik va uyg'unlikni yuzaga keltirish zarur. Masalan, agar siz ilgari kimnidir nohaq xafa qilgan bo'lsangiz ayni damda o'zingizni qiynashingizni hojati yo'q, faqatgina hozirgi hayotingizda sizning atrofingizdagi kishilarga nisbatan o'zaro tushunish, do'stona va iliq munosabatda

bo'lishning o'zi kifoya qiladi. Kishining o'z hatti-harakatlariga nisbatan bunday oqilona, faol qaror qabul qilishi va mas'uliyatni his qilishi tufayli aybdorlik hissi egoizm, ochko'zlik va serjahllik hislaridan donolik, mehr-muhabbat va tushunish hislariga o'tuvchi ko'prik vazifasini bajaradi.

Aybdorlik hissi barcha insonlarda bolalaik davridanoq turli yo'llar bilan kattalar tomonidan ularda shakllantirilganligi uchun bu his deyarli barcha insonlarda turli darajada uchraydi. Aybdorlik hissining quyi va o'rta darajasi shaxs hayot faoliyati uchun ko'p muammolar keltirib chiqarmaydi, ammo u yuqori darajada shakllanganda hoh u axloqiy norma sifatida bo'lsin, hoh xususiyat yoki holat sifatida bu shaxs hayotida ko'pgina muammolarni keltirib chiqarishi, shaxsning tinch va osuda hayotiga putur yetkazishi mumkin.

Aybdorlik hissidan qanday qutulish mumkinligini tushunish uchun quyidagilarni bilish va esda tutish lozim:

1. Aybdorlik hissi – bu tabiat ne'mati emas, balki u jazolash vaqtida his qilinadigan qo'rquv yordamida inson tanasiga singdiriladi, ya'ni insonning hayoti davomida boshqalar tomonidan shakllantiriladi.

2. Aybdorlik hissi qanday harakat yaxshi yoki yomonligi haqida ma'lumot bermaydi, balki tarbiyachilaringiz sizni nima uchun jazolashgan va bu hisni yuzaga keltirishgan bo'lsa, aybdorlik hissi ham xuddi shuning uchun jazolaydi.

3. Aybdorlik hissidan inson to'g'ri xulosa chiqarmasa u xatolarni tahlil qilishga yordam bermaydi, balki xalaqit qiladi. Bu his yoqimsiz kechinma bo'lib hisoblanadi, zero insonlar yoqimsiz fikrlardan qochishadi, xatolari to'g'risida ham kam o'ylashadi, ularni tahlil qilishmaydi, xulosalar chiqarishmaydi. Bundan tashqari o'zidagi shaxsiy aybdorlik hissi sababli inson boshqalarni ham aybdor deb sanaydi, "nima, bitta men shunaqa yomon va noto'g'ri ish qiladigan odammanmi? Ana boshqalar ham mendan yaxshi emas-ku?"

4. Aybdorlik hissi sizni yanada insoniyroq qilmasligi ham mumkin, chunki aynan aybdorlik hissi tufayli ko'pchilik insonlar yovuzlik, g'azablanish, jahl kabi tuyg'ularni boshdan kechirishadi va bu yomonliklarni barcha atrofdagilarga ham sochishadi.

Yuqoridagilardan xulosa qilib shuni aytishimiz mumkinki, birinchi galda inson o'zini kechirishni o'rganishi lozim, shundagina biz eng yaxshi narsalarga ham loyiqligimizni his qila olamiz.

Odamlar aybdorlik kompleksidan qochish uchun o'zlariga turli xil mashg'ulotlarni o'ylab topishadi. Masalan, ko'pchilik bolalar kattalarning ularga qattiq muomalasidan keyin riyokorlik yo'lga o'tib olishadi va shu bilan kattalarning sevgisini qaytarishga urinishadi.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Изард К.Э. Психология эмоций / Перевод. СПб.: Питер, 2002. - 464с.
2. Ильин Е. П. Эмоции и чувства: Учеб. пособие. СПб. и др.: Питер, 2001. - 749с.
3. Кирилина Т. Ю. Совесть и ее роль в нравственном развитии личности. М.: Изд-во Моск. гос. ун-та леса, 2001. - 126 с.
5. Матюшин Г.Г. Стыд и совесть как формы моральной самооценки. М : Изд-во МГОПУ : НОУ, 1998. - 233 с

6. Муздыбаев К. Переживание вины и стыда. СПб.: С.- Петерб. фил. Ин-та социологии, 1995. — 39 с.

8. Якоби М. Стыд и истоки самоуважения/ Перевод. М.: ИАП, 2001. - 256 с.

SHAXS MOSLASHUVI VA RIVOJLANISHI XUSUSIYATIGA TA'SIRI

Ахматова Гули Хуррамовна

Преподаватель экономико-педагогического

университета г. Қарши

Axmatova Guli Xurram qizi

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti

o'qituvchisi Qarshi shahri

В современных условиях на первый план в образовании выдвигаются требования индивидуализации, дифференциации обучения и воспитания. Основное внимание уделяется личности ребенка, его интересам, склонностям, способностям и психоэмоциональному здоровью.

Существует несколько теорий формирования и развития личности. К ним относятся социогенетические, психогенетические, биогенетические теории.

Личность и процесс ее формирования-явление, которое редко трактуется одинаково разными исследователями в данной области. С одной стороны, формирование и развитие личности определяется ее врожденными качествами и способностями, а также на этот процесс влияет социальная среда. С другой точки зрения, личность формируется и развивается в процессе социального опыта, и в этом немалую роль играют внутренние особенности и способности личности.

Выделяют 4 фактора, влияющих на формирование личности:

- наследственность, то есть биологический фактор
- образование-воспитание
- социальная среда
- собственная активность человека

Биологическая основа личности охватывает нервную систему, систему желез, обменные процессы (голод, жажда, половое влечение), половые различия, анатомические особенности, процессы созревания и развития организма. Социальное "измерение" личности определяется влиянием культуры и структуры сообществ, в которых человек воспитывается и в которых он участвует.

В широком смысле человеческая личность-это целостность биологических и социальных элементов. Биологическая основа личности охватывает нервную систему, систему желез, обменные процессы (голод, жажда, половое влечение), половые различия, анатомические особенности, процессы созревания и развития организма. Социальное "измерение" личности определяется влиянием культуры и структуры сообществ, в которых человек воспитывается и в которых он участвует.

Личность-это социальное проявление личности как субъекта социальных отношений и действий, отражающее совокупность социальных ролей, которые она играет в обществе. Как известно, каждый человек может одновременно выполнять несколько ролей. В процессе выполнения всех этих ролей у него развиваются соответствующие черты характера, модели поведения, формы реакции, идеи, убеждения, интересы, склонности и т. д., которые вместе составляют то, что мы называем личностью.

Слово "человек" употребляется только по отношению к человеку и, более того, отражается на определенном этапе его развития. Мы не называем новорожденного человеком. Ребенок становится личностью, не становится личностью с рождения. Мы даже не говорим всерьез о личности двухлетнего ребенка, хотя он многое перенял из своего социального окружения. С возрастом ребенок начинает усваивать свои личностные качества. Начинает вступать в общение с окружающими, любовь к окружающим формируется после того, как ребенок переходит в раннее детство. В этот период в речи становится отчетливее произношение, возникает самосознание. Уровень осознания ребенком своего "Я" по отношению к взрослому наступает раньше или позже. В этом Даве у ребенка возникает потребность быть самостоятельным и он пытается донести до окружающих понятия "я делаю сам".

Биологические факторы означают передачу от родителей детям их генетических черт характера. Генетическая информация позволяет подтвердить, что свойства организма зашифрованы в некий генетический код, который хранит и передает информацию о свойствах организма. Наследственная программа развития человека обеспечивает, прежде всего, продолжение существования человечества, а также развитие систем, способствующих адаптации человеческого организма к изменяющимся условиям жизни.

З.Фрейд ввел развитие личности как приспособление индивида к внешнему социальному миру, в соответствии с которым человеческая личность включает в себя структурные компоненты. Человек будет связан понятиями Я, Эго, Супер-Эго из 3 частей. ИД-инопланетянин внутри человека, то есть то, что он назвал. Концепция эго подчеркивает связь со мной. "Я" проявляется в необходимости заглушения конфликтных ситуаций между социальной средой и индивидом. Супер-эго проявляется в человеческом высшем я, представляет собой адаптацию к обществу и сопровождается усвоением нормы в обществе. [3]

Рассматривая вопрос генетической наследственности, я е. Я занялся изучением теории Эриксона о формировании личности. Я заинтересовался этим учением из-за его нетрадиционного подхода к интерпретации генетики как чего-то predetermined, социально специфичного для каждого человека.

Э.Эриксон подошел к вопросу формирования личности с позиций эмпирического принципа, он подчеркивает наличие генетически predetermined стадий развития.

Он выделил восемь психологических кризисов в жизни, которые неизбежно возникают у каждого человека.

1. Кризис доверия - недоверие (на первом году жизни).
2. Автономия и противоположность сомнений и стыда (около 2-3 лет).
3. Проявлять инициативу в отличие от чувства вины (от 3 до 6 лет)
4. Тяжелый труд в отличие от комплекса неполноценности (7-12 лет).
5. Личностное самоопределение в отличие от индивидуального уныния и конформизма (12-18 лет).
6. Близость и общительность в отличие от индивидуальной психологической изоляции (около 20 лет).
7. Забота о воспитании нового поколения, в отличие от “купания” в себе (от 30 до 60 лет).
8. Поздняя зрелость. Понимание всей жизни, мудрости в отличие от смерти и отчаяния (с 65 лет).

Эриксон понимает становление личности как смену этапов, каждый из которых обеспечивает качественное изменение личности.

И все же, с точки зрения Эриксона, основными факторами развития и становления личности являются социальные факторы.

Я более подробно рассмотрю влияние социальных факторов, одним из которых является влияние социальной среды.

Следует признать, что данный фактор можно считать основным фактором в процессе формирования личностных качеств личности. Влияние социальной среды осуществляется через процесс социализации.

Социализация-это процесс усвоения человеком поведения и ценностей, необходимых для успешного функционирования в данном обществе. К основным социальным институтам, влияющим на развитие и становление личности, относятся: семья как основное звено общества, образовательные учреждения, охватывающие все звенья системы народного образования, внешкольные и культурно-образовательные учреждения, средства массовой информации, распространяющие информацию.

Кроме того, самооценка ребенка во многом зависит от комфортной обстановки в семье, в которой он находится и в первую очередь. Положительная самооценка способностей способствует более гармоничному развитию склонностей и создает прочную основу для нормальной социализации в будущем. Низкая самооценка служит тормозом в формировании личности и в дальнейшем снижении ее роли в обществе. Чтобы этого не произошло, родители должны уделять своему ребенку достаточно внимания, учить объективно оценивать действительность, прививать ребенку общепринятые нормы.

Но чаще всего в 14-16 лет многие страдают из-за более низкого социального статуса или более низкого материального дохода родителей, чем у других сверстников, неспособности одеваться дорого и со вкусом, чтобы чувствовать себя свободно и уверенно. Снижение роли семьи может привести к значительным потерям, в основном морального характера, что в дальнейшем может привести к значительным расходам на работу и

общественно-политическую жизнь. Как говорится в следующей цитате: “родители воспитывают, а дети воспитываются в развивающейся семейной жизни намеренно или непреднамеренно. Семейная жизнь настолько сильна, что ее впечатления постоянны, рутинны, что она действует безразлично, как воздух, в котором мы живем, укрепляя или отравляя человеческий дух”.[1]

Считается, что более резкое увеличение влияния коллектива, наблюдаемое у старшеклассников, связано с появлением первых серьезных чувств и отношений моральных ценностей, таких как взаимопомощь, любовь и привязанность, впервые в жизни.

Говоря о сравнении формирования личности мальчиков и девочек, хочется отметить, что в период развития, соответствующий обучению в 8-9 классах, оно протекает примерно одинаково. Период пребывания в средней школе, характеризующийся резким ростом влияния сообщества, наиболее характерен для девочек.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Bojovich L.I. Shaxs va uning bolalik davrida shakllanishi. – M.: Pedagogika, 1986.-381 b.

2. Dubrovina I.V. O‘smirlikdan o‘smirlik davriga o‘tish davrida shaxs shakllanishi - M.: Pedagogika, 1983.-831.

3. Z.Nishonova, N.Kamilkova, M. Xolnazarova. Rivojlanish psixologiyasi, Pedagogik Psixologiya. T-2018.

4. Каменская У.Н. Психология развития и возрастная психология: тексты лекций: Phoenix Publishing, 2008.-251 С.

5. Лупоядова Л.Ю. Школа и родители. Изд-во" учитель " Волгоград, 2006.-207с.

6. Эриксона. Е. Идентификация. Юность и кризис - м.: Flint, 2006.-352 С.

7. <https://nsportal.ru/ap/library/drugoe/2012/12/24/factory-vliayushchie-na-formirovanie-lichnosti>

SHAXSNING O‘ZINI-O‘ZI ANGLASHI O‘Z-O‘ZINI BOSHQARISHINI RIVOJLANTIRISHNING ASOSI SIFATIDA

Kuchkarova Fazilat Xonkeldiyevna.

Samarqand davlat universiteti,

Psixologiya kafedrasida dotsenti.

Inson ilgarilari ham jamiyatning asosiy ishlab chiqaruvchi kuchi va barcha ijtimoiy jarayonlarning subyekt bo‘lib kelgan. Hozirgi davrda odamning psixologik sifatlari keng nomoyon qilinishiga jamiyat tomonidan ehtiyoj ortib bormoqda. Bugungi kunda davlat va jamiyatdagi o‘zgarishlar tufayli yangi-yangi uyushmalar, guruhlar vujudga kelgan bo‘lib, buning natijasida turli ishbilarmonlik harakatlari avj olib bormoqda. Bularning hammasi har bir shaxsga xos bo‘lgan psixologik sifatlarni mukammal bilishni taqozo etmoqda. Darhaqiqat, yurtimizdagi rivojlanishlar tufayli xalqimizning ma'naviy olamida, ongida jiddiy o‘zgarishlar

yuzaga kelmoqda. Shuning uchun davrimiz shaxsining psixologik sifatlarini tadqiq etish muammolariga ana shu sifatiy o'zgarishlarni hisobga olgan holda yondoshmoq zarur.

Shaxs va uning mohiyati haqidagi psixologik ta'limotga muvofiq har bir konkret shaxs o'zi mansub bo'lgan ijtimoiy muhit va siyosiy sharoitning mahsulidir.

Odam shaxs bo'lib dunyoga kelmaydi, balki u ijtimoiy taraqqiyot jarayonida shaxslik belgilariga ega bo'la boradi. Hadisi sharifda aytilganidek, har bir go'dak Islom tabiatida to'g'iladi, so'ng ota-onasi uni yo yahudiy, yo nasroniy, yo majusiy qiladi. Demak, odamning shaxsiy xususiyatlarini u mansub bo'lgan ijtimoiy tarixiy sharoitda, uning bu sharoitda egallagan mavqeidan ajralgan holda qarash mumkin emas.

Tarixiy sharoit va ijtimoiy muhit ta'sirida odamning shaxslik mohiyatini ifodalovchi psixologik belgilar vujudga keladi. Bu xususiyatlar shaxsning ijtimoiyligi, ongi, o'zini-o'zi anglashi, aniq maqsad sari intilishi, ehtiyojlari, e'tiqodi, ideali va dunyoqarashi kabilardir.

Odam ongining yuksak belgisi – uning o'zini anglashidir. Shaxsning o'zini anglashi shundan iboratki, odam jamiyatda taraqqiy etar va ishlar ekan, tevarak atrofdagi muhitda o'zining individualligini, subyektligini ajratadi. Tevarak-atrofdagi olamni biluvchi va shu dunyoga ta'sir etuvchi zot sifatida har bir odam subyektdir, odamning idrok etadigan, tasavvur qiladigan, fikr yuritadigan, tilga oladigan va ta'sir ko'rsatadigan narsasi obektdir. Odamning o'zini anglashi subyektiv ravishda o'zini “men” deb his qilishida ifodalanadi.

Shaxsning o'zi, o'z xulq-atvori xususiyatlari, jamiyatdagi mavqeini tasavvur qilishidan hosil bo'lgan obraz – “Men” – obrazi deb atalib, uning qanchalik adekvatligi va reallikka yaqinligi shaxs barkamolligining mezonlaridan hisoblanadi.

“Men” – obrazining ijtimoiy-psixologik ahamiyati shundaki, u shaxs tarbiyasining va tarbiyalanganligining muhim omillaridan hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan olib qaralganda, tarbiya shaxsning o'zi va o'z sifatleri to'g'risidagi tasavvurlarning shakllanishi jarayonidir, deb ta'rif berish mumkin. Demak, har bir inson o'zini, o'zligini qanchalik aniq va to'g'ri bilsa, tasavvur qilolsa, uning jamiyat normalariga zid harakat qilish ehtimoli ham shunchalik kam bo'ladi, ya'ni u tarbiyalangan bo'ladi.

Odam ijtimoiy zot bo'lganligidan unga o'zini anglash qobiliyati xosdir. Ammo odam jamiyatning bir a'zosi va olamning bir qismidir, shu sababli odam tevarak-atrofdagi olamdan ajralsa ham, ayni vaqtda shu olam bilan bog'langanligini anglaydi. Odam o'z tevarak-atrofidagi olamdan o'zini ajralgan holda o'zini “men” deb anglay olmaydi, ongining, o'zini anglashining, “men”ning mazmuni o'sha odam atrofidagi real-voqelik in'ikosidir.

Insonning o'z jismoniy, ruhiy, ma'naviy imkoniyatlari va sifatleri, boshqa kishilar orasidagi o'z o'rnini bilishga intilishi o'z-o'zini anglashining mohiyatini tashkil etadi. O'z-o'zini anglash, birinchidan, o'z faoliyati natijalarini, o'z fe'l-atvori natijalarini tahlil qilish, ushbu natijalarni ilgarida mavjud bo'lgan me'yorlar bilan qiyoslash vositasida boshqalar bilan muloqot va o'zaro munosabatlar tahlili

bilan amalga oshiriladi. Ikkinchidan, boshqalarning menga nisbatini anglash (mening faoliyatim, xatti-harakatim, fe'l atvorimning jihatlari, mening shaxsiyatim salohiyatlari, sifatlarini baholash). Uchinchidan, o'z-o'zini anglash o'zining ahvoli, kechinmalari, fikrlarini o'z-o'zini kuzatishda, xatti-harakat sabablarini tahlil qilish va boshqalarda amalga oshiriladi.

O'z-o'zini anglash insonning doimiy o'z-o'zini nazorat qilish va o'z-o'zini boshqarishni rivojlantirishning asosidir. O'z-o'zini anglash va o'z-o'zini baholashning farqi o'z-o'zini anglashning kognitiv o'rganish va baholovchi-qadriyatli bo'g'inlarning mos kelmasligi sifatida namoyon bo'lishi mumkin. O'z-o'zini anglash o'z ichiga o'z-o'zini baholashni oladi, biroq bu sof qayd etuvchi anglashning o'zining o'zligi to'g'risidagi bilimlarni ham, insonning o'z-o'zini baholashini ham, ushbu baholashlar bilan belgilanadigan ahamiyatli qadriyatlar shkalasini ham o'z ichiga olgan bo'g'indir.

O'z-o'zini anglash insonning intilishlari darajasi bilan chambarchas bog'liq. Intilishlar darajasi inson o'z oldiga qo'ygan maqsadlar va vazifalarning qiyinchiliklar darajasida namoyon bo'ladi. Binobarin, intilishlar darajasiga insonning faoliyatidagi hamda boshqa kishilar bilan o'zaro munosabatidagi o'z-o'zini baholashni amalga oshirishi sifatida qarash mumkin.

Isonning o'z-o'zini bilish natijasi o'zi to'g'risida yoki "Men qiyofasi" to'g'risidagi tasavvurlar tizimini ishlab chiqishidir. "Men qiyofasi" shaxsning o'z-o'ziga munosabatini belgilaydi, boshqa kishilar bilan o'zaro munosabatlarini barpo etishning asosi sifatida yuzaga keladi. Psixologik tadqiqotlarda "Men qiyofasi"ni o'lchash mumkin bo'lgan bir qator avtonom, rasmiy xususiyatlar bilan ajratib ko'rsatadilar. Bunday o'lchash natijalari turli kishilarda o'z-o'zini anglashi rivojlanish darajasini yoki birgini kishida uning hayot yo'lidagi turli bosqichlarni majmuali baholashni tashkil etadi.

Birinchidan, bu inson tomonidan anglanadigan sifatlarning soni va xususiyatlari bilan o'lchanadigan kognitiv murakkablik va farqlanganlik darajasidir. Shu asnoda, subyekt sifatlarning qancha katta miqdorini anglasa hamda ushbu sifatlar qanchalik murakkab va umumlashgan bo'lsa, uning o'z-o'zini anglash darajasi shu qadar yuqoridir.

Ikkinchidan, bu "Men qiyofasi"ning ifodalangan darajasi va aniq tarkibi, shaxs uchun uning ahamiyatidir. Kishilar o'z meniga intilishi, yo'naltirilganligi kuchiga qarab va anglash predmetiga ko'ra farqlanishi mumkin, masalan, ayrimlar o'zining jismoniy "men"i to'g'risida, boshqalari ijtimoiy "men", yana boshqalar ma'naviy "men" to'g'risida ko'proq qayg'uradilar.

Uchinchidan, bu "Men qiyofasi"ning ichki yaxlitligi, izchilligi darajasidir. U ichki uyg'unlik bilan farqlanishi yoki subyektning o'zi to'g'risidagi ziddiyatli tasavvurlarni o'z ichiga olishi mumkin. "Men qiyofasi"ning ziddiyatlilik, izchi emasligi ichki keskinlikni, shubha va ikkilanishlarni vujudga keltiradi.

To'rtinchidan, bu "Men qiyofasi"ning zamondagi barqarorlik darajasidir. Ayrim kishilarda o'zi to'g'risidagi tasavvur barqaror qoladi, boshqalarda esa, u beqaror, turli ikkilanish va o'zgarishlarga tortilishi mumkin.

O'z-o'zini anglash, o'zidagi mavjud sifatlarni baholash jarayoni ko'pincha konkret shaxs tomonidan og'ir kechadi, ya'ni, inson tabiati shundayki, u o'zidagi

o'sha jamiyat normalariga to'g'ri kelmaydigan, noma'qul sifatlarni anglamaslikka, ularni "yashirishga" harakat qiladi, hattoki, bunday tasavvur va bilimlar ongsizlik sohasiga siqib chiqariladi. Bu ataylab qilingan ish bo'lmay, u har bir shaxsdagi o'z shaxsiyatini o'ziga xos himoya qilish mexanizmidir. Bunday himoya mexanizmi shaxsni ko'pincha turli xil yomon asoratlardan, hissiy kechinmalardan asraydi. Lekin shuni alohida ta'kidlash lozimki, "Men" – obrazining ijobiy yoki salbiyligida yana o'sha shaxsni o'rab turgan tashqi muhit, o'zgaralar va ularning munosabati katta rol o'ynaydi. Odam o'zgaralarga qarab, go'yoki oynada o'zini ko'rganday tasavvur qiladi. Bu jarayon psixologiyada refleksiya deb ataladi. Bu jarayonning mohiyati – aynan o'ziga o'xshash odamlar obrazi oro'ali o'zi to'g'risidagi obrazni shakllantirish, jonlantirishdir. Odamning o'z "Meni" to'g'risidagi barcha tasavvurlari va bilimlari majmui shu tariqa shakllanadi. "Men" obrazining bir qancha turlari farqlanadi: ayni mavjud "Men"("Real-Men"); istalgan "Men"("ideal-Men"); xayoliy "Men". Shaxsning o'ziga-o'zi beradigan hisobotlariga qarab, uning ham o'ziga, hamda birovlariga munosabatlarini aniqlash mumkin. "Men kimman?" deb nomlangan test aynan shunday o'ziga nisbatan o'zining hisobotining mohiyatini aniqlaydi. Bunda tekshiriluvchidan 12 daqiqa mobaynida "Kimman?" degan savolga 20 xil variantda javob berish so'raladi. Javoblar betartib bo'lishi mumkin, chunki ular keyinchalik kontent-tahlil yordamida qayta ishlanadi.

Shaxsning o'zini anglashi, "men" deb his qilishi hamisha muayyan mazmuni bilan yuzaga chiqadi. O'zining borligini anglashi, odamning o'zini kim deb bilishi – o'quvchi, ishchi, o'qituvchi, muhandis va shunga o'xshash deb anglashi, o'zining o'tmishini va kelajagini anglashi, boshqa kishilar bilan o'zaro munosabatini anglashi, o'z huquq va burchlarini anglashi, o'zining fazilat va kamchiliklarini va shunga o'xshashlarni anglashi o'zini anglashga kiradi. Shaxs o'zini anglaganligidan o'zini-o'zi kuzata oladi va o'zini-o'zi bilib oladi, ko'ngildan o'tgan kechinmalarni tushuna oladi, o'zining xatti-harakatlariga o'zi tanqidiu ko'z bilan qaray oladi. Shaxsning o'zini anglashi va o'zini bilishi o'z xulq-atvorini boshqarish uchun zarur shartdir, o'zini-o'zi tarbiyalash uchun o'z aqlini o'zi o'stirishi uchun zarur shartdir.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Ivanov P.I., Zufarova M.E., Umumiy psixologiya., T.: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2008. 480 b.
2. G'oziyev E. Psixologiya. T.: "O'qituvchi" nashriyot-matbaa ijodiy uyi, 2008.
3. Karimova V. Psixologiya. Toshkent., "Sharq", 2002 y.

BOLANI PSIXIK JIHATDAN KAMOL TOPIB BORISHI JARAYONLARI

Berdiyeva Lobar Norqobulovna
Qashqadaryo viloyat PYaMO 'MM
Pedagogika, psixologiya va ta'lim
menejmenti kafedrası katta o'qituvchisi

Psixik va jismoniy o'sishida kamchiligi bo'lgan bolalarni o'qitishdagi qiyinchiliklar qay tariqa va nima uchun vujudga kelishini yaxshiroq anglab olmoq uchun avvalo bolaning normal sharoitida kamol topib borishining asosiy qonuniyatlari bilan tanishib chiqish zarur, chunki anomal holda kamol topishning asosiy, muhim xususiyatlari normal bolaning kamol topish qonuniyatlari bilan taqqoslanganda ravshan bo'ladi. Bolaning o'sish jarayonida kamol topib boradi, ammo bu kamol topib borish qonuniyatlarini tushunishda ko'pincha xato qilinadi.

Shaxsning kamol topib borishidek murakkab jarayonning sababi biologik faktorlar bilan ijtimoiy faktorlarning birligidir. Shu sababli, bolaning psixik jihatdan kamol topib borishi jarayonini to'g'ri anglamoq uchun shu faktorlardan har birining rolini va ahamiyatini o'qib olish muhimdir.

Har qanday psixik jarayonning kamol topib borishida irsiy zamin ham, muhit ta'siri ham ma'lum o'rin olgan bo'ladi. Ammo psixikaning turli tomonlarida, turli yoshlarida bu ta'sirlarning hissasi har xil bo'ladi. Bola hayotining ilk bosqichlarida tarkib topadigan oddiy harakat akti uning kamol topib borishida ko'proq biologik faktorlarga bog'liq bo'ladi. Inson psixikasining organik birligani va bu uning tarkib topish jarayonida turli bosqichlardan o'tishini e'tiborga olib shuni ta'kidlash zarurki, ixtiyoriy diqqat, faol eslab qolish, fikrlash faoliyati singari murakkab psixik jarayonlarning kamol topishi, shuningdek, tarkib topguncha uzoq yo'lni maktabgacha tarbiya, maktab, o'smirlilik, yigitlik yoshini bosib o'tadigan xarakter va xulq-atvorning kamol topishi irsiyatga qaraganda beqiyos darajada ko'proq atrofdagi ijtimoiy muhitga, bolaga tarbiya va ta'lim berish sharoitiga, madaniy-maishiy muhitga, muomala xarakteriga, faoliyat ko'rinishlari va usullariga va shu singarilarga bog'liq bo'ladi.

Muhit bolaning kamol topib borishi uchun sharoit sifatidagina emas, balki manba sifatida ham namoyon bo'ladi. Bola dunyoga kelgan dastlab kunlaridanoq uni o'rab olgan ijtimoiy muhit bilan o'zaro munosabatda va uning ta'siri ostida bo'ladi, bu muhit uning kamol topib borishini belgilab beradi. Bolaning kamol topib borish jarayonida bir xarakterli xususiyat borki, navbatdagi har bir yosh bosqichida o'zgarishlar ro'y beradi va shu bilan bir vaqtda shaxsning yangi xususiyatlari ham vujudga keladi. Ana shu yangilikning vujudga kelishi bolaning kamol topishidagi asosiy va muhim belgidir.

Kamol topib borish jarayonida psixik jarayonlarning o'zigina tarkib topib qolmay, balki bu jarayonlar o'rtasida murakkab o'zaro bog'lanish va o'zaro munosabatlar ham yuzaga keladi, bu esa umuman ong tarkibining rivojlanishini ta'minlaydi, ong darajasi esa o'z navbatida har bir psixik jarayonning bundan buyongi rivojlanishini va ongli faoliyatining ayrim formalarini belgilab beradi.

Har bir psixik funksiyalarning tarkib topib borishi jarayonida L.S.Vigotskiy ko'rsatib o'tganidek, kamol topishning o'z optimal bosqichi bo'ladi, bu bosqich

esa ongdagi ana shu funksiyaning hal qiluvchi mavqeini tashkil qiladi. Yangi tugʻilgan bolaning differensiallashmagan ongida avvalo idrok etish funksiyasi ajralib turadi. Idrok etish funksiya hali elementar effektiv reaksiyalar bilan qoʻshilgan holda boʻlsa ham, lekin uning ajralib turishi bolaning chaqaloqlik yoshidagi kamol topib borishi uchun idrok funksiyasiga ustunlik mavqeini beradi.

Bola kamol topib borishida asosiy oʻrinni egallaydigan nutq singari murakkab turiga ham yuqoridagidek taaluqlidir. Nutqning eng intensiv suratda oʻsib borishidagi hal qiluvchi bosqich 1,5 yoshdan 5 yoshgacha boʻlgan davrga toʻgʻri keladi. Bola nutqi 1,5 yoshgacha muayyan darajada oʻsib boradi. 5 yoshdan keyin nutq juda intensiv suratda va xilma-xil tarzda oʻsib boradi, ammo uning oʻsish surʼati umr boʻyi 1,5 dan 5 yoshgacha boʻlgan darajaga hech qachon etmaydi.

Maktabgacha tarbiya yoshida boshqa psixik jarayonlar va xususan xotira rivojlanishda shunday ustun mavqeini egallaydi. Xotira shubhasiz maktabgacha tarbiya yoshigacha va undan keyin ham kamol topib boradi. Ammo u oʻz kamol topib borishining eng yuksak darajasiga xuddi shu yoshda etadi.

Biror yosh davrida kamol topib borishning buzilishi kamol topishning navbatdagi davrlariga muqarrar suratda taʼsir koʻrsatadi. Yuqorida aytib oʻtganimizdek, psixik jihatdan kamol topib borish bir qator yosh davrlarini oʻz ichiga oladi: 1 yoshdan 3 yoshgacha, maktabgacha tarbiya yoshi bosqichi – 3 yoshdan 7 yoshgacha, ilk maktab yoshi bosqichi – 7 yoshdan 11 yoshgacha, oʻspirinlik bosqichi – 11 yoshdan 15 gacha va yigit-qizlar bosqichi 15 yoshdan 17-18 yoshgacha.

Ommaviy maktablarda psixik kamol topishi vaqtincha toʻxtalib kelganligi natijasida oʻqishda qiynalib, ulgurmaydigan bolalar uchraydi. Psixofizik yoki faqat psixik infantilizm kasalligi uchragan bolalar hamda infantilizm bilan birga bilish faoliyatining vaqtincha toʻxtalib qolgan – ixtiyoriy diqqat, mantiqiy esda saqlash, makon tasavvurlari, idrok etish, fikr yuritish va shu singarilarning kamol topib borishi orqada qolgan bolalar – ana shu xil bolalar jumlasiga kiradi. Kamol topib borishning orqada qolish sabablari har xil boʻladi. Bunday orqada qolish ona homiladorlik vaqtida taksikoz hodisalari yuz berishi yoki uning ovqatlanishining buzilishi, chala tugʻilishi natijasida, ona homilador boʻlgan vaqtida virusli gripp, bezgak, gepatit, ichterlama singari kasalliklarga uchrashi natijasida, rezus-faktor, engil tabiiy lat eyish, asfiksiya munosabati bilan baʼzan esa hayotining ilk davrlarida bolaning dispensiya, distrofiya va dizenteriya kasalliklariga uchrashi munosabati bilan vujudga kelishi mumkin. Qalqonsimon bezlarning funksiyasi etarli boʻlmagana yurak-tomir kasalliklariga uchragan onalarda koʻpincha oʻsib borishi orqada qoladigan bolalar tugʻilishini koʻrsatuvchi tadqiqotlar ham bor. Bu sabablarning hammasi kamol topib borish surʼatining sekinlashuviga olib kelishi mumkin. Bolalar biroz kechikib yuradilar va gapira boshlaydilar. Bunday bolalardagi jismoniy yetishmovchilik – ozgʻinlik va boʻyi oʻsmaganlikda ifodalanadi.

Maktabgacha tarbiya katta yoshiga etganda bunday bolalar kichik bolalarning xususiyatlarini saqlab qoladilar: ular faoliyatining boshqa turlariga qaraganda oʻyinni afzal koʻradilar, oʻz xatti-harakatlarida nihoyatda noizchil

bo'ladilar, o'zlariga o'zlari xizmat ko'rsatishda qiynaladilar. Bunday bolalarning yurish-turishdagi infantillik, ya'ni ularda kichikroq yoshdagi bolalar uchun xarakterli bo'lgan xususiyatlarning mavjudligi maktabgacha tarbiya yoshidagi ko'pchilik bolalardan keskin farq qilmaydi, chunki ularga qat'iy belgilangan talablarga rioya qilish qat'iy qilib qo'yilmagan bo'ladi. Ammo bunday bolalar maktabga kelganlarida o'quv faoliyatiga yaxshi kirishib ketmaydilar, maktab topshiriqlarini idrok etmaydilar va bajarmaylilar, o'zlarini xuddi bolalar bog'chasidagiday tutadilar va ta'lim olish uchun "etilmagan" bo'lib chiqadilar. Ularda maktabga qiziqish bo'lmaydi, berilgan topshiriqlarni atbatta bajarish kerakligini anglaydilar, ular yozish va o'qishning boshlang'ich malakalarini qiyinchilik bilan egallaydilar. Buning sababi bunday bolalarda nutq tovushlarini ongli ravishda analiz qilish qobiliyati etarli darajada o'sib etmaganligi, so'zning tovush tarkibini analiz qilish singari abstrakt faoliyat formalariga qiziqish bo'lmaganligidir, shu tufayli ularda o'qish va yozish malakasini hosil qilish jarayoni qiyinlashadi. Ko'pincha, bunday bolalarda mashg'ulot vaqtida ortiqcha charchash, ba'zan esa bosh og'rig'i paydo bo'ladi. Shu bilan birga, psixofizik infantilizmga uchragan bolalarda dastlabki intellektual etishmovchilik bo'lmaydi. Ular o'qib bergan ertak va hikoyaning mazmunini tushunadilar, taklif qilingan suratlar saviyasini izchillik bilan joylashtira oladilar, syujetli rasm mazmunini tushunadilar. Ta'lim-tarbiya jihatidan to'g'ri yo'l tutilganida psixofizik infantilizmli bolalarning ta'lim olishdagi qiynalishlari bartaraf etilishi mumkin.

Kamol topishdagi vaqtincha keyinda qolishning murakkablashmagan formasidagi bolalarning deyarli hammasi ommaviy maktabning ulguruvchi o'quvchisi bo'lishi mumkin, ammo ularni sinfda o'z vaqtida bilib olish va ularga nisbatan qat'iy individual yo'l tutish zarur. Kamol topish ana shunday xususiyatlariga ega bo'lgan o'quvchi sinfda bo'lsa, o'qituvchi bu bolani o'qitishdagi, uning xatti-harakatidagi qiyinchiliklarning xarakterini puxta o'rganishi va tahlil qilishi hamda u bilan ishlashning individual rejasini tuzib chiqishi zarur. Bunday hollarda pedagog-psixolog bolalarning oilalari bilan yaqindan aloqa bog'lashi muhimdir.

Har qanday ota-ona o'z oilasida sog'lom farzandni, jismonan baquvvat, ruhan tetik, fikrlash qobiliyati sog'lom, iymon-e'tiqoldi butun, bilimli, ma'naviyati yuksak, mard va jasur, har tomonlama kamol topishini istaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Mavlonova R., To'rayeva O., Holiqberdiyev K. Pedagogika. – Toshkent: O'qituvchi, 2001.
2. Po'latova P.M. «Maxsus pedagogika (oligofrenopedagogika)» «O'qituvchi»- 2005 y.
3. Raxmanova V.S. «Maxsus pedagogika» T.: G'.G'ofur nashriyoti – 2005 y.

MAKTABGACHA YOSH DAVRIDA O‘Z-O‘ZINI ANGLASHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Zakirova Muxabbat Sabirovna-
dosent, Farg‘ona davlat universiteti, O‘zbekiston
Jigitali qizi Nuriza talaba,*

“Men” konsepsiyasi”(inglizcha self-concept) – insonning o‘zi haqidagi tasavvurlarining rivojlanib boruvchi tizimi, uning tarkibiga:

a) o‘zining jismoniy, intellektual, xarakterologik, ijtimoiy va boshqa xususiyatlarini idrok qilish o‘z-o‘ziga baho;

b) berish;

v) shaxsiyatga tasir o‘tkazuvchi tashqi omillarni subyektiv idrok etish kiradi. “Men” konsepsiyasi tushunchasi 1950- yillarda fenomenologik, gumanistik psixologiya yo‘nalishlari ichida paydo bo‘lgan. (A.Maslou, K.Rodgers), bixeviorist va freydistlarga ko‘ra, insonning “Men”i uning axloq va rivojlanishning asosiy omili sifatida umumiy ko‘rib chiqishiga intilishgan. “Men” konsepsiyasi shakllanishiga simvolik interaksionizm (Ch.Kuli, D.Mid) va identifikatsiyalash konsepsiyasi (E.Erikson) muhim ta’sir ko‘rsatgan. Biroq birinchi nazariy ishlanmalar shu yo‘lda U.Djeyms tomonidan olib borilgan. U birinchi bo‘lib, shaxsning global “Men” ni (Self) o‘zaro bog‘langan “Men-yaratuvchi” (I) va “Men-obyekt”ga (Me) bo‘lgan. “Men” konsepsiyasini ko‘pincha yo‘naltirilgan tushunchalar sifatida aniqlanadi, uning ichida uchta tarkibiy qisimlarni ajratadi;

1) Kognitiv qism – “Men” qiyofam (ingl. Self-image), o‘z ichiga shaxsning o‘zi haqida taassurotni qamrab oladi;

2) Emotsional-qadriyatlar (affektiv) –o‘ziga shaxs sifatida, o‘z faoliyatiga bo‘lgan munosabati. Bu tarkibiy qism, boshqacha aytganda, o‘z-o‘ziga baho berish tizimini ichiga o‘zini baholash tizimi (angl. self-esteem) kiradi;

3) Axloqiy fe‘l-atvor qism, bu kognitiv va baholash qismlarining fe‘l-atvorida namoyon bo‘lishini xarakterlaydi. Masalan: nutqda, o‘zi haqidagi fikrlarda o‘zini anglab ko‘rsatadi.

“Men” konsepsiyasi – bir butun hosila va uning barcha tarkibiy qismlari mustaqil mantiqiga ega bo‘lsa ham, o‘zaro chambarchas bog‘liqdir. Bu konsepsiya seziladigan va sezilmaydigan jihatlardan iborat va o‘zi haqida taqdimotlari, ularning murakkabligi va xilma-xilligi, shaxs uchun ularning subyektiv ahamiyati, shuningdek, ichki yaxlitli va izchillik, uyg‘unlik, vaqtga bardoshlilik nuqtaiy nazardan ta’riflanadi. Demak, «Men» siymosi – individning o‘zi haqidagi nisbatan barqaror ko‘proq yoki ozroq darajada anglanilmagan, betakror deb his qilinadigan tasavvurlar tizimidirki, individ boshqalar bilan o‘zaro hamkorlikda harakat qilishda ana shunga asoslanadi. O‘ziga o‘zi baho berish shaxsning o‘ziga, o‘z imkoniyatlariga, boshqa odamlar orasidagi fazilatlariga va o‘rniga baho berishidir. O‘ziga o‘zi baho berish orqali shaxsning xulq-atvori to‘g‘rilanib, tartibga solib turiladi. Shaxsning o‘ziga o‘zi beradigan bahoning birmuncha oshirilib yuborilishi kutilgan baho ko‘rsatkichlarining kamayishi bilan bog‘liq bo‘ladi. O‘ziga o‘zi baho berish shaxsning intilishlari darajasi bilan chambarchas bog‘liqdir. Intilishlarning darajasi shaxs o‘ziga o‘zi beradigan bahoning individ o‘z

oldiga qo'yadigan maqsadlarning qiyinchiliklari darajasida namoyon bo'ladigan kutilgan darajasidir [G'oziev E.G'.2010].

Insonni o'zi haqidagi tasavvurlari, g'oyalari, baholari va xulq-atvor tendensiyalari yig'indisi "Men" konsepsiyasi deb ataladi. Boshqacha qilib aytganda, "Men" konsepsiyasi subyektni o'zi haqidagi eng umumiy ustanofkalari tizimidir. "Men" konsepsiyasi odamni turli sohalarda muvaffaqiyatini va zaif tomonlarini belgilaydi va 3 ta rol ni bajaradi.

Birinchi dan – shaxsning ichki o'zaro roziligiga erishishga turtki beradi;

Ikkinchi dan – odamni tajribasini izohlaydi;

Uchinchidan – kutishni manbasi bo'ladi.

Shaxsning faoliyatiga ko'ra - organizm, ijtimoiy individ yoki shaxs darajasida namoyon bo'lishiga qarab, "Men" konsepsiyasining uchta bosqichi ajratiladi:

1) "organizm-muhit" darajasi - jismoniy "Men" obraz, (tana sxemasi) organizmning jismoniy samaradorlikga bo'lgan ehtiyoji;

2) "ijtimoiy individ" darajasida – ijtimoiy o'zlikni, jins, yosh, etnik fuqarolik, ijtimoiy rol bular shaxsning jamiyga a'zo bo'lishi ehtiyoji bilan bog'langan.

3) "Shaxs" darajasida - "Men"ning farqlanuvchi obrazi, o'zi haqidagi fikrlarni aniqlash ehtiyojini ta'minlaydigan, boshqa shaxslar bilan solishtirganda o'zi haqida ta'riflovchi fikrlarini va o'zining noyoblik hissini beruvchi, o'zini ko'rsatishga bo'lgan ehtiyojni ta'minlovchi daraja.

Rus olimi N.I. Nemopnishaya 6-7 yoshda bola shaxsini tarkib topishi va o'zini anglashi borasida olib borgan ilmiy tadqiqotlar asosida quyidagicha xulosaga kelgan:

1. Bola shaxsini shakllanishida asosiy manba bo'lgan psixik taraqqiyotida uning shaxsini xususiyatlarni tarkib toptirish faoliyat ta'lim jarayonida o'zlashtirishi hal qiluvchi rol o'ynaydi.

2. 6-7 yoshga ma'lum bir shaxs tipining tarkib topishi yuzaga keladi. Bu jarayonning asosiy manbai va barqaror ta'lim va bunda tarkib topgan shaxs xususiyatlari bo'lib keyingi yosh davr bu saqlanib qoladi.

3. Maktabgacha yosh davr shaxs tarkib topishining asosiy manbai xususiyatlari tarbiya sharoitlariga bog'liq [Непомнящая Н.И. 1992].

Shaxsning shakllanishi jarayonini rus olimlari L.A. Venger V.S. Muxinarlar nazariy o'rganib chiqib shaxsning tug'ulishini 2ga ajratganlar .

Shaxsning birinchi "tug'ulishi" bolaning o'z-ozini anglaganing shakllanishi: O'zini alohida bir kishi sifatida ajratishi bu ilk bolalik davrida yuzaga keladi. Bola o'zini ismi va jismoniy qiyofasini bir biri bilan bog'lashni boshlaydi.

Bu davrda mening kishilarga emotsional ijobiy yoki emosional salbiy munosabati o'z irodaviy xususiyatini namoyon qilish bilan, Masalan; "men xohlayman", "mening o'zim" kabilar bilan ifodali shakllanadi. Shu bilan birga maktabgacha yosh davrda o'zini e'tirof etish hamda olamni bilishni da'vo qiladi. Bu o'zini kattalar va atrof muhitdagi meyorlar bilan bog'lash ehtiyoji natijasida shakllanadi. Bu davrda bolaning jinsi haqida tassavvur paydo bo'ladi.

Olimlar shaxning ikkinchi “tug‘ilishi”ni dunyoqarash, g‘oya, faol irodaning shakllanishi bilan bog‘lanadilar aynan ikkinchi tug‘ilishda shahs sifatida his qilish darajasini tarqiy etishi V.S. Muxuna ilk yoshdan bolaning o‘z- o‘zini anglashini yuzaga kelishi jarayoni borasida ilmiy taqiqotlar olib borar ekan bir yoshda bola o‘zini anglay olmasligini bir yarim bazida ikki yoshga yaqin bola o‘zini taniy boshlashini takidlaydi. V.S Muxina maktabgacha yosh davrida bola shahsini shakllanishida o‘zini anlash muhimligini ko‘rsatib quyidagi jarayonlar yuzaga kelishini ko‘rsatib turadi [Венгер А., Мухина В. 1991].

- Kattalarning bola shahsini taraqqiy etishiga ta’siri
- O‘zini e’tirof etishga bolaning davo qilishida bu jarayonda tengdoshlari bilan munosabati.
- Mehr va muhabbatga bo‘lgan ehtiyoj va uning qondirilishi.
- Jinsi haqida tasavurlarining yuzaga kelishi va sekin -asta bu tasavurlarini tuzilishi bilan bog‘lash .
- Xulq motivlarining rivojlanishi va uning o‘z- o‘zini anglash bilan bo‘g‘lash.

O‘z-o‘zini anglash o‘z- o‘zini baholashning rivojlanshi? axloqiy sifatlarini shakllanishi.

O‘z «Men»ining mavjudligini his qilish shahsning hali chaqaloqligi aytidayoq boshlanadigan va uzoq davom etadigan, hamda rus psixologi I. S. Kon «Men»ning kashf etilishi» deb juda o‘rinli atagan shakllanish jarayonining natijasi hisoblanadi. Bir yasharli bola o‘z tanasining sezgirligi undan tashqaridagi buyumlar tufayli hosil bo‘ladigan sezgilardan farqini anglay boshlaydi.

‘ngra 2-3 yoshida bola buyumlar bilan o‘z xususiy harakatlari jarayoni va natijasida hosil bo‘ladigan xursandchilikning katta yoshdagilarning konkret harakatlaridan farqini ajratadi va kattalarga qaratadi va o‘zini "birinchi marta o‘zshshng xususiy harakatlari va xatti-harakatlari subyekt (bolaning nutqida shahsiy olmosh paydo bo‘ladi) sifatida anglay boshlaydi. Bolalarda bog‘cha bilan maktabga borishi oraliq’ida va boshlangich sinflarda katta yoshdaglar, ota-onalar va o‘qituvchilar yordamida hali o‘z yutuqlari va muzaffaqnyatsizliklarining sabablarini anglab etish darajasida paydo bo‘ladi.

Bolalik dunyosining ichki murakkab qatlamlaridan asta-sekin «o‘zlik»ni, shahsiy «men»-likni tushunish tuyg‘usi paydo bo‘la boshlaydi. Bu taraqqiyot bosqichi psixologiya fanida «men» davri yoki «o‘zlik»ni anglash davri deb yuritiladi, u taxminan 2,5 yoshdan boshlanib, bir nechta rivojlanish bosqichlarini o‘z ichiga qamrab oladi.

Ko‘plab psixologlar fikriga ko‘ra, inson shahsidagi yetakchi sifatlarining shakllanishi va “Men” konsepsiyasi asoslarining yaratilishi aynan ontogeneznning dastlabki 5-6 yilida ro‘y beradi.

O‘zini-o‘zi anglash masalalariga bag‘ishlangan adabiyotlar tahlili bizga o‘zgaruvchilarning kattagina qismi kichik ijtimoiy guruhsifatida hayot tarzini oilada aks ettiruvchilarni tashkil qiladi, deyishimizga imkon beradi.

Bundan shunday xulosaga kelish mumkin:

1. Bolaning o'zini - o'zi anglashi 1,2-1,5 yoshlilar yuzasidan kelib, u dastlab ismi va jismoniy qiyofasini tanish va ularni baholashdan iborat.
2. O'zini anglash faoliyat va uning motivatsiyasi, shaxslararo munosabatlar jarayoni bola shaxsini shakllanishing asosiy manbalari bo'lib, bu jarayonlarda bolaning shaxsiga xos xususiyatlar namoyon bo'ladi.
3. Bola yoshi ortgan sari atrof-dagi kishilar yordamiga o'zini anglash tanish, xulq-atvori shaxsiga xos sifatlarning anglash orqali bolaning o'zini anglashi, o'zi haqidagi tasavvurlar yuzaga keladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Непомнящая Н.И. Становление личности ребёнка 6-7 лет. Москва, "Педагогика" 1992г, -160 стр
2. Венгер А., Мухина В.С. Психология. Москва, "Просвещение" 1991 г, -334 стр.
3. G'oziev E.G'. Umumiy psixologiya. T.: O'qituvchi, 2010. -542 b

SHAXSDA DIQQATNI RIVOJLANTIRISHNING BOSHQA JARAYONLARGA BO'LGAN TA'SIRINI O'RGANISH

*Babajanov Maqsadbek Ulug'bekovich,
Ma'mun universiteti NTM «Psixologiya va tibbiyot» kafedrasida o'qituvchisi*

Evolyutsiyaning ilk davrlaridan boshlab, diqqat asab tizimining muhim vazifalaridan biri sifatida hayvonlar dunyosining hayotini va rivojlanishini ta'minlagan. Miya strukturalarining murakkablashuvi diqqat darajasining o'sishiga to'g'ridan-to'g'ri ta'sir qiladi: miya qanchalik rivojlangan bo'lsa, diqqat ham shunchalik yaxshi ishlaydi va bu boshqa kognitiv jarayonlar bilan chambarchas bog'liqdir.

Zamonaviy qarashlarga ko'ra, diqqat bu insonning o'z faoliyatiga ongli yoki ongsiz ravishda e'tibor berish qobiliyatidir, bu esa turli stimullardan ajralib turish imkonini beradi va har qanday faoliyatni bajarish uchun zarur bo'lgan bilish jarayonining ajralmas qismidir. Diqqat sezgirlikni oshiradi, zarur ma'lumotlarni qisqa muddatli va operativ xotirada ushlab turishga yordam beradi, va uzoq muddatli xotiraga materiallarni o'tkazish uchun sharoit yaratadi, shuningdek, fikrlashning yo'nalishini va samaradorligini aniqlaydi. Shu sababli, inson diqqati, uning funksiyalari, xususiyatlari, neyrofiziologik mexanizmlari va boshqa bilish jarayonlari bilan o'zaro aloqasi katta qiziqish uyg'otadi.

Asosiy qism. Diqqat va integrativ funktsiyalar o'rtasidagi bog'liqlik

Diqqat va o'zini o'zi boshqarish. Berdnikov D.V. va Bobintsev I.I. tomonidan 2011 yilda olib borilgan tadqiqotlar, o'z-o'zini tartibga solish jarayonlarini, tananing hayotiy funktsiyalarini moslashuvchan va plastik qiluvchi muhim integratsiya jarayonlari sifatida belgilaydi. Ushbu jarayonlar, shaxsiy xususiyatlarning turli tizimlari orqali ta'sir ko'rsatuvchi hodisalarni, jumladan, diqqatni jalb qilishni o'z ichiga oladi. O'z-o'zini tartibga solish, insonning atrof-muhit bilan axborot almashinuvida tanlanganlikni ta'minlaydi va harakatlarini

kuzatish hamda tartibga solish imkonini beradi. Tadqiqot natijalari, idrokning turli funktsional tizimlarining o'z-o'zini boshqarish xususiyatlari bilan ixtiyoriy vizual diqqatning xususiyatlari va funktsiyalari o'rtasida yaqin aloqa mavjudligini ko'rsatmoqda. O'z-o'zini tartibga solishning samaradorligi, unga erishish uslubi va diqqatni boshqarish orqali sensorli kirishni kengaytirish yoki cheklash va idrok yo'nalishining moslashuvchanligini oshirish bilan bog'liq. Diqqat o'z xususiyatlarini nazorat qilish funktsiyalari orqali amalga oshirib, idrokning turli funktsional tizimlarining o'zini o'zi boshqarish xususiyatlarining namoyon bo'lishiga faol ta'sir ko'rsatadi, bu diqqatni harakatni boshqarishning maxsus faoliyati sifatidagi g'oyaga mos keladi[1].

Kognitiv jarayonlar, diqqat, sezgi, idrok va xotira kabi elementlarni o'z ichiga oladi. Bu jarayonlar o'zaro bog'liqdir va diqqat ularning muhim qismidir. Diqqat, voqelikni tanlash va esda saqlash uchun ongning faollashuvini anglatadi. Idrok, voqelikni ongda aks ettirish jarayonidir va ixtiyoriy diqqat bu jarayonda muhim rol o'ynaydi. Xotira esa, idrok etilgan ma'lumotlarni saqlash qobiliyatidir va uning sifati idrok etish jarayoniga bog'liqdir.

Xotira, murakkab kognitiv jarayon sifatida, bir qator bosqichlarni o'z ichiga oladi: ma'lumotlarni qabul qilish, yodda saqlash, saqlash, tan olish va qayta ishlash. Har bir insonning ma'lumotlarni yodda saqlash, xotirada ushlab turish va keyinchalik qayta ishlatish qobiliyati individualdir va tanlanishi mumkin.

Ixtiyoriy harakatning har qanday funktsional tizimi ong bilan faollashadi va faoliyat maqsadlariga erishishga qaratilgan ixtiyoriy diqqat orqali ixtiyoriy xatti-harakatlarning namoyon bo'lishi bilan quvvatlanadi (o'quv, kasbiy, vaziyat). Ushbu tizim faoliyatining samaradorligi idrok etishning qulay sharoitlarida erishiladi[2].

Bilish jarayoni, ob'ektiv voqelikni aks ettirishning yuqori darajasi sifatida, tuyg'ular, his-tuyg'ular, tafakkur va tasavvurlar bilan chambarchas bog'liqdir. Biroq, diqqat ham bu jarayonning muhim bir qismidir. Diqqatning markazlashtirilishi, ma'lum bir ob'ektlar doirasini bilish jarayonining diqqat markaziga olib keladi, bu esa idrokning aniqligi va tafsilotliligi, xotira kuchini va tanlash qobiliyatini, shuningdek, aqliy faoliyatning yo'nalishi va samaradorligini belgilaydi. Diqqat, kognitiv jarayonlarning yo'nalishi va tanlovchanligi bilan chambarchas bog'liq bo'lib, bu jarayonlar shaxsning qiziqishlarini aks ettiruvchi eng muhim narsalarga qaratilgan.

Diqqat, ya'ni odamning o'zi bajarayotgan faoliyatiga diqqatini jamlash qobiliyati va har tomondan qo'zg'atuvchilardan uzilish qobiliyati bilish jarayonining tarkibiy qismlaridan biri bo'lib, har qanday turdagi faoliyatni amalga oshirishning eng muhim shartlaridan biridir[4].

Turli toifadagi odamlarda diqqat parametrlarining xususiyatlari

Sportchilarda e'tiborning xususiyatlari

Sportchilarning diqqatini o'rgatish, sportdagi ustunlikni oshirish uchun muhimdir. Har bir sport turi uchun maxsus diqqat mashqlari, musobaqalar vaqtida konsentratsiyani saqlashga yordam beradi. Bu mashqlar, sportchilarga diqqatni jamlash va vazifalarni muvaffaqiyatli bajarish uchun zarur bo'lgan signallarni taqdim etadi.

Faoliyatining tabiati tashqi ogohlantirishlarni tan olish va ularga mos ravishda motor harakatlarini qurish bilan bog'liq bo'lgan sportchilarda (masalan, sport karatesi) ikkala tizim ham rivojlanadi - ikkalasi ham stimulga vosita reaksiyasini shakllantirish uchun ixtiyoriy tizim va qo'zg'atuvchining sifatlarini tanib olishning beixtiyor tizimi[3].

Boshlang'ich maktab o'quvchilarida diqqatning xususiyatlari

Boshlang'ich maktab o'quvchilari diqqatni kamroq ob'ektlarga (4-6) qaratishadi va bu diqqat tez-tez almashtiriladi. Sinflar oshishi bilan, ularning diqqat jamlash va taqsimlash qobiliyatlari rivojlanadi, ammo barqarorlik hali ham cheklangan bo'ladi. Uchinchi sinfga kelib, diqqatni uzoqroq vaqt davomida saqlash qobiliyati yaxshilanadi.

Boshlang'ich maktab yoshida diqqatni rivojlantirish bo'yicha asosiy tavsiyalar shaxsning erta shakllanishi va ta'lim faoliyati asoslarini shakllantirish davrida diqqatning asosiy shakllarini rivojlantirishda birlashadi[5].

Talabalar diqqatining xususiyatlari

Turli mutaxassisliklar bo'yicha tahsil olayotgan talabalar o'rtasida diqqat xususiyatlarining namoyon bo'lish darajasi natijalarida sezilarli farq aniqlandi. Masalan, reklama faoliyati bilan shug'ullanadigan talabalarda quyidagi xususiyatlar qayd etilgan: diqqatning past konsentratsiyasi, diqqatning yuqori barqarorligi va diqqatni taqsimlashning o'rtacha darajasi. Davlat va munitsipal boshqaruvda tahsil olayotgan talabalar diqqatning yuqori va past konsentratsiyasiga, diqqatning barqarorligining yuqori darajasiga, diqqatning past va yuqori taqsimlanishiga ega[6].

Diqqatning buzilishi

Bolalarda diqqat etishmasligi giperaktivligi buzilishining klinik va fiziologik ko'rinishlari

Diqqat etishmasligi giperaktivligi buzilishi (DEHB) tibbiy, psixologik, ijtimoiy va pedagogik tadqiqotlar sohasiga kiritilgan eng keng tarqalgan bolalik davridagi xulq-atvor kasalliklaridan biridir. Vaziyatning yetakchi klinik belgilarini hisobga olish kerak: diqqatning buzilishi (defitsit), giperaktivlik (motor disinhitsiyon), impulsivlik[8].

DEHB maskalari astenonevrotik sindrom (47%), aqliy zaifligi bo'lgan bolalarda giperaktiv xatti-harakatlarning buzilishi (16%), ruhiy kasallik (15%), ta'lim xususiyatlari (4%), eshitish qobiliyatini yo'qotish (2%), surunkali motor tics (2%) [7].

Tasniflash

DEHBning uch turi mavjud:

Aralash tip: diqqat buzilishi bilan birgalikda giperaktivlik (50-75% hollarda).

Ehtiyotsizlik turi: diqqatning buzilishi ustunlik qiladi (20-30% hollarda).

Giperaktiv tip: giperaktivlik va impulsivlik ustunlik qiladi (15% hollarda)[8].

Xulosa. Ixtisoslashgan adabiyotlarni o'rganish, diqqatni tanamizning eng muhim fazilatlaridan biri ekanligini tushunishga olib keladi. Bu jarayon atrof-muhitni boshqarish, kundalik muammolarni hal qilish, turli vaziyatlarni tahlil

qilish va ulardan kerakli xulosalar chiqarishga yordam beradi. Diqqatning ahamiyati shunchalik katta-ki, uni o'rganish orqali biz ish samaradorligimizni oshirish, shaxsiy va kasbiy rivojlanishimizni ta'minlash imkoniyatiga ega bo'lamiz. Shuningdek, diqqat etishmasligi giperaktivlik buzilishi (DEHB) kabi holatlarda, odamlar doimiy ravishda e'tiborini jamlashda qiynalishadi, bu esa ularning hayot sifatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi va shu sababli, ular hissiy va psixologik-tibbiy yordamga muhtoj bo'lishadi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Бердников Д.В., Бобынцев И.И./ Взаимосвязь саморегуляции функциональных систем восприятия со свойствами и функциями внимания/ Журнал «Саратовский научно-медицинский журнал» /Выпуск № 4 / том 7 / 2011.

2. Волченков Э.И./ О взаимосвязи внимания, восприятия и памяти в структуре основных психических процессов/ Журнал Сервис plus/ Выпуск № 2 / 2009.

3. Гурова М.Б., Дьякова Е.Ю., Шилько Т.А./ Электрофизиологические характеристики внимания у спортсменов-тяжелотлетов и единоборцев различной квалификации/ Журнал «Вестник Томского государственного университета»/ Выпуск № 340 / 2010

4. Ерусева О.В./ Роль внимания в развитии познавательных процессов/ Журнал «Научные исследования в образовании»/ Выпуск № 1 / 2009.

5. Крупник И.В./Влияние свойств внимания на успеваемость младших классов/ Журнал «Концепт»/ Выпуск № S1 / 2015

6. Макарова Н. Г./ Исследование у студентов свойств внимания: устойчивость, концентрация, распределения/ Журнал «Фундаментальные и прикладные исследования: проблемы и результаты» /Выпуск № 6 / 2013.

7. Морозова Е.А./ Синдром дефицита внимания с гиперактивностью: причины и последствия/ Журнал «Практическая медицина»/ Выпуск № 48 / 2011.

8. Никишина В.Б./ Синдром дефицита внимания с гиперактивностью: критериально-диагностический аспект/ Журнал Курский научно-практический вестник "Человек и его здоровье"/ Выпуск № 1 / 2013.

МАКТАБГАЧА ЁШДАГИ БОЛАЛАРНИ МУСТАҚИЛ ФИКРЛАШГА ЎРГАТИШНИНГ НАЗАРИЙ ВА АМАЛИЙ АҲАМИЯТИ

*Бекмуродова Дилноза Пиримовна
Қашқадарё вилояти*

Дунёда мустақил фикрлаш жараёнига жамиятнинг инсонга яратиб бераётган имконият ва эркинликларнинг маҳсули ва инъикоси сифатида қаралмоқда. Мустақил фикрлаш эса, шахс билиш фаолияти жараёни бўлиб, воқеликни бевосита ва умумлашган ҳолда акс эттириш билан характерланади. Шу боисдан мустақил фикрлаш фанлараро тадқиқотларни, комплекс фанларни ўзида мужассамлаштиради. Шундан келиб чиқиб, бугунги кунда мактабгача таълим ташкилоти соҳасида турли инновацион-

методик тавсиялар ва муаммоли таълим воситаларига таянган ҳолда болаларни мустақил фикрлашга ўргатиш, оғзаки нутқини ўстириш, уларни китобхонликка жалб этиш орқали уларда миллий, маданий-тарихий қадриятларга нисбатан қизиқиш уйғотиш кун тартибидаги муҳим масалалардан саналади.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 7 февралдаги ПФ–4947-сон «Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича «Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида» фармони, 2017 йил 30 сентябрдаги ПҚ–3305-сон «Ўзбекистон Республикаси Мактабгача таълим вазирлиги фаолиятини ташкил этиш тўғрисида», 2018 йил 5 апрелдаги ПҚ–3651-сон «Мактабгача таълим тизимини янада рағбатлантириш ва ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида», Вазирлар Маҳкамасининг 2019 йил 13 майдаги 391-сон «Мактабгача таълим ташкилотлари фаолиятини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида»ги қарори ҳамда мазкур фаолиятга тегишли бошқа меъёрий-ҳуқуқий ҳужжатларда белгиланган вазифаларни амалга оширишга ушбу диссертация иши муайян даражада хиз Мактабгача ёшдаги боланинг тафаккуридаги ўзгариш, биринчи навбатда, фикрлаш ва нутқ ўртасидаги муносабатларнинг ўрнатилиши билан боғлиқ. Шунини таъкидлаш керакки, боланинг тафаккури, эрта болалик давридан фарқли ўлароқ, мактабгача ёшда ғояларга асосланади. Тасвирлар ва ғоялар билан ишлаш боланинг фикрлашини вазиятдан ташқари қилади ва билим чегараларини сезиларли даражада кенгайтиради. Бу вақтда боланинг воқеликни билиши контсептуал эмас, балки визуал-мажозий шаклда содир бўлади. Айнан мажозий билиш шаклларини ўзлаштириш болани мантикнинг объектив қонунларини тушунишга олиб келади ва контсептуал фикрлашни ривожлантиришга ёрдам беради. Бошқача қилиб айтганда, визуал-самарали ва визуал-мажозий фикрлаш, гўё нутқ орқали мактабгача ёшдаги боланинг мантиқий тафаккурини янада ривожлантиришга тайёрлайди.

Мактабга тайёрлов гуруҳи дастурларида болалардан таққослай олиш, таҳлил эта олиш, умумлаштира олиш, маълум бир хулоса чиқара олиш, шунингдек етарли даражада ривожланган билиш жараёнлари талаб этилади. 6–7 ёшли бола табиат ҳақида айрим ҳодисаларнигина эмас, балки организмнинг табиат билан боғлиқлиги ва ўзаро таъсирини ҳам тушуниши ва ўзлаштириши мумкин. 6–7 ёшли болалар ақлий ривожланишнинг юқори даражасига эришади ва кўرғазмали-образли тафаккури орқали атроф оламдаги предметлар хусусиятлари ва улар орасидаги алоқадорликни ажрата олади.

Мактабгача таълим ёшдаги болаларнинг мустақил фикрлашида қуйидагиларга алоҳида эътибор бериш лозим:

- мактабгача ёшдаги болаларнинг тасвирлаш фаолияти ва уларнинг психологик хусусияти;
- мактабгача ёшдаги болаларнинг таълим машғулотлари ва унинг психологик хусусиятлари;
- мактабгача ёшдаги болаларнинг меҳнат машғулотлари ва уларнинг психологик хусусиятлари;

- мактабгача ёшдаги болалар асаб тизими ривожланиши;

- мактабгача ёшдаги болалар психикаси (идроки, нутқи, таффакурнинг ривожланиши, ҳиссиётлари ва онгининг ривожланиши).

Кўринадики, мактабгача таълим муассасаларида болаларни мустақил мулоҳаза юритишга йўналтиришда уларга хос бўлган мана шу педагогик табиий-руҳий хусусиятларни инобатга олиш бу борада муваффақиятга эришиш гаровидир .

Тафаккурни жисмоний ҳаракат билан тенглаштиришга ишониш болаларда уларнинг онгини ривожлантиришнинг нормал босқичи сифатида кузатилади. Бу вақтда мактабгача тарбиячи унинг фикрлари ва умидлари у билан содир бўлаётган воқеаларнинг сабабларига бевосита таъсир қилиши ва ҳаётини ўз хоҳишига кўра ўзгартириши мумкинлигига ишонади.

Мактабгача ёшдаги давр етакчи фаолият ўйин эканлиги билан тавсифланади. Дидактик ўйинда фиджет янги билим ва кўникмаларни осонроқ ўрганади. Ўйин дақиқалари ёрдамида диққатни жалб қилиш ва ушлаб туриш, янги материални ўрганиш ва ёдлаш осонроқ. Ўйин жараёни қизиқиш уйғотади, фаолликни кўзғатади, фикрлашни ривожлантиришга ёрдам беради. Ота-оналар ва тарбиячилар ўйинлар ва кичик ривожланиш вазифалари ёрдамида бола билан самарали ва қизиқарли мулоқот қилишлари мумкин .

Болаларни мустақил фикрлашга йўналтиришда етакчилик қиладиган илк тадбир уларнинг эркинлиги, яъни таълим соҳасини, у мактабгача таълим муассасаси бўладими, умумий ўрта ёки олий мактаб бўладими, барчасини узвийлаштирган ҳолда демократлаштиришдир. Мактабгача таъли муассасаси тарбияланувчиларида мустақил фикрнинг шаклланиши ва унинг ривожланиши кўп жиҳатдан уларнинг эркинлик даражасига боғлиқ. Шаклланиб келаётган шахсда мустақил фикрнинг шакллантириш ва уни ривожлантириш учун болалар шахси ва жамоаси эркинлигига эришиш зарур.

Психологларнинг таъкидлашларича, фикр мустақиллиги даражаси инсон ақлий фаолиятининг ташаббускорлиги, пишиқлиги ва танқидийлигида ўз аксини топади. Булардан бири ташаббускорлик инсоннинг ўз олдида мақсад ва вазифалар қўя билиши, уларни амалга ошириш йўлидаги муаммолар ечимини топа олиши, ниҳоясига етказиш учун зарур бўлган усул ҳамдавоситаларни қўллашидаги фаолиятида намоён бўлади. Унинг пишиқлиги вазифаларни тез бажариш, бу жараёнда қўл келадиган усул ва воситалардан оқилона фойдаланиш ва ечимни тезкорлик билан излаб топиш, уларни фарқлашда кўринади. Мазкур фаолиятнинг танқидийлиги эса мустақил фикрловчининг воқеа-ҳодисага муносабати, унинг хусусиятларини ажрата билишида намоён бўлади.

Шулардан келиб чиққан ҳолда айтиш мумкинки, инсон тафаккурига хос бўлган ташаббускорлик, пишиқлик ва танқидийлик сифатларини аниқлашнинг ўзи ҳам тарбиячи-ўқитувчилардан билимдонликни, ақлий зўриқишни, бугунги тил билан айтиладиган бўлса, компетентлиликни талаб қилиши ҳам ҳақиқатдан йироқ эмас. Шахсни шакллантириш учун, аввало, тарбияланувчиёки муаллимнинг ўзи шахс бўлмоғи шартдир.

Тарбиячи билиши лозим бўлган ҳақиқатлардан яна бири шуки, болалик босқичларидаги фикрлашнинг мустақиллиги даражаси унга яратилган шароит туфайли кучаяди ёки сусаяди. Уларнинг руҳий тараққиёти ҳар хил шароит ва босқичларда турлича амалга ошади. Шунинг учун боланинг ривожланишидаги ёши билан боғлиқ хусусиятлар, тафаккурининг мустақиллиги чегараси ва даражаси ҳар бир болада ўзига хос, индивидуал тарзда бўлиши таълим жараёнининг ҳар босқичида, мактабгача таълим ташкилотларидан тортиб олий таълимгача ҳар бир машғулотда қатъий ҳисобга олиниши лозим. Бу соғлом маънавиятли шахсни шакллантириш шартларидан биридир.

Шунингдек, мактабгача ёшдаги болаларда маънавий ҳиссиётлардан ўртоқлик, дўстлик ва жамоа ҳисси ҳам юзага кела бошлайди. Боланинг бу даврида нафақат психологик ва шу билан биргаликда эстетик ҳиссиётлар ҳам анча тез ўсади. Мактабгача таълим муассасаси ёшидаги болаларда эстетик ҳисларнинг намоён бўлишини улар бирон чиройли, янги кийим кийганларида жуда яққол кўриш мумкин.

Мактабга тайёрлаш гуруҳи дастурларида болалардан таққослай олиш, таҳлил эта билиш, умумлаштира олиш, маълум бир хулосалар чиқариш, шунингдек етарли даражада ривожланган билиш жараёнлари талаб этилади.

6 –7 ёшли бола табиат ҳақида айрим ходисаларнигина эмас, балки организмнинг табиат билан боғлиқлиги ва ўзаро таъсирини ҳам тушуниши ва ўзлаштириши мумкин. 6 – 7 ёшли болалар ақлий ривожланишнинг юқори даражасига эришади ва кўргазмали-образли тафаккури орқали предметлар хусусиятларини ва улар орасидаги алоқадорликни ажрата олади. Шуни алоҳида таъкидлаб ўтиш лозимки, кўргазмали-ҳаракатли ва кўргазмали-образли тафаккур нафақат 6 – 7 ёшли болалар, балки кичик мактаб ёшидаги болалар ақлий ривожланишида ҳам асосий вазифани бажаради. Бу борада болада маълум бир кўникмаларнинг таркиб топганлиги ҳам ниҳоятда муҳимдир.

Мактабгача таълим ташкилотларида болаларни мустақил фикрлашга йўналтириш жараёнини амалга ошириш учун нафақат психологик, балки шу ёшга хос бўлган педагогик тушунчалардан ҳам хабардор бўлиш тақозо этилади. Шу маънода мактабгача таълим педагогикаси фанининг моҳияти, унинг илмий-назарий асослари, мақсад ва вазифаларини ўрганиш мақсадга мувофиқдир.

Таълим назарияси унинг назарий жиҳатлари, таълим жараёнининг моҳияти, тамойиллари, қонуниятлари, тарбияланувчи ва тарбияланувчи фаолияти, таълим мақсади, мазмуни, шакл, метод, воситалари, натижаси, таълим жараёнини такомиллаштириш усуллари ва ҳоказо муаммоларни тадқиқ этади.

Мактабгача педагогика жараёнида бир-бири билан узвий боғланган қуйидаги тушунчалар мавжуд: тарбия, таълим, маълумот.

Мактабгача тарбия – ижтимоий ҳаёт учун зарур ходиса бўлиб, ёш авлодга илмий билимлар тизимини, кўникма ва малакаларни маҳсус метод, воситалар орқали режали равишда сингдириб бориш ҳамда уларни ҳар

томонлама шаклланган етук инсон қилиб тарбиялашни назарда тутати. Ёш авлодни комил инсон қилиб тарбиялаш муаммоси халқ оғзаки ижоди, педагогикаси, ёзма ёдгорликлар, пандномалар, мутафаккир ва маърифатпарварлар қаламига мансуб асарларнинг бош мавзусини ташкил этган.

Мактабгача таълим – болаларга билимни тартибли баён қилиш жараёни бўлиб, муайян кўникма ва малакаларни сингдириш, уларнинг онги, хулқиға таъсир этиш, ақли, идроки, дунёқариши, эътиқоди ва билиш фаоллигини ривожлантиришдир. Таълим бериш жараёнида табиий равишда тарбиянинг мақсади ҳам амалға оширилади. Таълим икки томонлама жараён бўлиб, у ўқиш ва ўқитишни ҳам ўз ичига олади.

Мактабгача таълим ташкилотлари тарбиячилари болаларни мустақил фикрлашға ўргатиш ҳақида назарий ва амалий тайёргарликка эға бўлмасалар, тарбияланувчиларни ривожлантиришда кўпол хатоликларға йўл қўйишлари мумкин. Шу боис уларнинг мактабгача ёшдаги болаларнинг психологик ва педагогик хусусиятларини назарий томондан яхши билишлари мақсадға мувофиқдир. Шунинг учун тадқиқотимизда етук психолог олимларнинг асарларидан фойдаланган ҳолда, мактабгача ёшдаги, хусусан, мактабгача таълим ташкилотларининг тайёрлов гуруҳи болалари билан олиб бориладиган машғулотларда эътибор қилиниши зарур бўлган психологияға оид назарий тушунчалар ёритилди.

Мактабгача таълим ташкилотларида болаларни мустақил фикрлашға йўналтириш учун уларнинг ёшиға хос бўлган психологик ва педагогик жиҳатлардан тўлиқ хабардор бўлиш бу жараёнда самарадорликка эришишни таъминлайди. Болаларнинг ёшлари улғайиб мустақил ҳаракат қилиш имконияти ошган сари уларнинг атрофдаги нарса ва ҳодисалар кўмагида дунёқараши ҳам кенгайиб боради. Мактабгача ёшдаги бола атрофидаги нарсалар дунёсини билиш жараёнида улар билан бевосита амалий мунособатда бўлишға интилади. Бу ўринда шу нарса характерлики, бола билишға ташналигидан атрофдаги ўзининг ҳадди сиғадиган нарсалар билангина эмас, балки катталарға мансуб бўлган, ўзининг кучи етмайдиган, ҳадди сиғмайдиган ишлар билан ҳам амалий мунособатда бўлишға интилади. Бу тезроқ катта бўлиш ички истагининг ташқи кўринишидир.

Демак, мактабгача таълим ташкилотларидаги таълим-тарбия ишларининг муваффақияти кўп жиҳатдан болаларнинг ўйин фаолиятларини мақсадға мувофиқ тарзда ташкил қила билишға боғлиқдир. Ўйин болалар хаёли томонидан яратилган нарса эмас, аксинча болалар хаёлининг ўзи ўйин жараёнида юзаға келиб, ривожланадиган ҳодисадир. Шунинг ҳам айтиб ўтиш керакки, фан-техника мислсиз ривожланган ҳозирги замонда яратилаётган, ҳайратға соладиган янгиликлар болаларға бир мўъжизадек кўринади. Натижада улар ҳам ўзларининг турли ўйинлари жараёнида ўхшатма қилиб ҳар хил мўжизаларни ўйлаб топадилар (учар от, учар машина, машина одам, гапирадиган ҳайвонлар, ярми одам ярми ҳайвон шаклидаги жониворлар ва ҳ.к.). Бундан ташқари, болалар турли хаёлий фаразларида эҳтиёжлари талаб қилаётган нарса-ҳодисаларни акс эттирадилар. Уларнинг ўйин фаолиятларида

ҳар хил афсонавий образларни яратишлари одамнинг (шу жумладан болаларнинг ҳам) ташқи муҳитдаги нарса ва ҳодисаларни акс эттириши фаол, ижодий, ўзгарувчан тафаккури жараёнидир.

Ўйинлар болаларнинг жисмоний, ақлий, ахлоқий, меҳнат ва эстетик тарбиясида, уларда мустақил фикрлаш кўникмасининг шаклланишида катта аҳамият касб этади. Ўйинлар мактабгача таълим ташкилотларида амалга ошириладиган машғулотлар, уларнинг кундалик ҳаётидаги кузатишлари билан узвий боғлиқ бўлиб, таълимий-тарбиявий аҳамият ҳам касб этади. Болаларнинг ўйинлари ўзининг ранг-баранглиги, ҳар бирининг ўз мазмуни ва ташкил этиш йўсинига, бу жараёнда фойдаланиладиган жиҳозларнинг турлари ҳамда ўрнига кўра ҳам хилма-хиллик касб этади. Булар, ўз навбатида, болалар ўйинларини туркумлаштиришни тақозо этади. Мактабгача таълим педагогикаси илмида ўйинларни икки катта гуруҳга бўлиниши таъкидланади: ижодий ва қоидали ўйинлар.

Ижодий ўйинларнинг мазмуни болаларнинг ўзлари ўйлаб топадилар ва уларда ўз таассуротлари, борлик ҳақидаги тушунчалари, билимлари ҳамда унга муносабатларини акс эттирадилар. Ижодий ўйинларда болаларнинг теvarак-атрофдан олган таассуротлари акс эттирилади. Ижодий ўйинларда болаларнинг эркинлиги, мустақиллиги, ташкилотчилиги ва ижодкорлик қобилиятлари тўлалигича намоён бўлади.

Қоидали ўйинлар эса катталар томонидан яратилади ва бола ҳаётига татбиқ этилади. Бундай ўйинлар ўз мазмуни ва қоидаларининг содда ёки мураккаблиги даражасига асосланган ҳолда болаларнинг ёшларига қараб тақдим этилади. Катталар томонидан белгилаб қўйилган қоидалар асосидаги ўйинларнинг кўпчилигини халқ ўйинлари ташкил этади. Яъни авлоддан-авлодга ўтиб, бизгача етиб келган кўча ўйинларидир.

Ҳар иккала турдаги ўйинлар ўзининг хилма-хил кўринишларига эга. Масалан, ижодий ўйинлар сирасига сюжетли ролли ўйинларни киритиш мумкин. Психологик ўйинларни эса қоидали ўйинлар сафига киритиш ўринли бўлади. Мактабгача таълим ташкилотларида ташкил этиладиган ҳар бир ўйиннинг ўзига хос жиҳатлари, бажарилиш шартлари бўлгани ҳолда, ҳаммаси учун умумий бўлган хусусиятлар ҳам бор: мақсад, вазифа ва хулосанинг мавжудлиги, режали ҳаракатлар ва ҳ.к. Болаларнинг ривожланишига қараб, уларнинг ўйинда ўз олдларига қўядиган мақсадлари ҳам ўзгариб боради. Болалар ўйинда мақсадга эришиш учун шериклар танлайдилар, зарур ўйинчоқларни топадилар, ўйин давомида муайян ҳаракат ва қилиқлар қиладилар. Бошқа фаолият турларида бўлгани сингари ўйин жараёнига ҳам болаларнинг шахсияти, психик билиш жараёнлари, иродаси, ҳиссиёти, таъсирчанлиги, эҳтиёж ва қизиқишлари ҳисобга олинади, ўйинда болалар фаол ҳаракат қиладилар, мулоқотда бўладилар, ўз билимларидан фойдаланадилар.

Маълумки, ўйин болаларнинг шахсий ташаббусига кўра вужудга келадиган, уларнинг фаол ижодий йўсиндаги, юксак таъсирчанлик руҳи билан ажралиб турадиган эркин ва мустақил фаолиятдир. Педагогик адабиётларда айтилишича мактабгача таълим ташкилотларида ўйинларни эрталаб

нонуштагача ва нонуштадан кейин, машғулотлар ўртасида, очик ҳавода, уйқудан кейин ўтказиш мақсадга мувофиқлиги айтилади. Эрталаб ролли ўйинлар, қуриш-ясаш, ҳаракатли ўйинларни ташкил қилиш тавсия этилади. Машғулотлар ўртасида эса ҳаракатли, қоидали ўйинлар ўтказилиши яхши самара бериши таъкидланади.

Очик ҳаводаги ўйинлар – югуриш, отиш, сирпаниш билан боғлиқ бўлган ўйинлар ҳам қоидали ўйинлар бўлиб, улар болаларнинг жисмоний тараққиётига ўз ижобий таъсирини кўрсатади. Қундузги уйқудан кейинги ўйинлар сирасига: сахналаштириладиган ролли ўйинлар, қурилиш ўйинлари, эртақ бўйича Психологик ўйинлар ва ҳ.к. киради ва улар болаларнинг ақлий, ахлоқий, эстетик тафаккурини такомиллаштиради.

Сюжетли-ролли ўйинлар ўз мазмуни, болаларнинг биргаликдаги хатти-ҳаракати, ўзаро муносабатлари асносида воқеа-ҳодисаларнинг ривожланиши болалар руҳиятида миннатдорлик ҳиссини пайдо қилади, яхши кайфият уйғотади, бола жисми фаолиятини яхшилади. Кичик мактабгача ёшдаги болалар, одатда, ўзлари ёлғиз ўйнайдилар. Предметли ва конструкторли ўйинлар орқали бу ёшдаги болалар ўзларининг идрок, хотира, тасаввур, тафаккур ҳамда ҳаракат лаёқатларини ривожлантирадилар. Сюжетли-ролли ўйинларда эса улар, асосан, ўзлари ҳар куни кўраётган ва кузатаётган катталарнинг хатти-ҳаракатларини акс эттирадилар. 5-6 ёшли болаларнинг ўйини аста-секинлик билан жамоа характерини касб эта бошлайди. Болаларнинг индивидуал хусусиятларини уларнинг жамоа ўйинлари орқали кузатиш мумкин. Бу ўйинларда болалар катталарнинг фақат предметларга муносабатини эмас, балки ўзаро муносабатларини ҳам акс эттирадилар. Шунингдек, жамоа ўйинида болалар бир гуруҳ одамларнинг мураккаб ҳаётий фаолиятларини ҳам акс эттирадилар.

Катта мактабгача ёшда сюжетли-ролли ўйинлар ривожланади, лекин энда бу ўйинлар ўз мавзусининг бойлиги ва хилма-хиллиги билан фарқланади. Ролли ўйинлар жараёнида болаларнинг ҳар бирида лидерлик юзага кела бошлайди, шунингдек ташкилотчилик кўникмалари ҳам шакллана боради.

Мактабгача таълим ташкилотларида болаларни мустақил фикрлашга йўналтириш учун уларнинг ёшига хос бўлган психологик ва педагогик жиҳатлардан тўлиқ хабардор бўлиш бу жараёнда самарадорликка эришишни таъминлайди.

Фойдаланилг ан адабиётлар рўйхати

1. **Ўзбекистон Республикасининг «Таълим тўғрисида»ги ЎРҚ-637-сон Қонуни. -Т.:2020**

2. **Ўзбекистон Республикасининг 2019 йил 16 декабрдаги 595-сонли “Мактабгача таълим ва тарбия тўғрисида”ги Қонуни // <https://lex.uz/>**

3. **Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2021 йил 27 майдаги “Мактабдан ташқари таълим тизимини такомиллаштиришнинг қўшимча чора-тадбирлари муассасаси тўғрисида”ги 331-сонли Қарори**

4. **Брушлинский А.В. О тенденциях развития современной психологии**

мышления. /А.В. Брушлинский, О.К. Тихомиров // Национальный психологический журнал. - 2013.

5. Выготский Л.С. Педагогическая психология. /Л.С. Выготский - М.: Педагогика-Пресс, 1999.

6. Максимова С. В. Диагностика развития творческой активности младших школьников. В 2 частях. Часть 1. /С.В. Максимова - М.: Издательство «Русское слово - учебник», 2013.

SPORTCHILAR FAOLIYATIDAGI STRESSLI HOLATLARNI PSIXODIAGNOSTIKA VA PSIXOKORREKSIYA QILISH BOSQICHLARI VA QO‘LLANILGAN METODLAR TAVSIFI

*Radjabov Akmal Abduxaliqovich
O‘zbekiston-Finlandiya pedagogika
instituti Pedagogika kafedراسи assistenti*

Mavzuning dolzarbligi. Jahon sportida sportchilarning musobaqa jarayonida stressli holatlarga tushib qolishi, ushbu salbiy emotsional holatni engish ko‘nikmalarini shakllantirish, sportchilar faoliyatida stressli holatlarni keltirib chiqaruvchi tashqi va ichki omillarni o‘rganishga alohida e‘tibor qaratilmoqda. Sportchi shaxsini psixologik rivojlantirishga ta’sir etadigan barcha kognitiv jarayonlar, individual-psixologik xususiyatlar, hissiy-emotsional holatlar va ularning salbiy jihatlari bilan bog‘liq muammolarni o‘rganish ushbu tadqiqotning muhim vazifalaridan biri hisoblanadi. Nufuzli sport o‘yinlari, shu jumladan, milliy va olimpiya sport turlari bilan shug‘ullanuvchi sportchilarda stressli kechinmalarni yuzaga kelishini ta’minlovchi omillarni aniqlashga yo‘naltirilgan tadqiqotlar esa o‘zining dolzarbligi bilan muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Sportchilar faoliyatidagi stressli holatlarni psixodiagnostika va psixokorreksiya qilish qonuniyatlarini chuqurroq, aniqroq va ob’ektiv ravishda tadqiq etish uchun izchillik bilan quyidagi psixologik metodlardan foydalanishni maqsadga muvofiq deb baholadik.

1. Bizga sportchilarning xavotirlanish darajasini aniqlash imkoniyatini berdi. Xavotirlanish– stressni birinchi bosqichi bo‘lib, sportchi uchun ahamiyatsiz bo‘lgan vaziyatlarda qattiq bezovtalanish yoki qo‘rqish holatida ichki psixologik komfortning buzilishida ifodalanadi. Mashg‘ulot jarayoni bilan bog‘liq ravishda paydo bo‘luvchi xavotir juda ham o‘tkir bo‘lmasada, chuqur va uzoq davom etuvchi, shu bilan bir qatorda turg‘un bo‘ladi. Bu metodika yuqori darajali xavotirli sportchilarni aniqlab ularni psixokorreksiya qilish va profilaktik usullar yordamida kerakli darajadagi me’yoriy xavotirlanish darajasiga keltirishga imkon beradi.

Sportchilarda xavotirlanish o‘yindan oldin va o‘yinda keyingi xavotirlanish darajasi o‘zgaruvchanligi, xavotirlanish jarayonida o‘zini o‘zi nazorat qilish, kuchli emotsional holatdan uzoqlashish, xavotirlik sportchi shaxsining xatti-harakatlarida anomal holatlarni keltirib chiqarishi kabi muhim xususiyatlarni o‘rganishga mo‘ljallangan metodlardan foydalanildi.

2. Shaxsning umumiy xususiyatlari shaxsning o‘ziga xos bo‘lsa, maxsus xususiyatlari esa turli vaziyat bilan bog‘liq holatlarni namoyon etadi. Bu erda

vaziyat tushunchasini faqat uning tashqi tavsifi bilan ta'riflash noo'rin bo'ladi, uning motivi, munosabati va shaxs bahosi kabi ichki tarkibiy qismlarini ham e'tiborga olish zarur. Real borliqdagi barcha vaziyatlarni tasniflab bo'lmaydi, lekin ichki va tashqi parametrlarning barqaror birlashishini belgilovchi vaziyatlar mavjud. Shaxsning maxsus xususiyatlari sportchi faoliyatida aniq ko'rinadi. Ular sportchining mashg'ulot va musobaqalarda qatnashishi jarayonida shakllanadi. Bu jihat to'rtta asosiy tipga ajratiladi:

1-Tip. Musobaqada emotsional barqarorlik – sportchi shaxsining maxsus xususiyati sifatida juda muhim hisoblanadi, chunki stressorlar shaxsning emotsional olami orqali harakat qiladi. Shu sababli emotsional barqarorlik psixik barqarorlik kabi keng talqin qilinadi. Bu xususiyatning asosiy parametri musobaqa jarayonida vaziyatlar emotsional bahosi adekvatligi bilan emotsional reaksiyalar mutanosibligi hisoblanadi.

Ijobiy tomoni: musobaqada nisbatan teng emotsional fon namoyon bo'ladi, tashqi voqealar ongli ravishda va oqilona baholanadi; emotsiyalarga aql bilan yondashiladi va belgilangan harakat rejasiga qarshi bo'lmaydi; emotsiyalar start oldi holat va musobaqa vaqtidagi kuch-quvvatni optimal darajada boshqaradi.

Salbiy tomoni: musobaqada emotsional fonning yuqori darajada pasayishi kuzatiladi. Tashqi voqealar kuchli emotsional reaksiyalar uyg'otadi; emotsiyalar sport faoliyatini aql bilan yondashilganiga teskari ravishda boshqaradi; asabiylashish va energiyani irratsional ravishda yo'qotish, oqibatda oldindan charchash va so'nish holati kuzatiladi.

2-Tip. Sport faoliyatida o'zini boshqarish – sportchining emotsional, harakatga keltiruvchi va ichki funksional jabhalarida bo'ladigan o'zgarishlarni erkin boshqara olish qobiliyatida, musobaqada o'zining hatti – harakatini nazorat qilish mahoratida namoyon bo'ladi. Sport faoliyatida o'zini boshqarishning aniq namoyon bo'lishi doimo o'ziga xos bo'lib, faoliyat va muhitning qanchalik uyg'unlashuvi bilan bog'liq. Shuning uchun o'ziga xos usullardan doimiy foydalanish orqali mustaqil maxsus xususiyat rivojlanadi. Bu sport faoliyatida yaqqol namoyon bo'ladi.

Ijobiy tomoni: musobaqa boshlanishidan oldin, tanaffusda va musobaqa mobaynida o'zini erkin tayyorlay olish; o'z faoliyatini erkin rejalashtira olish, belgilangan rejaga aniq amal qilish, o'z hatti– harakatini yaxshi nazorat qila olish; zarur bo'lganda tashqi vaziyatdan chalg'iy olish, fikrlarni bir joyga to'play olish.

Salbiy tomoni: o'zini yaxshi tayyorlay olmaslik va emotsiyalarni boshqara olmaslik; o'z faoliyatini aniq rejalashtira olmaslik, belgilangan rejaga rioya qilolmaslik, o'z hatti – harakatini etarli darajada nazorat qila olmaslik; tashqi vaziyatdan chalg'iy olmaslik, fikrlarni bir joyga to'play olmaslik xarakat va usullarada aniqlikning etishmasligi va boshq.

3-Tip. Musobaqa motivatsiyasida sportchini musobaqaga to'liq safarbar etuvchi ichki uyg'otuvchi kuch aks etadi. Sport faoliyatining o'ziga xosligi sportchining motivatsion sferasiga asosiy talabni qo'yadi. Musobaqada omad–motivlarning umumiy intensivligi, omadga erishish va omadsizlikdan qochish motivatsiyalarining o'zaro aloqadorligi, asosiy talab va qiziqishlarning barqarorligi– umuman, optimal motivatsiyani tashkil qiluvchi motivatsion

ko‘rinishga bog‘liq. Musobaqa motivatsiyasi bu sportchining musobaqa ruhi hisoblanadi.

Ijobiy tomoni: maqsad va vazifalarni aniq qo‘yish; hohish va emotsional kuch bilan musobaqaga chiqish, o‘z kuchini to‘liq namoyon etish; qiyin vaziyatlarda o‘zini faollashtira olish.

Salbiy tomoni: o‘z maqsad va vazifalarini past darajada anglash; musobaqaga emotsional kuchsiz, so‘lg‘in holatda chiqish, o‘z kuchini to‘liq namoyon etolmaslik; oddiy vaziyatlarda diqqatning pasayishi va tarqoqlashuvi.

4-Tip. Barqarorlik – to‘siqlarga chidamlilik – odatiy, keskin bo‘lmagan vaziyatlarda funksional holat va harakatga keltiruvchi komponentlarning barqarorligini, sportchining ichki va tashqi olamiga turli xil to‘siqlarning ta’sir darajasini belgilaydi. Bu xususiyatning asosiy tashkil etuvchi tarkibi keskin vaziyatlarda amalga oshirilishi kerak bo‘lgan hatti–harakatlar tizimining qaysi darajada shakllantirilganligidir.

Ijobiy tomoni: jismoniy va psixologik jihatdan sport formasida bo‘lish, sport texnikasida ichki ikkilanishlarning yo‘qligi; kutilmagan noqulay holatlar musobaqa natijasiga ta’sir o‘tkazmaydi; o‘ziga ishonch yuqori darajada.

Salbiy tomon: sport formasida bo‘lmaslik, sport texnikasida etarlicha tez ikkilanishlar borligi; kutilmagan noqulay holatlar musobaqa natijasiga ta’sir etishi, o‘ziga ishonchning kamligi.

Ushbu metodika sportchining musobaqa jarayonida maxsus xususiyatlarini va stress faktorlarga ta’sirchanlik darajasini o‘rganish imkoniyatini beradi.

3. Psixologik tadqiqotlarda eng ko‘p ishlatilayotgan va shaxsning psixologik xususiyati va hissiy holatlarini ochib berishga yo‘nalgan sportchining o‘yin vaqtida muloqotga tez kirishib ketishini, o‘zini jamoada yaxshi his qilishi va shaxslararo munosabatini (ekstravert), o‘z ichki kechinmalarini yashira olishini (introvert), hissiy barqarorlik-beqarorlik xususiyatlari ifodasini, musobaqa jarayonida bezovtalik, salbiy emotsional holatlarga moyillik borligini, asabiy taranglik (neyrotizm)ni o‘rganuvchi test metodlaridan foydalanildi (foydalanilgan test metodikalari ilovada berildi).

4. Eksperiment metodi. Eksperiment metodi insonlarning ichki olamini, shunga asoslangan emotsional munosabat tizimini va o‘zini o‘zi boshqarishini (xususan sport faoliyatida) o‘rganishda eng muhim metodlardan hisoblanadi. Eksperiment metodi yordamida sportchilar shaxsi shakllanishidagi eng muhim omillar va shart-sharoitlarni aniqlash, ularni ob’ektiv baholash, barkamol va sog‘lom yoshlarni tarbiyalashning zarur imkoniyatlarini yaratish mumkin. Eng muhimi, sportchilarning musobaqa jarayonida stressni nazorat qilish, boshqarish, salbiy kechinmalarni engish va bartaraf etish bilan bog‘liq qonuniyatlarni, zarur mexanizmlarni eksperiment metodi yordamida o‘rganish maqsadga muvofiq.

Eksperiment metodi tabiiy va laboratoriya turlariga ajratiladi. Tabiiy sharoitda sportchilarga xos emotsional holatlar, xususan stress yoki affekt holati o‘rganilayotganligidan sportchilar bexabar bo‘lishi, ularga berilayotgan bilim va topshiriqlar maqsadga muvofiqlashtirilishi lozim. Laboratoriya eksperimenti ko‘pincha individual shaklda, oshkora ravishda, hatto asboblardan, apparatlardan foydalangan holda o‘tkaziladi.

Eksperiment metodi aniqlovchi, tarkib toptiruvchi va nazorat qismlarga bo‘linadi. Eksperimentning aniqlovchi qismi yordamida o‘rganilayotgan muammoning hozirgi holati, darajasi aniqlanadi, lekin eksperimentator sportchi-respndentlarga o‘z ta‘sirini o‘tkazmaydi. Tarkib toptiruvchi eksperimentda esa ularning emotsional holati o‘zgarishi, unga ta‘sir etgan ob‘ektiv va sub‘ektiv omillar, uni keltirib chiqaruvchi fiziologik-psixologik sabablar va shart-sharoitlar hamda boshqa xususiyatlar aniqlanadi. Hozirgi eksperiment metodikalaridan foydalanish individual, guruhiy va jamoaviy ravishda amalga oshirilishi mumkin. Nazorat eksperimentida tarkib toptiruvchi eksperimentda shakllantirilgan usullar, vositalar, yo‘l-yo‘riqlar, ko‘chish va muammoni echish hamda unga bo‘lgan munosabatni tezkorlik darajasini aniqlash uchun mantiqiy va emotsional qo‘zg‘aluvchanlikni vujudga keltiruvchi topshiriq beriladi. Nazorat eksperimentini o‘tkazish orqali tarkib toptiruvchi eksperimentning samarasi, izlanuvchining shaxsiy hissassi o‘lchanadi. Uchinchi qismda sportchilarga yordam yoki maslahat berish mutlaqo man etiladi.

5. Kuzatish metodi orqali sportchilardagi o‘zini o‘zi baholash, jamoadoshlari va o‘z tengqurlari bilan shaxslararo munosabatidagi o‘zgarishlar, emotsional nizolarni ko‘zga tashlanish holatlari o‘rganiladi. Shu bilan birgalikda o‘yin yoki mashg‘ulot paytida yo‘l qo‘yilgan kamchiliklar va o‘zaro kelishmovchilik holatlari ham kuzatiladi, shunga ko‘ra zarur shart-sharoitlar tashkil etiladi.

6. Statistika metodi. Aniqlovchi, tarkib toptiruvchi va nazorat eksperimentlaridan to‘plangan yoki yig‘ilgan ma‘lumotlar matematik-statistik qayta ishlash, ya‘ni empirik ma‘lumotlarning ishonchlilik va validlik darajasini aniqlash, miqdoriy ma‘lumotlarni statistik tahlili asosida maxsus kompyuter dasturi yordamida korrelyatsion yaqinlikni aniqlash usullaridan, natijalarning o‘rtacha arifmetik qiymati va dispersiyani topish formulalaridan (Styudentning– t muqarrarlik mezoni, Pirsonning korrelyatsiya koeffitsientiga oid formulalardan) foydalanildi.

Tadqiqotda qo‘llanilgan metodikalar o‘zining ob‘ektiv va ishonchliligi bilan o‘rganilishi kerak bo‘lgan muammoni echimini topishga xizmat qilishi bilan muhim ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar:

1. Abdurasulov R.A. O‘quvchi shaxsini shakllantirishda sport mashg‘ulotlarining o‘rni. Monografiya. –Toshkent.: Fan va texnologiya. 2013. -68-76 b.
2. G‘oziev E. G‘., Jabborov A. M. Faoliyat va xulq-atvor motivatsiyasi. –T.: 2003. -124 b.
3. Gazieva F.E, Sportda guruhiy jipslik shakllanishi va rivojlanishining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari:Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori(PhD) ilmiy darajasini olish uchun tayyorlangan dissertatsiya avtoreferati. –Toshkent.: 2019. -16 bet.
4. Samarov R.S. Shaxs va stress. O‘quv-uslubiy qo‘llanma. –Toshkent, 2004. – 40 b.
5. Илин Е.П. Психология спорта. Санкт-Петербург. Питер. 2008 г.

6. Мирошникова Р.В. Развитие быстроты действий в процессе подготовки . Футбол: Структура соревновательной деятельности и критерии её эффективности в футболе. /Учебно-методическое пособие, Краснодар, 1993. – 28 с.
7. Пуни А.С. О диагностике состояния психической готовности спортсмена к соревнованию//Психологическая подготовка спортсменов различных видов спорта к соревнованию. - М.: ФиС. -1998. -10 с.
8. Ханин Ю.Л. Психология общения в совместной деятельности// Автореф.докт.дисс. Л.-1986.

SHAXSDAGI TURLI MAQSADLAR YO‘LIDA AGRESSIV XULQ- ATVORNING NAMOYON BO‘LISH BELGILARI

Yuldashev Sanjar Ruzimurodovich, PhD

Nizomiy nomidagi TDPU «Amaliy psixologiya» kafedrasi dotsenti v.b.,

Maxmutboyev Rustam Sherzod o‘g‘li

Magistratura bo‘limi Psixologiya (kasbga yo‘naltiruv psixologiyasi)

yo‘nalishi 1-bosqich talabasi

Agressiya deganda o'zingizga, boshqalarga yoki atrofdagi narsalarga jismoniy va psixologik zarar yetkazishi mumkin bo'lgan bir qator xatti-harakatlar tushuniladi. Agressiya boshqa odamga jismoniy yoki ruhiy zarar yetkazish yoki zarba berishga qaratilgan holat.

Ko‘plab psixologlarning fikriga ko‘ra agressiyaga berilgan eng to‘g‘ri ta’rif deb «agressiya – boshqa tirik jonzotga u buni istamagan vaziyatda haqorat, ustidan kulish, ruhiy yoki jismoniy ziyon yetkazishni maqsad qilib qo‘ygan fe‘l-atvorning har qanday shakli», qabul qilingan. U agressiyaga emotsiya, motiv yoki ko‘rsatma sifatida emas, balki fe‘l-atvor modeli sifatida qarashni ya‘ni xulqning bir ko‘rinishi sifatida qarashni taqozo etadi. “Agressiya” atamasi ko‘p hollarda g‘azab va nafrat kabi salbiy his-tuyg‘ular, haqorat qilish va ziyon yetkazish kabi motivlar, hatto irqiy, etnik va gender kamsitishlar bilan assotsiatsiyalanadi.

Ba’zida biz o'zimizni agressiv his qilishimiz mumkin bo'lsa-da, agressiya keng tarqalgan yoki ekstremal bo'lib qolaveradi, bu psixologik nosog‘lomlik, giyohvand moddalarni iste'mol qilishga qaramlik yoki boshqa tibbiy muammoning belgisi bo'lishi ham mumkin.

Agressiya turli maqsadlarga xizmat qilishi mumkin, jumladan:

- G'azab yoki dushmanlikni ifodalash
- Hukmronlikni tasdiqlash
- Qo'rqitish yoki tahdid qilish
- Maqsadga erishish
- Egalikni ifodalash
- Qo'rquvga javob berish
- Og'riqqa reaksiya
- Boshqalar bilan raqobatlashish

Biz o'zimizda yoki atrofdagilarda agressiya mavjudligini payqasak uning qaysi maqsad yo'lida xizmat qilayotganligini aniqlashimiz agressiyani kamaytirishga yoki so'ndirishga asosiy turtki bo'ladi.

Shaxs xatti-harakatlarida boshqalarga yoki aniq bir shaxsga nisbatan ko'rsatilayotgan hamda uning yuzida yaqqol seziluvchi emotsiyalar bilan ajralib turuvchi holat g'azab yoki dushmanlikni ifodalovchi agressiyadir. Ushbu holatda insoning nigohlari bir tomonga yo'naltiriladi, jag' mushaklari faollashadi, muskullarda tonuslilik kuchayadi, qo'llar musht bo'lib yig'iladi.

Ovoz to'ning noadekvat tarzda ko'tarilishi, atrofdagi shaxslarni o'ziga qaratishga intilish, namoyishkorona xulq-atvor bilan birgalikda oila a'zolariga yoki atrofdagilarga buyruq ohangida gapirish bularning hammasi hukmronlikni tasdiqlovchi agressiv holatlardir. Ushbu holatda siz atrofdagilar bilan ishonchli munosabatlarni yo'qotishingiz hamda ittifoqchilaringizdan ayrilishingiz, oilangizning qo'llab-quvatlashlaridan mosuvo bo'lishingiz mumkin.

Kuch ishlatish yoki biror insonga qarshi audio va video materiallar orqali o'z maqsadiga erishish holati qo'rqitish yoki tahdid qilishga xizmat qiluvchi agressiyadir. Amaliy tajribadan kelib chiqadigan bo'lsak, bu kabi holatlar hozirgi kunda yoshlar orasida, ayniqsa, keng tarqalgan bo'lib turli video va fototasvirlarni ro'kach qilgan holda jinsiy mayllarni qondirish maqsadida qo'rqitish va tahdid qilish holatlari uchramoqda. Bu kabi vaziyatlarda jabrlanuvchi kuchli stress bilan birgalikda autoagressiya holatlarini ham boshidan kechirishi va natijada o'ziga nisbatan jismoniy va psixologik zarar yetkazishi mumkin.

Maqsadga erishish yo'lidagi turli to'siqlar va qiyinchiliklar hamda shaxsning tanqidiy fikrlarga nisbatan bardavom tura olmasligi natijasida unda agressiv holat kuzatilishi mumkin. Tinimsiz mehnat hamda jismoniy va madaniy hordiqning yetishmasligi, to'yib uxlamaslik fikrning doimiy tarzda bir tarafga kuchli yo'naltirilganligi shaxsda agressiv holatning kuchayishiga olib keladi. Bundan tashqari maqsadga erishish yo'lidagi muvaffaqiyatsizlik natijasidagi frustratsiya holati ham agressiyani keltirib chiqaradi. Bunda shaxs jizzakilik, serjahllik hamda boshqalarni eshtishni xohlamaslik holatlarini namoyish etadi.

Yaqqol misol qilib bolalarni olish mumkin. Ularning onasi yoki otasiga biror kim kelib qattiqroq gapirsa yoki birozgina turtinib qo'ysa, bolalar ota-onasini o'ziga tegishli ekanligini ko'rsatish maqsadida darhol tashqi javob reaksiyasini agressiv holatda qaytaradi. Reaksiya davomida g'azab emotsiyasi yaqqol ko'zga tashlanishi, bola baqirishi yoki yig'lashi mumkin. Kattalar bilan ham deyarli o'xshash holatlar ifodalanishi ovoz to'ning ko'tarilishi va emotsiyalarning yaqqol ko'zga tashlanishi bilan xarakterlanadi.

Inson miyasi qo'rquvga uch xil tarzda reaksiya bildiradi uning markazi esa bodomsimon bez bo'lib u yuqoridagi signaldan birini tanlashga mas'uldir ammo buni biz ongli tarzda boshqarolmaymiz. Qo'rquv vaqtida qorachiqlar kengayadi tayyor energiya manbai gulikoza qonga chiqariladi, buyrak usti bezlari esa adrenalini garmonini ishlab chiqaradi, mushaklar taranglasahdi va tanadagi tuklar ko'tariladi. Birinchisi, qochish bo'lib inson qo'rquv obyektidan yoki voqea sodir bo'lgan joydan darhol qochib ketadi. Ikkinchisi, qotish yoki stupor deb nomlanib, bu holatda miyamiz qo'rquvga nisbatan javob reaksiyasida barcha ehtimoliy

farazlarni ko‘rib chiqadi, ammo eng maqbulini topa olmaganligi uchun shunchaki bir joyda qotishni tanlaydi. Uchinchi esa, hujum bo‘lib biz aynan shu reaksiyada yaqqol ko‘zga tashlanuvchi agressiyani kuzatishimiz mumkin bo‘ladi. Hujum reaksiyasida tanada adrenalini miqdori ortadi, yurak ritmi tezlashadi hamda badanni ter qoplaydi. Olimlarning fikriga ko‘ra, miyada og‘riqning aniq bir markazi haligacha aniqlangani yo‘q. U shunchaki nerv tolalarining tashqi ta‘sirga javobi natijasida yuzaga keladi va bu hollarda og‘riqning darajasiga qarab inson turlicha agressiya bildiradi. Og‘riqqa reaksiyaning passiv ko‘rinishida inson inqillagan ovoz chiqaradi, aktiv reaksiyada esa baqiradi, so‘kinadi, narsalarni sindiradi yoki kimdir bilan urishib, alamini olish uchun bahona qidiradi.

Raqobat – bu ikki tomon yoki guruhlar o‘rtasidagi o‘zaro qarama-qarshi munosabat bo‘lib, unda bir tomonning doimiy hukronligiga olib kelmasdan, aksincha, doimiy ravishda davom etishidir. Boshqalar bilan raqobat qilayotgan yirik tashkilot rahbarlarida kompaniyani va qo‘l ostidagi xodimlarni boshqarish uchun yetarli darajada agressiv xulq-atvorni kuzatish mumkin va bu holat kompaniyaning raqobatbardoshligini mustahkamlab turadi.

Agar siz o‘zingizni agressiv deb bilsangiz, atrofdagilarga ma‘lumot yetkazishning muqobil xatti-harakatlar turlarini ko‘rib chiqish siz uchun juda foydali bo‘ladi. Ko‘pincha insonlar “faqat passiv odamlargina ko‘proq qat‘iy bo‘lishlari kerak”, deb no‘to‘g‘ri xulosalar chiqarishi mumkin. Qat‘iyatlilik va boshqalarni hamda o‘zingizni to‘g‘ri kuzata bilish sizga bevosita insonlar bilan ishonchli va aniq tarzda muloqot qilishga yordam beradi, bu esa natijalarga erishishga, munosabatlarni saqlab qolishga va ikki tomonlama hurmatga olib keladi, agressiyani esa sublimatsiya yo‘li bilan chiqarib tashlash uni oila a‘zolaringizga yoki boshqalarga proeksiya qilganingizdan ko‘ra samarali yechim bo‘lib hisoblanadi.

Adabiyotlar ro‘yxati:

1. Fromm, Erich. *The Anatomy of Human Destructiveness*. New York: Holt, Rinehart & Winston, 1973.
2. Агрессия в подростковом возрасте. – Санкт-Петербург, "Питер", 2007. 2. Бандура А.,
3. Берковиц Л. Агрессия и агрессивное поведение. – Воронеж: "Научная книга", 2004. –С. 80.
4. Лоренц Конрад. Агрессия, или Так называемое зло / Конрад Лоренц; пер. с нем. А. Федорова. – М.: АСТ, 2019. – 416 с.
5. Расулова, Феруза Файзуллаевна. "Психологическая помощь практического психолога в работе с агрессивным ребенком." Молодой ученый 16 (2020): 43-45.
6. <https://gejournal.net/index.php/APJMMR/article/view/2084>
7. <https://tahir-talib-786.medium.com/5-top-ways-how-to-control-aggressive-behaviour-fa640d517169>

O‘SMIRLARDA KASB TANLASH MOTIVLARIGA TA‘SIR ETUVCHI OMILLARNING PSIXOLOGIK TAHLILI

*Mo‘minov Davronjon Marifjon o‘g‘li
FarDU Psixologiya kafedrası o‘qituvchisi*

Bugun hayotimizda o‘smirlarning o‘z qiziqishlari va qobiliyatlariga mos keladigan kasb egasi bo‘lishlari masalasiga bo‘lgan e‘tibor doimo o‘z dolzarbligini yo‘qotmagan. Hozirgi davrga kelib dunyo yoshlarining ish o‘rniga ega bo‘lishi murakkab masalalardan biri sifatida namoyon bo‘lmoqda. Jumladan, YUNISEF xalqaro tashkilotining rasmiy saytida 2021-yil 10-dekabrda chop etilgan ma‘lumotida dunyo bo‘ylab yoshlar bugungi kun mehnat bozori talab qilayotgan bilim va malakalarni egallash imkoniyatiga ega emasligi, 15-24 yosh oraliqidagi yoshlar o‘zlarining kelajakdagi kasbiy imkoniyatlari uchun qanday malaka va ko‘nikmalarga ega bo‘lishi kerakligini aniqlashtira olmayotganligini ta‘kidlab o‘tilgan [8. 1-2-b]. YUNISEFning GDC platformasidagi 2020-yil 6-maydagi ma‘lumotida dunyoda 15-24 yosh oraliqidagi 621 million insonlar ta‘lim olmayotganligi va ishsizligi, 75 million malakaga ega yoshlar ishsizligi, keyingi o‘n yillikda mehnat bozoriga bir milliard yoshlar kirib kelishi hamda katta miqdordagi yoshlar beqaror va norasmiy mehnatga duch kelishi, deyarli 90% yoshlar rivojlanayotgan davlatlarda yashashi, o‘smirlarning kelajakda ishsizligi o‘spirinlarga qaraganda uch barobar ko‘p bo‘lish taxmini, ishga ega bo‘lgan dunyo yoshlarning 23 % i bir kunda 1,25 AQSH dollaridan kam pul topishiga urg‘u berilmoqda [9. 1-3-b]. Yuqoridagi ma‘lumotlaran kelib chiqib shuni aytish mumkinki yoshlarni kasbga yo‘naltirish masalasi har qachongidan ham dolzarbroqdir.

Bizni o‘rab turgan bu qizg‘in jamiyatimizda o‘smirlar o‘zlarining dunyoqarashlari, sevimli mashg‘ulotlari yoki qiziqishlariga mos keladigan kasbni ko‘proq tanlashadi. Misol qilib oladigan bo‘lsak, o‘smir matematika faniga qiziqsa, u fan, texnologiya, muhandislik yoki matematika (STEM) sohasidagi yuqori darajadagi lavozimlarga qiziqishi mumkin bo‘ladi. Ya‘ni o‘smirlarning qiziqishlari va o‘zlari yoqtirgan mashg‘ulotlari ularning ma‘lum bir kasbni tanlash jarayoniga sezilarli ta‘sir ko‘rsatishi mumkin. Bazan esa o‘smir yoshidagi bolalarning xobbi va qiziqishlari ularning shaxsiy xususiyatlarini aks ettirishi mumkin. Ya‘ni ijodkorlik bolada ustunlik qiladigan bo‘lsa o‘smirni san‘at, dizayn yoki musiqa sohasidagi kasblar o‘ziga jalb qilishi mumkin bo‘ladi.

O‘smirning shu yoshgacha orttirgan amaliy tajribasi, o‘smir uchun sevimli bo‘lgan mashg‘ulot yoki bo‘lmasam manashu mashg‘ulotda ishtirok etish orqali olingan tajriba unda manashu sohadan zavqlanish hissini tuyishga yordam beradi. Bu esa manashu o‘smirga kelajakda shu faoliyat bilan bog‘liq bo‘lgan kasblarni tanlashiga asos bo‘lishi mumkin. Misol qilib aytadigan bo‘lsak, tibbiyotga qiziqqan o‘smir katta ehtimol bilan kasalxonada ishlagan yoki bo‘lmasam o‘z yaqinlaridan bo‘lgan shifokor hodim bilan birgalikda ish jarayonida ishtirok etgan bo‘lishi mumkin, bu esa unga tibbiy sohada yuqori cho‘qqilar haqida o‘ylashiga va shu kasbni egallash uchun jiddiy qaror qabul qilishga yordam beradi. [3. 148-b]

Butun boshli yer yuzidagi yashab turgan jamiki jonzod bor ekan, ularning yashash tarzi ruhiyatiga albatta o'z ta'sirini o'tkazmay qolmaydi. Shunday ekan, o'smirlarning ham o'zlari yoqtirgan kasblarni tanlashlarida ijtimoiy ta'sir katta ahamiyatga egadir. Ya'ni o'smirlarning ota-onalari, qarindoshlari yoki bo'lmasam yaqin do'stlarining egallagan kasblaridan ilhomlangan holatda manashu kasb-hunarni egallashlari mumkin bo'ladi. Ular o'z yaqinlarining ishidagi muvaffaqiyat yoki qoniqishni ko'rishlari va ulardan o'rnak olgan holatda o'z oldiga maqsad qo'yishlari mumkin. Bularni bir nechtasini quyida ko'rib chiqamiz.

O'smirlarning qizg'in hayotining katta qismi maktab yoki litseylarda o'tadi. Shubhasiz mazkur ta'lim maskanida faoliyat yurituvchi o'qituvchi-pedagoglar, kasb bo'yicha maslahat beruvchi maktab psixologlari va boshqa ta'lim xodimlari ham o'smirlarning kasb tanlashiga bilvosita yoki bivosita o'zining ta'sirini o'tkazishi mumkin. Ular o'zlarining shaxsiy tajribalaridan, bilim salohiyatidan kelib chiqib turli maslahatlar berishi, yo'l-yo'riq ko'rsatishi va shu bilan birga o'smirlarga o'z salohiyati va imkoniyatlarini tushunishga, o'zini anglashga yordam berishi mumkin.

O'smirlik davrida ota-onadan ko'ra tengqurlarining ta'sir doirasi kuchliroq bo'ladi. Manashu sabab ham do'stlar va tengdoshlar o'smirlarga turli maslahatlar, tajriba almashish, ularning qiziqishlari va kelajak rejalarini muhokama qilish orqali biror bir kasbni tanlashlarida kuchli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu kabi va shunga o'xshash ta'sirlar tufayli o'smirlar o'zlarining do'stlari yoki ijtimoiy guruhlari orasida mashhur bo'lgan kasbni tanlashga undashlari mumkin.

Ommaviy axborot vositalari va madaniy stereotiplar, ya'ni kino, adabiyot va boshqa madaniy manbalar ham o'smirlar hayotida turli kasblar haqidagi g'oyalarni shakllantirishi mumkin. Ya'ni o'smirning biror bir idialidagi aktyor yoki aktrissa tomonidan ijro etilgan bosh qahramon ro'li o'smirida biror bir kasbga yo'nalishiga asos bo'lishi mumkin. Shu boisdan ommaviy axborot vositalarida berilayotgan ma'lumotlarga e'tiborli bo'lish kelajak avlodni sog'lom muhitda o'sishlariga zamin yaratishimiz mumkin bo'ladi.

Bugun yoshlar hayotiga nazar soladigan bo'lsak ba'zi o'smirlar uchun moliyaviy barqarorlik va daromad salohiyati muhim motivator bo'lib hisoblanadi. Shu boisdan ular yuqori darajadagi maosh yoki bo'lmasam yuqori martabaga ko'tarilish imkoniyatlarini taklif qiladigan kasblarni tanlashlari mumkin. Manashu narsalarni inobatga olgan holda quyida o'smirlarning kasb tanlashlarida o'zining katta ta'siriga ega bo'lgan moddiy tomoni to'g'risida fikir yuritamiz.

Ba'zi o'smirlar o'zlarining moliyaviy majburiyatlarini qo'llab-quvvatlashga majbur bo'lishlari mumkin, masalan, kollej yoki boshqa xarajatlarni to'lash. Ular ushbu xarajatlarni qoplash uchun yetarli daromad keltiradigan kasblarni tanlashlari mumkin. Umuman olganda, moliyaviy imkoniyatlar barqaror moliyaviy kelajak va moliyaviy mustaqillikni ta'minlashga intilayotgan o'smirlarning kasb tanlashiga sezilarli darajada o'z ta'sirini ko'rsatishi mumkin.

Ta'lim va tajriba o'smirlarga turli lavozim sohalari va manashu lavozimning imkoniyatlari haqida ma'lumot olish imkoniyatini beradi. O'qish, amaliy mashg'ulotlar, stajirovka va darsdan tashqari mashg'ulotlar orqali ular turli kasblarni o'rganishlari, qiziqishlarini kashf etishlari va o'zlarining kasbiy

imkoniyatlarini aniqlashlari mumkin. Qolaversa ta'lim va tajriba o'smirlarga tanlagan kasblari uchun zarur bo'lgan ko'nikmalarni rivojlantirishga yordam beradi. Ya'ni o'smirlar o'zlarini o'rab turgan tevarak atrofdagi yangi vaziyatlarga moslashishni, guruh bo'lib jamoada ishlashni, intellektga tayangan holatda muammolarni hal qilishni, muloqot va tashkilotchilik qobiliyatini oshirishni o'rganadilar [5. 137-b].

Ijtimoiy hayotda olingan ta'lim va tajriba o'smirlarga o'z shaxsiyatlarini, qolaversa to'laligicha anglab yetilmagan ba'zi bir qobiliyatlarini yaxshiroq tushunishga yordam beradi. O'quv fanlari, loyihalarda ishtirok etish va murabbiylar ostida ishlash orqali ular qaysi sohalar ustunlik qilishlari va o'sish uchun potentsial borligini aniqlashlari mumkin. Shuningdek ta'lim jarayoni o'smirlarga turli kasbiy sohalaridagi talablar, imkoniyatlar va istiqbollarning haqida kerakli bo'lgan ma'lumotlarni beradi. Ular mavjud variantlarni va mehnat bozorining voqeligini tushunib, kelajakdagi darajalari haqida ongli qarorlar qabul qilishlari mumkin.

Hayotiy maqsadlar va qadriyatlar katta hayotga endigina qadam qo'yayotgan o'smirlarga hayotda ular uchun nima muhimligini aniqlashga yordam beradi. O'smirlar o'zlariga nisbatan yaqin bo'lgan qadriyatlar, qanday maqsadlarga erishmoqchi ekanliklari va qaysi kasb-hunar ularga manashu niyatlariga erishishlarida yordam berishi haqida o'ylashlari mumkin. O'smirlarning hoxish va istaklariga mos keladigan kasb tanlashlari manashu mehnat faoliyatida o'smirlarga o'zlarini yanada uyg'un his qilishlariga yordam beradi. O'z o'rnida manashu hissiyot esa o'smirlarda qoniqish va farovonlik tuyg'usini yaratadi, chunki ular o'zlarining ichki e'tiqodlari, istak va hoxishi hamda maqsadlariga mos keladigan narsalarni qilmoqdalar. Agar tanlagan kasb o'smirning hayotiy maqsadlari va qadriyatlariga mos kelsa, u o'smir hayotida motivatsiya va qoniqish hissining kuchli manbai bo'lishi mumkin. Ya'ni ular o'z ishlariga nisbatan ko'proq qiziqish, mas'uliyat va daxldorlikni his qilishadi, chunki ular buni hayotiy maqsadlariga erishish vositasi deb bilishadi.

Umuman olganda, o'z qiziqishlari va sevimli mashg'ulotlarini tushunish kasb tanlashda qimmatli manba bo'lishi mumkin, o'smirlarga ongli qarorlar qabul qilishda va ularning ehtirolari va qadriyatlariga mos keladigan martaba yo'lini topishda yordam beradi.

Foydalnilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Mirziyoyev Sh.M. "Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib intizom va shaxsiy javobgarli – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak". 2017 y. O'zbekiston matbuot va axborot agentligining "O'zbekiston" nashriyoti matbaa ijodiy uyi.
2. Anvarova D.M., Ergashev P.S. "Kasbga yo'naltirish va kasb tanlash asoslari". –T.: «Fan va texnologiya», 2016, 4-6 b.
3. Aripova N.A., Xolmamatova L.A., Qurbonova N.B. "Kasbiy psixologiya" darslik. Toshkent – 2019., 148 b.
4. Arziqulov D.N. "Kasbiy kamolotning psixologik o'ziga xos xususiyatlari". Avtoref. psixologiya fanlari nomzodi. Toshkent – 2002. 22 b.

5. Asomova R.Z. “Kasb tanlash motivatsiyasi va uning dinamikasi”. Psix.f.n..dis.- T., 2002. -137 b.

6. Бабич О.И. «Профилактика синдрома профессионального выгорания педагогов: диагностика, тренинги, упражнения»/ О.И Бабич -Волгоград: Учитель, 2009 г

7. Saeman, H.(1998, July/August).Survey: Psychologists’ incomes plummet. The National Psychologist, 1-2.

8. <https://www.unicef.org/press-releases/young-people-unable-access-skills-needed-todays-job-market-new-report-says>

9. <https://gdc.unicef.org/resource/youth-unemployment-facts>

YOSHLARDA MAS’ULIYAT HISSINI SHAKLLANTIRISH MUAMMOLARI

*Olimjonov Ortig‘ali Orifjon o‘g‘li
Toshkent Amaliy fanlar Unversiteti
Pedagogika fakulteti Pedagogika-psixologiya
ta’lim yo‘nalishi 2-bosqich talabasi
Ilmiy raxbar: Usmanova Sevara Akmalovna*

Respublikamizda amalga oshirilayotgan islohotlar jamiyat hayotining barcha sohalarini – iqtisodiy, ijtimoiy, siyosiy, ma’naviy, ahloqiy tarmoqlarni qamrab olgan. Shu bilan birga jamiyatda yashayotgan ekan, endi o‘tmishda bo‘lganidan farqli o‘laroq, davlat, jamiyat va shaxs o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlar, o‘zaro aloqalarni sifat jihatdan tamoman yangicha tushunishni taqozo etadi.

Jamiyatimizda amalga oshirilayotgan islohotlar jarayonida yutuqlar bilan birga, turli muammolar ham ko‘payib bormoqda. Shunday muammolardan biri jamiyatimizdagi ayrim shaxslar, ijtimoiy qatlamlarning yangi ijtimoiy-iqtisodiy va siyosiy tuzilmalarga qo‘shilish jarayonida muayyan qiyinchiliklarga duch kelayotganida namoyon bo‘lmoqda. Bu qiyinchiliklar nafaqat jamiyat har bir a‘zosi ijtimoiy-iqtisodiy mavqeining o‘zgarganligi bilan, balki ommaviy ongini o‘zgartirishdek ob‘yektiv zaruratdan ham kelib chiqmoqda.

“O‘zbekiston Respublikasida” yoshlarga oid davlat siyosatining asoslari to‘g‘risida”gi qonunda “yoshlarning jamiyatni, ayniqsa Respublika yoshlari hayotini rivojlantirishga qaratilgan siyosat va dasturlarni shakllantirish hamda hayotga tatbiq etishda bevosita ishtirok etishi”ni taqozo etadi.

Jamiyatimizda yoshlarning ijtimoiy-iqtisodiy hayotda ishtirok etishi uchun har tamonlama rivojlangan siyosiy bilim, demokratik jamiyatdagi qadriyatlar va uning hayot qoidalariga yo‘nalganligi, turli tuman siyosiy vazifalarni bajarish uchun bu qoidalarni o‘zlashtirish, yoshlardan yuqori darajadagi ma’naviy- axloqiy yetuklik va mas’uliyat talab etadi.

Umumiy va maxsus bilimlarga ega, ongli, tafakkuri turli «izm»lardan ozod, zamonaviy dunyoqarashga, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga voris bo‘lgan insonlarga jamiyatni barpo etishga va uni shakllantirishga qodir bo‘ladi.

Yoshlarda bilim, dunyoqarash, e’tiqodning shakllanganligi uning kamolotining asosiy mezoni sanaladi. Bu esa yoshlarning mamlakatimiz sohalarida amalga oshirilayotgan islohotlarni tushunib yetishi va mamlakat rivoji uchun

qanday hissa qo'shini mumkinligini anglab, o'z zimmasidagi mas'uliyatlilikni shakllantirish uchun harakat qilayotganligida ham ko'rinadi.

Demak, mas'uliyat insonning shu obyektga nisbatan yaxshi munosabatda bo'lishi, uni sevishi, qo'riqlashi, kerak bo'lsa yordam qo'lini cho'zishidir.

Yoshlarning jamiyatga nisbatan ijtimoiy faolligini oshirish uchun ularda psixologik bilim, huquqiy madaniyatni o'zlashtirish orqali hayotga, o'zi duch kelayotgan muammolarni yechishga, ijtimoiy-huquqiy institutlar faoliyatiga faol munosabatda bo'lishni taqozo etadi. Hech kim, shu jumladan yoshlarga uni qiziqtirayotgan psixologik muammolarga oid axborotlarni, manbalarni tayyor holda taqdim etmaydi. Yoshlar zarur ma'lumotlarni o'z ixtiyori bilan oladi va uni hayotga tadbiq etish sohasini o'zi belgilaydi.

Bugungi yoshlar ijtimoiy faollik jarayonida duch keladigan qiyinchiliklarni yengishida muhim qiyinchiliklarga duch kelmoqda. Buning sabablari juda ko'p. Avvalo bola oilada shakllanib, bu ko'nikmalarini bog'cha, maktab, kollej (litsey)da shakllantiradi. Shu bilan birga unga atrofdagi muhit ham katta ta'sir etadi. Shuning uchun biz kattalar yoshlar jamiyatda o'z mas'uliyatlarini bilishlari uchun o'rnak bo'lishimiz kerak

Ammo, ayrim yoshlar ijtimoiy faollik mavjud muammolarni hal etish va jamiyatda o'z o'rnini topish, shuningdek, obro'ga ega bo'lishda, insonga sevimli ishi bilan shug'ullanishida yordam beradi, deb hisoblaydilar. Ayni vaqtda agar yoshlar uning pozitsiyasi ko'pchilikni qoniqtirmasa, o'zi uchun qiyinchilik va muammolar keltirib chiqarishi mumkin deb o'ylaydilar.

Shu bilan birga, yoshlar hamma vaqt ham ijtimoiy faollikni namoyon eta olmaydilar. Ular jamiyatda ijtimoiy faol bo'lishni hohlasalar ham, bo'sh vaqt va ixtisoslik uchun olgan bilimlari yetarli emasliklari ularning istaklarini ro'yobga chiqarishda to'siq bo'lib qolmoqda.

Yoshlardagi jamiyatga nisbatan mas'uliyat hissini shakllantirishda ularda barchasi raqamlashgan jamiyat vujudga kelganligi hamda axborotli ijtimoiylashuv muammosi vujudga kelganligi to'g'risida so'z yuritishga imkon bermoqda, siyosiy, huquqiy, axloqiy madaniyat belgilarini shakllantirish va o'z mutaxassisliklarni mukammal o'zlashtirishlari zurrur. Shakllanishi masalasi doim dolzarblik xususiyatiga ega bo'lgan va ko'plab psixolog olimlar tomonidan o'rganilgan.

An'analarimiz va urf-odatlarimiz asosida bolani Vatanga va xalqqa muhabbat, sadoqat, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga hurmat bilan munosabatda bo'lish ruhida tarbiyalash ota-onalar, ta'lim muassasalari va mahallalarning roli kuchaytirish, mustahkam va sog'lom oilani shakllantirish uchun esa zarur sharoitlar yaratish, bolani tarbiyalash jismoniy va ma'naviy rivojlantirishda ona va bolaning rolini kuchaytirish kabi vazifalarni to'liq amalga oshirish ko'zda tutilgan.

Yosh avlod hayotning ko'p qismi oilada o'tadi. Shu boisdan bola turmushining murakkab tomonlari bilan huddi shu jamoada tanishadi. Shuning uchun ham oila jamiyatning muhim bo'g'ini sifatida bolalarning axloqi, yurish turishi, hatti-harakatlari, e'tiqod va dunyoqarashiga tarbiyaviy ta'sir ko'rsatishi hamda ularni turmush qurishga tayyorlab borishi lozim.

Mamlakatimizda oila masalasiga alohida e'tibor berayotganligi bejiz emas, albatta. Yurtimizning porloq ertasining zamini jamiyatimizning asosiy bo'g'ini bo'lishi oilada yaratiladi. Oila shunday muqaddas makonki, unda hayotning davomiyligini ta'minlovchi shaxs shakllanadi, etnik madaniyat, urf-odatlarimiz, ahloqiy -ma'naviy qadriyatlarimiz saqlanadi va rivojlantiriladi, jamiyat taraqqiyotini belgilovchi iqtisodiy va madaniy hayot poydevori qo'yiladi va mustahkamlanadi.

Ma'naviy yetuk oila – ma'naviy yuksak jamiyat tayanchidir. Oila –tarbiya o'chog'idir. Demak oilada ma'naviy va jismoniy barkamol avlodni tarbiyalash masalasi oila yilida amalga oshiriladigan muhim ish yo'nalishlardan biridir.

Yoshlarni milliy mustaqillik ruhida tarbiyalash ularning milliy g'urur, milliy ong va o'z-o'zini anglash, vatanparvarlik tuyg'ularini shakllantirishni taqozo etadi. Bolaga Vatanga mehr g'oyasini singdirish, millat o'tmishiga, uning qadriyatlariga bo'lgan hurmat hissini tarbiyalashdan kelib chiqadi. Ota-onani bolaga, bolani ota-onaga bo'lgan mehr-muhabbati Vatanga bo'lgan muhabbat bilan yo'g'rilgan bo'lishi kerak. Mustaqillik sharoitida oila, oilaviy munosabatlar va oilaviy tarbiyaga yangicha yondashishning mohiyati ham ana shundadir.

Milliy axloq milliy tarbiya natijasida tarkib topadi. Milliy tarbiya negizida oilaviy tarbiya yotadi. Oilaviy tarbiya esa tarixan tarkib topgan xalq pedagogikasiga asoslanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Oila psixologiyasi. Prof. / . Shoumarov tahr. ostida. - T.: Sharq, 2001
2. Davletshin M.G. To'ychieva S.M "Umumiy psixologiya" Toshkent 2002
3. Davletshin M.G. "Yosh davrlari va pedagogik psixologiya". Toshkent 2004
4. Nishanova Z.T., Dusmuxamedova Sh.A. va b. «Yosh davrlari va pedagogik psixologiya»
5. Karimov I.A. O'zbekiston XXI asr bo'sag'asida. Xavfsizlikka tahdid, barqarorlik shartlari va taraqqiyot kafolatlari. Toshkent. O'zbekiston. 1997.
6. G. Berdiyev Boshlang'ich sinf o'quvchilarida shaxslararo munosabatlarning o'ziga xos xususiyatlari (aqliy rivojlanishi sustlashgan bolalar misolida). Psixol. fanl. nomz. avtoreferati. – Toshkent, 2000. - 21 b.
7. G'oziyev Ye. G'. Muomala psixologiyasi. – Toshkent: Universitet, 2001. -140 b.
8. Raximova T. "Istiqlol farzandlarimiz". – T.: 2004 y

PEDAGOGIK MUAMMO SIFATIDA GOSPITAL TA'LIMDA O'QUVCHI SHAXSIGA YO'NALTIRILGAN O'QUV JARAYONINI TASHKIL ETISH

Tursunova Dildora Ziyadulalyevna

*Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi huzuridagi "Mehrli maktab"
davlat ta'lim muassasasi umumiy o'rta ta'limni tashkil etish bo'yicha pedagog
xodim*

Bugungi kunda yoshlarga qaratilayotgan e'tibor ularga bildirilayotgan ishonch kelajakka bo'lgan umidimizning nechog'lik katta ekanligining yorqin namunasidir. Ularning sifatli ta'lim olishiga yaratib berilayotgan shart-sharoitlar esa buning amaldagi isboti desak yanglishmaymiz.

O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining 50-moddasiga muvofiq har kim ta'lim olish huquqiga egadir [O'z. Res. Konstitutsiyasi 2023-yil 30-aprel].

Davlat uzluksiz ta'lim tizimi, uning har xil turlari va shakllari, davlat va nodavlat ta'lim tashkilotlari rivojlanishini ta'minlaydi.

Davlat maktabgacha ta'lim va tarbiyani rivojlantirish uchun shart-sharoitlar yaratadi.

Davlat bepul umumiy o'rta ta'lim va boshlang'ich professional ta'lim olishni kafolatlaydi. Umumiy o'rta ta'lim majburiydir.

Maktabgacha ta'lim va tarbiya, umumiy o'rta ta'lim davlat nazoratidadir.

Bugungi kunda mamlakatimizda har bir sohada keng ko'lamli islohotlar amalga oshirilmoqda. O'z navbatida mazkur islohotlarning salmoqli qismini ta'lim tizimida amalga oshirilayotgan islohotlar tashkil etadi. Ana shunday keng ko'lamli islohotlardan biri 2022-yilning 5-may sanasida Vazirlar Mahkamasi tomonidan qabul qilingan "Bolalar gematologiyasi, onkologiyasi va klinik immunologiyasi markazida davolanayotgan bolalar uchun maktabgacha ta'lim va tarbiya hamda umumiy o'rta ta'lim berish tizimini joriy qilish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qaroridir. Qarorga muvofiq bugun yurtimizda "Mehrli maktab" davlat ta'lim muassasasi tashkil etilgan bo'lib, uzoq muddatli stasionar davolanishga muhtoj bo'lgan bemor bolalarning ta'lim jarayonidan ortda qolmasliklari va o'z tengdoshlari qatori bilim olishlarini ta'minlash hamda ularning ijtimoiy moslashuviga yordam berishdir.

O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining "Gematologiya, onkologiya, klinik immunologiya, boshqa stasionar va uzoq muddatli ambulator davolanishda bo'lgan bolalarga ta'lim va tarbiya berish tizimini yanada kengaytirish chora-tadbirlari to'g'risida" 2023 yil 29-martdagi 134-sonli qarori asosida ushbu maktabning filiallari 2023-2028-yillarda bosqichma-bosqich, biroq har yili kamida 3ta hududda tashkil etilishi ham belgilab qo'yilgan.

Bolalarning davolanishi uzoq muddat talab etadigan kasallikka chalinishi nafaqat bolalar, balki ularning ota-onalari uchun ham noxush holat hisoblanadi. Bola sog'lig'ining yomonlashuvi uning ruhiyatiga bir tarafdin bosim o'tkazsa, boshqa tarafdin bemor atrofidagi kundalik vaziyatning keskin o'zgarishi, tengdoshlaridan ajralib qolishi va kasallik tufayli imkoniyatlarining cheklanib borayotganligi ruhiy tushkunlik holatini keltirib chiqaradi [V.M. 05.05.2022-yildagi 234-son qarori].

Gospital ta'lim uzoq muddat davolanayotganligi sababli maktab yoki bog'chada barcha tengdoshlari bilan birga ta'lim olish imkoniyati cheklangan bolalar o'zlarini to'laqonli his qilishlari uchun ta'lim va tarbiya yo'nalishida o'z faoliyatini olib boradi [Valencia N, Ortega J, Alcocer E. 2019. 28-b]. Bu turdagi pedagogik yordam bolalarning maktab bilan aloqalari uzilib ketmasligining kafolati hisoblanib, davolanish yakuniga yetganidan keyin bolalarning odatiy hayot tarziga oson moslashishida muhim o'rin tutadi [Sextou P. 2021. 17-b].

Mehrli maktab Bolalar gematologiyasi, onkologiyasi va klinik immunologiyasi ilmiy markazida davolanayotgan 18 yoshgacha bo'lgan bolalarni qamrab oladi. Mehrli maktabda tibbiyot muassasasida davolanayotgan bolalar uchun alohida ishlab chiqilgan o'quv reja asosida 1–11-sinflar hajmida umumiy o'rta ta'lim beriladi. Dars mashg'ulotining davomiyligi 30 daqiqani tashkil etadi. Bunda bir kunlik dars mashg'ulotlari yuqori sinflarda 4 soatdan oshmagan holda bo'lib, o'quv haftasi davomiyligi esa 5 kunlik asosida olib boriladi.

Darslar o'quvchining umumiy holatidan kelib chiqib, yakka (individula) tartibda palatada yoki guruh(sinf)da tashkil qilinadi.

Bunda tibbiy-gigiyenik qoidalarga (barcha o'quv jihozlari dizenfeksiya qilinishi, hamma o'quvchilar va o'qituvchida tibbiy niqob bo'lishi, antiseptikdan tez-tez foydalanish va h.k.) to'liq amal etilgan holda dars jarayoni tashkil etiladi. O'quvchilarning stasionar va ambulator davolanishini hisobga olgan holda ular dars mashg'ulotida har xil vaqtda ishtirok etishi mumkin. Shu sababli yoshlari va sinfi bir biriga yaqin bo'lgan o'quvchilar bitta mashg'ulotda qatnashishiga to'g'ri keladi.

Yakka (individual) tarzda dars mashg'ulotini tashkil etish bu – o'quvchining palatasida tashkil etiladigan mashg'ulotdir. Shifokor xulosasi bo'yicha o'quvchi jamoaga chiqishga ruxsat berilmagan holatlarda pedagog xodim uning palatasiga borib darsni tashkil qilishi mumkin. Davolovchi shifokor tomonidan bunday xulosa bolaning umumiy holatidan kelib chiqqan hollarda beriladi. Bunday holatda nafaqat guruhda balki, individual tarzda olib boriladigan mashg'ulotlarda ham pedagogdan tibbiy-gigiyena qoidalariga rioya etish talab qilinadi. O'quvchi yotgan yoki o'tirgan holatda darsda qatnashishi mumkin. Pedagog bolaning yotoq o'rniga o'tirishi mumkin emas. Stul yoki divanga o'tirishi, yoki tik turgan holda dars o'tishi mumkin. Pedagog guruhiy mashg'ulotlarda ham individual tarzda olib boriladigan mashg'ulotlarda ham faqat dizenfeksiya qilish imkoni bo'lgan o'quv qurollaridan (*laminatsiya qilingan didaktik materiallar, planshet, noutbuk, yuzasi metal yoki artiladigan materialdan bo'lgan o'quv qurollari va h.k.*) foydalanishi kerak.

Ba'zan shunday holatlar bo'ladiki, o'quvchi vaqtincha ta'lim jarayonida ishtirok etish mumkin emas. Bolalarni ta'lim jarayoniga jalb etishda har doim albatta davolovchi shifokor xulosasi inobatga olinadi. Bunday xulosa bolaning umumiy ahvolini hisobga olib, uni karantin holatida ushlab turish uchun beriladi.

Maktab pedagoglari tomonidan esa bunday holatda ta'lim jarayonini vaqtincha dars mashg'ulotlarini to'xtatib turishga to'g'ri keladi.

Keyingi holatda bola salomatligining og'irlashganligi sababli reanimatsiyaga tushgan davrida yuzaga keladi. Bunday holatda albatta u ta'lim jarayoniga jalb

qilinmaydi, faqat maktab psixologi agar ehtiyoj sezilsa chiqib bolaning ruhiy-emosional holatini yaxshilashga harakat qilib ko‘rishi mumkin.

Darsning rejasi har bir o‘quvchining imkoniyat va qobiliyatlariga moslashtirilgan holda tarzda tuziladi. O‘quv yili davomida yangi kelgan o‘quvchining asosiy maktabidagi sinf rahbari yoki ota-onasi tomonidan kechikish darajasi aniqlanib dars mashg‘ulotlari olib boriladi.

Bir sinfda birinchi va uchinchi sinf o‘quvchilari bir vaqtda gibrid usulida darsga qatnashadilar. Ikkinchi va to‘rtinchi sinf o‘quvchilari ham xuddi shu tarzda dars va to‘g‘arak mashg‘ulotlariga qatnashadilar.

Kasallik tufayli organizmida noqulayliklar his qilayotgan, toliqqan o‘quvchi boshida o‘qishga uncha ham qiziqish bildirmasligi mumkin. Shunday paytda gospital pedagog “O‘yin terapiya” metodikasidan foydalanib uni ta’limga jalb qila oladi. Bu o‘yinlar ba’zan jamoaviy o‘yinlar bo‘lsa, ba’zida esa yakka holda (individual) o‘ynaydigan bo‘lishi mumkin. Bu albatta pedagogning mahoratiga bog‘liq. Tashqaridan qaraganda bola xuddi o‘yin bilan mashg‘uldek bo‘lib ko‘rinsada, aslida u o‘ynab o‘rganayotgan yoki o‘rganishga qiziqtirilayotgan bo‘ladi. Bunday usul o‘quvchilarda jamoada ishlash, kommunikativlik kompetensiyalarini rivojlantirishda ham katta ahamiyatga ega.

Tibbiyot muassasasida davolanayotgan bola Mehrli maktab ostonasiga ilk qadam qo‘yib boshlang‘ich sinfga qabul qilinganda bolaning faoliyatida o‘yin asosiy o‘rinni egallaydi. O‘yin ularning eng sevimli mashg‘uloti bo‘lib, ular har qanday mashg‘ulotni o‘yin bilan uyg‘unlashtirishga harakat qiladilar.

Shunday ekan, o‘qituvchi o‘quvchi faoliyatidan ularning sevimli mashg‘uloti o‘yinni siqib chiqarmasdan, undan maqsadga muvofiq foydalanish bilan jarayonning samaradorligini oshirishga imkon beradi. Natijada o‘quvchilar o‘yin mazmuniga ko‘ra yangi bilimlarga ega bo‘lishadi.

Boshlang‘ich ta’limning asoslarini ishlab chiqqan taniqli didakt olimlar mustaqil fikrlashga rag‘bat uyg‘otish uchun pedagogik jihatdan ta’sirchan vositalarni izlab topish, o‘quv sharoitiga tatbiq etish zarurligini uqtirgan edilar. Shunga ko‘ra, darslikda ko‘plab jumboqli topshiriq va krossvordlar berilgan. Jumboqli topshiriqlarni yechishda o‘qituvchi o‘quvchilar jamoasining imkoniyatlarini hisobga olishi, ba’zi topshiriqlarni yechishga o‘quvchilarni oldindan tayyorlashi, ya’ni jumboqli topshiriqni kattalashtirilgan nusxasini ko‘rsatib, undagi ba’zi o‘rinlarni izohlashi maqsadga muvofiqdir. Kichik yoshdagi o‘quvchilar jamiyat hayotini o‘yin orqali angelaydilar. O‘yin vaziyatlari ularga ortiqcha tushuntirish va nasihatlersiz xulq-atvor qoidalarini amaliy jihatdan oson, maroqli tarzda o‘rganishga yordam beradi. Kichik yoshdagi o‘quvchilar jamiyat hayotini o‘yin orqali angelaydilar. O‘yin vaziyatlari ularga ortiqcha tushuntirish va nasihatlersiz xulqatvor qoidalarini amaliy jihatdan oson, maroqli tarzda o‘rganishga yordam beradi. [Safarova R. 2021. 96-b.]

O‘yin bolalarni ijtimoiy va ijodiy ishlashga yo‘naltiruvchi hudud hisoblanadi. Jan Jak Russo bola tarbiyasida o‘yinning ahamiyatini ta’kidlab: “Bolalikni seving, uning o‘yin va ermaklariga, murg‘akkina tabiiy tuyg‘ulariga e’tibor bering! Labdan kulgi arimaydigan, qalb shu olamdan to‘xtovsiz huzurlanadigan o‘sha daqiqalarni qay biringiz, axir, sog‘inch bilan eslamaysiz?”

deb yozgan edi. Bolani sho‘xlikdan mahrum qilish uni rivojlanish manbayidan mahrum qilish bilan barobar. Shu ma’noda Jan Jak Russo o‘yin sababli bolada ijodkorlik impulslari ro‘yobga chiqishini uqtirib, bola o‘yin orqali oladigan hayotiy tajribani yuqori baholab: “Agar siz bolalarning sho‘xliklariga yo‘l bermasangiz, unda hech qachon donishmandlarni dunyoga keltira olmaysiz” degan edi [Тафаккур гулшани 1989. 329 b].

Shifoxonaga yotqizilgan bolalar stressni boshdan kechiradi, chunki ular to‘satdan notanish muhitga tushib qoladi, ota-ona va do‘stlar bilan aloqani yo‘qotadi. Bunday vaqtda ertak o‘qish shifoxonada yolg‘izlangan bolalarda og‘riqning subektiv hissini kamaytirishga va stressdan xalos bo‘lishga yordam beradi. Bundan tashqari, ushbu usul har bir ota-ona uchun ham eng qulayidir.

Biz gospital ta‘lim pedagoglari ta‘lim tizimidagi barcha yangiliklar va islohotlardan xabardor bo‘lgan holda faoliyat olib boramiz. Bu bo‘yicha o‘z ustimizda muntazam ishlaymiz va kasbiy mahoratimizni oshirib boramiz. So‘nggi tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, gospital maktablarda o‘qigan o‘quvchilarning 85% i o‘z qiziqishlari va orzulari haqida so‘zlab bergan bo‘lsa, maktabga qatnamagan bemor bolalarning 10 nafardan faqat 2 nafari kelajak rejalari haqida so‘zlab bergan. Bundan tushunish mumkin-ki, mazkur tadqiqot ham gospital ta‘lim va gospital maktabning bemor bolalar hayotida naqadar muhimligini ko‘rsatib beradi.

Boshlang‘ich ta‘limning asoslarini ishlab chiqqan taniqli didaktik olimlar mustaqil fikrlashga rag‘bat uyg‘otish uchun pedagogik jihatdan ta‘sirchan vositalarni izlab topish, o‘quv sharoitiga tatbiq etish zarurligini uqtirgan edilar [Тафаккур гулшани 1989. 329 b].

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, “Mehrli maktab” davlat ta‘lim muassasasi ta‘lim olayotgan bolalarning ota-onalari uchun ham vaqtlarini unumli o‘tkazish va farzandlarining ta‘lim jarayonlarini bevosita kuzatish kabi bir qancha imkoniyatlar eshigini ochib berdi. Bu nafaqat ularning ota-onalari, balki maktab tashkil etilgan shifoxonalardagi barcha tibbiyot xodimlariga ham yangi bilim va ko‘nikmalarni egallash, o‘z bemorlari bilan yaqindan tanishish, ko‘proq tajriba orttirish yo‘lida foydali qadamlardan biri bo‘ldi desak, also mubolag‘a bo‘lmaydi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

- 1.O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi. 2023-yil 30-aprel.
- 2.O‘zbekiston respublikasining ta‘lim to‘g‘risidagi qonuni 2020-yil 23-sentabr, O‘RQ-637-son.
- 3.O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 05.05.2022-yildagi 234-son qarori
- 4.O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 29.03.2023-yildagi 134-son qarori
5. J. Wang, B. Lloyd-Evans, D. Giacco, et al. Social isolation in mental health: a conceptual and methodological review. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol, 52 (2017), pp. 1451-1461. Интернет ресурс: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00127-017-1446-1>
6. N. Valencia, J. Ortega, E. Alcocer, “HOSPITAL PEDAGOGY: A SPACE OF LOVE AND RECOGNITION FOR THE ONCOLOGICAL PEDIATRIC

PATIENT” Texto & Contexto Enfermagem 2019, v. 28: e20180112. ISSN 1980-265X DOI Интернет ресурсы: <http://dx.doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2018-0112>.

7. Sextou P. Theatre in paediatrics: Can participatory performance mitigate educational, emotional and social consequences of missing out school during hospitalisation?. Research in drama education: the journal of applied theatre and performance. 2021; 1-17. Интернет ресурсы: <https://doi.org/10.1080/13569783.2021.1940914>

8. Alifbe Metodik qo‘llanma [Matn] : o‘qituvchilar uchun metodik qo‘llanma / R. Safarova [va boshq.]. – Toshkent : Respublika ta’lim markazi, 2021. – 96 b.

9. Тафаккур гулшани. – Т.: Ғ.Ғулом номидаги Адабиёт ва санъат нашриёти, 1989 йил – 463 б.

Z.FREYD, B.SIKNER, A.MASLOU K.RODJERSLAR TOMONIDA SHAXS PSIXOLOGIYASIGA BERILGAN YONDASHUVLARI VA FENOMEN JIHATDAN O‘RGANILISHI

Alimova Umida Raxmatillayevna

Nizomiy nomidagi TDPU “Amaliy psixologiya” kafedrasida o‘qituvchisi

Abduvakilova Muxayyo Abdusamad qizi

Nizomiy nomidagi TDPU “Amaliy psixologiya” yo‘nalishi 3-kurs talabasi

«Shaxs» tushunchasi psixologiyada eng ko‘p qo‘llaniladigan tushunchalar sirasiga kiradi. Psixologiya o‘rganadigan barcha fenomenlar aynan shu tushuncha atrofida qayd etiladi. Inson ruhiy olami qonuniyatlari bilan qiziqqan har qanday olim yoki tadqiqotchi ham shaxsning ijtimoiyligi va aynan jamiyat bilan bo‘lgan aloqasi masalasini chetlab o‘tilmagan.

Zamonaviy psixologiyada shaxsni o‘rganishning eng muhim xususiyatlarini ajratib ko‘rsatilgan:

-shaxs fenomenologiyasining boyligi inson individual xususiyatlarining xilma xilligini ifodalanishi (ustanovok, qirralari, ehtiyojlar, emotsiyalar, qadriyatlar va boshq.) kiradi shunday qilib bilish sohasini o‘rganish bilan bog‘liq;

-shaxs fanlararo o‘rganiladigan muammo bo‘lib, ushbu tushunchani keng bilimlar sohasi tavsiflaydi. Uning alohida xususiyatlarini faqat psixologiya emas, balki falsafa, tarix, sotsiologiya va boshqa fanlar o‘rganadi;

-tadqiqot yo‘nalishida shaxs bir xil nizomga ega emas, u ham tadqiqot ob‘ekti, ham tadqiqot sub‘ekti bo‘lishi mumkin.

-shaxs psixologiyasi predmeti ijtimoiy aloqalar va munosabatlarda namoyon bo‘lishi va shakllanishini shartlovchi, xatti-harakat va harakatlarini belgilab beruvchi, ichki holatlari va psixik jarayonlarini tartibga soluvchi va shartlovchisidir.

Shaxs, mohiyatiga ko‘ra, madaniylashgan, ong, aql orqali faoliyatini boshqarish imkoniyatiga ega bo‘lgan, ijtimoiy-tarixiy an‘ana, turmush tarzi va tajribaga asoslangan muayyan avlodlar vakili. Shaxs fenomeni inson olamining butun murakkabliklarini o‘zida mujassam etadi. Uni har tomonlama o‘rganish

maqsadida turli davrlarda tadqiqot olib borilgan. Ayniqsa, sharqda u yuksak axloqiy-ma'naviy me'yorlar orqali tushunilgan va oliy xilqat, bebaho qadriyat deb hisoblangan. Inson shaxs sifatida komillikka intiladi, hayot mazmunini boyitadi, shu asosda kishilik jamiyatining go'zal va farovon bo'lishiga ehtiyoj sezadi.

Shaxsning eng muhim xususiyatli jihatlaridan biri - bu uning individualligidir, ya'ni yakkaholligidir. Individuallik deganda, insonning shaxsiy psixologik xususiyatlarining betakror birikmasi tushuniladi. Individuallik tarkibiga xarakter, temperament, psixik jarayonlar, holatlar, hodisalar, hukmron xususiyatlar yig'indisi, iroda, faoliyatlar motivlari, inson maslagi, dunyoqarashi, iqtidori, har xil shakldagi reaksiyalar, qobiliyatlari va shu kabilar kiradi. [Hemov P.C 2003, 45 b]

Zigmund Freydning psixoanalitik nazariyasi shaxs sohasida sezilarli ta'sir ko'rsatdi. Freydning fikriga ko'ra, shaxs uchta tuzilishdan iborat: id, ego va superego. Id — tabiiy instinktlar va asosiy istaklarning manbai. Ego haqiqat bilan kurashish va instinktlarni muvozanatlash uchun rivojlanadi. Super-ego ijtimoiy me'yorlar, axloqiy qadriyatlar va ichki vijdonni ifodalaydi. Freyd shuningdek, bolalik shaxsiyat rivojlanishida katta rol o'ynaydi, deb ta'kidlaydi. Psixoanalitik nazariya ongsiz jarayonlar va ichki ziddiyatlarga e'tibor qaratadi va shaxsiyat qurilishini tushuntirish uchun ishlatiladi. [M. E. Zufarova 2010, 145 b]

Xulq-atvor nazariyalari shaxsiyatni o'rganish va atrof-muhit omillari nuqtai nazaridan tushuntiradi. Shaxsning muhiti va tajribasi shaxsiyat xususiyatlarini belgilovchi asosiy omillardir. Shaxs shaxsning mukofot va jazo jarayonlari, motivatsiya va o'rganish orqali rivojlanadi. Xulq-atvor nazariyalari kuzatilishi mumkin bo'lgan xatti-harakatlar va tashqi ta'sirlarga qaratilgan. Masalan, B.F. Skinnerning operant konditsionerlik nazariyasi shaxsning xulq-atvori uning oqibatlariga qarab shakllantirilishini taklif qiladi.

Gumanistik nazariyalar shaxsning potentsialini, shaxsiy o'sish va amalga oshirish zarurligini ta'kidlaydi. K. Rojers va A. Maslou gumanistik nazariyalarning yetakchi namoyandalaridir. Ushbu nazariyalarga ko'ra, u o'z-o'zini amalga oshirish, individual o'sish va ijobiy o'zini o'zi kontseptsiyaga qaratadi. Gumanistik yondashuv shaxsning rivojlanishini tushunishda muhim rol o'ynaydi, shaxsning ichki motivatsiyasi va o'zini o'zi anglashiga urg'u beradi. [Sh.R. Baratov 2010, 210 b]

Xulosa qilib aytganda, shaxs tushunchasi murakkab va ko'p qirrali bo'lib, inson fikrlari, his-tuyg'ulari va xatti-harakatlarining birikmasidir. Shaxs irsiy va atrof-muhit omillari ta'sirida shakllanadi va shaxsning o'ziga xosligini ifodalaydi. Psixoanalitik, xulq-atvor va gumanistik yondashuvlar shaxsning yetakchi nazariyalaridir. Ushbu nazariyalar shaxsiyat tuzilishini tushunish va tushuntirish uchun turli nuqtai nazarlarni taklif qiladi. Shaxsiyat nazariyalari odamlarga o'zini va boshqalarni tushunishga yordam beradi va inson xatti-harakatlarining xilma-xilligini tushuntirish uchun muhim vositadir. Shaxs tushunchasi psixologiyaning muhim yo'nalishi bo'lib, doimo o'rganilib, rivojlanib borilmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. "Umumiy psixologiya "M. E. Zufarova O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti Toshkent - 2010

2. “Psixologiya nazariyasi va tarixi” Sh.R. Baratov, L.Y. Olimov, O.R. Avezov O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti Toshkent - 2010

3. Общая психология Маклаков А.Г ПИТЕР Санкт-Петербург Москва • Харьков • Минск 2001

4. Общая психология Немов Р.С. Рекомендовано Министерством образования Российской Федерации в качестве учебника для студентов высших педагогических учебных заведений Москва ГУМАНИТАРНЫЙ h 2003

PSIXOLOGIYA YO‘NALISHI TALABALARIDA KASBIY KOMPETENSIYA

Sadikova Umida Botirovna

*Ma'mun universiteti “Psixologiya va tibbiyot”
kafedrasi dots v.v.b. (PhD) o‘qituvchisi*

Respublikamizda so‘nggi yillarda ta’lim sifatini oshirish, talaba-yoshlarda kasbiy sifatlarni rivojlantirish va yuksak bilim va iste’dodni shakllantirishga qaratilgan islohotlarning ustuvor yo‘nalishlari belgilanib, zarur huquqiy-me’yoriy asoslari yaratildi: «Yoshlar uchun ochiq va sifatli o‘qitish tizimini qaror toptirish, ta’limning barcha bosqichlarida yoshlarning mukammal bilim olishini ta’minlash, iqtidorli va iste’dodli o‘quvchilarni qo‘llab-quvvatlash hamda rag‘batlantirish» muhim vazifalar sifatida belgilanganligi mazkur muammoni tadqiq etishga zarur asos bo‘la oladi.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son «2022-2026 yillarga mo‘ljallangan Yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to‘g‘risida», 2021 yil 13 iyuldagi PF-6260-son «Yoshlarni har tomonlama qo‘llab-quvvatlash va ularning ijtimoiy faolligini yanada oshirishga oid qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida», 2020-yil 6-noyabrdagi PF-6108-son «O‘zbekistonning yangi taraqqiyot davrida ta’lim-tarbiya va ilm-fan sohalarini rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida»gi Farmonlari, 2018-yil 19-apreldagi PQ-3674-son «O‘zbekiston Respublikasi innovatsion rivojlanish vazirligi huzurida ilg‘or texnologiyalar markazini tashkil qilish to‘g‘risida» Qarori, O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019-yil 7-iyundagi 472-son «Psixologiya sohasidagi kadrlarni tayyorlash tizimini yanada takomillashtirish va jamiyatda huquqbuzarliklarning oldini olish chora-tadbirlari to‘g‘risida» Qarori hamda sohaga oid boshqa me’yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan keng ko‘lamli strategik chora-tadbirlarni amalga oshirishda ushbu dissertatsiya ishi muayyan darajada xizmat qiladi.

Mutaxassisning «Faoliyat modeli» maxsus me’yoriy hujjatda - malaka talablarida, ya’ni oliy ta’lim muassasasi bitiruvchisining kasbiy tayyorgarlik darajasiga qo‘yiladigan talablarda aks ettiriladi. Shuningdek, mutaxassisning egallashi lozim bo‘lgan malaka talablari mutaxassis-kadrlar tahsil olayotgan muassasalar, tashkilotlar, korxonalar vakillaridan iborat komissiya a’zolari tomonidan taklif etiladi. Unga ko‘ra davlat ta’lim standartlariga muvofiq tegishli mutaxassisliklar bo‘yicha kasb-hunar va oliy o‘quv yurti bitiruvchilariga

qo'yiladigan malaka talablari asosida o'quv dasturlari va o'quv rejalari ishlab chiqiladi.

Psixolog uchun zarur bo'lgan loyihalash qobiliyatlari tizimini ajratib ko'rsatish orqali, bu ko'nikmalarga asoslangan bilimlar dasturini aniqlash mumkin.

Kasbiy o'z-o'zini anglash - bu shaxsning mutaxassis sifatida o'zini obyektiv baholay olishi, kuchli g'oyaviy tahlil, kasbiy faoliyatga hissiy munosabat uyg'unligi hisoblanib, aynan shu tuzilma o'zidan norozilikni kasbiy o'sishga aylantirish imkonini beradi. So'nggi yillarda ma'naviy mutaxassisni tarbiyalash masalasi jiddiy qo'yilmoqda. Bunday tayyorlash tizimidan asosiy maqsad mehnatga to'g'ri munosabatni shakllantirish hisoblanib, natijada mehnat hayotiy ehtiyojga, uning tabiiy va sevimli qismiga aylanadi.

Kasbiy faoliyatga tayyorgarlik ko'rishda talabaning o'zi muhim o'rin tutadi. O'qitish jarayonida talabalarga o'zlarining o'quv va kasbiy faoliyat uslubini rivojlantirishga qaratilgan darsliklarni o'zlashtirish, mustaqil izlanuvchanlik ko'nikmasini oshirish, tadqiqotchilik hamda amaliy ishlarga moyillikni oshirishga tavsiyalar beriladi.

Psixologlardagi kasbiy kompetensiya yosh talabalarning o'rganayotgan bilimlarini mustaqil hayot bilan bog'lab yanada rivojlantirish, chunki bu yerda kasbiy faoliyat ishtirokchisining barcha kognitiv va konativ tizimlari namoyon bo'ladi. Bunda psixolog talaba shaxsida «Men» konsepsiyasi bo'yicha o'z ustida qayta ishlashi va o'zgargan kasbiy sifatlarning mustahkamlanishi masalasi turadi. Ushbu tushunchada shaxsning o'zi haqidagi barqaror va ongli fikrlari, hamda tajribalari asosida shaxslararo munosabatlar tizimidagi pozitsiyasi shakllanadi. Shaxsda «Men»lik shakllanishida ijtimoiy-madaniy turmush tajribasi, shart-sharoitlar, odamlar orasidagi faoliyat (jumladan, kasbiy faoliyat) almashinuvi jarayonida sodir bo'lib, bunda shaxs «boshqa shaxsga ko'zgudek ko'rinadi» va shu orqali, o'zining ko'p qirrali «Men» obraziga o'ziga xos timsollarni sozlaydi, aniqlaydi, tuzatib boradi: Men-shaxs, Men-do'st, Men-mutaxassis va boshqalar.

Shaxs o'z shaxsini va mutaxassis sifatida egallagan pozitsiyasini adekvat baholay olishini bilish adekvat Men-konsepsiya orqali amalga oshiriladi.

Psixologning mutaxassis sifatida egallagan pozitsiyasi - bu o'ziga xos munosabat va yo'nalishlarni o'zida aks ettirgan yaxlit aqliy va hissiy munosabatlar tizimi, ichki va tashqi tajriba, o'tmish va kelajakni baholash, shuningdek, ko'zlangan maqsadda (ro'yobga chiqmagan, qisman amalga oshirilgan) o'z intilishlarini tahlil qilishdir. Mazkur pozitsiya psixologning o'zini o'zi anglash, o'zining kasbiy faol yo'nalishini qabul qilish va amalga oshirish yo'lini ifodalaydi. U tashqi aqliy faoliyatda kuzatiladigan umumiy, ijtimoiy, kasbiy va akmeologik-psixologik jabhalarni o'z ichiga oladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YHATI

1. O'zbekiston Respublikasining Konstitusiyasi.–Toshkent: «O'zbekiston», 2023. <https://lex.uz/acts/20596>

2. Mirziyoyev Sh.M. “Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik - har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak”. O'z.R Vazirlar Mahkamasining 2016 yil yakunlari va 2017 yil istiqbollariga

bag'ishlangan majlisidagi O'zbekiston Respublikasi Prezidenti nutqi. //Xalq so'zi gazetasi, 2017 yil 16 yanvar №11

3. G'oziyev E. Oliy maktab psixologiyasi. – Toshkent: O'qituvchi, 1997. – 100 b.

4. Ильин Е.П. Психология воли. СПб.: Питер, 2002. - 288 с.

5. Жданова С.П. Психологическое сопровождение профессионального развития студентов-психологов: Томск. дис.канд.психол.наук. 2007. 252 с.

6. Karimova V. Ijtimoiy psixologiya. –T.: «Fan va texnologiya», 2012, 172 b.

O'SMIRLARDA TASAVVURIDA KELAJAKKA ISHONCH HISSINING NAMOYON BO'LIH MEXANIZMLARI

Saidova Yulduzxon Akbarjon qizi

Farg'ona davlat universiteti

Psixologiya kafedrası o'qituvchisi

O'zbekiston o'z mustaqilligiga erishgach, jamiyatda tub islohotlar boshlandi. Ana shu islohotlarning asosiy yo'nalishlaridan biri-ma'naviy-ma'rifiy islohotlar bo'lib, uning asosiy maqsadi jamiyat a'zolari dunyoqarashini istiqlol ruhida shakllantirishni maqsad qilib qo'ydi. Davlatimizning yoshlar borasidagi siyosatining asosini ham ularda yangicha xurfikrlilik bilan yangicha dunyoqarashni shakllantirish tashkil etadi. Mustaqillik davrida shakllanayotgan yangicha dunyoqarash yoshlarda Vatanga sadoqatni, milliy qadriyatlar, an'analarni e'zozlashni, o'z yaqinlariga mehribon va tanlagan yo'liga-kasbi, maslagi va e'tiqodiga sodiqlikni nazarda tutadi. Yangicha fikrlash va yangicha tafakkur aynan mustaqillik mafkurasi ruhida tarbiya topib, sayqal topgan milliy ong, dunyoqarash va e'tiqoddir.

Mustaqillik yillarida eski, o'zini tarix oldida oqlamagan mafkuradan voz kechildi, yangi mustaqillik g'oyasi, uning asosiy tamoyillari, yoshlarni ma'rifatli qilish borasidagi vazifalar Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoev asarlarida muhtasar, aniq bayon etilgan. Ular asosida mamlakatimizda yangi «Ta'lim to'g'risidagi Qonun» va «Kadrlar tayyorlashning milliy dasturi» qabul qilindi. Ular yoshlarning eng ilg'or ilm-fan yutuqlaridan boxabar qilish, buyuk allomalar merosini chuqur va teran o'rganish, zamonaviy texnologiyalar asosida ta'lim-tarbiya jarayonini tashkil qilish, yoshlarni ma'rifatli qilishning barcha shart-sharoitlarini yaratishni nazarda tutadi. Bu say'i-harakatlar ma'naviyat borasidagi islohotlar, o'zbek madaniyati, san'ati, adabiyotini rivojlantirish ishlari, tariximizni tiklash borasida amalga oshirilayotgan olamshumul ishlar tabiiy, yoshlarimizda yangicha dunyoqarashning shakllanishiga asos bo'ladi.

«Men»-obrazining ijtimoiy psixologik ahamiyati shundaki, u shaxs tarbiyasining va tarbiyalanganligining muhim omillaridan hisoblanadi. SHu nuqtai nazardan olib qaralganda, tarbiya shaxsning o'zi va o'z sifatleri to'g'risidagi tasavvurlarining shakllanishi jarayonidir, deb ta'rif berish mumkin. Demak, har bir inson o'zini, o'zligini qanchalik aniq va to'g'ri bilsa, tasavvur qilolsa, uning

jamiyat me'yorlariga zid harakat qilish ehtimoli ham shunchalik kam bo'ladi, ya'ni u tarbiyalangan bo'ladi.

O'z-o'zini anglash, o'zidagi mavjud sifatlarni baholash jarayoni ko'pincha konkret shaxs tomonidan og'ir kechadi, ya'ni, inson tabiati shundayki, u o'zidagi o'sha jamiyat me'yorlariga to'g'ri kelmaydigan, noma'qul sifatlarni anglamaslikka, ularni «yashirishga» harakat qiladi, hattoki, bunday tasavvur va bilimlar ongsizlik sohasiga siqib chiqariladi (avstriyalik olim Z. Freyd nazariyasiga ko'ra). Bu ataylab qilinadigan ish bo'lmay, u har bir shaxsdagi o'z shaxsiyatini o'ziga hos ximoya qilish mexanizmidir. Bunday ximoya mexanizmi shaxsni ko'pincha turli xil yomon asoratlardan, hissiy kechinmalardan asraydi. Lekin shuni alohida ta'kidlash lozimki, «Men»-obrazining ijobiy yoki salbiyligida yana o'sha shaxsni o'rab turgan tashqi muhit, o'zgalar va ularning munosabati katta rol o'ynaydi.

Biz yoshlarni kelajakka bo'lgan ishonch hissi darajasini o'rganuvchi eksperimentni Shaxar maktablarining 13-15 yoshdagi o'smirlarda o'tkazdik. O'smirlarning kelajakka ishonchi ertangi kunini ko'ra bilish va ta'lim olish orqali rivojlantiriladi. Shunday ekan bugungi kun yoshlarimizni o'z kelajagiga bo'lgan ishonch hissi qay darajaligini o'rganishni maqsad qilib oldik va 60 kishidan iborat sinaluvchilarga quyidagi anketa savollari bilan murojaat qildik.

Sinaluvchilar ushbu anketamizdagi «Sizning tasavvuringizcha kelajagingiz qanday bo'ladi?» degan savolimizga 13 yoshdagi o'smir 30% o'quvchi «Porloq», 26,6% «O'rtacha», 20% «Unchalik emas», 13,3% «O'ylab ko'rganim yo'q», 10% «Bilmadim» deb javob berdilar. Xuddi shu savolga 15 yoshli zquvchilarimiz 26,6% «Porloq», 23,3 «Buyuk», 16,% «Go'zal», 20% «Farovon», 13,3% «Totuv», 6,6% «O'rtacha», 6,6% «Bilmadim» deb javob berishgan.

1-jadval.

Javob variantlari	13-yosh natijalari	15 yosh natijalari
Porloq	30 %	26,6%
Buyuk	-	23,3%
Go'zal	-	16%
Farovon	-	20%
Totuv	-	13,3%
O'rtacha	26,6%	6,6%
Unchalik emas	20%	-
O'ylab ko'rganim yo'q	13,3%	-
Bilmadim	10%	6,6%

Bizga ma'lumki, yoshlarimizning ta'lim olishga qiziqishlari yoshlar o'z kelajagining buyuk, porloq bo'lishiga ishonishlari asosiy vosita hisoblanadi. Va albatta kelajakka ishonch hissi bilan qarash jarayonida komil ison shaxsi shakllanadi. Bu fikrning nechog'lik to'g'riligini isbotlash maqsadida tadqiqotimizni davom ettirdik va quyidagi anketa savolnomasi bilan murojat qildik.

Yoshlarni kelajagi buyuk bo'lishi uchun ularga asosan qanday omillar eng kuchli o'z ta'sirini o'tkazadi.

- Ta'lim
- Tarbiya
- Mamlakatdagi shart-sharoit
- Oilaviy muhit
- O'z-o'zini boshqara olish
- O'ziga ishonish
- Irodali, sabr-toqatli bo'lish
- Oilaning iqtisodiy ta'minoti
- Olib borilayotgan siyosat
- Mehnat

Biz anketadan olingan natijalarni Naytengeyl metodikasi orqali matematik statistik tahlil qilganimizda quyidagicha normadagi nisbiy qiymatni oldik. 13-yoshda tarbiyaning 0,148; ta'limning 0,144; oilaviy muhit 0,129; O'ziga ishonishning 0,107; mamlakatdagi shart-sharoitning 0,105; o'z-o'zini boshqara olishning 0,101; irodali, sabr toqatlilikning 0,095; oilaning iqtisodiy ta'minotining 0,066; mehnatning 0,050; olib borilayotgan siyosatning 0,050 nisbiy qiymati aniqlandi. 15-yoshda esa tarbiyaning 0,132; oilaviy muhitning 0,130; ta'limning 0,115; oilaning iqtisodiy ta'minotining 0,108; o'z-o'zini boshqara olishning 0,105; mamlakatdagi shart-sharoitning 0,102; o'ziga ishonishning 0,099; olib borilayotgan siyosatning 0,087; irodali, sabr-toqatlilikning 0,060; mehnatning 0,058 nisbiy qiymati topildi.

Bundan ko'rinib turibdiki, quyi o'smirlarimizda kelajakka bo'lgan ishonch hissi darajasi yuqori. Yuqori sinf o'quvchilarimizda esa afsuski bu ko'rsatkich past berilgan. Chunki buning sababi hozirgi bozor iqtisodiyoti sharoitida asosiy ehtiyoj pulga borib taqalmoqda. Demak, yuqori sinf o'quvchilarimizning ayrimlarida bozor iqtisodiyoti sharoiti sababli ta'limga bo'lgan munosabat bir muncha susayganligi ko'rinib turibdi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Oliy ta'lim tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 2017 yil 20 apreldagi PQ-2909-sonli Qarori.

2. Mirziyoev Sh.M. «Erkin va farovon demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz».- T.: «O'zbekiston»-2016 yil.

3. Mirziyoev Sh.M. «Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz».- T.: «O'zbekiston»-2017 yil.

4. Mirziyoev Sh.M. «Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak».- T.: «O'zbekiston»-2017 yil.

5. Виллюнас В.К. "Эмоционал ҳолатлар психологияси". Москва, 1976.

6. Гамезо М.В., Домашенко И.А. "Психологиядан атлас". Москва, "Просвещение". 1986.

7. Грановская Р.М. "Амалий психология элементлари". ЛГУ 1988.

8. Давидов В.В. тахрири остида: "Психологик лубат". Москва, "Педагогика", 1983.

O‘SMIR SHAXSI XULQ ATVORINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Sharipova Shahnoza Shokirovna

Aniq va ijtimoiy fanlar, Amaliy psixologiya

2-bosqich magistranti

Psixologiya fanining markaziy kategoriyasi hisoblanmish shaxs ijtimoiy hayotning barcha sohalarida muayyan funksiyalarni bajarish orqali jamiyatning taraqqiyotiga o‘z hissasini qo‘shib kelmoqda.

Sir emaski, insonning xulq – atvori o‘zgaruvchan va rang-barang bo‘lib, uning individual xususiyatlari, o‘ziga xos “uslublari”ning mavjudligi hech qachon va hech kimda hech qanday shubha tug‘dirmaydi. Biroq bu xulq – atvorning xilma-xilligi uning cheksiz degani emas, zero, insonlarning o‘zaro muloqoti, o‘zaro munosabati, ularni turli ijtimoiy guruhlariga birikuvi, yashashi uchun iliq psixologik muhitning saqlanishi zaruratdir.

O‘smirlik davrining yirik tadqiqotchilaridan biri nemis faylasufi va psixologi E. Shpranger (1924) o‘smirlik yoshi qizlarda 14-18 va o‘gil bolalarda 13-19 yoshlargacha davom etib, unig birinchi bosqichi 14-17 yoshlarga to‘g‘ri kelib, bu yoshda bolalikdan qutulish sodir bo‘lishini izohladi. U o‘zining o‘smirlik yoshining madaniy- psixologik konsepsiyasida rivojlanishining uch tipi mavjudligini ajratadi.

Birinchi tip- keskin, krizisli, shiddatli kechadi va o‘smir o‘zining ikkinchi tug‘ilishini his etadi, oqibatda yangi “Men” vujudga keladi.

Ikkinchi tip- o‘smirning kattalik hayotida bosiqlik, sokinlik, uzluksizlik sezilib, uning shaxsiyatida chuqur va jiddiy o‘zgarishlar ro‘y bermaydi.

Uchinchi tip- bu rivojlanish jarayonining shunday bosqichiki, o‘smir o‘z ichki kechinmalari va krizislarini matonat bilan yengib, o‘zini faol anglagan holda, shakllantiradi hamda tarbiyalaydi. Shunday qilib, E. Shpranger mazkur yoshning tashkil etuvchilari o‘z individualligini anglash, refleksiyaning vujudga kelishi, “Men” ning ochilishi ekanligini isbotlab, o‘smirning dunyoqarashlarini, qadriyatlarini, o‘zini o‘zi anglashini o‘rganishning sistematik tadqiqotiga asos soldi.

O‘smirlik davrida psixologik muammolarni bartaraf etish hamda tarbiyalash masalalari hozirgi davrning eng dolzarb muammosiga aylangan. Oila, maktab, jamiyatning o‘z kelayotgan avlodga bo‘lgan axloqiy-ma’naviy, siyosiy-ijtimoiy, ideologik talablari kun sayin ortib bormoqda.

O‘smirlik davrini o‘rganuvchi ko‘pchilik olimlar agressiya, emotsional qo‘zg‘alishni, jahl chiqqan holatlarda balog‘atga yetmagan bolalarda psixologik muammolar qanday namoyon bo‘lishiga ko‘proq e’tibor qaratadilar. Chunki, bu yoshda ularda hayot tajribalari yetarli bo‘lmaydi, lekin boshqalar tomonidan tan olinishga va mustaqil bo‘lishga intiladilar. O‘smirlik davri insonni bolalikdan - yoshlikka o‘tuvchi va o‘z navbatida boshqa davrlardan o‘zining nisbatan keskinroq, murakkabroq kechishi bilan farqlanib turuvchi inson ontogenetik rivojlanishining eng xarakterli davrlaridan biridir. Bu davr psixologik pedagogik adabiyotlarda “o‘tish davri”, “og‘ir davr”, “inqiroz davri”, kabi iboralar bilan ataladi. Bu davr taxminan bolalarning 5-8 sinflarda o‘qish paytlariga to‘g‘ri keladi va 11-12 yoshdan 14-15 yoshgacha bo‘lgan davr oralig‘ida kechadi. Ayrim

bolalarda bu davr 1-2 yil ertaroq yoki kechroq kuzatilishi ham mumkin. Shuni hisobga olgan holda aytish mumkinki, o‘smirlik davri ayrim bolalarda (aksariyat hollarda qiz bolalarda) 9-10 yoshlardan boshlanib, yana boshqalarida 16-17 yoshlargacha davom etishi mumkin. Bu davrda rivojlanishning barcha jihatlari: jismoniy, aqliy, axloqiy, ijtimoiy va shu kabilarning mazmun mohiyati ham o‘zgaradi. Bu davrda o‘smir hayotida , uning ruhiyati, organizmining fiziologik hamda ijtimoiy holatida jiddiy o‘zgarishlar sodir bo‘ladi. Aksariyat holatlarda ularda bir- biriga qarama-qarshi bo‘lgan turli xil holatlar kuzatiladi. Bu davrga kelib bola endi “bola” emas va shu bilan birga hali “katta” ham emas. Uning o‘z-o‘ziga va atrofdagilarga nisbatan bo‘lgan munosabatlari butunlay boshqacha xarakter kashf etib boradi. Uning qiziqishlari tizimi, ijtimoiy yo‘nalganligi qaytadan shakllanadi, o‘z- o‘zini anglashi, o‘z-o‘zini baholashi, qadriyatlar tizimi o‘zgaradi. Uning uchun o‘z “men” I va shu “men”ining ahamiyati ortadi. Shu bilan bir qatorda inson xulq-atvorining shakllanishiga irsiy omilning ta’siri borligini faqat nazariy jihatdan taxmin qilish mumkin, ammo empirik tadqiqotlar muhit ta’sirining o‘rni ham kattagina qiymatga ega ekanligini ta’kidlamoqda. Jumladan, noto‘liq oilaning o‘smir tarbiyasidagi roli, ya’ni oila tarkibining tarbiyasi “qiyin” lar shakllanishiga ta’siri muhim sabablardan biri sifatida yuqori ko‘rsatgichga ega emas. Aksincha, Junger Tasning fikricha, oilaviy nazoratning taqchilligi delinkvent xulq-atvor shakllanishining asosiy ko‘rsatkichi sifatida talqin qilinadi. O‘smirlik davrida nazorat ikki xil: bevosita va bilvosita usulda olib boriladi. Nazoratning bevosita usuli “yo‘naltirish”, “tartibga solish”, “tasodifiy sharoit”, “jazolash”, dan iborat. Bevosita nazorat usuli “identifikatsiya” va “ijobiy muloqot” dan iborat.

Shunday qilib, oila a’zolarining o‘zaro munosabatlari orasida muayyan bog‘liqlik mavjud. Bular o‘z ifodasini “issiq” va “sovuq” onalar hamda “jismoniy” va “psixologik usullarni” samarali qo‘llay biluvchilar timsolida topadi. Oqibatda, bizga ijtimoiylashgan oilaning “qo‘llab quvvatlovchi” va “nazorat qiluvchi” kabi asosiy parametrlari bilan ishlashga to‘g‘ri keladi. Endi tarkib xususida fikr yuritadigan bo‘lsak, ijtimoiy institut vazifasini o‘tovchi oila, maktab va mahalla tarkibidagi har qanday o‘zgarishlar, shuningdek, ota-onaning, o‘smirning oiladagi va jamiyat mavqeidagi o‘zgarishlari jtimoiy imkoniyat va diskriminatsiya holatini ilk his qilishlari bilan bog‘liq tarzda ma’lum bir “og‘ish” lar sababchisi bo‘lishi mumkin. Shu o‘rinda, biz tarbiyasi “qiyin”o‘smirlarning ijtimoiy institutlar orqali amalga oshadigan individual yo‘lini tavsiya etamiz.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. G‘oziyev E. Umumiy psixologiya. – T., 2003
2. To‘laganova G.K. «Tarbiyasi qiyin o‘smirlar», Toshkent, «Universitet» nashriyoti; 2005.
3. Nishonova Z.T. Psixik taraqqiyot diagnostikasi. Toshkent. Nizomiy nomli TDPU, 2004.

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF COMMUNICATIVE COMPETENCE OF FUTURE PRACTICING PSYCHOLOGISTS

Khalilova Salomat Nasim qizi

*Master's student, Faculty of Social Sciences and Technology , Department of
Pedagogy and Psychology , Asian International University*

Currently, there is a demand for a fundamental revision of the requirements for education and technology-based education and its results. Consequently, the creation of new generation standards has become a crucial task for pedagogues. Current national education standards are systematic and active-led, and they aim to define the purpose of educational modules in terms of imparting knowledge, skills and competences. However, there is now a demand to focus these new state education standards on the development of competent and active leadership. This shift emphasizes the need to focus not only on the development of students' needs and skills, but also on the transfer of knowledge, skills and abilities in informational and verbal form. To increase students' experience of practical activity, it is not enough to provide knowledge only in the reproductive method. Consequently, students collect excessive, irrelevant information, which leads to ineffectiveness of education and its inconsistency with reality.

In order to solve the above-mentioned problems, it is considered necessary to build educational processes on the basis of various innovative approaches. The views of our Honorable President Sh.M. Mirziyoyev on raising independent thinking and high intellectual and moral potential among our youth, ensuring that they become mature individuals in various fields on a global scale are also noteworthy. Therefore, organizing lessons based on modern, innovative approaches that meet the requirements of the new era is one of our most important tasks as pedagogues. The only way to overcome these challenges is to modernize education and implement competent leadership. Perfect leadership requires students not only to acquire knowledge and skills, but also to master them thoroughly. Consequently, the system of selecting teaching methods undergoes changes to meet the requirements for teaching competencies and functions.[1]

First of all, it is necessary to clarify the meaning of the term "competence". Competence (I use the Latin term because it is the most accurate translation) means the subject's ability to effectively use internal and external resources to achieve a certain goal, or in other words, it is a personal ability. solving problems related to a specific object of activity. It should be noted that most of the definitions given to the concept of "competence" are related to professional education and professional activities. However, due to the innovative nature of general education, there is a special need to define its essence.[2]

Competence is derived from the Latin word "Competentia" and in Uzbek it means "to be knowledgeable", "to have experience". Competence refers to the ability to perform a task effectively, to meet the demands of the task, and to meet the specific functional requirements of the task. Professional competence is the

acquisition and application of knowledge, skills and abilities necessary for a specialist to perform professional activities at a high level of competence.[3]

L.M. Mitina pedagogical competence includes scientific knowledge, teaching methodology and didactics, pedagogical communication skills, as well as self-development, self-improvement, self-realization methods and tools includes. When constructing pedagogical competence, he distinguishes three main components: activity-based, communicative and personal. In accordance with the proposal of L.M. Mitina on the systematization of pedagogical competence, we consider the following set of competencies that are sufficient and necessary for the level of development of pedagogical competence for future specialists: - specific or special pedagogical competence (knowledge, skills and individual methods of their implementation). pedagogical activity); - personal or professional competence (knowledge, skills and abilities necessary for self-improvement and self-realization); - communicative competence (knowledge, skills and abilities necessary for creative implementation of pedagogical activity); Concepts of professionalism and competence have common features.[4]

It should be noted that persons who fully comply with the established requirements and standards do not become qualified specialists, because some do not have the ability to apply knowledge in practice, which makes their pedagogical activity ineffective.

The purpose of dividing professional pedagogical competencies into different types:

- special pedagogical competence;
- to have sufficient information for effective implementation of pedagogical activities. In addition, the evaluation of one's professional level as a teacher and the determination of development as a specialist belong to this type;
- social pedagogical competence;
- determines the teacher's ability to establish effective relationships with colleagues, coordinate joint actions, take responsibility for joint actions. Adequate communication skills, pedagogical culture and responsibility for work results;
- all these are included in the concept of social pedagogical competence;
- personal pedagogical competence;
- the ability to rationally organize pedagogical work, manage time, and cope with personal development are the main components of personal pedagogical competence.

Workers with high personal pedagogical skills are less prone to stress and able to work under time pressure.[5]

Qualities of teacher's professional competence:

- Formation of motivation in students
- Ability to plan, evaluate, and establish feedback on the educational process
- Knowledge of information and communication technologies
- Work on yourself
- Having knowledge of pedagogy and psychology
- Excellent knowledge of his subject

□ Bringing innovation to the educational environment

Professional competence can include competence in professional activities, competence in professional communication, competence of a specialist in being able to demonstrate his profession. After understanding what competence is, it is not difficult to determine its levels.

A.A. Competence in professional communication by Derkach:

- communicative competence (ability to communicate with colleagues),
- social-perceptive competence (the ability to perceive and evaluate other people),
- differential and psychological competence (differentiation of individual psychological differences between people),
- diagnostic competence (the ability to learn the characteristics of other people),
- moral competence (compliance with the norms of ethics appropriate to this profession),
- empathic competence (empathizing with team members, understanding them correctly and distinguishing other components).[6]

In conclusion, it should be said that not only providing education to the learner, but also the teacher's psychological readiness for pedagogical activity is very important in providing education and training to a person. In such cases, it is necessary to pay special attention to the level of professional competence of the teacher. Competent approach in the educational system, acceptance as a conceptual basis of educational reforms, introduction of a competent approach to the educational system, educational purpose, content, form of teaching, teaching methods, pedagogical and information technologies, control methods and requires significant changes in the roles of the teacher and the learner. Fundamental changes should be made in pedagogical higher education in order to accumulate the professional competence of the teacher. At a time when certain works are being carried out in the direction of improving the state educational standard, curriculum and textbooks of higher education, although it is difficult to abandon the existing traditional content, it is necessary to further clarify the content of education.

REFERENCES

1. Muslimov N.A., Urazova M.B., Eshpulatov Sh.N. (2013). Technology of formation of professional competence of teachers of vocational education. - T.: Science and Technology Publishing House.
2. Muslimov N.A. Problems of a systematic approach to pedagogical activity // Kasbhunar education. - 2004. - No. 3. - B.24.
3. Rakhmanova M.Q. Functions of improving students' social competence in the process of professional pedagogical education / "Prospects for the development of science innovation and digital economy in the educational system" International scientific-practical online conference. Jizzakh. (November 20, 2021).- B.- 782-786.
4. Rakhmanova M.Q. The content of improving the social competence of students in the process of professional pedagogical education / "Prospects for the development of science innovation and digital economy in the educational system"

International scientific-practical online conference. Jizzakh. (November 20, 2021).- B.- 782-786.

5. Anorkulova G.M., Kulieva Sh.Kh., Rasulova Z.D. (2015). Methodological basic system approach to training professional training. *Molodoy uchyonyi*, 93:13, S. 588-590.

6. Anorkulova G.M., Kulieva Sh.Kh., Rasulova Z.D. (2015). Model podgotovki uchiteley professionalnogo obrazovaniya na osnove sistemnogo podkhoda. *Molodoy uchyonyi*, 93:13, S. 590-592.

ISH STRESSIGA SABAB BO‘LUVCHI OMILLAR

Usmonova Nargiza Raximjonovna Qo‘qon universiteti

“Ta’lim” kafedrasi o‘qituvchisi

Sadiraliyeva Nilufarxon Kamoliddin qizi

Qo‘qon universiteti Psixologiya talim yo‘nalishi 2-kurs talabasi

Jamiyatimizning gullab yashnashi har tamolama bilimli zukko va har jabhada o‘zizni ko‘rsata oladigan kelajak avlodlarga to‘g‘ri yo‘l ko‘rsata oladigan yoshlarga har tomonlama bog‘liqdir. Hozirda shiddat bilan rivojlanayotgan va bir daqiqalarda har taraflama ishchan ,yosh, iqdidorli va har jabhada o‘zini ko‘rsata oladigan mutahasislarga zarurati bor. Erkaklar va ayollarning turli xil hayotiy vaziyatlari bilan bog‘liq nisbiy ish yuklarini baholash uchun mehnat tushunchasini umumiy ish yuki tushunchasini, ya'ni haq to‘lanadigan va to‘lanmaydigan ish bilan bog‘liq bo‘lgan talablarning umumiy yukini o‘z ichiga oladigan tarzda o‘zgartirish kerak. Bu "boshqa odamlar foydalanadigan va qadrlaydigan tovarlar va xizmatlarga hissa qo‘shadigan odamlar qiladigan barcha narsalar" deb ta’riflangan ishlab chiqarish faoliyatining barcha shakllarini o‘z ichiga oladi. Inson ehtiyojlari, qobiliyatlari va cheklovlari haqidagi bilimlar stressni kamaytirish va kasbiy salomatlikni yaxshilash uchun psixo-ijtimoiy ish sharoitlarini shakllantirish bo‘yicha ko‘rsatmalar beradi (Frankenhaeuser 1989).

Miya tadqiqotlari va xulq-atvorni o‘rganish odamlarning yaxshi ishlashi va ishlashning yomonlashishi sharoitlarini aniqladi. Tashqi dunyodan taassurotlarning umumiy oqimi kritik darajadan pastga tushganda va ish talablari juda past bo‘lsa, odamlar beparvolik va zerikishga moyil bo‘lib, o‘z tashabbuslarini yo‘qotadilar. Haddan tashqari rag‘batlantirish oqimi va juda yuqori talablar sharoitida odamlar xabarlarini birlashtirish qobiliyatini yo‘qotadilar, fikrlash jarayonlari parchalanadi va mulohaza yuritish buziladi. Ish yuki va miya funktsiyasi o‘rtasidagi bu teskari munosabat ish hayotida keng qo‘llaniladigan asosiy biologik printsipdir. Turli xil ish yuklarida samaradorlik nuqtai nazaridan aytilganda, bu aqliy faoliyatning optimal darajasi juda pastdan juda yuqori ish talablarigacha bo‘lgan shkalaning o‘rta nuqtasida joylashganligini anglatadi. Ushbu o‘rta zonada qiyinchilik darajasi "to‘g‘ri" va inson miyasi samarali ishlaydi. Optimal zonaning joylashuvi turli odamlar orasida farq qiladi, ammo muhim jihat shundaki, katta guruhlar o‘z hayotlarini optimal zonadan tashqarida o‘tkazadilar, bu ularga o‘zlarining to‘liq salohiyatini rivojlantirish uchun imkoniyat yaratadi. Ularning qobiliyatlari doimiy ravishda yo to‘liq ishlatilmaydi yoki ortiqcha yuklanadi.

Muhandislik tilida stress "tanalarni deformatsiya qiluvchi kuch" dir. Biologiya va tibbiyotda bu atama odatda organizmdagi jarayonni, u duchor bo'lgan barcha ta'sirlar, o'zgarishlar, talablar va shtammlarga moslashish uchun tananing umumiy rejasini anglatadi. Bu reja, masalan, odam ko'chada hujumga uchraganda, shuningdek, zaharli moddalar yoki haddan tashqari issiqlik yoki sovuqqa duchor bo'lganda ham amalga oshadi. Biroq, bu rejani faollashtiradigan faqat jismoniy ta'sirlar emas; aqliy va ijtimoiy bo'lganlar ham shunday qilishadi. Misol uchun, agar biz rahbar tomonidan haqoratlansek, noxush voqeani eslatib qo'ysak, biz bunga qodir ekanligimizga ishonmaydigan narsaga erishishimiz kutilsa yoki sababli yoki sababsiz ishimiz yoki nikohimiz haqida qayg'ursak.

Tananing moslashishga urinishlarida bu holatlarning barchasida umumiy narsa bor. Bu umumiy maxraj - "ko'tarilish" yoki "gazga qadam qo'yish" - bu stressdir. Demak, stress - bu organizmning ta'sirlar, talablar yoki zo'riqishlarga bo'lgan munosabatidagi stereotip. Tanadagi stressning qandaydir darajasi har doim bo'lishi kerak, xuddi qo'pol parallellik uchun mamlakat tinchlik davrida ham ma'lum bir harbiy tayyorgarlik holatini saqlab turadi. Vaqti-vaqti bilan bu tayyorgarlik kuchayadi, ba'zan yaxshi sabablar bilan, ba'zida esa sababsiz.

Shunday qilib, stress darajasi tanadagi eskirish jarayonlarining tezligiga ta'sir qiladi. Qanchalik ko'p "gaz" berilsa, tana dvigatelining harakatlanish tezligi shunchalik yuqori bo'ladi va shuning uchun "yoqilg'i" tezroq sarflanadi va "dvigatel" eskiradi. Yana bir metafora ham qo'llaniladi: agar siz shamni kuchli olov bilan yondirsangiz, u ikkala uchida ham yorqinroq yorug'lik beradi, lekin tezroq yonadi. Ma'lum miqdorda yoqilg'i kerak bo'ladi, aks holda vosita to'xtab qoladi, sham o'chadi; ya'ni organizm o'lik bo'lar edi. Shunday qilib, muammo tananing stressga javob berishida emas, balki u tobe bo'lgan stress darajasi - eskirish tezligi juda katta bo'lishi mumkin. Bu stress reaksiyasi hatto bir kishida bir daqiqadan ikkinchisiga o'zgarib turadi, bu o'zgarish qisman tananing tabiati va holatiga va qisman tana ta'sir qiladigan tashqi ta'sirlar va talablarga - stress omillariga bog'liq. (Stressor - bu stressni keltirib chiqaradigan narsa.)

Ba'zida ma'lum bir vaziyatda stress yaxshi yoki yomon ekanligini aniqlash qiyin. Misol uchun, g'olib stendida charchagan sportchini yoki yangi tayinlangan, ammo stressga duchor bo'lgan rahbarni olaylik. Ikkalasi ham o'z maqsadlariga erishdilar. Sof yutuq nuqtai nazaridan, ularning natijalari sa'y-harakatlarga arziydi, deb aytish kerak. Psixologik nuqtai nazardan, bunday xulosa ko'proq shubhali. Uzoq yillik mashg'ulotlar yoki hech qachon tugamaydigan qo'shimcha ish bilan shug'ullanish uchun, odatda, oilaviy hayot hisobiga ko'p azob chekish kerak bo'lishi mumkin. Tibbiyot nuqtai nazaridan, bunday muvaffaqiyatga erishganlar shamni ikkala uchida yondirgan deb hisoblash mumkin. Natijada fiziologik bo'lishi mumkin; sportchi bir yoki ikkita mushak yorilishi mumkin va ijrochi yuqori qon bosimini rivojlantiradi yoki yurak xurujiga duchor bo'ladi.

Ish bilan bog'liq stress

Misol ishda stress reaksiyalari qanday paydo bo'lishi mumkinligini va ular salomatlik va hayot sifati nuqtai nazaridan nimaga olib kelishi mumkinligini aniqlab berishi mumkin. Keling, taxminiy erkak ishchi uchun quyidagi vaziyatni tasavvur qilaylik. Iqtisodiy va texnik nuqtai nazardan kelib chiqqan holda,

rahbariyat ishlab chiqarish jarayonini yig'ish liniyasida bajarilishi kerak bo'lgan juda oddiy va ibtidoiy elementlarga ajratishga qaror qildi. Ushbu qaror orqali ijtimoiy tuzilma yaratiladi va stress va kasalliklarni keltirib chiqaradigan voqealar ketma-ketligining boshlang'ich nuqtasi bo'lishi mumkin bo'lgan jarayon harakatga keltiriladi. Yangi vaziyat ishchi uchun uni birinchi bo'lib idrok etganida, psixososyal stimulg'a aylanadi. Bu tasavvurlarga ishchining ilgari keng qamrovli tayyorgarlikdan o'tganligi va natijada malaka darajasini pasaytirish emas, balki yuqori malaka talab qiladigan ish topshirig'ini kutayotganligi ham ta'sir qilishi mumkin. Bundan tashqari, yig'ish liniyasida oldingi ish tajribasi juda salbiy edi (ya'ni, oldingi ekologik tajribalar yangi vaziyatga reaksiyaga ta'sir qiladi). Bundan tashqari, ishchining irsiy omillari uni qon bosimi ortishi bilan stress omillariga ko'proq ta'sir qiladi. U ko'proq asabiylashgani uchun, ehtimol, xotini uni yangi topshiriqni qabul qilib, muammolarini uyiga olib kelgani uchun tanqid qiladi. Bu omillarning barchasi natijasida, ishchi, ehtimol, spirtli ichimliklarni iste'mol qilishning ko'payishi yoki qon bosimining ko'tarilishi kabi istalmagan fiziologik reaksiyalarni boshdan kechirish bilan bezovtalik hissiyotlariga munosabat bildiradi. Ishdagi va oiladagi muammolar davom etadi va uning reaksiyalari, dastlab vaqtinchalik bo'lib, barqaror bo'lib qoladi. Oxir-oqibat, u surunkali tashvish holatiga tushishi yoki alkogolizm yoki surunkali gipertonik kasallik rivojlanishi mumkin. Bu muammolar, o'z navbatida, uning ishdagi va oilasi bilan bo'lgan qiyinchiliklarini oshiradi, shuningdek, uning fiziologik zaifligini oshirishi mumkin. Insult, ish joyidagi baxtsiz hodisa yoki hatto o'z joniga qasd qilish bilan yakunlanishi mumkin bo'lgan yomon tsikl paydo bo'lishi mumkin. Ushbu misol atrof-muhitni ko'rsatadi dasturlash Ishchining xulq-atvori, fiziologik va ijtimoiy reaksiyasida ishtirok etadi, bu zaiflikning kuchayishiga, sog'lig'ining yomonlashishiga va hatto o'limga olib keladi.

Ishda stress darajasini pasaytirishning 4 oddiy usuli

Haddan tashqari ko'p kiradigan dasturlarni olib tashlang

Agar ish hajmini qisqartirishning iloji bo'lmasa, smartfondagi dasturlarga sarf qiladigan vaqtni qisqartiring. Shunda sizda dam olish uchun bo'sh vaqt paydo bo'ladi. Biron-bir dasturga kirish sizni chalg'itadi. Siz ishni bajarish uchun zarur bo'lgan ruhiy quvvatni dasturlarga sarf qilasiz va natijada stress holatiga tushasiz. Sizni aynan nima chalg'itishini aniqlab oling: Facebookmi, o'yinlarmi, boshqa dasturlarmi? Ularni hech bo'lmasa bir haftalik muddatga olib tashlang va qanday o'zgarish bo'lishiga e'tibor bering.

Uxlash oldidan eslatma joriy qiling

Masalan, "Nima uchun haligacha uxlamayapsan?" degan so'zlardan iborat. Kechqurun bu eslatmani o'qib, boshlagan ishingizni davom ettirish kerakmi yoki yo'qligi haqida o'ylab ko'ring. Uxlashga yotishdan bir soat oldinga uyquga yotishga tayyorlanish vaqti kelgani haqida ogohlantiruvchi "qo'ng'iroq" qo'ying. Shunda siz ishlaringizni oxirigacha qilishga ulgurasiz va o'z vaqtida yotasiz.

Har doim yoningizda suv bo'lsin

Suvni ko'proq iching, bu ish qobiliyatini oshiradi va sizdan deyarli kuch talab qilmaydi. Uydan chiqayotganingizda o'zingiz bilan suv olib yuring, ish

stolingizga ham har doim bir idishda suv bo'lsin. Agar suv har doim ko'z oldingizda tursa, siz ko'proq suv ichasiz.

Ishda kamroq o'tiring

Stressning nafaqat ruhiy, balki fiziologik sabablari ham bor. Ulardan biri — kam harakatlilik hisoblanadi. Bu kamchilikni sport zalidagi kechki mashg'ulotlarda o'rnini to'ldirishga umid bog'lamang. Ish kuni davomida faolroq bo'ling. O'tirganingizda gavnani to'g'ri tuting. Majlislarni yurib o'tkazing. Ishda turib ishlaydigan stol sotib oling. Tanaffus paytlari esa o'tirib-turish mashqlarini bajaring.

Stress-bu tananing har qanday talabga o'ziga xos bo'lmagan javobidir. Bu ta'rifni tushunish uchun, avvalo, o'ziga xos bo'lmagan so'z bilan nimani nazarda tutayotganimizni tushuntirishimiz kerak, tanaga berilgan har bir talab qaysidir ma'noda o'ziga xos yoki o'ziga xosdir. Sovuqda biz ko'proq issiqlikni chiqarish uchun qaltiraymiz va teridagi qon tomirlari torayib, tananing sirtidan issiqlik yo'qotilishini kamaytiradi. Biz quyoshda terlaymiz va terning bug'lanishi bizni sovutadi. Agar biz juda ko'p shakar iste'mol qilgan bo'lsak va qondagi qand miqdori me'yordan oshsa, biz qondagi qand miqdori normal holatga qaytishi uchun bir qismini chiqarib tashlaymiz, qolganini kuydiramiz. Zinadan maksimal tezlikda yugurish kabi mushaklarning harakatlari mushaklar va yurak -qon tomir tizimiga katta talablar qo'yadi. Mushaklar bu g'ayrioddiy ish uchun qo'shimcha energiya manbaiga muhtoj, shuning uchun yurak urishi tezlashadi va kuchayadi, yuqori qon bosimi qon tomirlarini kengaytiradi va mushaklarga qon oqimini yaxshilaydi. Har bir dori va gormon o'ziga xos ta'sir ko'rsatadi. Diuretiklar siydik miqdorini oshiradi, adrenalin gormoni yurak urish tezligini oshiradi va qon bosimini ko'taradi, insulin gormoni esa shakarni pasaytiradi. Biroq, ular tanadagi qanday o'zgarishlarga olib kelmasin, bu agentlarning barchasida umumiylik bor. Ular restrukturizatsiyani talab qilmoqdalar. Bu talab o'ziga xos emas, u nima bo'lishidan qat'i nazar, yuzaga kelgan qiyinchiliklarga moslashishdan iborat. Stress ish hayotida tez-tez uchrab turadigan holat bo'lib, xodimlarning psixologik va fiziologik ta'sirlanishiga olib kelishi mumkin. Og'ir ish yuki, vaqt bosimi, rolning noaniqligi, munosabatlardagi nizolar va ish muhitidagi o'zgarish kabi omillar stressni keltirib chiqarishi mumkin. Stressni boshqarish xodimlarning stressni yengish va sog'lom ish hayotini saqlab qolish qobiliyatini yaxshilashga qaratilgan. Stressni yaxshi boshqarish xodimlarga salomatlik, ishlash va ishdan qoniqish nuqtai nazaridan ijobiy natijalarga erishishga imkon beradi.

Xulosa

Ish samaradorligi va stressni boshqarish biznes hayotidagi muhim omillardir. Stress xodimlarning ish samaradorligiga ta'sir qilishi va salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. Biroq, stressni boshqarishning tegishli usullari bilan xodimlarning stressni yengish qobiliyatini yaxshilash va ish samaradorligini oshirish mumkin. Ishning yaxshi ishlashi uchun stressni boshqarishning samarali strategiyalarini amalga oshirish va xodimlarning sog'lig'i, motivatsiyasi va ishdan qoniqishini hisobga olish kerak. Muvozanatli yondashuv bilan ish samaradorligi va stressni boshqarishni uyg'unlashtirish orqali muvaffaqiyatga erishish yo'lida qadamlar qo'yilishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.

1. Amaliy psixologiya (N.Boymurodov)
2. Kasb psixologiyasi (S.Jalilova, F.Xaydarov, N.Xalilova)
3. Asilova Sanobar Xatambojeva. (2023). O'QUVCHILARNI KASB-HUNARGA YO'NALTIRISDA PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK YORDAM. [Data set]. Zenodo. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10429442>
4. Raximjonovna, U. N. (2023). O 'SMIR YOSHIDAGI O 'QUVCHILARDA "TARBIYA" FANINI O 'QITISH ORQALI MUSTAQIL FIKRLASHGA O 'RGATISH. Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities, 11(6), 232-237.

O'SMIRLARNING SEVGI VA DO'STLIK HISSI XUSUSIYATLARI

Xolmatova Moxiraxon

Farg 'ona davlat univrsiteti magistri

O'zbekistonning milliy mustaqillikka erishish va hozirgi vaqtda Respublikamizda amalga oshirilayotgan iqtisodiy, siyosiy, tarixiy va ma'naviy o'zgarishlar jamiyatimiz intilishi hayotida tub burilishlar boshlab berdi. Bu burilishlar o'zbek halqining bundan keyingi taqdirini belgilab berishda muhim rol o'ynaydi. Endilikda barcha sohani mamlakatning milliy ehtiyoji va manfaatlaridan kelib chiqib, avlod-ajdodlarimizning azaliy turmush tarzi, an'analari, urf-odatlarini hamda tarixiy tajribalarini hisobga olgan holda rivojlantirish muhim hisoblanadi. Bu esa o'z-o'zidan ma'lumki, Respublikaning milliy davlat sifatida ijtimoiy, iqtisodiy, siyosiy, ma'naviy, madaniy kamol toptiruvchi o'z taraqqiyot yo'lini rivojlantirish, milliy istiqloq mafkurasini qaror toptirish va uni barcha halq ommasiga, ongiga singdirish zaruriyatini taqozo etadi.

Oldimizda turgan ezgu maqsadlarimiz mamlakatimizning buyuk kelajagi ham, ertangi kunimiz, erkin va farovon hayotimiz ham O'zbekistonning XXI asrda jahon hamjamiyatidan qanday o'rin egallashi ham bularning barcha-barchasi avvalambor yangi avlod unib o'sib kelayotgan farzandlarimiz qanday insonlar bo'lib voyaga yetishiga bog'liqdir.

Prezidentimiz aytib o'tganlaridek, "..... oldimizda nihoyatda muhim, kelajagimizni hal qiluvchi yangi vazifa turibdi. Bu vazifa erkin fuqarolik jamiyatining ma'naviyatini shakllantirish, boshqacha aytganda, ozod, o'z haq-huquqlarini yaxshi taniydigan, boqimandalikning har qanday ko'rinishlarini o'zi uchun or deb biladigan, o'z kuchi va aqliga ishonib yashaydigan, ayni zamonda o'z shaxsiy manfaatlarini xalq, vatan manfaatlarini bilan uyg'un holda ko'radigan komil insonlarni tarbiyalashdan iboratdir".

Bolalikdan o'smirlik davriga o'tish bu davrdagi rivojlanishning asosini tashkil etadi. Odamning hulq-atvorida sifat jihatidan yangi xususiyatlar yuzaga kelib, o'z-o'zini anglash, kattalar hamda o'rtoqlari bilan munosabatlarda kattalarga xos xususiyatlar shakllanadi. Ota-onalar ular bilan munosabatda uning o'zini katta odam sifatida his etayotganini bilishlari va uni shaxs sifatida hurmat qilishlari kerak.

O'smirlik davrida ahloqga oid aniq tushunchalar va hatti-harakat qoidalari shakllanib boradi, ruhiy rivojlanish nihoyatda murakkab hamda muhim bosqich hisoblanadi.

Ahloqning qaror topishi yoshga, rivojlanishning umumiy qonuniyatlariga bog'liq bo'libgina qolmasdan, balki ta'lim-tarbiya hamda boshqa shakllardagi muammolar va aqliy rivojlanish jarayonida ijtimoiy muhit yuzaga keltirgan shaxsiy xususiyatlarga ham bog'liq bo'ladi.

O'z-o'zini anglashning eng muhim jihatlaridan biri jinsga mansublikni anglashdir. Jinslar o'rtasidagi ruhiy tafovut odam umrining hech bir bosqichida huddi o'smirlik va yoshlik davridagidek kuchli bo'lmaydi. Chunki o'smirlar o'z tanalaridagi bo'layotgan turli o'zgarishlarni va boshqalar tomonidan ularning jozibali yoki jozibasiz deb tan olinishlarini bilishni hohlaydilar. Ishqiy kechinmalar va sevgi-muhabbat hislari o'smirlik davridagi o'g'il-qizlar oldiga murakkab ma'naviy masalalarini ko'ndalang qo'yadi. Bunday paytda ular kattalarning ko'magi va maslahatlariga juda-juda muhtoj bo'ladilar. SHuning uchun bu davrda o'smirlar uchun ularning his-tuyg'ularini to'g'ri tushunadigan katta odam kerak. Bu odam agar psixolog mutaxassis bo'lsa yana ham yaxshi, psixolog o'smirga uni tashvishlantirayotgan masalalarni tushuntirib berishi va yoshiga oid masalalarni vaqtida bera olishi, o'smir shaxsning har tomonlama kamolga yetib borishida ko'makdosh bo'lishi kerak. Lekin ko'pincha kattalar va ota-onalar o'smirlarga kerakli maslahatni berishga o'zlarida yetarli bilimni his etmaganliklaridan-mi, yoki ularni tashvishlantirayotgan masalalarni "vaqti kelganda bilib oladi", - debmi orqaga tashlaydilar va ko'pincha tuyaqush kabi "boshni qumga suqib" o'zlarini bilmaganga oladilar. Bu esa o'smirni tashvishlantirayotgan muammolarga javobni oiladan tashqari tashqi muhitdan olishiga majbur qiladi. Lekin tashqi muhitdan olinadigan ma'lumot hamisha ham to'g'ri va ishonchli bo'lavermaydi. SHuning uchun o'smir farzandi bor ota-onalar imkon qadar o'z vaqtlarini ayamadan ularni qiziqtirgan savollarga to'liq javob berishga harakat qilishlari darkor.

O'smirlik davrida ruhiy rivojlanish jarayonlari yuz beradi, bu jarayonlar o'smirning xarakter xususiyatlariga o'zini ta'sirini ko'rsatadi va xarakter shakllanadi. Bu yoshda kuchli his-tuyg'ular va g'ayrat jo'shqinlanib, o'g'il-qizlar tezda bir qarorga keladigan va uni ijro etadigan bo'ladilar. Ularda hissiyotga beriluvchanlik yuqori darajada ifodalangan, kuchli yoqtirishga muhtojlik kimdir tomonidan anglanish, tanishlardan qahramonlar yasashga intilish kabi sifatlar namoyon bo'ladi.

Ko'pchilik uchun jinsiy yetilish nafaqat tanadagi o'zgarishlarni bildiradi, bu davrda inson his-tuyg'ulari ham o'zgara borayotganligini sezish mumkin. Ba'zida o'smirning kayfiyati ko'tarilishi, ba'zida esa tushkunlik holati seziladi.

Kishilik jamiyati vujudga kelibdiki, insonlar orasidagi ijobiy va salbiy munosabatlar barcha kishilarning diqqat markazida muhim masalalardan bo'lib kelgan. SHuning uchun bu masalalar qadim zamonlardan boshlab xalq og'zaki ijod namunalarida, doston, qo'shiq va ertaklarda, donishmandlarning fikr va qarashlari sifatida o'ziga xos ravishda munosabat bildirish va tahlil qilish ob'ekti bo'lib kelgan.

Qaysi mutafakkir yoki olim, shoir yoki yozuvchining asarlarini olib ko‘rmang, ularning hech qaysisi o‘z ijodiy faoliyatida inson hissiyotlarining eng kuchli va sirlisi, serjilo va sehlisi hisoblangan muhabbatni chetlab o‘ta olmagan. Insoniyat bor ekan, muhabbat odamni sirli tuyg‘ular olamiga yetaklagan, uni yengib bo‘lmas g‘ovlardan o‘tishga va cho‘qqilarni zabt etishga undagan, uni rag‘batlantirgan, unda baxtiyor onlarni tuxfa etgan. Hatto o‘lim to‘shagida yotgan kishiga ham umid bag‘ishlab, hayot nashasini surdirgan, oddiy kunlariga kamalak jilolarini armug‘on etgan, uning atrof-muhitni hamda o‘zligini idrok qilish uchun turtki bo‘lgan. SHaxs ruhiyatida hatto o‘ziga noma‘lum bo‘lgan qudratni kashf etgan. Ko‘hna va hamisha navqiron hisoblangan bu insoniy tuyg‘u hammaga barobar aziz va muqaddasdir.

Sharqda qadimgi xitoy ilmiy qarashlarida Konfuttsiy ta‘limoti, Hindistonda Buddha, Islom olamining muqaddas Kur‘on va hadislarida insonlar orasida yaxshi insoniy munosabatlarini qaror toptirish lozim ekanligi aytib o‘tilgan. Deyarli bir davrda, boshqa-boshqa joyda Hindistonda Buddha, Xitoyda Konfuttsiy ta‘limotlarida bir g‘oya , qarash shakllanganini kuzatish mumkin: «O‘zinga ravo ko‘rmagan narsani boshqalarga ravo ko‘rma». Konfuttsiy merosida asosan odamlar orasidagi munosabat, insonparvarlik, do‘stlik, insonni sevish jihatlariga keng o‘rin berilgan: «Odamlarni sevish va iliq munosabatda bo‘lish deganda o‘zini inkor etish emas, balki boshqa odamlarni ham bir xil ko‘rish kerak» ekanligi talqin etilgan.

Muhabbat hislari ayol va erkaklarda o‘ziga xos shaxvoniy his uyg‘otadi.

Erkak kishida deyarli doimo fiziologik komponent ustunlik qiladi. Jinsiy intilish, jinsiy hayot ular hissiyotida nihoyatda muhim o‘rin egallaydi. Yigit sevgan qizining tashqi ko‘rinishiga ko‘proq e‘tibor beradi.

Erkaklarda jinsiy (fiziologik) intilish ustunlik qilgani uchun ularda hissiy qoniqish tezroq yuzaga kelsa kerak, deb taxmin qilinadi. Ayollarda esa aksincha, ruhiy intilish yetakchi bo‘lgani uchun ularning muhabbat hislari erkaklarnikidek tez orada so‘nmaydi va nisbatan uzoq davom etadi.

Ammo so‘nggi yillarda ayollar hissiyotida, jumladan, muhabbatda ham jinsiy hayotning va uning asosi hisoblangan jinsiy intilishning ahamiyati keskin oshib borayotganligini ko‘rish mumkin.

13-14 yoshli o‘g‘il bolalarning 40% , qizlarning 26% ilk sevgi hislarini boshidan kechirayotgan bo‘ladilar. Bu hol 15-16 yoshli o‘g‘il bolalarda – 17% , qizlarda 30% , 17-24 yoshli yigitlarda – 10% , qizlarda 9% ni tashkil qiladi.

A.R.Lemexova (1973) qizlar va yigitlar orasidagi o‘zaro munosabatlarni o‘rganib, uni 3 turga bo‘ladi:

1.Uyg‘un tur – bunda qiz vao‘g‘il bolalarda axloqiy tushunchalar shakllangan, hissiyot madaniyati rivojlangan bo‘lib, ular muhabbatga, qarama-qarshi jinsga, oilaviy hayotga birmuncha aniq qarashadi.

2.Oilaviy romantik tur – bunda muhabbat, jinslar orasidagi munosabatlar hayotdan yulingan holda, nihoyatda ideallashtirilib olingan bo‘lib, hayotdagi mavjud borliq bilan to‘qnashaganda esa barcha tasavvurlari parchalanib, ruhan tushkunlikka uchraydi.

3.Ma‘naviy kambag‘al tur – bunda yoshlar muhabbatni noto‘g‘ri tushunadilar. Muhabbatda ma‘naviy yaqinlikni, ruhiy omilning ahamiyatini ko‘ra

bilmaydilar. Muhabbatda asosiy rolni jinsiy yaqinlik o‘ynaydi, deb biladilar. Bunday toifadagi yoshlar ko‘p hollarda jinsiy hayotni erta boshlaydilar.

O‘g‘il va qiz bolalarning turli yosh bosqichlarida o‘zaro munosabatlarni o‘z rivojlanishiga nazar tashlaydigan bo‘lsak, quyidagicha yaqqol ifodalangan manzarani ko‘rishimiz mumkin.

Yuqorida sanab o‘tilgan xususiyatlarga qizlar ham befarq qarashmaydi. Bu xususiyatlarning yigit tomonidan idrok etilishi ayol uchun katta ahamiyatga ega.

Ammo shu bilan birga ayollarning erkaklardan farq qiluvchi tomonlaridan biri shundaki, ular ko‘proq yigitning bo‘y-bastiga, xulqiga, muomilasiga e‘tibor beradilar.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Akramova F.A. O‘zbekistonda oilaviy psixologik xizmatning ijtimoiy-psixologik muammolari: Monografiya. –T.: «Lesson-press» nashriyoti, 2021 y. – 178 b. [ISBN 978-9943-7024-5-5]

2. Akramova F.A. Oilada shaxslararo munosabatlarning oila mustahkamligiga ta’siri masalalari: Monografiya – T.: «Lesson-press» nashriyoti, 2021. – 124 b. [ISBN 978-9943-7024-0-0]

3. Akramova F.A. Oiladagi zo‘ravonlik profilaktikasi va ijtimoiy-psixologik rehabilitatsiyasi: Monografiya. – Toshkent: «Lesson-press» nashriyoti, 2021. – 138 b. [ISBN 978-9943-7024-4-8]

4. Akramova F.A. va boshq. Og‘ir vaziyatga tushgan oilalar bilan ishlash tajribasi: tadqiqotlar, tahlil va tavsiyalar. Monografiya. – T.: «Ilm-ziyo-zakovat». 2020. – 184 b.[ISBN 978-9943-6551-1-5].

5. Akramova F.A. Yoshlarni mustahkam oilaviy munosabatlarga tayyorlashning ijtimoiy-psixologik yo‘nalishlari: Monografiya – T.: «Lesson-press» nashriyoti. 2021 y., – 128 bet.(hammualliflikda).[ISBN 978-9943-7024-3-1]

YETUKLIK YOSHIDA YOLG‘IZLIK MUAMMOSI

Mullaboyeva Nargiza Sharopaliyevna

NamTSI “Ijtimoiy fanlar” kafedrasi mudiri, dotsent,

P.f.f.d (PhD)

Rustamova Turdixon NamDU o‘qituvchisi,

XX asrning so‘nggi o‘n yilligida yolg‘izlik muammosiga bo‘lgan qiziqish yana oshib bordi. Bunga misol qilib, yolg‘izlik muammosini boshdan kechirish tabiatidagi ijobiy jihatlarni ta’kidlagan o‘tgan tadqiqotchi Andre (Andre, 1991)ning ilmiy mulohazalarini, yolg‘izlik omillari va uni yengib o‘tish strategiyasini aniqlagan Rokach va Broka (A.Rokach, R.Broek.,1996)ning tadqiqotlarini ajratib ko‘rsatish mumkin.

Sobiq sovet ittifoqida yolg‘izlik muammosiga doir yondashuvlar, ijtimoiy-demografik tadqiqotlar kontekstida (Afanasyeva A.A.), mazkur fenomenning ekstremal sharoitda ifodalanishini o‘rganish (Kuznetsov O.A., Lebedev V.I., Lomov B.F., Myasishev V.N., Xryasheva N.Yu., Yurskix S.T.) orqali tahlil qilingan. So‘nggi davrlarda yolg‘izlik muammosi oilaviy munosabatlardagi

noxushliklar (Afanasyeva A.A.), shaxsning rivojlanishi va tarbiya (Shvalb Yu.M., Dancheva O.V.), erkak va ayollar yo'lg'izligi sabablarini tahlil qilish (Hamitov N.), ajralish oqibatlari, yo'qotishlar va o'zaro munosabatlardagi salbiy holatlar tufayli yuzaga kelgan muammolar (Gozman A.V., Gurko G.S., Korostilyeva L.A.), hissiy yaqinlik tuyg'usining yetishmasligi (Abulxanova-Slavskaya K.A., Golovaxa Ye.I., Kovalyev A.G., Kon I.S., Parigin B.D.), keksalardagi og'ir judoliklar (Suzaya O.Yu.), muloqot zamiridagi kelishmovchiliklar (Xarash A.U.) negizida paydo bo'ldi.

Umuman olganda psixologik nazariyalar yolg'izlikning asosiy sababi ijtimoiy munosabatlar tizimidagi o'zaro aloqalarning yetarli emasligi, ularni yo'qotish yoki undan qoniqmaslik deb hisoblaydilar. Yolg'izlikni inson hayotining muhim belgisi va shaxsiy kamolot manbai sifatida talqin qiladigan ekzistensial yo'nalish tarafdorlari esa, o'z nazariyalarini empirik jihatdan asoslab bera olmaydilar.

Zamonaviy tadqiqotlarning ko'rsatishicha, yolg'izlik genetik kelib chiqishga ham aloqador bo'lishi mumkin. Tekshirishlarda (Dorret Bumsma, 2005) aniqlanishicha, yolg'izlikka bo'lgan moyillik irsiyat orqali ham belgilanadi. shaxs rivojlanishining ichki shart-sharoitlari tashqi muhitga uzviy aloqadorligi (A.N.Leontyev), tashqi shart-sharoitlarning shaxs rivojlanishiga ta'sir ko'rsatishi, ishki shart-sharoitlarga bog'liqligi (S.L.Rubinshteyn), shaxs hayotiy faoliyat sub'yekti ekanligi (K.A.Abulxanova-Slavskaya); tizimlilik tamoyili, shaxsni yakka, alohida tarzda emas, balki ijtimoiy munosabatlar tizimida faoliyat ko'rsatishini qayd etish (B.G.Ananyev); shaxsni hayotiy dilemmalar qurshovida tasavvur qilish (E.Fromm).

Yolg'izlikning sabablari va tiplari mavjud bo'lib ushbu holat ta'siriga erkaklar va ayollar qanday javob qaytaradilar, o'zlaridagi yolg'izlik hissini yengib o'tishda qanday yo'l tutadilar, qaysi tipdagi odamlar yolg'izlikka tez beriladilar, mazkur kechinmani yengillatish maqsadida psixokorreksiyalash va psixoterapevtik ta'sir ko'rsatish vositalarini aniqlash yangi ilmiy tadqiqotlarni talab etadi.

Ayollar yolg'izligi haqida chuqur bilimga ega bo'lmay turib, mazkur holatga bog'liq salbiy kechinma tufayli yuzaga keladigan ijtimoiy muammoni hal etishga urinish kutilgan natijani bermaydi. Ilmiy-ommabop nashrlarda taklif etilayotgan, barcha o'quvchilar tanish bo'lgan tavsiyalar, amaliyotda naf bermayapti.

Hozirgi kungacha ayollar yolg'izligi orqali paydo bo'lgan salbiy holatlarni yengib o'tishga qaratilgan, ilmiy asoslangan maxsus usullar yetarli emas. Maxsus psixokorreksiyalash dasturlarini ishlab chiqish uchun, avvalo ayollardagi yolg'izlik fenomenini kompleks (har tomonlama) ravishda tadqiq etish zarur.

Muammoni hal etishga yo'naltirilgan tadqiqot o'zagini ayollardagi yolg'izlik fenomenini aniqlash va uni yengib o'tishning ijtimoiy-psixologik vositalarini qidirish tashkil etadi. Ushbu maqsadda, ayollar yolg'izligi modelini ishlab chiqish muhim bo'lib, yolg'iz ayollar tomonidan yolg'izlik hissini sub'yektiv idrok etish tipologiyasi bilan to'ldiriladi va yolg'iz ayollarga ijtimoiy-psixologik ko'maklashish hamda qo'llab-quvvatlash dasturi sinovdan o'tkaziladi.

Tadqiqotning nazariy asosi sifatida, yolg'izlik muammosiga bag'ishlangan xorijiy manbalardagi falsafiy nazariyalar, psixologik konsepsiyalarni qayd etish

mumkin. Ushbu muammoni konseptual asosda tadqiq etishda quyidagi yondashuvlar muhim o‘rin tutadi:

✚ odamning yolg‘izligi tufayli yuzaga keladigan holatlarni yoritib bergan falsafiy konsepsiyalar (N.I.Berdyayev, A.Kamyu, J.-P.Sartr, V.S.Solovyov, M.Xaydegger, K.Yaspers);

✚ yolg‘izlikni destruktiv (buzg‘unchi) ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida baholagan olimlarni qarashlari (T.Djonson, U.Sadler, F.Fromm-Reyxman);

✚ gumanistik psixologiyaning fundamental g‘oyalari (A.Maslou, G.Olport, K.Rodjers, V.Frank);

✚ yolg‘izlikni murakkab fenomen sifatida ko‘rsatib o‘tgan olimlarning metodologik qarashlari va xulosalari (K.A.Abulxanova-Slavskaya, I.S.Kon, S.G.Korchagina, Ye.K.Krupnik, N.P.Romanova, N.V.Xamitov, A.U.Xarash).

Yolg‘izlik hodisasini o‘rganishning muhimligi uning demografik komponenti bilan belgilanadi. Nikoh-oilaviy munosabatlardagi ajralishlarning yuqori intensivligi, ular uchun qayta turmush qurish orqali kompensatsiyaning pastligi, ikkinchi va uchinchi marta ajrashganlar ulushining ortishi, ayollarning ajralish faolligining yuqoriligi kabi xavotirli tendentsiyalar bilan tavsiflanadi.

Ayollarga nisbatan ijtimoiy kamsitish yolg‘iz ayollarning ko‘plab muammolari shakllanishiga asos bo‘ladi. Ulardan biri degradatsiya va desotsializatsiya elementlari bilan progressiv ishsizlik va doimo mavjud bo‘lgan ishdan bo‘shatish tahdididir. Bundan tashqari, davlat sektori bilan solishtirganda, xususiyl korxonalarda yolg‘iz ayollar xo‘jayinning o‘zboshimchaligiga qattiqroq qaram bo‘lib, ko‘pincha mehnat qonunchiligining elementar normalarini buzilishiga olib keladi. Yolg‘iz ayollarga ta‘sir ko‘rsatadigan ijtimoiy muhitning boshqa salbiy omillari orasida davlat tomonidan hech qanday ijtimoiy kafolatlarning amalda yo‘qligi, uy mehnatini osonlashtiradigan xizmatlarning qisqarishi va bolalar bilan bog‘liq barcha muammolar kiradi. Qiyin hayot sharoitlari ayollarning xulq-atvoriga turli yo‘llar bilan ta‘sir qilishi mumkin, ammo umumiy narsa bu yuqori darajadagi tashvishidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Аджибаева А.Д. Женщина и социальный прогресс. Алма-Ата, 1989.
2. Алешина И., Волович А. Проблемы усвоения роли мужчины и женщины/ Вопросы психологии, 1991, - №4.
3. Бабаева Л.В. и др. Деловая активность женщины в новых экономических структурах. / Социс, - 1992, - №5.
4. Корель Л. В. Женщина на крутых Виражах реформ, факторы риска и ступени адаптации. // ЭКО. № 6, 1995. С. 142-259.
5. Кузнецов О.Н., Лебедев В.И. Психология и психопатология одиночества М.: Медицина, 1972, 335 с.

YOLG‘IZLIK HISSINING IFODALANISH XUSUSIYATLARI

*Mahliyo Baxtiyorovna Yuldasheva,
Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori PhD
Farg‘ona davlat universiteti*

Talabalik davridagi yolg‘izlik o‘z mohiyatiga ko‘ra ijtimoiy hodisadir. Bu yoshda cheklanish va yolg‘izlik ichki shaxsiy psixologik jarayon emas, balki ularning o‘z hayotiga bo‘lgan munosabatlari xususiyatidir, deb tushunish mumkin. Ba‘zan yoshlardagi yolg‘izlik nisbatan yuzaki kechuvchi holat sifatida ham qaraladi. I.S.Kon, yolg‘izlikni yoshlikka xos xususiyat, jiddiylik, ruhiy jihatdan moyillik, deb ta’kidlaydi. U o‘z ichki dunyosida juda muhim quvonchli hodisa, ayni damda ko‘plab tashvishli holatni keltirib chiqaradi [2]. O‘zining betakrorligi, g‘aroyibligini his qilish, anglash yolg‘izlikning yuzaga kelishiga sabab bo‘ladi. Bu yoshda ko‘pincha ichki hislarning bo‘shab qolishini nima bilandir to‘ldirish ehtiyoji paydo bo‘ladi. Natijada muloqotga ehtiyoj, muloqot obyektining tanlanganligi, yolg‘iz qolishga bo‘lgan ehtiyojning paydo bo‘lishi kuzatiladi. Bulardan tashqari “yolg‘izlik” va “begonalashish” tushunchalarining mazmun-mohiyatiga haqidagi tasavvurlar ham o‘zgarib boradi va bu holatni jismoniy holat deb baholasalar, ba’zilar bu tushunchalarni boshqacharoq anglaydilar [1].

Yolg‘izlik hissining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini tadqiq etish talabalarning xulq-atvorlari va hissiy-emotsional sohalarining xususiyatlarini tushunish uchun muhim ahamiyatga ega. Talabalarda yolg‘izlik hissining namoyon bo‘lish xususiyatlarini aniqlash maqsadida suhbat metodi qo‘llanildi. Suhbat davomida respondentlarga oldindan tayyorlangan savollar bilan murojaat qilindi. Mazkur metod talabalar guruhida yolg‘izlik hissining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari yuzaga kelishini aniqlashga yordam berdi. Respondentlarning javoblari tahlili quyidagicha tizimlashtirildi:

“Yolg‘izlik hissi deganda nimani tushunasiz?” savolimiz bo‘yicha javoblar tahlili quyidagicha bo‘ldi. Ko‘plab respondentlar yolg‘izlik hissini jismoniy va ma’naviy yolg‘iz qolishning uyg‘unligi, deb tushunishlari aniqlandi. Ularning fikricha, muloqotning yetarli miqdorda bo‘lmasligi jismoniy yolg‘izlikni keltirib chiqarar ekan, bunda ular muloqot doirasining miqdoriy jihatiga urg‘u berishdi. Ma’naviy yolg‘izlik esa muloqotning sifatiiy tomoni, ya’ni hissiy-psixologik tarkibiy qismi bilan bog‘landi. Respondentlar shuni e’tiborga olishni ta’kidlashdiki, jismonan yolg‘iz bo‘lish bilan bir vaqtda inson emotsional jihatdan o‘zini juda xotirjam va qulay his qilishi mumkinligi, lekin odamlarning ichida bo‘lib turib ham o‘zini yolg‘izlangan holatda his qilish mumkin ekan. Shuningdek, yolg‘izlikni his qilish inson xarakterining individual toifalariga bog‘liqligiga urg‘u berildi, ya’ni introvert inson bir muddat hatto jismoniy yakkalanishda ham o‘zini yolg‘iz his qilmaydi, ekstrovert inson esa aksincha, o‘z yolg‘izligini yetarli darajadagi muvozanatda ushlab turishi uchun doimiy muloqotga ehtiyoj sezadi. Respondentlarning fikriga ko‘ra, insonning o‘zi uchun yoqimli suhbatdoshining mavjudligi yolg‘izlik hissining kechirilishini yengillashtiradi. Yolg‘izlikni jismoniy yakkalanish sifatida talaba-qizlar ta’kidlashgan bo‘lsa-da, talaba-yigitlarning aytishicha, hozirgi global o‘zgarishlarga to‘lgan zamonaviy jamiyatda

yolg'izlikni his qilish birmuncha uzoqlashadi, chunki talabalar doimiy muloqot obyektini sifatida faoliyat ko'rsatishadi va hatto ichki bo'shliqni his qilishlari chetlashadi. Yaqin kishisi bo'lmagan holda ham inson doimiy harakatda bo'lishi natijasida ta'sirotlar obyektini hisoblanadi, bu esa yolg'izlikni his qilishni talabalar hayotidan birmuncha uzoqlashtiradi. Demak, talabalarning ijtimoiy hayot, undagi o'ziga xosliklar, shaxsiy identifikatsiya va refleksiyaning teranroq anglashlari ularda yolg'izlik hissini adekvat tarzda yo'naltirilganligini ifodalaydi.

Suhbatimizning ikkinchi savoli "Agar yolg'izlikni his qilsangiz, uni yengishda Sizga nima yordam beradi?" ko'rinishida bo'ldi. Mazkur savolga berilgan javoblardan bir qator obyektiv va subyektiv xususiyatlar ta'kidlab o'tildi hamda ularning ahamiyatlilari ajratib olindi. Subyektiv xususiyatlar tarkibiga kelajakka ishonch, o'zgalarda yoqimli taassurot qoldirish, muloqot jarayonida insonning samimiylikka yo'g'rilganligi, yangiliklarga ochiqlik va pozitivlik bilan munosabat bildirish kabilar kiritildi. Talabalar yolg'izlik hissini adekvat tarzda idrok etishi uchun shaxsiy iroda va qat'iyatning o'rnini ham ustuvor deb ta'kidlab o'tishdi. Shuningdek, respondentlar do'stlar va yaqinlarning qo'llab-quvvatlashi, o'z mutaxassisligi doirasida kasbiy yetuklik, xobbi (qiziqarli mashg'ulotlar), sayyohatlar, ya'ni insonni yolg'iz qolishdan chalg'ituvchi barcha ijtimoiy ta'sir usullarini kiritdilar.

Suhbatimiz "Yolg'izlik hissini yengish davomida Sizga nima to'sqinlik qilishi mumkin?" degan savol bilan davom etdi. Javoblar tizimida turli xususiyatlar ko'lamini farqlandi. Shaxsga xos xususiyatlar qatoriga hissiyot, xarakter sifatleri, tortinchoqlik, muloqotga qobiliyatsizlik va fobiyalar kiritildi. Talabalar yolg'izlikni idrok qilishda uni optimal darajada baholash muhim ahamiyatga ega ekanligini ta'kidlashdi hamda yolg'izlik introvert insonlarda yana ham murakkabroq kechishi va bu hisni yengishga to'sqinlik qilishini bildirishdi. Mazkur savolga berilgan javoblardan vaziyatga bog'liq bo'lgan xususiyatlar sifatida jamiyatda axborotlashuvning keskin o'sishi, ijtimoiy status, turmush tarzi, attraksiyaning salbiy ko'rinishda ifodalanishi, yashash joyi, yolg'izlik hissining noadekvat idrok qilinishi kabilar kiritildi. Zamonaviy jamiyatda talabalarning asosiy vaqtini ijtimoiy tarmoqlarda o'tkazishi muloqotning sun'iylashuviga olib keladi. Bu esa o'z suhbatdoshini hissiy-emotsional tarzda qabul qilish ko'rsatkichini pasaytiradi va yolg'izlikka moyillikni kuchaytiradi. Talabalarning shaxslararo munosabatlarida subyektiv xulosalarning ustunligi ham ularda muloqot doirasini chegaralangan holda yolg'izlanishiga sabab bo'lmoqda.

To'rtinchi savolimizning mazmuni "Talabalarda yolg'izlik hissining namoyon bo'lish sabablari nimada, deb o'ylaysiz?" ko'rinishida bo'ldi. Mazkur savolga javob berishda respondentlar yolg'izlik hissi haqidagi fikr-mulohazalari va shaxsiy hayotiy tajribalariga tayangan holda yondashishdi. Xususiyatlar subyektiv va obyektiv omillar ko'rinishida talqin qilindi. Ya'ni, shaxsiyatparastlikning yuqori ko'rinishi, rad etilish xavfi, izzattalablik, shaxsiy kamchiliklar, qadriyatlar tizimining o'zgaruvchanligi, cheklanganlik (tor doirada fikrlash) kabilar psixik nomutanosibliklar, insonni o'ragan qurshov, tarbiya va boshqalar bilan bog'liqlikda yuz berishi aytib o'tildi. Obyektiv xususiyatlar sirasiga hayotiy tajribaning yetishmasligi, talabalar guruhidagi tarqoqlik (uyushmaganlik),

jamiyatning axborotlashuvi, tolerantlikning yo'qolishi kabilar kiritildi. Talabalar ko'p hollarda ijtimoiy kutishlarining real tarzda amalga oshmasligi hayotda murakkablikni yuzaga keltirishini va bu holat yolg'izlikka moyillikni kuchaytirishini ta'kidlashdi. Shu o'rinda talaba-qizlarimizning oilaviy hayotga qadam qo'yishlari ularda yolg'izlik hissiga moyillikni kuchaytirishi aytib o'tildi. Etnopsixologik xususiyatlarimizdan kelib chiqqan holda, turmush qurish bilan talaba-qizlarimiz hayotida oiladagi shaxslararo munosabatlarning yangilanishi, yangi oilaga moslashuvning murakkab kechishi, ko'p hollarda kelinchak talabaniing oila a'zolari tomonidan tushunilmasligi yolg'izlanishga sabab bo'lishi haqida fikr bildirildi. Yigitlarda esa oilaviy turmush birmuncha mustaqillikning ortishi, o'z ijtimoiy mavqeining mustahkamlanishi va intiluvchanlikning yaqqol ifodalanishiga sabab bo'lganligi tufayli yolg'izlik hissini optimal tarzda idrok qilishga olib kelishi ta'kidlandi. Natijada, ular yolg'izlikdan o'z-o'zini namoyon qilish imkoniyati sifatida foydalanishlariga urg'u berildi.

Suhbatimizning yakuniy beshinchi savoli "Yolg'izlikni yengish lozim bo'lsa, qanday usullardan foydalanasiz?" degan mazmunda bo'ldi. Albatta, suhbat davomida mazkur muammoning yechimiga qaratilgan fikr-mulohazalar berilib borildi. Ularning farqli tomoni shundaki, uchinchi bosqich talabalarining fikricha, insonning o'z-o'zini anglashi va yolg'izlikni identifikatsiya qilish jarayoni adekvat tarzda bo'lsa, mazkur hisni yengish shart emasligi, balki undan oqilona foydalanish zarurligi ta'kidlandi. Bunda muloqotni to'g'ri yo'lga qo'yish, shaxsiy o'sishning zarurligi, o'zini o'zi takomillashtirishda hayotiy bardoshlilikni namoyon qilish kabi xususiyatlar muhimligi aytib o'tildi. Talabalarining fikricha, ular talabalik mavqeiga kirish bosqichida kamchiliklar va fobiyani his qilishni yenga olishga o'zlarini yo'naltirishlari darkorligini uqtirishdi. Bunda birlamchi adaptatsiya davrida hissiy-emotsional kechinmalarning ifodalanish xususiyatlarining to'g'ri yo'naltirilishiga e'tibor qaratilishi lozimligini aytib o'tishdi.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, yolg'izlik murakkab va qarama-qarshiliklarni ifodalaydigan hodisa. Yolg'izlik hissi bir tomondan insonning ijtimoiylashuvini izdan chiqaradigan, inson motivatsion sohasidagi rivojlanishini sustlashtiradigan, o'z-o'zini va o'zgalarni adekvat idrok qilishni izdan chiqaradigan psixologik tabiatga ega bo'lsa, boshqa tomondan, insonning yuksak ma'naviy taraqqiyotiga hissa qo'shadigan imkoniyat xam hisoblanadi. O'z-o'zidan va o'z mavqeidan qoniqmaslik hislari bog'lovchisi sifatida yolg'izlik insonning ichki refleksiyasini takomillashtirish, muhim hayotiy muammolarni tahlil qila olish, o'z-o'zini va hayotda egallagan o'rni topish uchun turtki bo'lishi mumkin. Aynan mana shu zidlilik shaxsiy takomillashuv imkoniyatlarini ochishga yordam bergan holda insonning o'z ustida va vaziyatni boshqarish borasida astoydil ishlashiga majbur qiladi. Ana shundagina yolg'izlik o'zining destruktiv ko'rinishidan sokinlik va xotirjamlikni ifodalaydigan shaxsiy taraqqiyotning pozitiv ko'rsatkichi ko'rinishiga o'tadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Корчагина, С.Г. Психология одиночества / С.Г. Корчагина. - М.: Московский психолого-социальный институт, 2008. - 228 с.

2. Yuldasheva M.B. Talabalarda yolg'izlik hissining ijtimoiy-psixologik determinantlari. Monografiya. // Farg'ona davlat universiteti. 2023. 121 b. ISBN 978-9910-739-53-8

O'SMIRLARDA MULOQOTMANDLIK SHAKLLANISHINING METODOLOGIK ASOSLARI

Zaripova Sadoqat Samandar qizi (12-sonli maktab psixologi)
Zaripova Fazilat Samandar qizi (2-sonli maktab psixologi)

Bizga ma'lumki, "Ta'lim to'g'risida" gi Qonun, "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" da shaxsning erkinligi, mustaqil fikrlash qobiliyatini shakllantirish, muomala madaniyatini tarkib toptirishga birlamchi e'tibor qaratilgan. Shunday ekan, biz yosh avlodni, ayniqsa, o'smirlar yoshidagi bolalarni muloqot jarayoniga, o'zining mustaqil fikrini erkin ifodalash malakalarini egallash va ularning tanqidiy fikrlashini shakllantirish bugungi kunda psixolog-pedagoglar oldida turgan dolzarb masalalardan biridir. Chunki, rivojlanib borayotgan jamiyatda yashaydigan har bir insonni tanqidiy fikrlash, o'z fikrini to'liq yetkaza olish xususiyatlarini shakllantirish uchun dastlab muloqotga o'rgatish lozim. Aynan shu muloqot madaniyati kishilarda yaxshi shakllangan bo'lsa, ular bir-birlarini tushunishlari oson bo'ladi. Muloqot madaniyati, muloqotmandlik avvalo, oilada, ijtimoiy muhit ta'sirida, o'z-o'zini anglash, tarbiyalash jarayonida shakllanadi. Muloqot turli yosh davrlarida turlicha bo'ladi. Masalan, kattalar muomalaga kirishganda ma'lumotlariga, yoshlariga, jinslariga, kasblariga qarab muloqotda bo'ladi. Keksalarda muloqoti ham o'ziga xos bo'lib, bu yosh davrida ular xuddi kichik bolalardek izzattalab, injiq, bo'lib qoladilar. Ularga ehtiyotkor bo'lib muomalada bo'lish kerak, sababi ularning ko'ngillari juda nozik bo'ladi. Demak, har bir yosh davrida muloqotga kirishishning o'ziga xos tomonlari bor. Jumladan, o'smirlar ham har bir yosh davrida kuzatilgani kabi boshqa yosh davrlaridan farqli ravishda o'ziga xos shaklda muloqotga kirishadilar.

O'smirlar davri muloqotining asosiy vazifasi - bu do'stlik, o'rtoqlikdagi elementar normalarini aniqlash va egallashdir. O'smirlar muloqotining asosiy xususiyati shundan iboratki, u to'la o'rtoqlik kodeksiga bo'ysunadi. O'smirlarni o'z tengdoshlari bilan muloqotda bo'lishi g'oyat katta ahamiyatga egadir. O'smirlar do'stlik, o'rtoqlik va o'zaro yordamlashuvni hamma narsadan yuqori qo'yadilar: ana shunday o'zaro munosabatlar, o'spirinlik yillarida ham davom etaveradi. Bunda o'smirlar va ilk yoshdagi o'spirin o'quvchilarning xulq-atvorlariga do'stlari ota onalar va pedagoglarga nisbatan bir necha marta kuchliroq ta'sir etadilar [1.167 b].

Bizga ma'lumki, bolalar bog'cha sharoitidayoq tarbiyachi tomonidan turli mashg'ulotlar asosida muloqotga o'rgatiladi. Bunda avvalo, elementar tushunchalar ya'ni o'zini tutish, kattalarga qanday gapirish, salom berish, minnatdorchilik bildirish kabi usullar o'rgatiladi. Maktab yosh davrida va keyinchalik esa ijtimoiy - psixologik treninglar orqali shaxs muloqotga o'rgatiladi. Har bir shaxs o'zi bu usullarga ijobiy munosabat bildirishi, faol harakat qilishi

kerak. Chunki har qanday shaxs muloqotda bo‘lmasdan turib, faoliyat subyekti sifatida ham, individual inson sifatida ham to‘laonli rivojlana olmaydi.

A.A. Bodalyev fikricha, “hatto o‘yin faoliyatida bola muloqotda bo‘ladi. Ta’lim jarayonining asosida ham muloqotga o‘rgatish masalasi yetakchi bo‘lib turadi. Insonlar mehnat jarayonida doimo muloqotga ehtiyoj sezadilar” [2. 117b].

Muloqotning tarbiyaviy ahamiyati ham juda katta u insonning dunyoqarashini kengaytiradi va psixikasini rivojlantiradi. Bizdagi barcha ruhiy jarayonlar muloqot orqali shakllanib boradi. Muloqot usullariga va muloqatmandlikka o‘rgatish shuning uchun muhimdir. Muloqot madaniyati o‘rgatishni va muloqotmandlik qobiliyatini shakllantirishni o‘smirlik yoshidan boshlash zarurdir, chunki aynan shu yoshda u o‘z shaxsi haqidagi axborotga qat’iy ehtiyoj sezadi. Aynan o‘smirlik davrida o‘zining “Men” i xususida ziddiyatli kechinmalar boshlanadi. Bu davrda o‘z ruhiy holati haqida xayol surish kuchayadi, muloqot juda ahamiyatli va g‘oyat tanlab o‘tkaziladi. Inson shaxsi, shaxslararo muloqot to‘g‘risidagi axborot u uchun kerakli hisoblanadi.

O‘smirlarning muloqatmandligini tahlil qilishda muloqotning ikki turi ajralib turadi: shaxslararo va rolga asoslangan. Shaxslararo munosabatlar faoliyatdan tashqari atrofda odamlar bilan o‘zaro munosabatlar jarayonida ham paydo bo‘ladi va rolga asoslangan muloqot turli faoliyat turlari jarayonida amalga oshiriladi.

L. I. Bojovich, V. A. Goryanina, A. N. Leontiev, A. A. Bodalev, E. P. Ilyin va boshqa ko‘plab tadqiqotchilar o‘smirlar o‘rtasidagi shaxslararo muloqot muammosi bilan shug‘ullanishgan.

Jumladan, D.I. Feldshteyn o‘smirlar muloqotining uch shaklini ajratib ko‘rsatadi:

- shaxsiy - intim muloqot;
- guruhliy - stixiyali;
- ijtimoiy - yo‘nalgan muloqot [3. 187-189].

Shaxsiy-intim muloqot – shaxsiy simpatiya tuyg‘usi, “men” va “sen” o‘zaro ta’sir munosabatlariga asoslangan muloqot shakli. Shaxsiy-intim muloqot shaxslarning qadriyatlar, fikrlar va his-tuyg‘ular birligi oqibatida vujudga keladi. Shaxsiy-intim muloqot shaklining asosiy ko‘rinishlari muhabbat va do‘stlik. Guruhliy – stixiyali muloqot – tasodifiy “men” va “ular” o‘rtasidagi aloqa natijasida vujudga keladi. Bu muloqot shakli o‘smirlarning bo‘sh vaqtlarini samarali tashkil etilmagan hollarda vujudga keladi. Guruhliy –stixiyali muloqot natijasida turli norasmiy guruhlar paydo bo‘ladi va o‘smirlarda agressivlik, shavqatsizlik, xavotirlanish, tortinchoqlik kabilar shakllanadi. Ijtimoiy yo‘nalgan muloqot – “men” va “jamiyat” ning o‘zaro ta’siri natijasida vujudga keladi. Ijtimoiy yo‘nalgan muloqot natijasida guruhlar, jamoalar va hamkorlikdagi munosabat ko‘nikmalari shakllanadi. Psixologiyaning asosiy muammolaridan biri bo‘lib muloqotdagi qiyinchiliklar hisoblanadi. Shaxsda norasmiy muloqot jarayonida vujudga keluvchi qiyinchiliklar bilan rasmiy muloqot jarayonida duch kelinmaydi.

Muloqotdagi qiyinchiliklar natijasida o'smirda shaxsiy diskomfort, xavotirlanish, psixologik siqilish kabilar kuzatiladi. Bular sirasiga quyidagilarni kiritish mumkin:

- autistiklik, kuchli yolg'izlik hissi, begonalashish, muloqotdan qochish;
- ijtimoiy kommunabellikdagi qiyinchiliklar – kechirim so'rash, hamdardlik bildirish, nizoli vaziyatlardan samarali chiqa olish ko'nikmasining mavjud emasligi.

Yuqoridagilardan aksariyati, o'smir shaxsida muloqot jarayonida salbiy emotsiyalar, yangi muloqotlardan qochish, ishonchsizlik kabilarni uyg'otadi. Ko'pchilik o'smirlarda muloqotdagi qiyinchiliklarning psixologik va kommunikativ sohalari kuzatiladi. Psixologik sohaga shaxsning individual xususiyatlari, motivatsion yo'nalganligi, begonalashish va yolg'izlik hissi kabilarni kiritish mumkin. Muloqotdagi qiyinchiliklarning kommunikativ sohasiga o'smirning muloqotga kirisha olish qobiliyati, ovoz toni tembri kabi xususiyatlar kiradi.

I.S. Kon "O'smirlarda eng keng tarqalgan muloqotdagi qiyinchilik turi tortinchoqlikdir" – deb yozadi. Uning fikricha, o'zini tortinchoq deb hisoblagan o'smirlarda introvertlik, ijtimoiy munosabatlar tizimida o'z xulq - atvorini nazorat eta olmaslik, xavotirlanish, kommunikativ sohadagi qiyinchiliklar kuzatiladi.[4.26-28]

Muloqot jarayonidagi qiyinchiliklarni bartaraf qilish uchun shaxsning o'zi faol harakat qilishi, bu usullarga ijobiy munosabat bildirishi muhimdir. O'smirlik yoshidan muloqot madaniyatini o'rgatishni boshlashning sababi bu davrda o'smir o'z shaxsi haqidagi axborotga, boshqalar fikriga qat'iy ehtiyoj sezadi. O'smirlarni nutq bilan ishlash orqali ham muloqotga o'rgatish mumkin. Masalan, she'rni ovoz chiqarib o'qish, hikoyani gapirish kabilar, treninglar mashqlari ham muloqotni shakllanishiga yordam beradi.

Shu o'rinda misol keltirish mumkinki, O'zbekistonlik psixologlardan E.I. Ganeyeva ta'lim-tarbiya jarayonida o'quvchilarda muomala individual uslubi shakllanishining o'ziga xos xususiyatlarini quyidagicha izohlab bergan: Individual muomala uslubi o'smir integral individualligi strukturasi o'ziga xosligini belgilaydi, ya'ni turli ierarxik bosqichlarining xossalari aloqadorligini determinatsiya qilishda vositachi bo'g'in sifatida namoyon bo'ladi". Ya'ni, o'smir xulq-atvoridagi salbiy o'zgarishlar sabablarini ijtimoiy omillar bilan bog'lagani ko'rishimiz mumkin.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, o'smirning psixik o'sishini harakatga keltiruvchi kuch - uning faoliyatini vujudga keltirgan yangi ehtiyojlar bilan ularni qondirish imkoniyatlari o'rtasidagi qarama-qarshiliklar tizimining namoyon bo'lishidir. Vujudga kelgan ziddiyatlarni o'smirning psixologik kamolotni ta'minlash, faoliyat turlarini murakkablashtirish, uning shaxsida yangi psixologik fazilatlarni tarkib toptirish orqali asta-sekin yo'qotish mumkin.

Adabiyotlar ro'yxati

1. SH.A. Do'stmuhamedova, Z.T. Nishanova, S.X. Jalilova, SH.K. Karimova, SH.T. Alimbayeva "Yosh davrlari va pedagogik psixologiya" Toshkent-2013y, 167b.

2. Андреева Г.М. Социальная психология. – М., изд-во «АСПЕКТ ПРЕСС», 2002 y 117стр
3. G‘oziev E.G‘. Ijtimoiy psixologiya. T. “Noshir”. 2010 y6 187-189b.
4. Z. Nishanova, D. Abdullayeva, G. Baykunosova “O‘smirlik davri psixodiag-nostikasi va psixokorreksiyasi” Toshkent 2015 y. 26-28 b

O‘QUVCHILARDA XAVOTIRLANISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Toshkent amaliy fanlar universiteti
“Pedagogika va psixologiya” fakulteti
2-kurs talabasi*

O‘ljabaev Azim

*Ilmiy rahbar “Psixologiya” kafedrası dotsent v\ b,
psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori
Askarova Nargiza Abdivalievna*

Hozirgi vaqtda xavotirlanish, noaniqlik, emotsional beqarorlik va o‘ziga ishonchi pastligi bilan farq qiluvchi bolalar soni ortib bormoqda. Psixologik lug‘atda xavotirlilikka quyidagicha ta’rif berilgan: “Bu turli hayotiy vaziyatlarda, shu jumladan, bunga asos bo‘lmasa-da, xavotirni his qilishga yuqori moyillikdan iborat individual psixologik xususiyatdir”. Xavotirni xavotirlanuvchanlikdan farqlash zarur. Ko‘pincha chet ellik psixolog olimlar xavotirlanishni shaxs holati sifatida qaraydilar va shu mazmunda bir qator nazariyalarni yaratganlar. Shaxs hislati sifatidagi shaxsiy xavotirlanish holati qanchalik tez-tez va intensive ravishda yuzaga kelishiga qarab aniqlash mumkin. Xavotirlanish holati yorqin ifodalangan shaxs atrofimizni o‘rab turgan dunyoni xavf-xatar, qo‘rqinch, tahlika idrok qilishiga moyillik bo‘ladi.

Filipps, Marlin va Mayrs o‘z tadqiqotlari natijasida shunday fikrga keldilarki, xavotirlanish stressing turli shakllari natijasida hosil bo‘lishi mumkin. Biroq stress mohiyatini ochib berish xavotirlanish reaksiyalarini hamda uning mexanizmlari tabiatini ular nuqtai nazarini egallaydilar. Filipps va uning hamfikrlarining ta’kidlashlaricha, emotsional holatga o‘tuvchi xavotirlanish bilan shaxsning nisbatan barqaror xislati sifatidagi xavotirlanish bilan shaxsiy nisbatan barqaror xislati sifatidagi xavotirlanish o‘rtasida konseptual farq mavjud [4,4936]. Bunday farqni Kettel va Sheyerham o‘z tadqiqotlarida aniqlanib bergan edilar. Hozirgi davrgacha muammoning ushbu tomoniga yanada ko‘proq e’tibor qaratib kelinmoqda. Xavotirlanishi holat hamda xususiyatga ajratish Kettell va Spilberg ishlarida yaqqol aks ettirilgan.

Agar xavotir – bola bezovtaligining epizodik ko‘rinishi bo‘lsa, xavotirlilik mustahkam holat hisoblanadi. Masalan, bolada bayramda chiqish qilish oldidan yoki sinfda mavzuni gapirib berishda bezovtalanish hollari kuzatiladi. Biroq bu bezovtalik har doim namoyon bo‘lmaydi, boshqa vaziyatlarda u sokin bo‘lishi mumkin. Bu o‘quvchining tayyorgarlik darajasiga bog‘liq. Agar xavotir holati tez-tez va turli vaziyatlarda (dars payti javob berishda, notanish odamlar bilan muloqotda va h.k. takrorlansa, bu holda xavotirlilik haqida gapirish mumkin.

Xavotirlilik qandaydir muayyan vaziyat bilan bog‘liq bo‘lmaydi va deyarli doim namoyon bo‘ladi. Bu holat odamga faoliyatning har qanday ko‘rinishida hamroh bo‘ladi. Qachonki odam aniq nimadandir qo‘rqsa biz qo‘rquvning ko‘rinishi haqida gapiramiz. Masalan, qorong‘ilikdan, balandlikdan, bo‘sh joydan qo‘rquv. K. Izard “xavotir” atamalarining farqini shu tarzda tushuntiradi: xavotir – bu ba’zi hislarning uyg‘unlashuvi, qo‘rquv esa faqat shu hislardan biridir. Qo‘rquv odamda istalgan yoshda rivojlanishi mumkin [2,2076]. A.I.Zaxarov fikriga ko‘ra, [1,556] bir yoshdan uch yoshgacha bo‘lgan bolalarda tungi qo‘rquvlar, hayotining ikkinchi yilida – birmuncha ko‘proq kutilmagan tovushlar, yolg‘izlik, og‘riq, shuningdek, tibbiy xodimlardan qo‘rquv namoyon bo‘ladi. Hozirgi vaqtgacha xavotirlilikning paydo bo‘lish sabablari yuzasidan muayyan nuqtayi nazar ishlab chiqilmagan. Ammo ko‘pchilik olimlar maktabgacha tarbiya va kichik maktab yoshidagi bolalarda xavotirlilikning asosiy sabablaridan biri bola va ota-ona o‘rtasidagi munosabatlarning buzilishi deb hisoblaydilar. “Maktab o‘quvchisining hissiy turg‘unligi” kitobi mualliflari B.I.Kochubey va Y.V.Novikova xavotirlilik bolada quyidagi holatlarda paydo bo‘lishi mumkin bo‘lgan ichki nizolarning mavjudligi oqibatida rivojlanadi deb yozadi:

1. Ota-onalar yoxud ota-ona va maktab tomonidan taqdim etiladigan qarama-qarshi talablar. Masalan, ota-ona bola o‘zini yomon his qilayotgani uchun maktabga bormaydi, o‘qituvchi esa jurnalga “ikki” baho qo‘yadi va boshqa bolalarning yonida uni dars qoldirgani uchun tergaydi.

2. Noteng (ko‘pincha yuqori) talablar. Masalan, ota-onalar bolaga a‘lochi bo‘lishi kerakligi haqida qayta-qayta takrorlaydilar, o‘g‘il yoki qizlari “besh” baho olishiga qaramasdan, sinfning eng yaxshi o‘quvchisi bo‘lmaganliklariga ko‘nikishni istamaydilar.

3. Bolani kamsituvchi, uni tobe holatga qo‘yuvchi salbiy talablar. Masalan, tarbiyachi yoki o‘qituvchi bolaga: “Agar sen men yo‘qligimda kim o‘zini yomon tutganligini aytib bersang, sening boshqa bolalar bilan urushganingni onangga aytmayman” deydi. Maktabgacha tarbiya va kichik maktab yoshida o‘g‘il bolalar, 12 yoshdan keyin esa qiz bolalar ancha xavotirlanish ortadi [3,806].

Bunda qiz bolalar o‘zaro boshqa odamlar bilan munosabat yuzasidan hayajonlanadilar, o‘g‘il bolalarni esa ko‘proq darajada zo‘ravonlik va jazo xavotirga soladi. Nojo‘ya xatti-harakat sodir etgan qizlarni onasi yoki pedagog u haqida yomon fikrga borishi, dugonalari u bilan o‘ynashdan voz kechishi tashvishga soladi. Bunday vaziyatda o‘g‘il bolalar ko‘proq kattalar ularni jazolashlari yoki tengdoshlari kaltaklashidan qo‘rqadilar. Psixologlar ta‘kidlaganlaridek, o‘quv yili boshlanganidan 6 hafta o‘tgach o‘quvchilarda xavotirlanish darajasi oshadi va ular 7-10 kunlik ta‘tilga ehtiyoj sezadilar. Bolaning xavotirliligi uning atrofidagi kattalar xavotirliligining darajasiga bog‘liq. Pedagog yoki ota-onaning yuqori xavotirliligi bolaga o‘tadi. Xayrixoh munosabatda bo‘lgan oilalardagi bolalar tez-tez janjal bo‘ladigan oila bolalaridan ko‘ra kamroq xavotirlanadilar.

Shunisi qiziqki, ota-onalar ajrashgach, oiladagi janjallar tugaganida bolaning xavotirlilik darajasi pasaymaydi, aksincha birdan oshib ketadi. Psixologlar shunday qonuniyatni ham aniqladilar: bolalar xavotirliligi ota-onalar o‘ssishi, yashash

sharoiti, moddiy ahvolidan qoniqmagan hollarda ham o'sar ekan. Ehtimol, shuning uchun ham bugungi kunda xavotirlanuvchan bolalar soni uzluksiz oshayotgandir. Oilada ota-ona tarbiyasining avtoritar usuli ham bolaning ichki xotirjamligi yo'qolishiga sabab bo'ladi. Shunday fikr mavjudki, o'quv xavotiri maktabgacha tarbiya yoshidayoq shakllanishni boshlaydi. Bunga tarbiyachi ishining turli usullari, bolani boshqalar bilan doimiy solishtirish, qo'yiladigan yuqori talab ham sabab bo'lishi mumkin. Bundan tashqari, ota-onalar farzandi erta yoshdan bilim olishi uchun ko'p sonli o'qituvchilarni yollaydi, natijada bola soatlab topshiriqlarni bajaradi. Kichkintoyning chiniqmagan va jadal ta'limga tayyor bo'lmagan organizmi bunday bosimga bardosh berolmay-di, go'dak betob bo'ladi, o'qishga ishtiyoqi yo'qoladi, yaqinlashib kelayotgan o'quv mavsumi yuzasidan xavotiri ortadi. Xavotirlilik nevroz yoki boshqa psixik buzilishlar bilan aloqador bo'lishi mumkin. Bunday hollarda tibbiy mutaxassis yordami zarur.

Maktabgacha tarbiya muassasasi va maktablarda xavotirlanuvchan bolalar bilan ishlash oson emas. Hatto boshqa kategoriyadagi "muammoli" bolalar bilan ishlashdan ko'ra og'irroq, chunki giperfaol yoki tajovuzkor bolalar sinfda yaqqol ajralib turadilar, xavotirlanuvchan bolalar esa o'z muammolarini o'zida saqlashga intiladi. Ular hodisaning o'zidan emas, balki oldindan his qiladigan tuyg'u ta'sirida qo'rquvga tushadilar. Ko'pincha ular eng yomonini kutadilar. O'zlarini himoyasiz his qilib, yangi o'yinlarni o'ynashdan, faoliyatning yangi turiga kirishishdan cho'chiydilar. Ular o'zlariga nisbatan talabchan va tanqidiy ko'z bilan qaraydilar. Bunday bolalarning o'z-o'zini baholashi past darajada, hatto o'zlarini hamma narsada boshqalardan yomon, o'ta xunuk, aqlsiz, qovushmagan deb o'ylaydilar.

Xavotirlanuvchan bolalar uchun somatik muammolar ham xos: qorindagi og'riq, bosh aylanishi, bosh og'rig'i, tomoqdagi siqilish, qiyinlashgan yuzaki nafas olish va boshqalar. Xavotir namoyon bo'lgan vaqtda ular og'iz qurib qolishi, tomoqqa narsa tiqilishi, oyoqdagi zaiflik, yurakning tez-tez urishini his qiladilar. Xavotirlanuvchan bola bilan ishlash ancha mushkul vazifa bo'lib, uzoq vaqt talab qiladi. Mutaxassislar ular bilan ishlashni uch yo'nalishda olib borishni tavsiya qilishadi:

1. O'z-o'ziga baho berishni oshirish.
2. Bolani birmuncha to'lqinlantiruvchi vaziyatlarda o'zini boshqarishga o'rgatish.
3. Mushak zo'riqishini olib tashlash.

Albatta, qisqa vaqt ichida o'z-o'zini baholashni oshirish mumkin emas. Har kuni maqsadli yo'naltirilgan ish olib borish zarur. Bolaga ismini aytib murojaat qiling, kichik muvaffaqiyati uchun ham maqtang, yutuqlarini boshqa bolalar oldida ta'kidlang. Biroq sizning maqtovingiz samimiy bo'lmog'i lozim, chunki bolalar soxtalikni tezda sezib, ta'sirlanadilar. Shuningdek, bola uni nima uchun maqtayotganliklarini, albatta, bilmog'i zarur. Har qanday vaziyatda bolani maqtash uchun sabab topish mumkin. Xavotirlanuvchan bolalar atrofdagilardan o'zi to'g'risida yoqimli maqtovlarni bilib oladigan, o'ziga "boshqalarning nigohi" bilan qaraydigan "Xushomad" "Men senga sovg'a qilaman" kabi o'yinlarda ko'proq ishtirok etishlari zarur. Xavotirlanuvchan bolalar o'z muammolari to'g'risida ochiq ma'lum qilmaydi, ba'zida esa ularni yashiradi. Maktabda esa badiiy asar qahramonlari timsolida bolalarga eng jur'atli odam – bu hech kimdan qo'rqmaydigan odam emas, balki o'z qo'rquvini yenga oladigan inson ekanligini

ko'rsatish mumkin. Shuningdek, xavotirli bolalar bilan ishlashda tana faol ishtirok etadigan o'yinlar o'ynash maqsadga muvofiq. Relaksatsiya, chuqur nafas olish texnikasi, yoga bilan shug'ullanish, massaj va shunchaki badantarbiya mashqlari ular uchun juda foydalidir.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, xavotirlanish sababli irodaviy soha zaiflashib, inson biror qaror qabul qilishga, vaziyatni nazorat qilishga qiynaladi. Ayniqsa, murakkab davr bo'lgan o'smirlilik yoshida xavotirlanish shaxs imkoniyatlarini cheklab, shaxslararo munosabatlarda o'z o'rnini topishga to'sqinlik qiladi. Buning oqibatida esa o'smirda asabiy zo'riqishlar, tushkunlik va depressiya holati yuzaga keladi.

ADABIYOTLAR

1. А. И. Захаров Дневные и ночные страхи у детей. Серия «Психология ребенка». — СПб.: «Издательство СОЮЗ», 2000.
2. Изард К. Эмоции человека. - М.: Изд-во МГУ, 1980.
3. Кочубей Б.И. Эмоциональная устойчивость школьника / Б.И. Кочубей, Е.В. Новикова. – М. : Знание, 1988.
4. Майерс Д. Социальная психология. Интенсивный курс / Д. Майерс. – 4-е междунар. изд. Санкт-Петербург, 2007.

МАКТАВ PSIXOLOGI ISHIDA SHAXSNI KAMOL TOPTIRISH MASALALARI

Bekchanova Dilfuza Shanazarova
Xiva shaxar 18-son maktab psixologi

Bugungi kundagi jamiyat oldidagi muhim masalalardan biri mustaqil fikrlovchi erkin shaxsni yetishtirib chiqarishdan iboratdir. Maktab psixologlari faoliyatida o'zining qadr-qimmatini anglaydigan, irodasi baquvvat, iymoni butun, hayotda aniq maqsadga ega bo'lgan insonlarni tarbiyalashdek muhim vazifa belgilab olingan. Tarbiya uzluksiz jarayon bo'lib, inson dunyoga kelishidan boshlab, to umrining oxirigacha davom etib boradi. Bu jarayon davomida atrof-muhitdagi voqea-hodisalarning shaxsga salbiy yoki ijobiy aks ta'sir etishi uning insoniy fazilatlari qay darajada shakllanganlagini belgilaydi. Bugungi kunda ta'lim sohasi oldida turgan eng dolzarb muammolardan biri ham aynan, shu maqsadga qaratilgan bo'lib, kelajak avlodni komil shaxs sifatida shakllanishini ta'minlashdan iboratdir.

Afsuski, barcha mamlakatlarda bo'lgani singari bizning o'sib kelayotgan yoshlarimiz orasida ham tarbiyasi og'ir va deviant hulq atvorli farzandlar mavjud bo'lib, ularning tarbiyasi alohida e'tibor va yondashuvni talab etadi. Ma'lumki, yoshlarning ma'naviy-axloqiy tarbiyasi bilan oila, mahalla, ta'lim muassasalari, ommaviy axborot vositalari, huquqni muhofaza qiluvchi tashkilotlar, ilmiy-pedagogik kadrlar shug'ullanadilar. Tarbiya jarayonida barcha ishtirokchilarning bahamjihatligi ta'minlansagina u o'zining ijobiy natijalarini berishi mumkin. Agar biz farzandlarimizni har tomonlama yetuk qilib tarbiyalamoqchi bo'lsak, ya'ni komil insonni voyaga yetkazishimiz uchun uni, har tomonlama o'rganishimiz

lozim. Tarbiyasi qiyin bolalarning hatti-harakatlarini psixologik tahlil etish va ularga amaliy jihatdan ko'mak berish, mazkur yo'nalishda hech bo'lmaganda sodda va bajarilishi oson bo'lgan amaliy mashg'ulotlar o'tkazish ko'nikma va malakalariga ega bo'lishimizni talab etadi.

Ko'pchilikning fikriga qaraganda oxirgi paytlarda tarbiyasi og'ir bolalar bilan bog'liq muammolarning tez-tez uchrab turishi va ular sonining keskin oshganligi takidlanadi. Shuningdek, bu muammoni bir qancha tashqi sabablarga bog'lash mumkin, ya'ni, hozirgi vaqtda axborot oqimining yuqoriligi (uzluksiz televizor ko'rish, kompyuterdagi har xil o'yinlar epizotlariga taqlid qilish, Internet tizimidagi norasmiy saytlar orqali har xil nomaqbul axborotlarni o'zlashtirishi) yoki kattalarning e'tiboridan chetda bo'lishi, oiladagi krizis va hokazolar. Bu omillarni inkor etmagan holda, mazkur muammoning tub sabablarini bolaning psixik taraqqiyotidan qidirish lozim.

Hech kimga sir emaski bugungi kun bolalari o'zlarining yigirma yil oldingi tengdoshlaridan farq qilishadi. Hozirgi yoshlar tez ta'sirlanuvchan, musaqillikka moyilligi yuqoriligi va shu bilan birga nisbatan befarq, o'z vaqtlarini mazmunli ijtimoiy foydali faoliyatga sarflagilari kelmaydi. Vaholanki inson tabitan o'ziga xos oson va ko'ngilochar mashg'ulotlarga moyil bo'ladi. Inson xulq-atvori tarkibining aksariyati tabiiy instinktlari ta'ziyqi ostida bo'lishini inobatga olinishi kerak. Ushbu ta'ziyqlarni to'g'ri muvofiqlashtirish insondan irodaviylikni talab qiladi. Bu holatni zamonaviy texnikaning rivojlanganligi ta'siri deb ham izohlash mumkindir. Ko'pchilik hollarda bolalardagi bu o'zgarishlarga e'tiborsizlik va befarqlik ularning xulq-atvorida salbiy og'ishlarining boshlang'ich sababi va asosi bo'lishi mumkin. Inson ongining yuksak belgilaridan biri uning o'zini anglashidir. Uning o'zini anglashi o'z navbatida shaxsning muhim belgisi hisoblanadi. Inson o'z tevarak-atrofidagi olamni biluvchi va shu olamga ta'sir etuvchi sub'yektdir. Insonning idrok etadigan, tasavvur qiladigan narsalari uning uchun ob'yektdir. Ana shu nuqtai-nazardan olganda, insonning o'zini anglashi sub'yektiv ravishda o'zini «men» deb his qilishida ifodalanadi. Inson ijtimoiy zot bo'lganligidan unga o'zligini anglash qobiliyati xosdir. Faqat ijtimoiy hayotda, o'zga kishilar bilan qiladigan har turli munosabatlarda odamning o'zini anglashi, o'zini «men» deb bilishi vujudga keladi va taraqqiy etadi. Odam o'zini alohida shaxs sifatida kim deb bilishi, o'zining o'tmishi va kelajagini anglashi, o'z xuquq va burchini anglashi va nihoyat o'zining fazilat hamda kamchiliklarini anglashi o'zini anglashiga kiradi. Insonning tabiatini o'zgartiradigan, uning shaxsini tarkib topishiga ta'sir qiladigan kuch ijtimoiy omillar yoki boshqacharoq qilib aytganda, jamiyat ishlab chiqarish kuchlari, hamda ishlab chiqarish munosabatlarining o'sishi va o'zgarishidir. Bundan tashqari yana inson shaxsining tarkib topishiga ta'sir qiluvchi kuchli omil - inson orttirgan tajribalarning tarbiya vositasi orqali bolalarga berilishidir. Shunday qilib, inson shaxsi juda murakkab psixologik kategoriya bo'lib, u kishining individual hayoti davomida ma'lum konkret omillarning ta'siri ostida sekin-asta tarkib topadi. Ilmiy manbalarga qaraganda inson shaxsi uchta faktorlar ta'sirida tarkib topadi. Ulardan birinchisi odam tug'ilib o'sadigan tashqi ijtimoiy muhitning ta'siri bo'lsa, ikkinchisi odamga uzoq muddat davomida sistemali beriladigan ijtimoiy ta'lim-tarbiyaning ta'siridir va nihoyat,

uchinchisi odamga nasliy yo‘l bilan beradigan irsiy omillarning ta’siridir.

Shunday qilib boladagi salbiy illatlarni oldini olish va ularni bartaraf etishda quyidagilarga e’tiborni qaratish zarur:

-*birinchi o‘rinda*, har bir yosh davrni o‘ziga xos psixologik rivojlanish darajalarini aniqlab olish lozim.

-*ikkinchi o‘rinda*, bolani tarbiyasidagi sodir bo‘layotgan salbiy o‘zgarishlarni o‘rganib chiqish kerak.

-*uchinchi o‘rinda*, tarbiyasi og‘ir bolalarning psixologik rivojlanishini me’yorlashtirishga yo‘naltirilgan maxsus tadbirlarni ishlab chiqish lozimdir.

Xulosa sifatida shuni ta’kidlash joizki, bugungi kunda psixologik xizmat sohasini rivojlantirish, mutaxassislarni har tomonlama bilimli va zamonga mos tarzda fikrlaydigan inson bo‘lib yetishishlarini ta’minlash muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O‘zbekiston Respublikasining Konstitusiyasi.–Toshkent: «O‘zbekiston», 2023. <https://lex.uz/acts/20596>
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son «2022–2026-yillarga mo‘ljallangan Yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to‘g‘risida» 2022. <https://lex.uz/ru/docs/-5841063>
3. Nishonova. Z.T. Psixologik xizmat darslik.T.: 2014. 423 b.
4. Barotov Sh.R. Psixologik xizmat. Darslik.T.: 2018.- 344 b.

O‘SMIRLIK DAVRIDA YOLG‘IZLIK HISSINI KELTIRIB CHIQRUVCHI OMILLAR

Darvishxojayev Xasan Abdulxakimovich,
University of Business and Science nodavlat oliy ta’lim muassasasi
“Pedagogika va psixologiya” kafedراسi magistranti

Insonning kelajak hayoti, uning qay darajada yetuk shaxs bo‘lib yetishishi o‘smirlik yillaridagi ruhiy holati bilan chambarchas bog‘liqdir. Insonning har tomonlama yetuk shaxs bo‘lib voyaga yetishishida o‘smirlik davridagi ta’lim-tarbiya, oiladagi ijtimoiy-ruhiy muhitning ahamiyati kattadir.

Yolg‘izlik hissini o‘zida his etayotgan o‘smirlarga, ularning individual - psixologik xususiyatlarini, ruhiy holatlarini inobatga olgan holda ta’lim-tarbiya jarayonini tashkil etish dolzarb masalalardan biri ekanligini ta’kidlash joiz.

O‘smirlik davrida yolg‘izlik hissining paydo bo‘lishiga bir necha omillar sabab bo‘lishi mumkin. O‘smir uning yolg‘izligiga sabab bo‘lgan vaziyat oldida o‘zini ojiz his qilsa, ruhi tushib ketadi va uni bartaraf etish uchun hech qanday qarorlar qabul qila olmaydi yoki aksincha, yolg‘izligiga sabab bo‘lgan vaziyatni to‘liq anglash uni qat’iyat bilan harakat qilishga undaydi.

Tadqiqotlarda aniqlanishicha, yolg‘izlik o‘smirning o‘ziga beradigan bahosiga bog‘liqdir. Ko‘pchilik o‘smirlarda yolg‘izlik hissi o‘zini past baholash, hech narsaga yaroqli emasligi, moslashuvchan emasligini anglash bilan bog‘liqdir.

Yolg‘izlik hissi normal shaxslararo munosabatlarning individual qabul qilingan standartlari o‘zgarish dinamikasiga bog‘liq tarzda kuchayishi yoki susayishi natijasi hamdir. Bunday standartlar odatda sub’yektiv tipda bo‘lib, aniq

tavsiflarga ega bo'lmada, "meni ko'proq do'stlarim bo'lsaydi", "hech kim meni chin dildan tushunmaydi" degan fikrlarda yaqqol ifodalanadi. Shu bilan birga mazkur standartlar nisbiy bo'lib, avval do'stlari ko'p bo'lgan o'smirda muloqot doirasi salgina torayishi bilan yolg'izlik hissining kuchayishiga, avvallari do'stlari kam bo'lganlarda esa yolg'izlikning kamayishiga olib keladi.

Yolg'iz o'smirlar ko'p hollarda o'zlarining yolg'izligi sababini xarakterdagi nuqsonlar, qobiliyat yo'qligi, unchalik jozibador emasliklari bilan bog'lasalar, ongli irodaviy nazoratning yetishmasligi, munosabatlarni tiklash uchun yetarli darajada kuch sarflamaslik, buning uchun sarflanayotgan vositalarning samarali emasligi omiliga unchalik e'tibor qaratmaydilar. Bu o'smirlarda ko'p hollarda uyatchanlik, munosabat o'rnatishga urinishlarining rad etilishidan qo'rqish, mazkur vaziyatda o'zini qanday tutishni bilmaslik kabi sifatleri bilan bog'liqdir.

O'smirlarning yolg'izlikka e'tibor berishidagi asosiy jihat tajovuz yoki depressiya bilan bog'liqdir. Nazoratning ichki lokusida ko'p hollarda depressiya, tashqisida esa tajovuzkorlik vujudga keladi. Itoatkorlikka bo'lgan yuqori darajadagi moyillik yoki dushmanlikning namoyon bo'lishi o'smirning odamlar orasidagi yolg'izligi bilan ijobiy korrelyasiyaga ega. Yolg'iz o'smirlar ko'p hollarda o'zlarini hech narsaga yaramaydigan, hech kim yaxshi ko'rmaydigan odam deb hisoblashadi, buning natijasida ularda o'zini - o'zi tanqid qilish hissi kuchayadi.

O'zini past baholash bilan yolg'izlik o'rtasidagi o'zaro aloqani ikki xil tarzda tushuntirish mumkin. Birinchidan, o'ziga baho berishning pastligi kishida ichki o'zidan begonasirashni vujudga keltiradi; ikkinchidan, o'zini past baholash o'smirning xulq-atvor tendensiyalari va ustanovkalarining shunday tizimi bilan bog'liqqi, ular o'z navbatida shaxslararo munosabatlarni qiyinlashtiradi.

Yolg'izlikning affektiv belgilari ko'pincha rang-barang tarzda ifodalanadi. O'zini chuqur yolg'iz his qiladiganlar juda baxtsizdirlar. Affektiv kechinmalarning o'zi yolg'izlik kabi yoqimsiz hisni ifodalash uchun yetarli emas. Yolg'izlik bilan assosiasiyalanuvchi emosiylar to'plami mavjud emas. Rubinstayn va Sheyverlar yolg'izlik bilan bog'liq emosiylarning to'rt guruhini ajratib ko'rsatishgan. Insonlar negativ emosiylarni ichdan kechirsalar ham, "nimadir ko'ngildagidek emas"ligini anglasalar ham o'zlarini yolg'iz deb tashxis qo'ymasliklari mumkin. Uning o'rniga depressiya, toliqish va jismoniy charchoq deb baholashadi. Insonlar odatda yolg'izliklarini identifikasiyalash uchun xulq-atvorga xos bo'lgan xususiyatlardan foydalanishadi. Yakkalanish yolg'izlik bilan bog'liq bo'lishi shart emas. Agar inson doimo yolg'iz ekanligini o'ylab, o'zini baxtsiz his qilsa, bu holda yolg'izlik deb tashxis qo'yish mumkin. Agar insonlar o'z holati haqida kognitiv izohlarga ega bo'lishmasa, o'zlarini yolg'iz deb hisoblamaydilar. Insonlar o'zlarining yolg'izlik holatini kechinmalar, xatti-harakatlar va fikrlar majmuidan kelib chiqqan holda baholaydilar.

O'zini-o'zi baholashning yolg'izlikka ta'sirini ikki xil nuqtai nazardan izohlash mumkin. Birinchi nazariyaga ko'ra, yolg'izlikning sababi ichki o'zini-o'zi begonalashtirishdir. Ikkinchi nuqtai nazar tarafdorlari fikricha esa, quyi darajadagi o'zini-o'zi baholash bilan bog'liq xulq-atvor yo'l-yo'riq va qadriyatleri ijtimoiy o'zaro ta'sirning qoniqarli bo'lishini qiyinlashtiradi, natijada yolg'izlik hissining

shakllanishiga qulay sharoit yaratadi.

Yolg'izlikni o'rganishga qaratilgan birinchi guruh tadqiqotlar asosiy e'tiborni shaxsning o'z holatini qanday idrok qilishiga qaratishadi. Rodjers yolg'izlikni shaxsning haqiqiy ichki his-tuyg'ularidan begonalashuvi deb ta'riflaydi. Boshqalarning hurmat-e'tibori va mehr-muhabbatiga sazovor bo'lish uchun shaxs o'zini tashqi tomondan namoyon etadi, natijada o'zidan begonalashish vujudga keladi.

O'zini past baholash qoniqarli ijtimoiy o'zaro munosabatlarni tashkil etish va qo'llab-quvvatlashga xalaqit beruvchi fikrlar hamda xulq-atvor yig'indisidir. O'zini-o'zi past baholovchi kishilar uchun ijtimoiy o'zaro aloqalar kamsituvchi holat deb interpretasiya qilinadi. Muloqot jarayonidagi omadsizlikni ichki, o'zini ayblovchi omillar ta'sirida ro'y berdi deb o'ylashadi, ularni boshqalar ham keraksiz hisoblashadi degan fikrga boradilar. Insonlarning o'ziga o'zi beradigan bahosini eksperimental tadqiq etgan mutaxassislarning aniqlashicha, o'zini past baholaydigan kishilar do'stlariga juda iltifotli, e'tiborli bo'lsalar, ularni rad etganlarga nisbatan dushmanlarcha munosabatda bo'ladilar. [1]

Yolg'izlik muammosiga bag'ishlangan tadqiqotlardan birida talabalarga yolg'iz kishining yolg'izligini bir necha sabablar bilan izoqlash so'ralgan. Eksperiment davomida yolg'izlik ichki sabablar bilan izohlangan bo'lsa, unda bu kishilarga nisbatan egotsyentrik, sevimagan, o'ziga bahoning pastligi xos deb ta'riflangan.

Insonning o'zi haqidagi tasavvurlari ko'p jihatdan uning boshqa kishilar bilan bo'ladigan o'zaro munosabatlariga bog'liqdir.

Yolg'izlikdan aziyat chekayotgan o'smirlarga yordam berish uchun avvalo unga xos bo'lgan yolg'izlikning tipini, qachondan beri bunday hisni kechirishini, unga bo'lgan moyilligi qanday ekanligini bilish ahamiyatlidir. Yolg'izlikning hamma tiplari ham bir xil emasligi mazkur vazifani yanada murakkablashtiradi. Ko'pchilik o'smirlar uchun yolg'izlik hayotini izdan chiqaradigan vaziyatlarga reaksiya sifatida namoyon bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Mullaboyeva N.Sh. Yolg'izlik hissining individual xususiyatlari, Psixologiyada shaxs individualligi shakllanishining dolzarb muammolari mavzusidagi ilmiy-amaliy konferensiya materiallari, T. 2012.
2. Nishanova Z.T. Psixologik maslahat. T. 2011.

XAVOTIR VA IJTIMOY FOBIYA HOLATLARINING NAMOYON BO'LISHI

Ro'ziyev Umar Muzafarovich

Buxoro davlat universiteti

Psixologiya va sotsiologiya kafedrasi dotsenti

Fobiya - biror vaziyat, hodisa predmetga nisbatan vujudga keladigan birmuncha turg'un va asossiz qo'rquvdir. Fobiya bilan aziyat chekuvchilar qo'rquvlariga sabab bo'luvchi predmet yoki vaziyat haqida hatto o'ylaganlarida

ham ularni vahima qamrab oladi. Fobiya insonlarning normal hayot kechirishlariga to'sqinlik qilib, shaxsiy, ijtimoiy va kasbiy faoliyatlariga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Respublikamizda so'nggi yillarda ta'lim-tarbiya tizimini takomillashtirish, bugungi zamon talablari asosida innovatsion yondashuvlarini joriy etish bo'yicha olib borilgan islohotlar natijasida yoshlarni har tomonlama barkamol topishi muhim ahamiyat kasb etmoqda. Bundan tashqari, fan-texnika taraqqiyoti, sifatli va mustaqil ta'lim olishga ehtiyojlarining ortishi bu boradagi tadqiqotlarni yanada chuqurlashtirish zarurati mavjud ekanligini ko'rsatmoqda. O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha «Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiya»sida «uzluksiz ta'lim tizimini yanada takomillashtirish, umumiy o'rta ta'lim sifatini tubdan oshirish, mustaqil fikrlaydigan, Vatanga sodiq, qat'iy hayotiy nuqtai nazarga ega yoshlarni tarbiyalash» kabi vazifalar belgilangan¹⁸. Shu nuqtai nazardan, mazkur muammoni chuqur nazariy jihatdan tahlil qilishga yo'naltirilgan tadqiqotlarni amalga oshirishga yetarli asos yaratildi.

«Psixologiya sohasida kadrlarni tayyorlash tizimini yanada takomillashtirish va jamiyatda huquqbuzarliklarning oldini olish chora-tadbirlari to'g'risida» qarori hamda faoliyatga oid boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan keng ko'lamli strategik chora-tadbirlarni amalga oshirishda mazkur maqola muayyan darajada xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili. Qo'rquv muammosi bir necha olimlar tomonidan o'rganilgan. Jumladan, Zenkovskiy, V.S. Muxina, A.I. Zaxarov, E.M. Volkova, A. Fromm va boshqalar. Shaxslar qo'rquvining sabablari orasida mutaxassislar ot-onalar bilan munosabatlardagi hissiy qiyinchiliklarni, oila ichidagi sabablarni nomlashadi. Biroq, maktabgacha yoshda, ilhomlangan qo'rquvlar, shuningdek, shaxsning shaxsiy, subyektiv tajribasiga asoslangan qo'rquvlar paydo bo'lishining yuqori ehtimoli bor.

Ijtimoiy fobiya - bu fobik kasalliklar guruhiga ham kiritilgan va har qanday ommaviy harakatlarni (masalan, omma oldida so'zlash), begonalarning diqqatini jalb qiladigan harakatlarni amalga oshirishdan doimiy ravishda qo'zg'almas qo'rquv bo'lgan keng tarqalgan kasallik deb tushuniladi (ovqatlanish joylaridan, jamoat hojatxonalaridan foydalanishdan qo'rqish, tashqi tomondan tomosha qilish paytida biron bir narsa qila olmaslik va h.k.), yoki hatto shunchaki musofirlar va boshqa jinsdagi odamlar bilan muloqot qilish. Umuman olganda, ijtimoiy fobiya diqqat markazida bo'lish qo'rquvda, boshqalarni salbiy baholashda og'riqli qo'rquvda va bunday holatlardan qochishda namoyon bo'ladi.

Qo'rquvning kelib chiqishi modellashtirish usuli orqali, ya'ni kuzatish va taqlid qilish orqali ham sodir bo'ladi. Odam birovning biror predmet yoki hodisadan qo'rquvini kuzatib borishi natijasida o'zida ham shunday holat paydo bo'lishi mumkin.

Bixevioristlarning ta'kidlashlaricha, insondagi qo'rquvlar o'sib, rivojlanib, miqdor jihatdan oshib borishi mumkin. Boshqacha qilib aytganda, biror bir

¹⁸ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022 yil 28 yanvardagi "Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi" to'g'risidagi PF-60-sonli Farmoni. <https://lex.uz/docs/5841063>.

stimulga ko'rsatilgan reaksiyani shunga o'xshash boshqa stimular ham keltirib chiqarishi mumkin. Natijada reaksiyani keltirib chiqaruvchi stimullar hajmi kengayib boradi.

Bixevioristlar tomonidan o'tkazilgan ba'zi laboratoriya eksperimentlari odamlar va hayvonlarda shartli refleksni hosil qilish orqali qo'rquv reaksiyasini vujudga keltirish mumkinligini ko'rsatadi.

Qo'rquvga og'riqqa qarshi shartli reaksiya deb qarash mumkin, og'riq esa birlamchi tasodifiy mayl bo'lib, qo'rquv obyektidan qochishning mustahkamlanishi natijasidir. Shuni aytish mumkinki, sun'iy ravishda hosil qilingan qo'rquvda ham, garchi u haqiqiy og'riq bilan bog'liq bo'lmasada, qochish reaksiyalari hosil bo'ladi va saqlanib qoladi. Qo'rquv erishilgan va mustaqil hissiyot bo'lib, uni har xil sabablar bilan bog'lash mumkin.

Bunday fikrlar birinchi marta Maurer (Mowrer, 1939) tomonidan bayon etilgan edi. Bu hol 1926-yili Freyd taklif etgan qo'rquv borasidagi psixoanalitik nazariyaning ikkinchi varianti sifatida qo'llanilgan edi. Bu nazariyaga binoan qo'rquv "real", ya'ni faol signal bo'lib, yaqinlashayotgan xavfdan ogohlantiruvchi va himoya reaksiyalarini namoyon etadi. Maurerning ta'kidlashicha, qo'rquv ilk bor og'riq his qilingan vaziyat bilan bog'liq signal stimullarini chaqiradi. Og'riqqa nisbatan shartli namoyon bo'lgan qo'rquv keyinchalik qochish reaksiyasi bilan aks etuvchi tasodifiy zo'riqish holatidagi avtonom maylga aylanadi. Kelajakda qo'rquv og'riq mavjud bo'lmagan holatda ham qochish reaksiyasi bilan namoyon bo'la boshlaydi.

Bu ta'rifdan Maurer (Mowrer) 1938-yilda odamlar bilan o'tkazgan tadqiqotida foydalandi. Sinaluvchilar barmoqlariga yorug'lik signali bilan bir vaqtda yengil elektr toki ta'sir ettiriladi. Natijada sinaluvchilarda elektr toki yorug'lik nuriga nisbatan ko'proq ta'sirlanishlariga sabab bo'lgani aniqlandi. N. Miller o'zining (Miller, 1941-1948) qo'rquvni o'rganish borasidagi qator tadqiqotlari asosida quyidagicha fikrga keldi: «Qo'rquv og'riq stimullariga nisbatan vegetativ nerv sistemasining sharstiz reaksiyasi orqali namoyon bo'ladi. U boshqa shartli sistemalar orqali ham kelib chiqishi mumkin. Ammo qo'rquv bir vaqtning o'zida reaksiyani keltirib chiqaruvchi stimul vazifasini ham bajaradi».

Xollning tushuntirishicha, qo'rquv bilan mayl ba'zi qarama – qarshiliklarga ega. Hayvonlarda o'tkazilgan eksperiment natijasiga ko'ra ularda og'riqni yuzaga keltiruvchi ta'sirdan tezroq qochish holatlari kuzatiladi. Bir qancha sinovlardan so'ng hayvonlarda hatto og'riq kuzatilmadan avval ham ta'sirotdan qochishga harakat holati namoyon bo'lgan, aniqrog'i, ularda og'riqdan qochish kuzatilgan. Bu holatlar refleks natijasi sifatida yuzaga kelmaydi. Bu jarayonni qo'rquvni maylning funksiyasi sifatida qarash orqali tushuntirish mumkin. Qo'rquv ta'sirida qochish reaksiyasi bu reaksiyani mustahkamlaydi va uning so'nishiga qarshilik qo'rsatadi (qo'rquvning o'zi butunlay yo'qolmaguncha).

Maurer o'zining olib borgan tadqiqotlari asosida qo'rquvdan qochish reaksiyasi ikki omilga bog'liq deb hisoblaydi, ya'ni bunga ko'ra har qanday ko'nikma klassik yoki instrumental shart- sharoitga tayanadi.

Boshqacha qilib aytganda bu nazariyaga ko'ra, avvalo qo'rquv klassik tizimda signallar bilan bog'lanadi, keyin esa qo'rquv reduksiyasi qochishning

instrumental reaksiyalari mustahkamlanishiga olib keladi.

Holbuki, bunday ta'riflar bilan ravshandek ko'ringan natijalar Salomon va Uinni tadqiqotlarida o'z aksini topmadi. Mualliflar shunday holatni aniqladilarki, hosil qilingan qochish reaksiyasi bir necha marta takrorlangandan so'ng, qo'rquv reaksiyasi sodir bo'lgunga qadar amalga osha boshlar ekan.

Boshqa yoqimsiz hissiyotlar kabi qo'rquv ham doimo zararli bo'lmaydi. Har qanday hissiyot ma'lum bir funksiyani bajaradi va shaxsga ham, katta odamga ham o'zini o'rab turgan moddiy va ijtimoiy muhitni bilib olish, tushinish imkonini beradi. Demak, qo'rquv insonni ko'chadan o'tishda, tog'dagi sayohatda va shunga o'xshash boshqa holatlarda ortiqcha tavakkaldan himoya qiladi. Qo'rquv insonni xavfli vaziyatlardan saqlaydi yoki ogoh etadi, ba'zan esa faoliyatni, xulqni tartibga solib turadi. Bu qo'rquvning himoya funksiyasi

U o'z-o'zini saqlashni ta'minlovchi ichki hissiyotda, instinktiv xulqda ishtirok etadi. Bundan tashqari qo'rquv xulqni tuzatishda yordam beradi, u kechinmalardan kelib chiqadi. Qo'rquv psixikaning normal faoliyati uchun zarur. Shaxsning organizmiga nafaqat shakar, balki tuz ham kerak bo'lganidek, psixika ham yoqimsiz, ba'zan keskin emotsiyalarga ehtiyoj sezadi. Ba'zan shaxsning o'zi qo'rquv kechinmalarga ixtiyorsiz ravishda berilib ketadi. Ba'zan kechqurun bir yerga to'plangan shaxslar daxshatli voqealarni hikoya qila boshlaydilar, yana buning ustiga keskin emotsional tugallanishda—oxirgi so'zida hikoyachi to'satdan qichqirib yuboradi, yonida o'tirgan shaxsning qo'lidan birdan ushlab olib ularni qo'rqitadi. Bundan keyin odatda «dahshatli qichqiriq», kulgi va agressiyani yemirishga yo'naltirilgan psixik energiyani bo'shatib yuboruvchi – motiv kuzatiladi. Bunday holat ba'zan psixik apparatning moslashish tartibini buzib yuboradi. Bu kabi salbiy holatlarni oldini olish istagidagi ota-onalar farzandlari uchun yaxshi sharoitlarni yaratish maqsadida, uni har qanday yoqimsiz hodisadan, kuchli kechinmalardan himoya qilish uchun psixolog maslahatiga tez-tez murojaat qilishadi.

Patologik qo'rquvni muayyan mezonlar bilan ajratib olish mumkin: agar qo'rquv shaxs taraqqiyotiga, psixikaga, muloqotga kirishishga to'sqinlik qilsa, ijtimoiy moslashishni qiyinlashuviga olib kelsa va undan keyin autizmga, psixik kasalliklarga olib kelsa bu shubhasiz patologik qo'rquvdir. Qo'rquv buzilishdan mustaqil ham bo'lishi mumkin (masalan, katta itga to'qnash kelganda qattiq qo'rquvni his qilish). Ba'zan shaxs buzilishi bilan ham namoyon bo'lishi mumkin. Bu hodisalarning hammasida umumiy sog'lomlashtiruvchi psixoterapiya butun psixikaning ishini yaxshilash uchun foydali. Bunda chiniqtirish jarayoni shaxsning kun tartibi va ovqatlanishini tartibga solish bilan bir qatorda olib borilishi lozim. Uyqu oldidan sayr foydali, bu shaxs organizmi va psixikasiga yaxshi ta'sir qiladi va yana shaxs qo'rquv haqida emas dam olish haqida o'ylaydi. Madomiki, organizm va psixika bir butunlikni tashkil qilar ekan, birining yaxshi yoki yomon holati ikkinchisiga ta'sir qiladi. Shaxs qo'rquvini yo'qotishdagi korreksiya ishida bir qancha qo'llanmalarni ko'rsatish mumkin. Korreksiya usuli shaxsning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda tanlanadi va samaradorlik ham shaxsning individual xususiyatlariga bog'liq.

Fobiya - bu boshqalarning mutlaqo maqbul deb biladigan narsadan boshqarib bo'lmaydigan qo'rquvi. Fobiyalar shunchalik xilma-xil, shunchalik tushunarsizki, odam aqldan ozgan deb adashishi ham mumkin! Ammo bu umuman unday emas, chunki fobiya ko'pincha mutlaqo sog'lom odamlarda ham aniqlanadi. Aslida **ijtimoiy fobiya** odamlar orasida bo'lishdan asossiz, bo'rttirilgan qo'rquv bo'lib, shu qo'rquv tufayli odam boshqa odamlar bilan bo'lishning har qanday holatlaridan qochishni boshlaganda boshlanadi. Qochish paytigacha biz sostigen tashvish, hayajon, uyatchanlik haqida gapiramiz. Ba'zida ijtimoiy fobiya yurak urishi, titroq, terlash, mushaklarning kuchayishi, issiq yoki sovuq his qilish, bosh og'rig'i bilan birga keladi.

Ijtimoiy fobiya turli xil qo'rquvlar bilan shakllanadi deb taxmin qilinadi:

- 1) salbiy, dushmanlik munosabatlaridan qo'rqish,
- 2) salbiy baho berish, qoralashdan qo'rqish,
- 3) noto'g'ri xatti-harakatlardan qo'rqish,
- 4) muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish,
- 5) raqobatdan qo'rqish.

Ehtimol, asabiy charchoq (nevrasteniya, ortiqcha ish), ota-onalar va atrofdagilarning shaxsligida yetarlicha e'tibor va ijobiy munosabat kabi omillar ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ehtimol, *ijtimoiy fobiya iroda kuchining zaiflashishi* bilan bog'liq.

Ehtimol, ijtimoiy fobiyaning tashqi va ichki sabablarini ajratish mumkin. **Ichki omillar** - bu intilishlarning tanqidiy darajada past darajasi, o'z-o'zini hurmat qilishning past darajasi, oldingi ijtimoiy, jamoat xatti-harakatlaridagi muvaffaqiyatsizliklar (haqiqiy yoki xayoliy) natijasida o'z-o'ziga shubha qilish. Ehtimol, haddan tashqari yuqori intilishlar ta'siri, "a'lo darajadagi talabalar majmuasi" - "5" olmaslik qo'rquvi tufayli shaxs baholash vaziyatidan qochadi. Ijtimoiy tajribaning yetishmasligi, ijtimoiy ko'nikmalar, muayyan vaziyatda o'zini qanday tutish kerakligini bilmaslik ham ta'sir qilishi mumkin.

Tashqi omillar - bu shaxsning xatti-harakatlarini past, salbiy baholash, ma'lum guruhlar (ota-onalar, qarindoshlar, sinfdoshlar, do'stlar, qo'shnilar va boshqalar) tomonidan unga nisbatan salbiy munosabat.

Fobiya qo'rquvdan kuchli va turg'un holda namoyon bo'lishi, qo'rquv uyg'otuvchi obyektidan qochish istagining yuqoriligi bilan ajralib turadi.

Ma'lumotlarga qaraganda yer yuzi aholisi turli xil fobiyalardan aziyat chekadi. Bu holat insonda kutilmaganda va anglanmagan sababga ko'ra paydo bo'lishi mumkin. Ayniqsa, shaxslarda qo'rquv va fobiyalar ularning jamiyatga, o'rab turgan olamga moslashish jarayonlarida ko'proq uchraydi. Ko'rsatilishicha, fobiyalar fantaziyasi yaxshi rivojlangan, xavotirlanuvchan xarakterga ega bo'lgan, o'ziga ishonmaydigan, o'ziga past baho beradigan, muloqotga kirishish malakalari yaxshi shakllanmagan insonlarda ko'proq kuzatilar ekan. Bu jarayonga irsiyat hamda tarbiya ham katta ta'sir ko'rsatadi. Fobiya erkaklarga qaraganda ayollarda ko'proq uchraydi. Bu holat ayollarning hissiyotga beriluvchanliklari va ko'pincha agressiyaning obyektiga aylanib qolishlari bilan bog'liqdir.

Tahlil va natijalar. Xavotir va fobik kasalliklar orasida fobiyaning o'rni shu tarzda aniqlanadi - bir qator mualliflar (D. Maknill, A. Lang, M. Shteyn)

ijtimoiy fobiyaning klinik psixologiya va shaxs psixologiyasi tutashgan joyda ko'rib chiqqanlar. Tadqiqotchilar S. A. Sagalakova va D. V. Truevstev fobiya davridagi kognitiv buzilish hodisalarini ko'rib chiqqanlar. Kognitiv xulq-atvor yo'nalishi, ijtimoiy o'zaro munosabatlarga nisbatan salbiy e'tiqodlar (S. Tyorner), qochish xatti-harakatlari (J. Kagan, R. Leybovich), diqqat markazida tashqi hodisalardan ichki buzilgan talqinga o'tish (D.M. Klark va A. Uells, R. Xeymberg). Sotsiologik xulq-atvorning pasayishi va ijtimoiy ko'nikmalar defistiti (K. A. Meleshko va L. E. Alden, V. Jons) fobiya davrida tasvirlangan. Bundan tashqari, ijtimoiy fobiya qo'shimchani shakllantirish bilan bog'liq bo'lgan asarlardagi fojia (I. Waters, M. Boskvet, B. Egiland). Shu bilan birga, ijtimoiy fobiya shakllanishiga oilaning ta'siri va oilaviy o'zaro munosabatlarning turli jihatlari deyarli o'rganilmagan. Bu shuni ko'rsatadiki, shaxsligida ota-onalarning shaxsiga bo'lgan munosabati o'ziga xos xususiyatlari, rivojlanish uchun psixologik makon yaratishi, qiyin vaziyatlarda o'zini tutishning afzal usullari, hissiy kontekstni tan olish va shunga mos keladigan hissiy munosabat, hissiy yoki to'sqinlik qilishi mumkin bo'lgan shaxsning ma'lum bir xususiyatlari namoyon bo'ladi.

Ijtimoiy fobiya, hayotning boshqa davrlarida, odamlarning taxminan 7-11% ta'sir qiladi. Asosiy ijtimoiy tashvish travmasi, shaxslik va o'spirinlik davrida yuz berishiga ishoniladi. Ijtimoiy fobiya ko'pincha 15-18 yoshdan 20-24 yoshgacha bo'ladi. Ba'zi xabarlarga ko'ra, ijtimoiy fobiya rivojlanishining eng yuqori cho'qqisi 30-45 yosh oralig'iga to'g'ri keladi.

Ijtimoiy fobiyaning namoyon bo'lishi.

Fiziologik	Kognitiv	Xulq-atvor
Yurak urish tezligining oshishi. Titroq, silkinish. Nafas qisilishi. Mushaklarning kuchlanishi. Tez-tez hojatga chiqish. Ko'ngil aynishi, qayt qilish. Bosh og'rig'i, oshqozon og'rig'i Bosh aylanishi. Terlash. Diareya.	O'ziga zarar etkazish haqida tashvishlar. Qo'rquv haqidagi fikrlar. Aqlsiz ko'rinish haqidagi fikrlar. O'z-o'zini kamsituvchi fikrlar. Kamchilik haqidagi fikrlar. Qobiliyatsizlik haqidagi fikrlar. Diqqatni jamlashdagi muammo. Salbiy baholash fikrlari. Salbiy oqibatlar haqidagi fikrlar. Do'stlar yetishmasligi haqidagi fikrlar.	Boshqalardan qochish. O'z o'zidan qochish. Ishonchni yo'qolishi. Mehrning yetishmasligi. G'azablanish, yig'lash. Ovoz pastligi. Muzlash, sovqotish. Kattalarga suyanib qolish. Marosimlarga oyoq tortmasligi. Chekinish.

Guruhdagi xulq-atvor motivatsiyasini o'rganish metodikasi bo'yicha olingan dastlabki statistik natijalar tahlili (n=210)

Xulosa: Demak, yuqoridagi jadvalda keltirilgan empirik ko'rsatkichlarni

№	Omillar	Tajriba guruhi		Nazorat guruhi	
		M	S	M	S
1	qaramlik	9,9	1,3	9,3	1,7
2	mustaqillik	6,7	1,1	7,3	1,3
3	muloqotmandlik	4,4	1,2	5,2	1,3
4	odamovilik	4,5	1,4	3,9	1,8
5	“kurash”ga tayyorlik	5,9	1,2	6,5	1,3
6	“kurash”dan qochish	8,6	0,9	7,3	1,0

tahlil qiladigan bo'lsak o'spirinlar xulq-atvorida “qaramlik” tendensiyalari bo'yicha tajriba guruhida (9,9), nazorat guruhida (9,3) ko'rsatkichlar qayd qilindi. Demak mazkurni holatni o'spirinlarni kimlargadir tobelik bog'liqlanib qolishlar yaqqol namoyon bo'lishi bilan izohlash mumkin. Qolaversa, bu sifat guruhdagi o'zaro hamkorlik va munosabatlarda shaxsning raqobatdan, “kurash” dan qochishsha mayilliklarini ham bildiradi.

O'spirinlarning xulq-atvorida “mustaqillik” tendensiyalari esa tajriba guruhida (6,7) nazorat guruhida (7,3) ko'rsatkichni qayd qildi. Ush bu holatni o'spirinlarda guruhning normalarini o'z fikri va harakatida tasdiqlashga shaylik, mustaqil fikrlikka bog'liq faoliyatni ko'rsatishga hozirligi bilan izohlash mumkin.

“Muloqotmandlik” xulq-atvor tendensiyalari bo'yicha tajriba guruhida (4,4), nazorat guruhida esa (5,2) ko'rsatkichlar qayd qilindi. Demak, bu tendensiya o'spirinlarning guruh va uning tashqarisida emotsional aloqalar o'rnatishga intilishi, bu aloqalarning ko'pincha samarali ekanligini tasdiqlaydi.

O'spirinlarning xulq-atvoridagi “odamovilik” tendensiyasi tajriba guruhida (4,5) va nazorta guruhida esa (3,9) ko'rsatkichlarni qasd qildi. Mazkur holatni ular orasidagi guruhda qabul qilingan normalar va xulq standartlari hamda qadriyatlarini qabul qilishdan o'zini chetga olishi va guruhdan ajralishga moyilligi bilan izohlash mumkin.

“Kurash”ga tayyorlik” xulq-atvori omili tajriba guruhida (5,9) nazorat guruhida (6,5) ko'rsatkichni qad qildi. Buni o'spirinlardagi guruh hayotida faol ishtirok etishga bo'lgan ishtiyoqi, shaxslararo o'zaro munosabatlartlarda yanada yuqoriroq mavqega ega bo'lishga intilishlari bilan izohlash mumkin.

O'spirinlar xulq-atvoridagi “kurash”dan qochish omili tajriba guruhida (8,6) nazorat guruhida (7,3) ko'rsatkichlarni qayd qildi. Mazkur holatni o'spirinlarni o'zaro aloqa, ta'sirlarni chetlab o'tish, ziddiyat va bahslarda neytralitet (betaraflik) ni saqlab qolishga intilishi bilan izohlashimiz mumkin. Yuqorida keltirilgan guruhdagi xulq-atvor motivatsiyasini o'rganish metodikasi o'spirinlardagi fobiya holatlariga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar bo'lib, mazkur omillarni aniqlash va korreksiya qilishni talab etadi.

Sotsiofobiya jarayoni shaxsning o‘z-o‘ziga beradigan bahosi bilan bog‘liq ekanligi, ushbu holatni korreksiya qilishda ham shaxsning o‘z-o‘ziga beradigan bahosini ko‘tarish evaziga amalga oshirish mumkinligi statistik natijalar orqali izohlandi. Buning uchun o‘smirlarda o‘zini anglashga, o‘ziga bo‘lgan ishonchni oshirishga, o‘z-o‘ziga adekvat baho berishga hamda shaxslararo munosabatlarda muloqotga kirisha olish ko‘nikmalarini shakllantirishga yordam beruvchi mashqlardan iborat trening mashg‘ulotidan foydalanish mumkin.

Adabiyotlar

1. Тревожное фобическое расстройство детского возраста/ И. А. Хрущ. – Мн. БГМУ, 2004.
2. Психологик консультация ва психокоррекция дарслик. У.М. Рўзиев - 2021
3. Рузиев У.М. Симптомы социальной фобии человека. // Вестник интегративной психологии. -Ярославль: 2022 Выпуск 24 289ст-292ст
4. Рузиев У.М. Социальные фобии: причины возникновения и влияния на поведение человека, диагноз и психокоррекция. // Вестник интегративной психологии -Ярославль: 2022 Выпуск 26 ст 192-197
5. Ro‘ziyev U.M. Xavotirli bolalar, ijtimoiy fobiya namoyon etilishining o‘ziga xos xususiyatlari. // Ta’lim va innovatsion tadqiqotlar (2022 y №6) - Buxoro: B. 337-344.
6. Ro‘ziyev U.M. O‘spirinlarda ijtimoiy fobiya rivojlanishi bilan bog‘liq holatlarning diagnostikasi va psixokorreksiyasi. // № 4, 2022 “Psixologiya ilmiy jurnali” -Buxoro: B.125-132.

PSIXOLOGIYA SOHASIDA SUBYEKTIV FAROVONLIKNI O‘RGANISHNING ASOSIY NAZARIY YONDASHUVLARI

Kasimova Xulkar Atabayevna

Ma’mun universiteti

Farovonlik – bu insonning butun umri davomida u bilan sodir bo‘ladigan va boshdan kechiradigan holatlari, yo‘qotish yoki erishadigan yutuqlari jarayonidir. Uzoq vaqt davomida tadqiqotchilar «yaxshi hayot» parametrlarini ajratib olishga, uni moddiy ko‘rsatkichlar, o‘rtacha umr ko‘rish, tug‘ilish, o‘lim va boshqalar bilan bog‘lashga harakat qilishdi. Biroq bu belgilarning barchasi qandaydir tarzda hayotning «sifatiga» emas, balki «miqdori» ga to‘g‘ri keladi.

Hayot sifati shaxsiy xususiyatlar va hayotiy voqealarning doimiy lavhalarini o‘rtasidagi o‘zaro ta’sirning mahsuli sifatida belgilanishi kerak. Hayotning obyektiv ko‘rsatkichlarini yaxshilash faqat vositadir, maqsad emas. Hayot sifatini yaxshilashning yakuniy maqsadi inson farovonligi ko‘lami, chuqurligi va intensivligini saqlab qolish va kengaytirishdir. Farovonlik tushunchasi ko‘pgina xorijiy adabiyotlarda baxt so‘zining sinonimi sifatida qaraladi. So‘nggi yillarda farovonlik tushunchasini o‘rganish psixologiya doirasida faol rivojlanmoqda. U qoniqish, ijobiy tajribalar, qadriyatlar, fazilatlar, iste’dodlar va ular farovon hayotga qanday hissa qo‘shishi kabi toifalarga qaratilgandir [3].

XVIII asrda baxt haqidagi ilmiy ishlar adabiyotlarda keng tarqala boshlagan. Fransiyada nashr etilgan «Baxt maskani» asarida baxtga erishish, uni his qilish, baxt tushunchalari keng talqin qilingan. Ushbu asarda baxt tushunchasini ilmiy jihatdan yoritish masalariga alohida e'tibor berilgan bo'lib, ilmiy jihatdan asoslashga harakat qilingan. Farovonlik va baxt tushunchasini o'rganish Germaniyada ham faol rivojlandi.

XX asrning o'rtalariga qadar psixologiya sohasida baxt muammosi o'rganilmaganligini ko'rish mumkin. 1950-1960-yillarning boshlariga kelib, shaxsni o'rganish baxt muammolarini ham tahlil qilish kerakligini ko'rsatdi. Bunga sabab baxtni anglamaslik natijasida shaxsning psixologik qiyofasini tasvirlash natija bermasligi ma'lum bo'ldi. 1969-yilga kelib psixologiya sohasida «Psixologik farovonlikning tuzilishi» nomli monografiya nashr etildi.

Psixologiyaning ushbu muammoli sohasini o'rganish muhimligini birinchilardan bo'lib 1969-yilda «Psixologik farovonlikning tuzilishi» (The structure of psychological well-being) monografiyasini nashr etgan N.Braddburn qayd etadi. N.Braddburn "psixologik farovonlik" muammosini nazariy jihatdan birinchi bo'lib tadqiq qilingan. U farovonlik ikki xildagi ta'sir natijasida erishiladigan muvozanat ekanligini tushuntirgan. Bu ijobiy va salbiy his-tuyg'ular shaklida namoyon bo'lishini tushuntirib o'tgan [6]. N.Braddburn tomonidan taklif qilingan farovonlikni shakllantirishning dastlabki mexanizmi juda sodda bo'lib ko'rinadi: inson hayotida ijobiy yoki salbiy his-tuyg'ularni doimiy boshdan kechiradi. Ular esa o'zaro ta'sir qiladi. Bu esa turli xil hayotiy vaziyatlarni idrok etish va baholashga ta'sir qiladi.

Psixologik farovonlik muammosini nazariy jihatdan birinchi bo'lib tadqiq qilgan amerikalik psixolog N.Braddburnning ilmiy izlanishlarini E.Diener davom ettiradi. Insonning subyektiv farovonligi (Subjective well-being — SWB) masalalari xorijiy psixologiyada ilk bor 1984 yilda Edvard Diener tomonidan Amerika Psixologiya Assotsiatsiyasining «Psixologik Bulletin» jurnalida nashr etilgan maqolasida yoritilgan. Pozitiv psixologiya g'oyalarini ishlab chiqishda muallif yangi konseptual konstruksiyani - subyektiv farovonlikni taklif qiladi. Bir qator mualliflar subyektiv farovonlikni psixologik farovonlikning kichik turi sifatida belgilaydilar.

E.Diener fikricha, ikkita asosiy tarkibiy qism o'rganilayotgan hodisaning asosidir:

kognitiv qism bu – inson hayotining turli sohalaridan qoniqishni intellektual baholash;

hissiy qism bu – vaziyatga nisbatan yaxshi yoki yomon kayfiyatning yuzaga kelishini ajratib olish. [5].

E.Diener tomonidan subyektiv farovonlik optimizmdan g'azabgacha bo'lgan turli xil hodisalarni o'z ichiga olgan geterogen kategoriya sifatida ta'riflanadi [6]. E.Dienerning ta'kidlashicha, inson yashash tarzidan, o'z hayotidan umumiy qoniqish hosil qilganda subyektiv farovonlikni boshdan kechiradi va faqat vaqti-vaqti bilan yoqimsiz kechinmalar va his-tuyg'ularni boshdan kechirishi mumkin .

N.Bradburn va E.Dienening tadqiqotlari psixologiya sohasida subyektiv farovonlik bo'yicha olib borilayotgan tadqiqotlar uchun nazariy asosdir.

L.Feyerbax nemis materialist faylasufi sifatida, odamlarning muloqotida baxtni ko'rish mumkin va unga erishish usuli insonning insonga bo'lgan muhabbatidir deb ta'rifladi. Shu bilan birga uning qarashlarida baxt insonning barcha istaklari va intilishlarining yakuniy maqsadi ekanligi ta'kidlandi. Uning fikricha, insoniyat hayoti davomida baxtga intilib yashaydi va baxtli bo'lishga harakat qiladi.

I.Kant ilmiy tadqiqotlarida ham baxt haqidagi g'oyalarni kuzatish mumkin. Uning fikricha, baxtga intilish bu har bir insonning tug'ma qobiliyatidir. Inson rivojlanishi davomida turli vaziyatlarni boshdan kechiradi va bu vaziyatlar ularning hissiyotida turlicha talqin qilinishiga e'tibor beradigan bo'lsak, baxt haqidagi qarashlarning ham turlicha ekanligiga guvoh bo'lamiz [2].

Rus falsafasida ham baxt muammolarini tadqiq qilish masalalari keng tarqalgan bo'lib, baxt muammosini o'rganishga oid bir qator ilmiy tadqiqot ishlarini ko'rish mumkin.

L.M.Arxangelskiy baxt insonning hayot uchun zarur bo'lgan sharoitlar munosabatiga bog'liq ekanligini ta'kidlagan. Uning fikricha, moddiy ne'matlar hodisaning asosiy tarkibiy qismlaridir.

Lev Tolstoy asarlarida baxt tushunchasiga ham alohida e'tibor qaratilgan bo'lib, baxtni ijtimoiy qo'llanilishiga ko'ra, jismoniy va ma'naviy kuchlarning to'liqligi deb hisoblanganini ko'rish mumkin. Uning "Urush va tinchlik" asari g'oyalarida ham inson tinchlikda baxtli va xotirjam yashay olishi ta'kidlangan. Har qanday inson muammolar oldida o'zini zaif va notavon sezishi mumkinligi tushuntirilgan.

V.O.Rozanov ilmiy tadqiqotlarida insonning baxtga intilishi tabiiy jarayon ekanligi talqin qilingan. Shu bilan birga, u baxtni insonning eng yuqori yo'naltiruvchi kuchi va ideal, deb tushuntiradi. Uning fikriga ko'ra, odamlardagi baxt tuyg'ularidagi farq davomiyligi va intensivligi bilan farqlanadi [4].

I.V.Sidorenko tadqiqotlarida baxt tushunchasiga alohida ta'rif keltirib o'tilgan. «Felitsitologiya» (lot. felicitas - baxt) - baxtga erishish haqidagi ta'limot ma'nosini anglatadi, deb ta'kidlangan.

I.M.Gregor va B. Little tomonidan olib borilgan ilmiy qarashlarda, baxt va mazmunlilikni aks ettiruvchi g'oyalarning mavjudligini ko'rish mumkin. Ularning fikricha, inson hayoti davomida ma'lum bir omillarga tayangan holda yondoshib, baxtni izlashi va shaxsiy maqsadlarini belgilashi mumkinligi tushuntirilgan. [7].

Nogironligi bo'lgan shaxslarda faoliyat davomida farovonlikni his qilishda sog'lig'idagi muammolar tufayli turli stressli holatlar vujudga keladi. Olib borilgan ilmiy tadqiqot so'rovnomalari natijalariga ko'ra, nogironligi bo'lgan talaбалarda stressning yuqori ekanligi kuzatildi. Bu esa nogironligi bo'lgan talabalarda farovonlikning pasayishiga sabab bo'ladi. Stress va stressga chidamlilik juda ko'p mualliflar tomonidan tadqiq qilingan bo'lishiga qaramasdan, stressga chidamlilikni o'quv faoliyati bilan bog'liq jihatlari o'rganilmagan [1].

"Shaxsning subyektiv farovonligi» tushunchasi ilmiy tadqiqotlar doirasida keng targ'ib qilina boshlandi.

M.Argayl «baxt» atamasini qo‘llash kerak degan g‘oyasidan voz kechmagan holda, subyektiv farovonlik tushunchasini baxtning sinonimi deb atadi. U o‘z izlanishlari doirasida ushbu qarashlariga ma‘lum bir aniqliklar kiritishga harakat qildi. Jumladan, «farovonlik» tushunchasi «baxt» tushunchasiga nisbatan kengroq tushuncha hisoblanadi, chunki «farovonlik» tushunchasi qo‘shimcha obyektiv o‘zgaruvchilarni o‘z ichiga oladi, deya ta’kidlab o‘tdi. Bularga shaxsning «daromad»va «sog‘liq» holatini kiritdi.

Demak, o‘rganilgan materiallar asosida, shaxsning subyektiv farovonlikka erishish yo‘llarini aniqlab olish, shu orqali ulardagi baxtilik darajasini oshirishga erishish muhim masalalardan biridir. Nogironligi bo‘lgan talabalarda subyektiv farovonlikni oshishi ulardagi, hayotdan qoniqish darajasiga ta’sir qilib, olib borayotgan faoliyatlarining rivoji uchun xizmat qilishiga erishish mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI.

1. Алдер Х., НЛП. Современные психотехнологии. СПб: Питер, 2001. 312 с.
2. Набиуллина Р.Р., И.В. Тухтарова Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция). Учебное пособие. – Казань, 2003, С. 44
3. Шайх Муҳаммад Содиқ Муҳаммад Юсуф. Руҳий тарбия – Хулқланиш китоби – Т.: «Hilol Nashr», 2016. – 464 б.
4. Румий Жалолiddин. Ичингдаги ичингдадур. – Т.: Янги аср авлоди, 2013. – 240 б.
5. Diner E. Subjective well-being: Three decades of progress. [Текст] / E. Diner. - Psychological Bulletin. 1999. P.276 – 301.
6. Luhmann M.,Hawkley L.C., Eid M., Cacioppo J.T. Time frames and the distinction between affective and cognitive well-being // Journal of Research in Personality. – 2012. – № 46. – P. 431–441.
7. Compton W. C., Smith M. L., Cornish K. A., Qualls, D. L. Factor structure of mental health measures // Journal of Personality and Social Psychology, 1996. Vol. 71 (2). P. 406-413

KOPING STRATEGIYALARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Maxmudova Zulfiya Mexmonovna

*Buxoro davlat universiteti Psixologiya va sotsiologiya kafedrasi dotsenti,
psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD),*

Samadova Nilufar Nodir qizi

Buxoro davlat universiteti psixologiya ta’lim yo‘nalishi 3-kurs talabasi

Psixologiyada koping xulq-atvor XX asrning 2-yarmida vujudga kelgan tushuncha bo‘lib, koping xulq-atvor ingliz tilidan tarjima qilinganda “cope, to cope” – “enga olish, bartaraf qilish” degan ma’nolarni anglatadi. Ushbu tushunchani birinchi bo‘lib L.Merfi 1962 yilda bolalardagi krizis (inqiroz) davrida muammoni qanday qilib yengishni o‘rganish sharoitida foydalangan. Koping xulq-atvor muammosi zamonaviy psixologiyaning eng dolzarb muammolardan biridir.

Kundalik turmush tarzida dinamiklik, murakkablik va qarama-qarshiliklar mavjud, shuning uchun inson doimiy ravishda turli ko‘rinishdagi qiyinchilik va qarshilikni yengib o‘tishi, vaziyatga moslashishi, murakkablikka eng yaxshi yo‘l topishi kerak. Bunda inson o‘ziga kerakli barcha resurslardan unumli foydalanishi kerak, bu esa insonning vaziyatga moslashayotganini va ko‘proq yoki kamroq xavfsizlikni his qilishiga olib keladi. Psixologik koping xulq-atvor insonning murakkablashgan qiyin vaziyat talabiga ko‘nikishidan iborat. Yengib o‘tish o‘zida dinamik kognitivlikni hamda shaxs xulq-atvori kuchini namoyon etib, tashqi yoki ichki faktorlarni boshqarishga yo‘nalib unda tahdidli baho yuzaga keladi. Tabiiyki, bu borada ko‘plab ilmiy tadqiqot ishlarini olib borishni talab qiladi. Bu terminni fanga birinchi bo‘lib A.Maslau kiritgan. Umuman olganda, koping xulq-atvor individning hayotiy muammolarni yechishga tayyorgarligi bilan xarakterlanadi.

U o‘zida yenga olish imkoniyatlaridan, muhim vositalaridan foydalanishni namoyon etadi, bu esa stressli xulq-atvorni bartaraf etish bilan tushuntiriladi.

Ko‘pchilik psixolog-mutaxassislarning fikriga ko‘ra, koping xulq-atvorning xilma-xil strategiya va stillari mavjud bo‘lib, jamiyat a‘zolari ulardan hayotiy murakkab va ziddiyatli vaziyatlarda keng foydalanadilar. Koping stillarini tadqiq etgan yetakchi mutaxassislardan biri R.S.Lazarusning fikricha, koping strategiyalarining ikkita global tipi mavjud (stressni bartaraf etish usuli): muammoga mo‘ljall olish, sub‘ektiv mo‘ljall olish:

Muammoga mo‘ljall oluvchi tip - qiyin vaziyatni rasional hal qilishga yo‘nalgan bo‘lib, ularning xulq-atvorida holatni mustaqil tahlil qilishga, boshqalardan ko‘mak olishga, boshqa manbalardan ma‘lumot topishga nisbatan moyillik kuzatiluvchi tip egalaridir;

Subektiv mo‘ljall oluvchi tip - stressni yengishda vaziyatni emotsional hal qiladilar, ularda aniq vazifani bajarishga, muammo haqida o‘ylashga mutlaqo xohish-istaklari bo‘lmaydi, ular o‘zlarining g‘am-qayg‘ularini salbiy his-tuyg‘ulari bilan kompenssiya qilib, spirtli ichimlik iste‘mol qilish, uyqu, ovqat vositasida chiqaradilar. Ular o‘zlarining hissiy muvozanatlarini tiklashda passiv strategiyalardan jadalroq foydalanadilar, mabodo insonda bu borada hech qanday tushunchaga, tasavvurga ega bo‘lmasa yoki mavjud imkoniyatlaridan foydalana olmasa stressor bosimi pasayadi [1].

Hammamizga ma‘lumki, “hayotiy muammolarni yengish” tushunchasining o‘zi ham ko‘plab mazmunni kasb etadi. Birinchi navbatda bu doimiy o‘zgaruvchi jarayondir. T.Uills va S.Shifman bu jarayonni uch bosqichga bo‘lish mumkin deb hisoblaydilar.

Birinchi bosqich - ogohlantirish. Bu bosqichdagi faoliyatda inson hayotiy negativ holatni bartaraf etish orqali yana bir sodir bo‘lishi mumkin bo‘lgan muammoni oldini oladi;

Ikkinchi bosqich - muammoni to‘g‘ridan-to‘g‘ri hal qilish. Bunda aniq muammoni hal qilishda kognitiv va xulq-atvor kuchidan foydalaniladi.

Uchinchi bosqich - inson voqea natijalariga tanqidiy munosabatda bo‘ladi. Ushbu bosqichning maqsadi - o‘ziga oladigan zarbalarni kamaytirib, oldingi normal holatiga tezroq qaytishdan iborat. Bu tiklanish bosqichi hisoblanadi.

“Koping” soʻzini kengroq talqin qilganda, oʻziga subʻektning barcha oʻzaro taʻsirini aks ettirib, u ichki yoki tashqi vazifalari bilan xarakterlidir. Muammoli vaziyat talabidan ishgʻol etish yoki yumshatishga urinish oʻrni chetga olish yoki moslashish orqali amalga oshiriladi. Qoʻshimcha sharoitda esa tashqi va ichki vazifalar oʻzida koping tuzulmasini oʻzlashtirib shu orqali subʻektga psixologik xarakteristika beriladi va undan farqli oʻlaroq unga moslashadi.

Psixologik himoya hamda koping xulq-atvor hususiyatlarini qiyosiy oʻrganish baʼzi bir mualliflar tomonidan toʻgʻridan-toʻgʻri yondashilib, koping xulq-atvor anglanmagan himoyaning anglangan varianti sifatida baholanadi. Boshqa mualliflarning fikriga koʻra, himoya mexanizmlari va koping xulq-atvor oʻrtasidagi aloqa anchayin murakkab. Koping xulq-atvor anchayin keng maʼnodagi tugʻma hususiyat boʻlib u oʻzida anglangan va anglanmagan himoya texnikalarini aks ettiradi [2].

R.Lazarus koping xulq-atvorga passiv psixologik himoya sifatida qarab, himoya mexanizmlari hamda koping mexanizmlari oʻrtasidagi parametrlarni differentsiatsiyalab, belgilab chiqqan:

1) **Vaqtinchalik yoʻnalganlik.** Himoya qoidasiga binoan vaziyatni “hozir” hal qiladi, aktual vaziyat keyingi vaziyatga hech qanday aloqasi boʻlmaydi, yaʼni, aktual psixologik himoya aktual psixologik komfortga hizmat koʻrsatadi;

2) **Instrumental yoʻnalganlik.** Bunda himoya faqatgina oʻzi haqida “oʻylaydi”, agar uning qiziqishlari tevarak-atrofga yoʻnalganda ham u birinchi navbatda oʻzining qiziqishlarini muhokama qiladi;

3) **Maqsad-funksiyali ahamiyati.** Bunda mexanizm atrof-muhit va insonlar bilan munosabatlardagi buzulishlar funksiyasini nazorat qila oladimi (koping xulq-atvor) yoki, faqat emotsional holatni nazorat qilish funksiyasini amalga oshiradimi (himoya mexanizmlari);

4) **Boshqaruvning modalligi.** Maʼlumotlarni qidirishdagi harakatning oʻrni toʻgʻridan-toʻgʻri amalga oshadimi, refleksiya (koping xulq-atvorga aloqador) yoki bosim ostida vujudga keladimi va h.k.

Psixologik himoya va anglangan koping strategiyalarini chegaralash uchun V.A.Tashlikov analiz sxemasini quyidagicha talqin qiladi:.

1. **Inersiallik.** Psixologik himoya mexanizmi rigid (statik) vaziyat talabiga moslashmagan. Oʻz-oʻzini nazorat qilishning anglangan texnikasi esa plastik va vaziyatga moslashgan boʻladi.

2. **Bevosita va kechiktirilgan effektlar.** Psixologik himoya mexanizmlari yuzaga kelgan hissiy zoʻriqishni imkon qadar jadalroq kamaytirishga harakat qiladi. Inson oʻzi anglagan nazoratdan foydalanish orqali esa balki koʻproq qaygʻurishga va hattoki baʼzida siqilishga olib kelishi ham mumkin.

3. **Taktik va strategik effektlar.** Psixologik himoya mexanizmlari “kaltabinlik”, (“shu yerda va hozir” prinsipiga koʻra) faqatgina soʻzlashuv jarayonidagina zoʻriqishni bartaraf mumkin, bunda koping strategiyalari ehtimoliy hisobida qaraladi.

4. **Obʻektiv vaziyatni idrok qilishdagi turli oʻlchovlar.** Psixologik himoya mexanizmlari haqiqiy holatni notoʻgʻri idrok qilishga olib keladi. Oʻz-

o'zini nazorat qilish real idrok hamda o'ziga ob'ektiv munosabatda bo'lish qobiliyati bilan aloqador.

Mutaxassislarning qayd qilishicha, "koping strategiyadan himoya avtomatizmining asosiy farqi koping strategiyalari birinchi ishga tushganida anglanmagan bo'lib, undan foydalanish jarayonida anglanganlik darajasiga o'sib o'tadi" [3, 52]. I.M.Nikolskayaning ta'kidlashicha, koping xulq-atvor bu - "moslashuv, maqsadga yo'nalgan va anglangan potensial harakat" [3, 51].

G.S.Koritovanning fikriga ko'ra [4, 78] - koping xulq-atvor va himoya mexanizmlarining o'zaro aloqasi bu ikki jarayon umumkoping - "himoya stili" deb nomlangan. Koping - shaxs faoliyatini qo'llab-quvvatlab shaxs resurslari va talablar o'rtasidagi muvozanatni saqlashga xizmat qiladi. Psixologik himoyaga esa, barvaqt yuzaga keluvchi, shu bilan bir qatorda anchayin barqaror bazisli asosida tipologik hususiyatlarni shakllantiruvchi emotsional dinamik shaxs yo'qotishidir.

Psixologik tahdidli vaziyatlarga yana bir maxsus javob reaksiyalaridan biri bolalar ritualizm formasi sanaladi. Bu psixik buzilishning beshikast namoyon bo'lish simptomi orqali yoki xulq-atvorning anglangan konstruktiv strategiya formasida o'z ifodasini topishi mumkin.

Intellectual strategiya esa o'smirlarda nazariy jihatdan bosqichma-bosqich rivojlanib, u esa o'z navbatida abstract-mantiqiy tafakkurga o'sib o'tadi.

Katta o'smirlik yoshida inson ichki zo'riqlashlarni yengishning aniq mexanizmidan foydalanishni o'rganadi va ularning bu usulidan kattalar ham doimo foydalanadilar. Sekin-asta o'smir qiyin vaziyatdan qochishdan ko'ra uni tahlil qilib, mantiqiy mushohada qila boshlaydi. Ba'zida o'zining tengdoshlari orasidagi shaxslararo munosabatda o'smir turli eng qiyin murakkabliklar hususida bahs yuritishni va shu orqali ba'zi muammolarini hal qilishni xohlaydi.

Shuni qayd qilish lozimki, o'smir zo'riqlash, diskomfort, stress kabilardan himoya vositasini izlaganda ko'pincha addiktiv (tobe) xulq-atvor strategiyasiga oshiqadi.

O'smirlar uchun addiktiv xulq-atvor qiyinchilikni bartaraf qilish xususiyati bilan xarakterlidir. Bu ular uchun shartli gedonistik bag'ishlovchi ustanovkadir. Shuning bilan bir qatorda bunday o'smirlarda ko'pincha yashirin noto'liqlik kompleksi kuzatilib, u kayfiyatning tez-tez o'zgarib turishi, ishonchsizlik, vaziyatdan qochish, o'z qobiliyatiga ishonmaslik tarzida namoyon bo'ladi. Yana bunday o'smirlar atrofdagilarda ijobiy taasurol qoldirishga haddan ortiq intiladilar.

O'smirlik davrida yenga olish strategiyalarining asosiy jabhalarini tahlil qilishda shuni kuzatishimiz mumkinki, o'smir vaziyatga mos optimal qarorlar qabul qilishni, izlashni inqirozli vaziyatda qobiliyatlari rivojlanayotganda katta insonlar singari hayotiy tajribasi oshib borgan sari vujudga keladi. Yenga olish strategiyalarini tanlashdagi muhim aspektlaridan biri qaror qabul qilishdan oldin bola kognitiv qobiliyatlariga bog'langan holda o'zining muammolariga chuqur rasional tafakkur orqali yondashib, ularni bartaraf qila oladi.

ADABIYOTLAR

1. Lazarus R.S. Transactional theory and research on emotions and coping / Lazarus R.S. and Folkman S // European journal of personality, 1987. - № 1. - P. 141-169 s.

2. Stoikov, I.D. Analiz zamitnix proyavleniy lichnosti. / I.D. Stoikov. - Diss... kand. psixol. nauk. - M., 1986. - 160 S.

3. Granovskaya, R.M., Nikolskaya I.M. Zamita lichnosti: psixologicheskie mexanizmi. / R.M. Granovskaya, I.M. Nikolskaya. - SPb.: Znanie, 1999. - 352 S.

1. 4. Maxmudova Z.M., Olimov L.Ya. O'smirlarda ekstremal vaziyatlarda psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish. Monografiya. "Buxoro viloyat bosmaxonasi MChJ" nashriyoti. Buxoro. 2021. -B. 160.

2. Maxmudova Z.M., Olimov L.Ya. Psychodiagnostics. O'quv qo'llanma. "Turon zamin ziyo" nashriyoti. Toshkent 2014. -B. 298.

3. Olimov L.Ya. Psixodiagnostika va psixometrika asoslari. Darslik. "Durdona" nashriyoti. Buxoro. 2021. -B. 747.

4. Olimov L.Ya. Umumiy psixodiagnostika. "Durdona" nashriyoti. Buxoro. 2020. -B. 1103.

5. Olimov L.Ya., Maxmudova Z.M. Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya. o'quv qo'llanma. "Turon zamin ziyo" nashriyoti. T. 2020. -B. 820.

6. Olimov L.Ya., Nazarov A.M. Xulqi o'gishgan bolalar psixologiyasi. O'quv qo'llanma. "Tafakkur avlodi" nashriyoti. Buxoro. 2020. -B. 490.

7. Olimov L.Ya., Maxmudova Z.M. O'smirlarda psixologik himoya mexanizmlarining namoyon bo'lishining o'ziga xosligi. Psixologiya ilmiy jurnali. 2021 yil, 4 son 103-112 b.

8. Olimov L.Ya., Maxmudova Z.M. Psixologicheskie mexanizmi deviantnogo povedeniya. Psixologiya XXI veka. Yaroslavl., 2020. -S. 125-127.

9. Olimov L.Ya., Maxmudova Z.M. Stressli vaziyatlarda psixologik himoya mexanizmlari va koping xulq-atvor namoyon bo'lishining ijtimoiy psixologik xususiyatlari. Psixologiya. Uchrediteli: Buxarskiy gosudarstvenniy universitet, 31-38.

10. Olimov L.Ya., Maxmudova Z.M. Stressli vaziyatlarda psixologik himoya mexanizmlari va koping xulq-atvor namoyon bo'lishining ijtimoiy psixologik xususiyatlari: stressli vaziyatlarda psixologik himoya mexanizmlari. Psixologiya ilmiy jurnali. 2020 yil, 4 son 109-115 b.

AFFILIATSIYA MOTIVATSIYASI - YOSHLAR O'QUV MOTIVLARINI SHAKLLANTIRUVCHI OMILI SIFATIDA

*Norkulova Nargiza Tashpulatovna,
psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD),
Toshkent amaliy fanlar universiteti "Psixologiya" kafedrasi dotsenti*

Yoshlarni jamiyatdagi ijtimoiy faolligini oshirishda, hayotdagi rolini, o'rnini aniqlashda ma'naviy omilning o'rnini kattadir. Buni ilmiy-nazariy jihatdan asoslab berish va amaliyotda ma'naviy yetuk yoshlarni yetishtirib berishga mo'ljallangan dasturlarni ishlab chiqish hozirgi kunning o'ta murakkab va dolzarb

muammolaridandir. Shuni unutmash kerakki, bugungi kunda inson ma'naviyatiga qarshi yo'naltirilgan, bir qarashda arziyasiz bo'lib tuyuladigan kichkina xabar ham axborot olamidagi globallashuv shiddatidan kuch olib, ko'zga ko'rinmaydigan, lekin zararini hech narsa bilan qoplab bo'lmaydigan ulkan ziyon yetkazishi mumkin. Hozirgi globallashuv jarayonlari davrida ma'naviy tahdidlar soni ortib bormoqda.

Yurtboshimiz ta'kidlaganidek, "Bunday keskin va tahlikali sharoitda biz otanelar, ustoz-murabbiylar, jamoatchilik, mahalla-ko'y bu masalada hushyorlik va ogohlikni yanada oshirishimiz kerak. Bolalarimizni birovlarining qo'lga berib qo'ymasdan, ularni o'zimiz tarbiyalashimiz lozim. Buning uchun yoshlarimiz bilan ko'proq gaplashish, ularning qalbiga quloq solish, dardini bilish, muammolarini yechish uchun amaliy ko'mak berishimiz kerak. Bu borada ishsiz qolgan yoshlar bilan ishlashga alohida e'tibor qaratishimiz zarur"[1].

Psixologik nuqtai nazardan, ma'naviy qiyofa ma'naviy ehtiyoj kabi shaxs psixikasining o'ziga xos xususiyati, insonning irodasi bilan chambarchas bog'liq jarayondir[2].

Ushbu maqolada biz yoshlarimiz ma'naviy qiyofasini shakllantirishda, ulardagi o'quv motivlarini kuchaytirishda affiliatsiya motivatsiyasining¹⁹(ing. *to affiliate* – birlashtirmoq, insonni boshqa odamlar davrasida bo'lishga intilishi ma'nosida) tutgan o'rni hamda uning yoshlar ijtimoiy xulqini muvofiqlashtirishdagi ahamiyatini yoritishga urindik. Bizni, avvalo, zamonaviy yoshlarning psixologiyasi, sherikchilik munosabatlari va bunga sabab bo'luvchi ma'naviy omillarni o'rganish, shu orqali talabalar orasida tashkil etiladigan professional kompetentlikni oshirish masalasi qiziqirdi. Yoshlar guruhini uyushtiruvchi, undagi ma'naviy muhit, o'zaro munosabatlarni yaxshilash orqali o'quv hamda professional mahoratga undovchi motivlar borki, u psixologiyada affiliatsiya motivi deb ataladi [3;4;5].

Ushbu ma'naviy omilning inson hayotida naqadar muhim ahamiyat kasb etishi bizning olib borgan ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarimiz natijasida ham o'z isbotini topdi. Ya'ni, biz talabalardagi affiliatsiya motivi ijtimoiy xulqning mahsuli sifatida nechog'liq yoshlar ma'naviy dunyosini shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etishini o'rganishga qaratilgan tadqiqotlar turkumini oldib bordik. Tadqiqotda

285 nafar talaba-yoshlar ishtirok etdilar. Korreksion ishlar jarayonida affiliatsiya motivatsiyasi testi bo'yicha past ball olgan talabalar hamda ijtimoiy qadriyatlarini o'rganish metodi bo'yicha ma'naviy qadriyatlar shkalasida past ball olgan talabalarni tanlab, ular 3 ta trening guruhini tashkil etishdi. Korporativ treningdan ko'zlangan maqsad – trening ishtirokchilarini samarali kommunikativ muloqotga o'rgatish orqali affiliatsiya motivatsiyasini rivojlantirish va shu orqali ular ma'naviy qiyofasini tashkil etuvchi pozitiv sifatlarni shakllantirish bo'ldi.

Korporativ trening dasturiga quyidagi mavzu va topshiriqlar kiritildi:

- *Hayotingizda to'liq qadriyatlar tizimini namoyon etuvchi, ya'ni shaxs ma'naviy qiyofasini tarkibiy qismini tashkil etuvchi 10 ta qadriyat, qoida yoki*

¹⁹Шапарь В.Б. Новейший психологический словарь \В.Б. Шапарь, В.Е.Россоха, О.В. Шапарь; под общ.ред.В.Б. Шапаря.- Изд.3-е- Ростов н\Д.: Феникс, 2007. С.-43.

cheklashlarni ko'rsatib bering. Bularga sizning oilangizdagi qadriyatlar, qoida va cheklashlar ham kiradi.

- Siz hayotda amal qilib yashayotgan barcha hayotiy qoida va prinsiplarni sanab bering. Ular qoida, maqol yoki rivoyat shaklida ham namoyon bo'lishi mumkin.

- Sizningcha, "Qanday qadriyatlar mavjud?" Ishtirokchilarga ro'yxat ichidan ular uchun eng muhim bo'lgan 7 ta qadriyatlarni tanlab olishni va daftarlariga yozishlarini so'radik.

- Affiliatsiya, motivatsiya so'zlari bilan sizda qanday assosiativlar paydo bo'ladi?

- Nima uchun ushbu motivatsiyalarni inson o'zida rivojlantirishi kerak?

Undan tashqari trening javomida interfaol mashqlardan "Anabioz", "Oyna", "Guruhiy faoliyatni tashkil etish", "Qadriyatlar bozori" mashqi, individual hamda jamoaviy qadriyatlarni aniqlash mashqlaridan faol foydalanildi.

Ushbu korporativ treningning samaradorlik darajasini aniqlash, o'tkazilgan tajriba natijalari hamda talabalarning ma'naviy qiyofasiga ta'sir etuvchi affiliation omillarning samaradorlik darajasi to'la tahlil etish maqsadida tajribagacha va tajribadan so'ng ishlatilgan "Qadriyatlar yo'nalishi birligi (QYB)" metodidan foydalanildi. Tajribalar orasida esa har bir guruhda ijtimoiy psixologik trening o'tkazilib, ularda ijtimoiy sezuvchanlik, bilimdonlik hamda boshqa qator ijtimoiy psixologik ko'nikma va malakalar shakllantirishga harakat qilindi. Olib borilgan tajriba, trening mashg'ulotlari talabalar ma'naviy qiyofasida ham mazmun jihatidan, ham miqdor jihatidan muayyan o'zgarishlar ro'y berganini ko'rsatdi. Ya'ni, har bir guruhda qadriyatlarga munosabat, ularni idrok etish tizimi o'zgardi, bu o'z navbatida ular ijtimoiy fikrida ko'proq umumiylik, yakkilik paydo bo'lganligini ko'rsatdi. Olingan empirik raqamlarning ishonchlilik darajasi ularni 99 foizlik statistik mezon asosida Uilkokson formulasi bo'yicha tekshirildi va quyidagi jadvalda aks ettirildi (1-jadvalga qarang).

1- jadval

Talabalar tomonidan muvaffaqiyatli o'zaro hamkorlikdagi o'quv faoliyati uchun muhim deb hisoblanadigan shaxs sifatlarining trening mashg'ulotlari ta'sirida o'zgarishi (Uilkokson mezoni bo'yicha)

Ko'rsatgichlar	Treningdan keyin tanlash darajasining o'zgarishi			Z qiymati	Ishonch darajasi (p)
	Kamayish	Ortish	O'zgarishsiz		
1.O'qishga munosabatni tavsiflovchi sifatlar	8	27	25	-3,28	0,001 **
2.Xulq-atvor va faoliyatga munosabatni tavsiflovchi sifatlar	24	13	23	-2,04	0,042 *
3.Bilim egallash bilan bog'liq sifatlar	5	24	31	-3,56	0,000 **
4.Ma'naviy xislat-larni tavsiflovchi sifatlar	7	36	17	-4,63	0,000 **

5.O'quv-tashkiliy ish ko'nikmalarini tavsiflovchi sifatlar	21	16	23	-1,32	0,188
6.O'rtoqlari, kursdoshlariga munosabatni tavsiflovchi sifatlar	7	39	14	-4,64	0,000 **
7.O'ziga nisbatan munosabatni tavsiflovchi sifatlar	21	1	38	-4,26	0,000 **

Izoh: * - $p < 0.05$ ** - $p < 0.01$

Ushbu “Qadriyatlar yo‘nalishi birligi (QYB)” metodikasi jami 35 shaxs sifatini o‘z ichiga qamrab olgan bo‘lib, ular o‘z navbatida shaxsning 7 jabhaga bo‘lingan sifatlarni, ya‘ni o‘qishga munosabat, xulq-atvor va faoliyatga munosabat, bilim egallashga, ma‘naviy xislatlarga, o‘quv-tashkiliy ishlarga, o‘rtoqlari, kursdoshlariga hamda o‘ziga munosabat shkalalaridan iboratdir. Tajriba ishtirokchilari ulardan faqat o‘zlariga ma‘qul bo‘lgan 5 ta sifatningina tanlab olish huquqiga egalar.

Yuqoridagi 1–jadvalda keltirilgan treningdan keyingi talabalar tomonidan tanlash darajasini tahlili shuni ko‘rsatmoqdaki, talabalarda trening o‘tkazilgandan so‘ng qadriyatlar yo‘nalishi tizimida muayyan o‘zgarishlar sodir bo‘ldi. Ushbu va boshqa olingan amaliy natijalar talabalarda affiliatsiya motivatsiyasining shakllantirilganligi, bu esa talabalardagi ma‘naviy qiyofani takomillashtirishga turtki bo‘lganligidan dalolat berdi.

O‘rtoqlari, kursdoshlariga munosabatni tavsiflovchi sifatlar, ya‘ni muloqatmandlik, halollik, adolatparvarlik, tashabbuskor, novatordik (yangiliklarga intiqlik), yordamga tayyorlik sifatlari jami trening ishtirokchilarining 39 nafari yoki 65 foizida ortganligi ham tajribaning samaradorligini ko‘rsatuvchi muhim natijadir.

Yuqoridagilardan xulosa qilib, shunday tavsiyani berish mumkinki, affiliatsiya motivi ijtimoiy psixologik fenomen bo‘lib, u guruhij jarayonlarning ajralmas qismi va hamkorlik qilishning sharti sifatida tavsiflanadi. Shu bois ushbu fenomenga bola taraqqiyotining ilk davridan e‘tibor berib, rivojlanishi uchun barcha ijtimoiy psixologik shart-sharoitlarni hozirlash va shu orqali yoshlar ma‘naviyatini, ulardagi o‘qishga bo‘lgan motivatsiyani ham yuksaltirib borish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Mirziyoyev Sh. O‘zbekiston Respublikasining saylangan Prezidentining O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi qabul qilinganining 24 yilligiga bag‘ishlangan ma‘ruzasi // Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta‘minlash – yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi. – T., 2016 yil 7 dekabr.

2. Tulenova G.J. Yoshlar ijtimoiy faolligini oshirishda ma‘naviy omilning roli. Fal.fan.dok. O‘zMU. – T., 2006. – 317b.

3. Шапаръ V.B. Noveyshiy psixologicheskiy slovar \V.B. Shapar, V.Ye.Rossoxa, O.V. Shapar; pod obщ.red.V.B. Shaparya. – Izd.3-ye – Rostov n\D.: Feniks, 2007.-s-43.

4. Xekxauzen X. Motivatsiya i deyatelnost, t.1. SPb.: Piter – 2003. – S. 347-370.

5. Buunk B. Affiliation and helping interactions within organizations: a critical analysis of the role social support with regard to occupation stress. // in Stroebe W., Hewstone M. European Review of Social Psychology, – Chichester: John Wiley, 1990, 1, p. 293-322.

BOLALARDA PSIXOGEN BUZILISHLARNI KELTIRIB CHIQUARUVCHI OMILLARNING O'RGANILGANLIGI

Askarova Nargiza Abdivalievna

*Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent v\ b.
Toshkent amaliy fanlar universiteti, "Psixologiya" kafedrasida.*

Har qanday yoshdagi bolada ma'lum psixogen buzilishlarni paydo bo'lishining asosiy sababi - bu shaxsning noetukligi va hali shakllanmagan xarakteri tufayli bola tayyor bo'lmagan vaziyat yoki harakatlar tufayli yuzaga kelgan ruhiy jaroxatdir. Bola - moslashuvchan, plastik mavjudot, lekin ayni paytda nozik. Har qanday narsa uning ruhiy hayotining me'yordagi jarayonini buzishi mumkin. Ko'pincha bolalik davrida psixogen simptomlar nevroz shaklida namoyon bo'ladi. G'arbiy nemis tadqiqotchilari G. Nissen, P. Strunk [Nurlıgayanova L.R. 2010, 5 c] bolalik davridagi nevrozlarni ikki guruhga ajratadi: asosan ruhiy belgilarga ega bo'lgan psixogen kasalliklar va somatik belgilar bilan psixogen kasalliklar. A.B.Smulevich [Smulevich A.B. 2001, 256 s.], A.Yu.Aleksandrovskiylarning [Aleksandrovskiy A.Yu. 2002, 7 c] ta'kidlashicha, psixosomatika bilan og'riq bolalar ko'pincha an'anaviy qo'llaniladigan terapiya usullarining samarasizligini boshdan kechiradilar, bu esa psixosomatikaning surunkalilashuviga, bolaning ijtimoiy moslasha olmasligiga, hayot sifatining pasayishiga, nogironlik va somatik kasallik tufayli nogironlikka olib keladi. Biroq, psixosomatik kasalliklarning yoshga bog'liq xususiyatlari masalalari hal qilinmagan va ma'lumotlar etarli emas.

Tasavvurni faollashtiradigan maxsus usullardan foydalanish (guruh katatimik-tasavvur psixoterapiyasi), tanaga yo'naltirilgan bilan birlashtirilgan mashqlar eng adekvat usullar majmuasi bo'lishi mumkin psixosomatik kasalliklar uchun psixologik tuzatish (bronxial Astma). Ayniqsa, oiladagi shaxslararo munosabatlarning ta'siri va ota-onalarning shaxs xususiyatlari, bolalarda psixosomatik kasalliklarning rivojlanishini keltirib chiqaruvchi omil sifatida etarlicha o'rganilmagan. Bu omillarning barchasi bolalarda psixosomatik kasalliklarning o'z vaqtida tashxisi qo'yilmasligi yoki ularning ortiqcha tashxisiga olib kelishi mumkin. Psixosomatik kasalliklarning yuqori chastotasiga qaramay, bu tashxis amaliyotida juda kam uchraydi. Bu muammoni etarli darajada bilmaslik, mutaxassislarning yaxshi xabardor emasligi, psixosomatik kasalliklarni tasniflashda yagona yondashuvning yo'qligi dolzarb muammolaridan biridir. Ushbu vaziyat esa, bolalardagi klinik va psixologik ko'rinishlarni baholash, psixosomatik kasalliklarning rivojlanishi uchun xavf omillarini aniqlash va ularni

bartaraf etish va oldini olishga differensial yondashuvni aniqlash uchun qo'shimcha tadqiqotlarni talab qiladi. Psixosomatik kasalliklarni aniqlash onalar va bolalar salomatligini muhofaza qilish uchun ayniqsa muhim hisoblanib, alohida yondashuvni talab qiladi.

O.V.Zalesskaya tomonidan [Zalesskaya O.V. 2007, 17 b] astma bilan kasallangan o'smirlar ustida olib borilgan tadqiqot natijalariga ko'ra, tasavvurni faollashtiradigan maxsus usullardan foydalanish (guruh katatimik-tasavvur psixoterapiyasi), tanaga yo'naltirilgan bilan birlashtirilgan mashqlar eng adekvat usullar majmuasi bo'lishi mumkin. Olimaning fikricha, psixosomatik kasallik o'smirning tengdoshlar bilan muloqot intensivligining pasayishiga ta'sir qiladi, bolalarda xavotirlanish kuchayadi, mustaqillik va qiziqishning pasayishi kuzatiladi va o'quv faoliyatiga salbiy ta'sir qiladi. Ularning jismoniy va intellektual salohiyatisha salbiy ta'sir ko'rsatib, turli sharoitlarda ijtimoiy va psixologik moslashishda qiyinchiliklarga olib keladi.

Yu.F.Antropov [Antropov Yu.F. 2002, 304 b] bolalardagi barcha psixosomatik buzilishlar affektiv depressiv buzilishlar fonida yuzaga keladi, deb hisoblaydi. U ko'pincha maktab va o'smirlik davrida kuzatiladigan psixosomatik reaksiyalarni, psixosomatik holatlarni, o'rta va katta yoshdagi o'smirlik davridagi psixosomatik kasalliklarni aniqlaydi. Yu.F. Antropov 2002 yilda u bolalarda PSR ning yangi tasnifini taklif qildi unda PSR ajralib turadi: 1) ularning lokalizatsiyasi bo'yicha - anatomik va funktsional printsipga asoslangan; 2) patologik ko'rinishlarning sifat va miqdoriy xususiyatlariga ko'ra - psixosomatik reaksiyalar, holatlar, kasalliklar; 3) tarqalish bo'yicha - shartli ravishda monotizimli va politizimli psixosomatik (funktsional) buzilishlar (chunki bu nafaqat somatik, balki ruhiy sohaga ham ta'sir qiladi); 4) depressiv ko'rinishlarning klinik zo'ravonlik darajasiga ko'ra - subdepressiya, yashirin depressiya, o'rtacha depressiya (distimiya, disforiya) va og'ir depressiya; 5) depressiv buzilishlar genezisiga ko'ra - endogen, psixogen va qoldiq organik depressiya; 6) psixosomatik va unga hamroh bo'lgan affektiv (depressiv) buzilishlar asosidagi sifat belgilariga (sindromik tuzilishga) ko'ra - astenik, tashvishli, melanxolik, aralash.

D.N.Isayevning "Bolalardagi psixosomatik kasalliklar" nomli [Isayev D.N. 2005,512 b] monografiyasida eng ko'p uchraydigan shaxs buzilishlari tasvirlangan. Ular orasida izolyatsiya, tashvish, tashqi ogohlantirishlarga sezgirlikning oshishi, pessimizm va umidsizlikka moyillik, yuqori darajadagi intilishlar bilan past intellekt bor edi. Bundan tashqari, sub'ektning stressli vaziyatdan xabardorligi va unga moslashish qobiliyati alohida ta'kidlangan. Noqulay oila va boshqa mikroijtimoiy omillarning foni katta ahamiyatga ega. Bolaning sog'lig'ining holati, ko'pgina mualliflarning fikriga ko'ra, onaning sog'lig'iga bog'liqdir. Bolaning hissiy jihatdan mahrum bo'lishining sababi onaning ruhiy tushkunligi bo'lishi mumkin, bu esa onaning bolasidan voz kechishi va uni qarovsiz qoldirishi mumkin. Depressiv kasalliklarga chalingan onalar o'zlari bajaradigan ta'lim funktsiyalari sifatining pasayishini qayd etadilar. Bu bolada umidsizlikni (ko'ngilsizlikni) keltirib chiqaradi, ota-onaning maxsus uslubi bilan qo'llab-quvvatlanadi (avtoritarizm, bolaning ehtiyojlarini e'tiborsiz qoldirish, shu bilan birga haddan tashqari himoyalani), bolada yashirin kemtiklik holatini yaratadi. Rollo May [Rollo

May.1977, 45 c.] psixosomatik kasalliklarni bolalik davridagi ta'lim tizimlari bilan, aniqrog'i ularning buzilishi bilan bog'laydi. U bulimiyani onalarda bolalarni haddan tashqari himoya qilishning namoyon bo'lishi bilan bog'laydi va aksincha holat – anoreksiya, nervozni e'tiborning etishmasligi bilan bog'laydi.

Ushbu muammo yuzasidan xulosa o'rnida aytish mumkinki, o'tkazilgan adabiyotlar taxlili natijasida quyidagi xulosalar qilish mumkin. Bolalardagi psixosomatik kasalliklar yoshga bog'liq xususiyatlarga ega: 1 yoshgacha - bu neyropatiya fonida, erta bolalik davridagi reaksiyalar, 1 yoshdan 3 yoshgacha - reaksiyalar va holatlar, 3 yoshdan oshgan bolalarda -bir vaqtning o'zida reaksiyalar va kasalliklar kuzatiladi. Bolalardagi psixosomatik buzilishlarning klinik ko'rinishi asosan ovqat hazm qilish, yurak-qon tomir tizimining buzilishi bilan namoyon bo'ladi. Jumladan, nafas olish tizimlarida kasalliklar paydo bo'la boshlaydi. Vegetativ kasalliklari bo'lgan bolalarda psixosomatik kasalliklarning paydo bo'lishi va rivojlanishining xavf omillari - bu og'ir akusherlik tarixi, noqulay ijtimoiy omillar, onalarning shaxsiy xususiyatlari, ona-bola tizimidagi munosabatlarning buzilishi, bolalarni tarbiyalash tizimidagi buzilishlar bilan bog'liqdir.

Bolada ota-onalarning shaxsiy hayotidagi har qanday salbiy o'zgarishlar kasallik xavfini oshiradi va ba'zida faqat og'riqli ko'rinishlar oiladagi tartibsizlikning ifodasi bo'lishi mumkin. Oilaviy munosabatlardagi har qanday salbiy o'zgarishlar nafaqat bolani stressga moyil qiladi, balki uning individualligini rivojlanishiga to'sqinlik qiladi. Depressiyaga uchragan bolalar, oilaviy muammolar, ayniqsa somatik va psixonevrologik kasalliklar fonida, o'ziga ishonchsizlik, umidsizlik va foydasizlik tuyg'ularini boshdan kechiradilar. Bolalardagi somatik shikoyatlar davomiyligi va namoyon bo'lishiga ko'ra patologik affektga ekvivalent bo'lishi mumkin, bu har doim me'yordagi hissiy reaksiyalar bilan birga keladi.

Shunday qilib, somatik shikoyatlar komorbid psixogen kasalliklarga ishora qiladi. Vegetativ disfunktsiyalarning rivojlanishida asosiy rol neyropatik sharoitlar va miya-organik etishmovchilik fonidagi uzoq muddatli psixotraumatik vaziyatlarga tegishli. Bolalarda psixosomatik kasalliklar bilan nevrozlarning rivojlanishining tegishli omillari oiladagi nizolar, noto'g'ri tarbiya va ota-onalar tomonidan bolaning imkoniyatlariga nisbatan haddan ortiq yuqori talablardir. Shaxs bunga psixologik kompensatsiya mexanizmlarini shakllantirish orqali javob beradi, chunki travmatik tajribalardan "qochish", ularni turli xil faoliyat turlari bilan bostirish, travmatik vaziyatga bevosita qarshilik ko'rsatadi.

Adabiyotlar

1. Александровский Ю.А. Пограничные психические расстройства при соматических заболеваниях. Психотерапия и психофармакотерапия 2002; 1:4-7.
2. Антропов Ю.Ф., Шевченко Ю.С. Психосоматические расстройства у детей и патологические привычные действия у детей и подростков. - М., Издательство Ин-та Психотерапии, 2000. – 304 с.

3.О.В.Залесская. Особенности образа тела у подростков с психосоматической патологией на примере бронхиальной астмы. Автореф. дис. к.п.н. Москва-2007.

4. Исаев Д.Н. Психосоматические расстройства у детей: руководство для врачей. - СПб.: Питер, 2000. – 512 с.

5.Л.Р.Нурлыгаянова. Психосоматические расстройства у детей с неврозами. Автореф. дис. к.м.н. Уфа – 2010.-5 с.

6. Rollo May. The Meaning of Anxiety. N.Y. Pocket Books, 1977.-45 с.

7.Смулевич А.Б. Депрессии в общей медицине: руководство для врачей. - М.: Медицинское информационное агентство, 2001. – 256 с.

АНАЛИЗ ОСОБЕННОСТЕЙ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО - ИМИДЖЕВОГО ПОТЕНЦИАЛА СОВРЕМЕННОГО ПЕДАГОГА ЧЕРЕЗ ЭМПИРИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Ф.Б. Нарзикулова

*доктор психологических наук (DSc), профессор кафедры «Психология»,
Самаркандский Государственный Университет
Самарканд, Узбекистан*

С.Б. Рахиммирзаев

*доктор философии по психологическим наукам (PhD),
доцент кафедры «Психология», Национального Университета
Узбекистана*

Ташкент, Узбекистан

Именно моделирование, как метод позволяет раскрывать в полной мере структурные особенности изучаемого явления, на этой основе создавать эффективные условия для его развития, целенаправленно подбирать соответствующие техники воздействия и управления. Диапазон характеристик современных моделей довольно широк и может охватывать как структурное содержание того или иного явления, иерархию взаимосвязей содержательных элементов, так и последовательные временные этапы определенного процесса, характеристику ожидаемых результатов, прогнозные показатели, их взаимообусловленность и пр. Как показывает практика в психологических исследованиях под моделью, как правило, понимается некая схема, или план действий, направленный на реализацию соответствующей цели. Нужно отметить, что, моделирование, как метод исследования изучаемых явлений широко применяется в современной психологии, составляя основу психологического эксперимента. В данном аспекте, большинство учёных придерживаются мнения о том, что моделирование психологического процесса позволяет наглядно представить природу структуры изучаемого, а также заранее прогнозировать различные возможные преобразования и соответственно применение этих факторов в научных исследованиях. [1; 2; 3; 4; 5; 6].

Практика показывает, что при подготовке модели структуры профессионально-имиджевого потенциала современного педагога

целесообразно учитывать принцип конструктивного моделирования, который предполагает соотнесение получаемых результатов, т.е. современные положения теории с одной стороны и экспериментально-практическая деятельность - с другой. Соответственно, под экспериментально-практической деятельностью понимается специально организованное эмпирическое исследование с целью уточнения актуальности полученных теоретических выводов относительно выборки нашего исследования.

Таким образом, придерживаясь вышеизложенного сформулированного подхода к процессу моделирования структуры профессионально-имиджевого потенциала современного педагога, нами была организована и проведена экспертная оценка обобщённых индивидуально-психологических особенностей характеризующих профессионально-имиджевый потенциал. В качестве экспертов приняло участие 135 специалистов, как женского, так и мужского пола (рис. 1), имеющих значительный опыт работы в сфере образования. [4; 5]

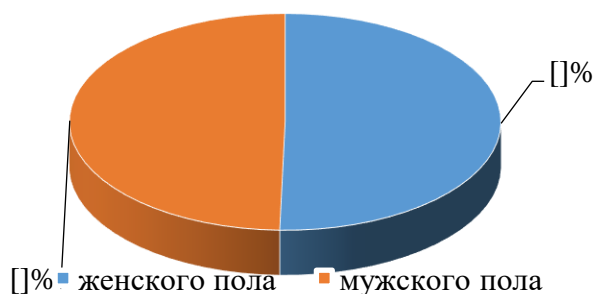


Рис. 1. Характеристика экспертов оценки структурных составляющих профессионально-имиджевого потенциала современного педагога по полу (n=135)

В целях стандартизации получаемых результатов, упрощения организационных вопросов, экспертная оценка проводилась по заранее подготовленному экспертному опроснику, основу которого составляют 32 выделенных, по результатам теоретического анализа, обобщённых индивидуально-психологических особенностей - структурные составляющие, характеризующих профессионально-имиджевый потенциал современного педагога. Для дифференцирования структурных составляющих, в опросник включена пятнадцатипольная шкала оценки. Кроме того, в целях разъяснения порядка проведения экспертной оценки в опроснике предусмотрена подробная инструкция, охватывающая все необходимые аспекты для плодотворной работы с подготовленным инструментарием.

По итогам проведения экспертной оценки все полученные результаты были обобщены в единой таблице для вычисления базовых статистических данных (среднестатистический балл, медиана и др.) по каждой оценённой структурной составляющей профессионально-имиджевого потенциала современного педагога. Все проделанные процедуры на основе анализа данных, позволили нам выделить перечень актуальных структурных

составляющих профессионально-имиджевого потенциала современного педагога (таб.1).

Таблица 1

Актуальные структурные составляющие профессионально-имиджевого потенциала современного педагога (n=135)

№	Наименования оцениваемых характеристик учителя начального образования	Макс. оценочный балл	Мин. оценочный балл	Среднестат. оценочный балл	Стандартное отклонение	Медиана
1	умение регулировать своё поведение в коммуникативных ситуациях	15	12	14,09	0,89	14
2	способность адаптироваться к условиям социальной среды	15	12	13,72	0,92	14
3	умение самостоятельно преодолевать возникающие жизненные проблемы	15	10	13,1	1,03	13
4	низкий уровень конфликтности	15	8	12,94	1,27	13
5	коммуникативные и организаторские способности	15	9	12,78	1,44	13
6	эмоциональный интеллект	15	8	12,45	1,44	13
7	способность к саморегуляции эмоциональных состояний, возникающих в коммуникативной ситуации	15	9	12,33	1,43	12
8	сбалансированная эмоциональность	15	8	12,24	1,95	12
9	эмпатические способности	15	8	12,22	1,5	12
10	развитая рефлексивность	15	8	11,94	1,45	12
11	коммуникативная толерантность	14	9	11,41	1,15	11
12	стремление к саморазвитию	14	8	11,4	1,18	11
Среднестатистические значения		14,83	9,08	12,19	1,42	12,11

В целях облегчения восприятия выделенного перечня актуальных структурных составляющих изучаемого явления осуществлена их классификация по принципу значимости экспертных оценок. Таким образом нами представлена модель структуры профессионально-имиджевого потенциала современного педагога. (рис.2)

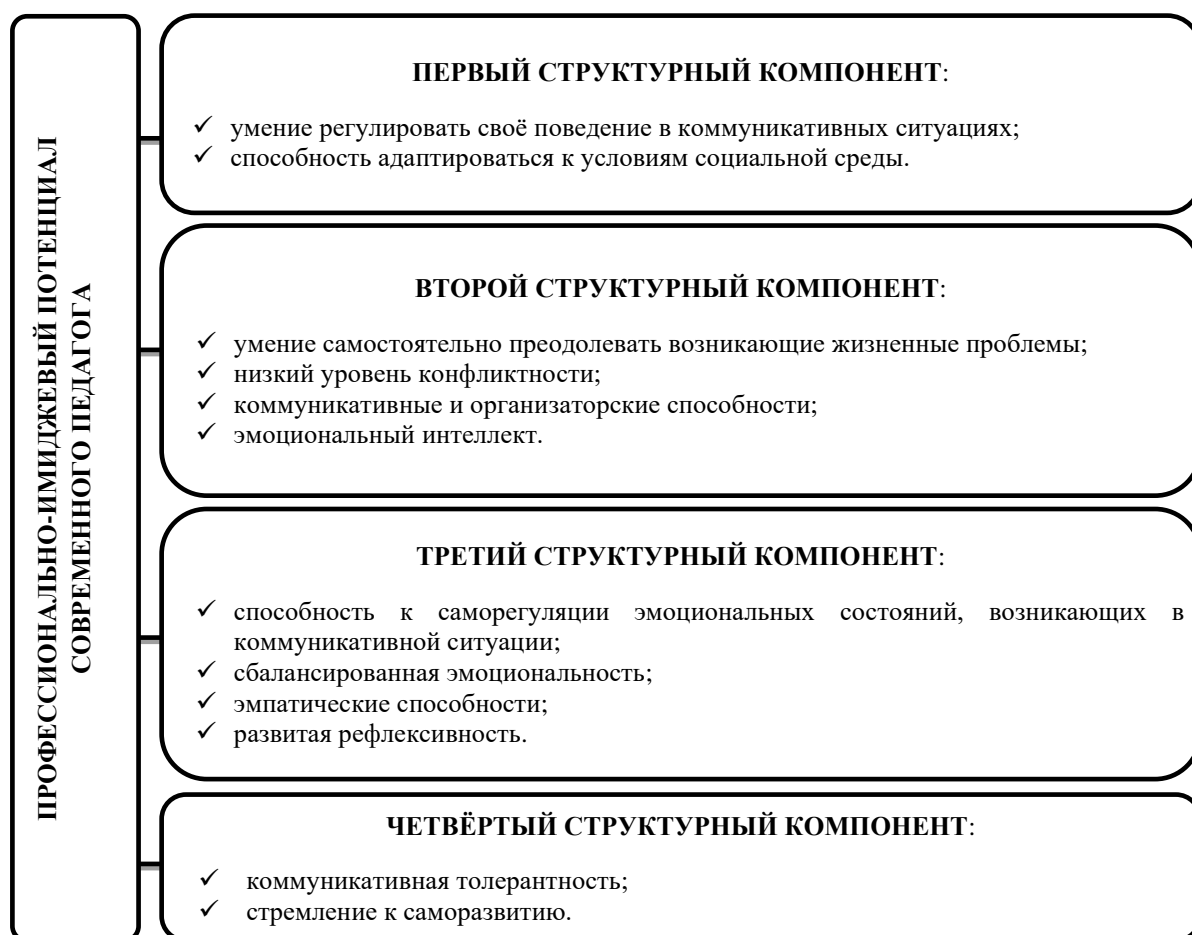


Рис. 2. Модель структуры профессионально-имиджевого потенциала современного педагога

Таким образом, проведённый анализ методологических подходов к процессу моделирования показывает, что под моделью структуры профессионально-имиджевого потенциала современного педагога полагается целесообразным понимать - целостное множество взаимообусловленных структурных элементов, где каждый из них рассматривается с учётом степени влияния на изучаемое явление в целом. По своей сущности исследуемая модель представляет собой иерархически упорядоченную систему взаимосвязанных, взаимообусловленных и условно выделяемых содержательных элементов, которые в совокупности отражают природу целостного понимания имиджевого аспекта современного педагога. Такой подход, даёт возможность обоснованно подойти к процессу построения соответствующей модели, конкретизировать этапы её разработки, а также наметить оптимальные пути эффективного развития профессионально-имиджевого потенциала современного педагога. В свою очередь, проведённая экспертная оценка при специально организованном эмпирическом исследовании (n=135) теоретически выделенных индивидуально-психологических особенностей, характеризующих в той или иной степени профессионально-имиджевый потенциал современного педагога, позволил подготовить структурную модель, состоящую из четырёх

компонентов включающие двенадцать актуальных структурных составляющих.

Библиографический список:

1. Дружинин В.Н. Экспериментальная психология - СПб: Издательство «Питер», 2000. - 320 с.

2. Жавнерко А.П. Моделирование в психологическом исследовании индивидуально-психологических особенностей. // Психология и педагогика. - 2010. - № 7. - С. 75-82.

3. Мухамедова Д.Г. Совершенствование социально-психологических технологий подготовки менеджера образования к инновационной деятельности. // Автореф. дисс. доктора псих. наук: 19.00.05, Ташкент, 2015. - 75 с.

4. Нарзикулова Ф.Б. Сущность профессионального имиджа и его структурных компонентов. // Вестник интегративной психологии. Международная Академия Психологических Наук. Журнал для психологов. № 18. - РОССИЯ., 2019. - С. 150-153.

5. Нарзикулова Ф.Б. Психологическое содержание эффективной профессиональной деятельности педагога в контексте моделирования имиджевого потенциала. // Journal of Chemical Health Risks www.jchr.org JCHR (2023) 13(4), 1745-1752| ISSN:2251-6727|1745;

DOI: <https://doi.org/10.52783/jchr.v13.i4.1250> .

6. Рахиммирзаев С.Б. Методический комплекс психодиагностики интеллектуальной мобильности будущих специалистов. // Journal of Chemical Health Risks www.jchr.org JCHR (2023) 13(4), - 1740-1744| ISSN:2251-6727

DOI: <https://doi.org/10.52783/jchr.v13.i4.1249> .

VIZUAL PSIXODIAGNOSTIKANING SUD-PSIXOLOGIK EKSPERTIZA JARAYONIDAGI AHAMIYATI

Laziz Yarashovich Olimov – Buxoro davlat universiteti Psixologiya va sotsiologiya kafedrasi professori, psixologiya fanlari bo`yicha falsafa doktori (PhD)

Vizual psixodiagnostika – insonni kuzatish orqali idrok etish asosida uning psixologik holatini aniqlashdan iborat diagnostik usuldir. Boshqacha aytganda, psixologik axborotni test yoki instrumental usullaridan foydalanmay turib o`rganish jarayoni hisobalanadi. Kuzatuv avvalo muayyan tarzda tashkil qilingan idrok jarayoni bo`lib, u kuzatuvchi oldida turgan vazifa hamda ko`rib chiqilayotgan hodisaning mohiyati bilan bog`liq, ya`ni kuzatuv maqsadga qaratilgan faoliyat. Inson idroki juda muhim bir xususiyatga ega. Inson tez almashuvchi ta`sirlarni his-tuyg`ularining ketma-ketligi sifatida emas, balki umumlashma obraz sifatida qabul qiladi va bizda bu inson haqida tasavvur hosil bo`ladi. Tasavvur, “bitta” bo`lishiga qaramay, amalda bir-biriga qo`shilgan va bir butunlikka birlashgan ko`plab juz`iy tasavvurlardan tashkil topgan bo`ladi. Shunday qilib, shaxsga qaraganimizda uning gavda tuzilishi, holati, mimikasi,

imo-ishoralari va xatti-harakatlarining ma'nosini sezamiz, ushbu idrok etish jarayonini aniq damdagi idrok sifatida his qilamiz, chunki u juda tez o'tib ketadi. Biror inson gapira boshlaganida, bizning alohida obrazga, tasavvurimizga ovoz intonatsiyasi, ohangi, til maromi, tovush kuchi, ehtimoliy dialekt tusi va ko'plab jihatlar qo'shilib boradi [1, B. 93].

Shaxslararo muloqotning bir vaqtda amalga oshiradigan ikki darajasi farqlanadi:

✓ muloqotning mazmun darajasi (u so'zlarda ifodalangan axborotni, ya'ni gapiruvchi aytishni istagan narsani uzatadi);

✓ munosabatlar darajasi (u axborotni o'xshatish orqali, ya'ni bunda so'zlovchining o'zi aytayotgan so'zlarga yoki tinglovchiga munosabati shaklida ifodalanadi).

Albatta, bunday nutqsiz xabarlarini tushunishga har kim ham qodir emas, chunki bunda ichki yo'nalganlik xususiyatidan kelib chiqib, e'tibor aytilayotgan so'zlarga qaratiladi. Bunday usuldan barcha mohir yolg'onchilar samarali foydalanadilar, bunda ular nafaqat o'z xatti-harakatlari yo'nalishini, balki boshqa maqsaddagi nutqini ham puxta shakllantiradilar.

Ko'pchilik insonlar esa munosabatlar darajasidagi axborotlarni aynan o'sha darajada idrok etish, tana harakatlarining ma'nosini tushunish, o'rganish imkoniyatidan foydalanmaydi. Demak, bizga eng ko'p ma'lumot bera oladigan aksariyat axborotlar odatda e'tiborimizdan chetda qoladi. Bu esa ayrim noverbal signallarni ongsiz, ichki sezgi yordamida sezamiz.

Intuitiv idrok, qimmatli, lekin har doim ham ishonchli bo'lmaydi, asosiysi, uning natijalaridan biror ongli harakatni amalga oshirishda foydalanish qiyin. Ong so'zda tasvirlashni talab etadi. Kuzatuvchi avvalo ongli idrokni – noverbal signallarni so'zda ifodalanadigan shaklda o'girishni mashq qilishi zarur. Bundan tashqari kuzatuvchanlik, diqqat va xotirani mashq qildirish natijasida tana harakatlarini tushunish orqali ongsiz darajaga o'tadi. Bunda har qanday insonni bilishning to'rt darajasida namoyon bo'ladi:

➤ bilmasligini anglamaslik (inson nimanidir bilmasligini anglamaydi);

➤ anglab bilmaslik (inson qandaydir sohada bilim olishining zarurligini tushunadi);

➤ anglab bilish (inson kerakli sohada bilimlarni egallagan);

➤ anglamay bilish (bilimlar qo'llanilgan va muayyan bir sohada ishlash bo'yicha barqaror ko'nikmaga aylangan).

Inson muloqot jarayonida o'z mimikasini ovoziga qaraganda yaxshi nazorat qila oladi. Faqat yuz mimikasiga qarab xulosa chiqarish biroz qiyin jarayon, chunki yuz mimikasiga qarab yolg'onni aniqlash uchun tahlil qilishini talab etuvchi ko'rsatkichlar haddan tashqari ko'p. Turli tuman mimika, odam yuzining muloqot davomida surilishi, ko'z harakatlari, nigoh yo'nalishi, asosiysi – inson turli holatlarining "tashqaridan" turlicha ko'rinishi ko'pincha uning haqqoniylik darajasi haqidagi noto'g'ri xulosaga olib keladi. Boshqa tomondan yuz ifodasini tahlil qilish natijasida ko'pincha yolg'onni sezish mumkin bo'ladi.

Psixik jarayonlar tafakkur va inson qalbida yuz berayotgan barcha narsalar bilan chambarchas bog'liq. Ko'z qorachig'idagi axborotlarni shakllantirish

vaqtida beixtiyor tushib qoladigan muayyan zonalar mavjud bo'lib, ular ba'zi vaziyatlarda nosamimiylikning turi hisoblanadi, chunki biror bir vazifani bajarishda, berilgan savollarga javob berishda ularni atayin o'zgartirishi mumkinligi hammamizga ma'lum. Ko'pincha ko'z harakatlarini kuzatish emas, balki ko'z qorachiqlarining axborot mazmuniga ega jihatlarining mos kelish kelmasligini tahlil qilish samarali hisoblanadi. Masalan, qandaydir obrazlar haqida gap ketganida ko'z qorachig'i vizual emas, balki audial zonada bo'lishi bunga misol bo'la oladi.

Yuqorida ko'z harakatlari muloqot jarayonida suhbatdosh tafakkur yo'lining ko'rsatkichi ekanligini bilamiz. Ko'zlar nafaqat ichki jarayonlarni aks ettiradi, balki teskari aloqani ham vujudga keltirishi mumkin: ong ostidan qandaydir xotiralarni chiqarib olish yoki atayin istayotgan ichki hissiyotni yaratish uchun ko'pincha ko'zlarni muayyan holda keltirishning o'zi yetarli bo'ladi.

So'zlayotgan yoki xayol surayotgan odamlarni kuzatganingizda ularning ko'z soqqalari doimo oldindan-orqaga, yuqoriga va pastga harakatlanayotganligi, tasodifan predmet va insonlarga tikilayotgani, shuningdek, ko'pincha ichki tajribaga qaratilayotganligini sezishimiz mumkin, ya'ni, yolg'on belgilarni namoyon qilish jarayonida odatda tashqi vizual ta'sirlar e'tibordan qolib ketaveradi. Ko'zlarning yuqoriga o'ngga qaratilishi, ko'z bilan yaratish - bu shaxs tomonidan hosil qilinadigan vizual obraz yoki manzara xolos. Ya'ni avvalgi vizual qo'shimchaga yangi qism yoki shakl ketma-ketlikda qayta guruhlashtiriladi yoki undan ajratib olinishi talab etiladi. Yuqoriga va chapga qarash: ko'z bilan eslash. Bu saqlanayotgan vizual obrazlari yoki manzaralarini ifodalashdir. To'g'riga va o'ngga qarash – nutqiy faktlarni xotirada tasavvur qilish, inson hech qachon eshitmagan tovushlarni tasavvur qilishi. Bu suhbat jarayonining shakllantirish bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Bunday holatda odam bundan keyin aytmoqchi bo'lgan narsalarini “so'zlarga tushiradi”. To'g'riga va chapga qarash – nutqiy faktlarni eslash. Bunda “harflar alfaviti”, reklama harflari, telefon raqamlari, shuningdek, sheva va so'kinish kabi tushunarsiz so'zlarni ma'nodoshlari bilan solishtirish tushuniladi. Ko'pincha qisqa, ohangdor yoki bir maromdagi so'zlar ko'p takrorlanishi tufayli ilgari idrok etilgan nutqiy obrazlarni eslashda ko'z soqqalarini ko'p harakatlantirish jarayonida ham kuzatiladi. Pastga va o'ngga qarash – bunda inson hosil qilinishi lozim bo'lgan hissiyotlardan hamda mavjud hissiy xotiralardan foydalanishi mumkin. Tushkun holatdagi insonda ko'p kuzatiladigan holatni bunga misol qilish mumkin: boshi egik, qo'llari shalviragan, gavdasi butunlay bukilgan. Bunday odam tom ma'noda o'z hissiyotlariga sho'ng'ib ketgan. Pastga va chapga qarash – ichki nutq, odatda “chuqur fikrlash” bilan bog'liq jarayon bo'lib, ichki so'z va nutqiy jarayon bilan birga kechadi (o'zimiz bilmagan holda ba'zan turli tovush va xitoblarimiz tashqariga “chiqib ketishi” ko'pincha bunga javoban “iltimos, o'zingizcha g'o'ng'illashni bas qiling” degan javobni eshitamiz). Shaxs o'zini xotirjam sezayotgan paytlarda u kompleks, rasional va mantiqiy tafakkurning tahliliy quroli hisoblanadi. Ushbu holat ayrimlarda pastga va o'ngga qarashda ifodalanishi mumkin. Bir nuqtaga qaramaydigan nigoh – vaziyatni ko'z oldida gavdalantirish (vizuallashtirish). Yumuq ko'zlar – ta'm va hidni ilg'ashga bo'lgan harakat. Garchi odamlar

muayyan ta'm va hidni eslab qolish uchun ko'pincha ko'zlarini yumsalar ham qovoqlari ostida ko'z soqqalarining harakati kuzatiladi. Bu harakat yuqorida tasvirlangan holatlarning biriga mos kelib, ko'zlar ochiq holatdagidek talqin etilishi mumkin.

Psixolog shaxsning ko'zlariga qarab uning ichki kechinmalarini aniqlashi mumkin. Ayni vaqtda inson so'zlayotganida suhbatdoshining ko'ziga qarashi yoki qaramasligi muhim emas, balki qachon qarab, qachon nigohini olib qochgani muhim jarayon hisoblanadi.

Inson nigohini deyarli mashq qildirib bo'lmaydi, shu bois u shaxsning hissiy holatini aniq aks ettiradi. Odam so'zlaganda ko'p narsani (xafagarchilik, iztirob, shodlik, g'azab kabilarni) yashirishi mumkin, ammo qarashlarida bu yashirish uchun yo juda katta irodaga ega, yoxud maxsus tayyorgarlikdan o'tgan bo'lishi kerak.

Umuman olganda, insonlarni yuziga qarab yolg'onni aniqlash uchun ko'pincha quyidagi jihatlarga e'tibor qaratiladi:

✚ Nigohlar to'qnashuvining davomiyligi. Ma'lumki, me'yordagi munosabatlarda, ya'ni odamlar bir-birlariga rost gapirayotganlarida, odatda muloqot vaqtining 2/3 qismi davomida ko'zlar to'qnashib turadi. Agar inson samimiy bo'lmasa yoki nimanidir yashirayotgan bo'lsa, uning ko'zlari suhbatdoshiniki bilan muloqot vaqtining 1/3 qismidan kam vaqtda to'qnashishi. O'ziga ishonmaydigan odamlarda esa ko'zga tik qarashdan qochishlari kuzatilgan.

✚ Nigohlarning qochishi. Bunda asosiy belgi sifatida, yolg'on so'zlarga o'rganmagan yoki boshqa sabablarga ko'ra xavotirda yoki nimadandir bezovta bo'lgan odam yolg'on gapirayotganida suhbatdoshining nigohlariga qiyinchilik bilan dosh beradi hamda suhbatdoshdan nigohini olib qochishga harakat qiladi.

✚ Suhbatdosh ko'zlarining biroz qisilishi (torayishi) – odatda ushbu holatdagi shaxsning ishonarli munosabatlar o'rnatishni xohlamayotganligidan, bezovtaligidan dalolat beradi.

✚ Yengil tabassum tadqiqotlardan ma'lum bo'lishicha, ko'p hollarda yolg'on gapirish jarayonida ko'rinadi, ammo muloqotning o'ziga xos uslubi bo'lishi ham mumkin. Yolg'on bilan kechadigan soxta tabassum ichki zo'riqishning yashirish imkonini berganligi sababli ham ko'pincha tabiiy ko'rinmaydi.

✚ Davomiy tabassum tishlardan biroz orqaga tortilgan, bunda uzun chiziq hosil bo'ladi, tabassumning o'zi esa "chuqur" tuyulmaydi) bu shaxs tashqi ko'rinishidagi yoqimtoylik yoki rasmiy xushmuomalalikni ko'rsatadi, ammo muloqot jarayonidagi samimiylik va yordam berishni anglatmaydi.

✚ Yuz mushaklarining mikro-zo'riqishi. Videosuratga olish bunda yuz ifodasida sekundning ulushi mobaynida davom etadigan qisqa muddatli zo'riqishni qayd qilish imkonini beradi. Amerikalik tadqiqotchi R.Bennet fikricha, bu ixtiyorsiz reaksiya – yolg'onning juda ishochli ko'rsatkichi hisoblanadi.

✚ Sinovchan qarash. Odam yolg'on gapirayotganida diqqatini sherigining yuziga qaratadi, bu bilan uni aldashga urinish qanchalik muvaffaqiyatli chiqqanligini aniqlashga qaratadi [3, B. 98].

Yolgʻonchilik belgilari haqida soʻz yuritganda yolgʻon gapirish paytida suhbatdoshni nazorat qilish kerakligini unutmaslik kerak.

Inson nazoratda ushlanadigan qoʻrquv, jumladan, fosh boʻlishdan qoʻrqish paytida, uning qoshlari biroz koʻtarilgan – goʻyoki toʻgʻri chiziqqa tortilgan boʻladi. Agar qoʻrquv kuchliroq boʻlsa, bu belgiga qoʻshimcha boshqa alomatlar koʻrinadi: peshonada yotiq ajinlar paydo boʻladi, koʻzlar kengaygan, buning ustiga yuqori qovoq biroz koʻtarilgan, pastkisi esa taranglashgan boʻladi; ogʻiz biroz ochilgan, burchaklari esa orqaga surilgan, buning natijasida lablar taranglashgan va toʻgʻrilangan boʻladi. Ushbu taranglik va lablardagi toʻgʻrilanganlik qanchalik kuchli boʻlsa, qoʻrquv shunchalik kuchli boʻladi. Biroq, peshona tirishmagan holda bir yoki ikkala qosh sal-pal seziladigan darajada ham koʻtarilish mumkin.

Peshonadagi gorizontaal ajinlar odatda kuchli eʼtiborni bildiradi. Buning turli sabablari boʻlishi mumkin: dahshat, qoʻrquv yoki oddiygina tushunmaslik, hayrat, sarosima va kutilmaganlik. Bu albatta, vaziyatga bogʻliq jarayondir.

Peshonadagi tik chiziqlar odatda kimdir yoki nimadir tufayli kelib chiqqan umumiy diqqat eng yuqori nuqtasiga yetganligini koʻrsatadi.

Diqqatning bir nuqtaga qaratilganligi muqaddam bandlik, biror holat yoki vaziyatga berilganlikni bildiradi. Ammo, oddiy insonlarda samimiy munosabatda boʻlgan paytlarida ham oʻzlarining tashqi yuz ifodasi hamda koʻz harakatlarida yuqoridagi jihatlarni asos qilib olish yaramasligini ham qayd qilish lozim.

Sud psixolog eksperti insonlar bilan muloqotda profayling metodidan shaxslarni muayyan axborotni atayin, jinoiy maqsadda buzishi, yaʼni verbal, ham noverbal xabarlarining vaziyat va holatga qanchalik muvofiqligini aniqlash maqsadida foydalanadi. Ushbu mahorat nafaqat kuzatuvchanlik va diqqatni mashq qilishda, balki psixologik kuzatish boʻyicha barqaror koʻnikmalarni hosil qilishni, kinestetikaning asosiy qonunlarini tushunishni, suhbat olib borish sanʼatini egallashni, oʻrganish jarayonida insonlarning xulqini samarali baholashga imkon beradigan bir qator usullarni egallashni nazarda tutadi.

Foydalanilgan adabiyotlar roʻyxati.

1. Sirliev B.N. va boshqalar. Ichki ishlar idoralari xodimlari faoliyatida kasbiy muomala. – T.: Oʻzbekiston Respublikasi IIV Akademiyasi, 2016. B-302.

2. Umarov B. va Qodirov U. Huquqshunoslik faoliyati psixologiyasi.– T: Yangi asr avlodi. 2005. B-106.

3. Otajonov E. Psixonaliz asoslari. – T: Oʻzbekiston. 2004. B-188.

QIYOFA PSIXODIAGNOSTIKANING SUD-PSIXOLOG EKSPERTI FAOLIYATIDAGI AHAMIYATI

Laziz Yarashovich Olimov – Buxoro davlat universiteti Psixologiya va sotsiologiya kafedrasi professori, psixologiya fanlari boʻyicha falsafa doktori (PhD),

Roziqova Munisa Fazliddinovna – Buxoro davlat universiteti psixologiya taʼlim yoʻnalishi 3-kurs talabasi

Shaxsni psixologik oʻrganish nafaqat test yoki aniq psixodiagnostik usullardan foydalanish, balki oʻrganilayotgan shaxsning tashqi qiyofasi, xatti-

harakatlari, shuningdek, ko‘z qarashlaridan axborot olish mumkin. Holbuki, bu ma‘lumot olish usuli boshqa usullardan ancha samarali hamda tezkor (ekspressiv) hisoblanadi.

Bu borada keng miqyosdagi tadqiqot olib borgan olimlardan biri Sheldon temperament farqlarini ajratish uchun tip emas, komponentni asos qilib oldi:

Birinchisi umumiy sferik shakl, yumshoqlik, juda katta qorin, yelka va belda qalin yog‘ qatlami, yumaloq bosh, katta ichki organlar, shalviragan qo‘l va oyoqlar, taraqqiy etmagan suyak va muskullar bilan ajralib turadi [3, B. 175].

Ikkinchisi uchun keng yelka va ko‘krak qafasi, muskullari yaxshi rivojlangan qo‘l va oyoqlar, teri osti yog‘ining minimal miqdori, og‘ir, salmoqli kalla xosdir.

Uchinchisi ozg‘in odam, cho‘ziq yuzli, baland peshona, ingichka qo‘l va oyoqlar, tor ko‘krak qafasi va qorin, taraqqiy etmagan muskullar, teri osti yog‘ qatlamining yo‘qligi, yaxshi rivojlangan nerv tizimi bilan ajralib turadi. Shu belgilar asosida Sheldon gavda tuzilishining uchta birlamchi komponentini ajratdi va ularni mos ravishda: endomorf, mezomorf va ektomorf deb nomladi. Biologiyada o‘sha davrdagi tassavurlarga ko‘ra endodermadan ichki organlar, mezodermadan suyak, muskul, yurak, qon tomirlari, ektodermadan soch, tirnoq reseptor apparati, nerv tizimi va miya rivojlanadi, deb qaralgan.

U o‘z tadqiqot va kuzatishlariga asoslanib insonlarning tashqi belgilariga (yuz tuzilishi, bo‘yi, tanasiga) ko‘ra, quyidagi guruhlarga bo‘ladi:

1. Endomorf ko‘rinishli insonlar – semiz, irodasiz, jismoniy faolligi sust, kamharakat va beg‘am bo‘ladilar.

2. Mezomorflar – gavnali, suyak muskul tuzilishi rivojlangan, jismoniy faol, irodali, jur‘atli kishilardir.

3. Ektomorflar – ozg‘in, uzun bo‘yli, introvert xususiyatli va kamgap odamlardir.

4. Muvozanatli tiplar – atrofdagilar e‘tiborini ko‘p ham tortmaydigan, unchalik ko‘zga tashlanmaydigan kishilardir.

Psixolog insonlar bilan bo‘ladigan muloqotida yolg‘on ko‘rsatmalar berishga harakat qilayotgan shaxslar so‘zlarini ko‘proq tanlashlari haqidagi xulosa kelib chiqadi va ayni paytda buning sabablari bir qancha bo‘lishi mumkin:

- insonning aynan so‘zda (verbal) ifodalangan axborotni idrok etishga ichki moyilligi;

- nutqni (ko‘rsatmani) oldindan tayyorlab qo‘yish mumkinligi;

- qayta aloqa mavjudligi (gapirayotgan odam bayon etishning muvofiq keluvchi yo‘lini tanlab, o‘zini eshitadi);

- so‘zlar (ko‘rsatmalar) uchun javob berishga to‘g‘ri keladi, chunki ularni takrorlash oson va ulardan batamom voz kechish qiyin.

Insonning yuz ifodasiga nutqiy munosabatlariga nisbatan kam e‘tibor qaratiladi. Yuz qiyofasi ovoz bilan birgalikda eshituvchiga so‘zlayotgan shaxsda uning o‘z so‘zlari keltirib chiqaradigan hissiyotlari haqida axborot berishi, shu bois insonning yuzi ham aldashi mumkin, ammo yuz ifodasini ongli tarzda nazorat qilish qiyinroq jarayon. Inson yuzi miyaning hissiyotlar uchun javob beruvchi sohalari bilan bevosita bog‘liq, so‘zlar esa unday emas. Nimani

gapirayotganimizni bilishimiz oson, ammo yuzimiz nimani ifodalayotganini bilishimiz ancha qiyin. Soʻzlar va yuzga ajratiladigan bunchalik eʼtibor natijasida ovozga deyarli eʼtibor qolmaydi. Shunga qaramay shaxs yolgʻon gapirayotganda ovozi va tanasida koʻproq eʼtibor berishlari toʻgʻri boʻladi. Ovoz ham yuz singari, hissiyotlar uchun javobgar miya sohalari bilan bogʻliqdir.

Inson tanasi aldash belgilari koʻrinadigan muhim manbaalardan biridir. Tana harakatini nazorat qilish unchalik qiyin boʻlmasada, koʻpchilik bunga eʼtibor bermaydi, yaʼni zarurati yoʻq, deb hisoblaydi. Psixolog shaxslar bilan muloqotga kirishganda koʻproq ularning yuzlariga va ularning berayotgan koʻrsatmalariga eʼtibor qaratadi. Bunda psixolog yolgʻonni aniqlashi axborotning haddan tashqari koʻpligi sababli oson kechmaydi. Bular: soʻzlar, toʻxtamlar, ovozning jarangi, yuz ifodasi, bosh harakati, imo-ishoralar, gavda holati, nafas olish, ter bosish, yuzning oqarishi yoki qizarishi va boshqalardir. Yuqoridagilarning barchasini hisobga olishi shart hisoblanadi.

Hatto, yolgʻon gapirishga tayyorgarlik koʻrgan, oʻz xatti-harakatining jihatlarini nazorat qilayotgan shaxs ham ayrim holatlarda oʻzini fosh etishi mumkin boʻlgan barcha narsalarni nazorat qila olmaydi. Istagan taqdirda ham bu qoʻlidan kelmasligi mumkin.

Tadqiqotlarga koʻra, baʼzilar yolgʻon gapirayotganda dangal javob bermaydilar, gapni aylantiradilar yoki keragidan ortiq maʼlumotlar beradilar. Ayrim tadqiqotchilarning aytishicha, buning aksi ham boʻlishi mumkin: aksariyat odamlar savobga javob berishdan boʻyin tovlash va aniq javob berishdan qochish uchun haddan tashqari ayyoydirlar. Bunday yolgʻonchilarni sezmaslik mumkin. Aynan shu joyda gaplari javobdan qochish yoki gapni butunlay aylantirish boʻlgan haqiqatgoʻy insonni notoʻgʻri baholash xavfi (individual xususiyatlar xatosi) mavjuddir. Baʼzilar doimo ana shunday soʻzlaydilar. Ammo, bu yolgʻonchilik alomati emas, balki ularning oddiy gapirish uslubidir. Masalaning murakkabligi shundaki, koʻpincha bironing aldayotganini aniq koʻrsatib turgan har qanday koʻrinishlar boshqa odamlar uchun kundalik xulqining tarkibiy qismigina boʻlishi mumkin. Verifikator har doim, ayniqsa gumon qilayotgan shaxs bilan tanish boʻlmasa, ularning tipik xulqini bilmasa, Brokau qopqoni deb ataluvchi qopqonga tushib qolishi mumkin [1, B. 88].

Toʻxtalish va tutilishlar haddan tashqari uzoq yoki qisqa boʻlishi mumkin. Soʻzlar oldidagi tutilishlar (duduqlanishlar), ayniqsa bu savolga javob berayotganda kelib chiqsa, har doim shubha uygʻotadi. Nutq jarayonining oʻzidagi toʻxtalishlar ham haddan tashqari koʻp uchrashsa, shubhali tuyuladi. Nutqdagi toʻxtalish va tutilishlarning sabablari quyidagilardan iborat:

- yolgʻonchining oʻz harakatlari yoʻnalishini, muyayan masalani, yoki uning oqibatlarini yetarli darajada oʻylab koʻrmaganligi;
- fosh boʻlib qolishdan, yaqinlari oldida sharmanda boʻlishdan qattiq qoʻrqanligi.

Ovoz nutq toʻlqinlarining fiziologik koʻrsatkichlarini oʻlchash asosida insonning hissiy holatidan dalolat beradigan nihoyatda muhim koʻrsatkichdir. Ushbu fiziologik koʻrsatkichlarga quyidagilar kiradi:

- nafas olish harakatlarining xarakteri, qon oqimi bilan bog'liq bo'lgan pulsatsiya;

- ovozdagi asosiy ohang o'zgarishlari;
- ovoz apparati mushaklarining tebranishi.

Biroq, ovozdagi o'zgarishlarga qarab aynan yolg'onning ishonchli alomatlarini aniqlash mumkin, deb qat'iy ta'kidlash noo'rin. Ko'pincha biz stress ta'sirida salbiy hislar yuzaga kelganligining belgilarini ko'ramiz. Shu bois ovoz xarakteristikalaridagi o'zgarishlarni boshqa qo'shimcha alomatlarni hisobga olgan holda talqin etish kerak.

Ovozdagi o'zgarishlarning sabablari:

- ✚ hissiyotning nazorat qilib bo'lmaydigan tarzda qo'qqisdan yuzaga kelishi;
- ✚ fosh bo'lishdan qo'rqish;
- ✚ bosh suyagining tuzilishidagi anatomik xususiyatlar.

Inson, bosh suyagining akustikasi hamda idrok etishning boshqa xususiyatlari tufayli, o'z nutqini amaldagidan boshqacharoq eshitadi.

Aldashga urinadigan odamlar o'z xulqini, jumladan ovozinig sadosini nazorat qilishga harakat qiladilar, ammo shu paytda buni qay darajada uddalaganliklarini aniq bila olmaydilar, chunki o'z ovozinig sadosini to'liq nazorat qilish ancha qiyin ish. Hayajon, jumladan fosh bo'lishdan qo'rqish tufayli kelib chiqadigan hayajon eng ko'p darajada xos bo'lgan ham yolg'on axborot berish vaqtida ovoz va nutqda ko'rinadigan quyidagi belgilar farqlanadi:

- ❖ ovozda titroq paydo bo'lishi;
- ❖ vaqti-vaqti bilan ovozni tozalash yoki yo'talib qo'yish;
- ❖ og'iz qurishi hamda yutinish va lablarni yalash ehtiyoji tufayli gap o'rtasida jummalarning uzilishi;
- ❖ nutq ohangi (intonatsiyasi)dagi ixtiyorsiz o'zgarishlar;
- ❖ nutq sur'atiga o'zgarish (masalan, jummalarni o'ylab ko'rish zarurligi tufayli uning pasayishi);
- ❖ ovoz tembrining o'zgarishi.

Ovozda hissiyotlar ko'rinishining eng ko'p o'rganilgan belgisi ohang kuchayishidir. Ko'pincha ranjigan insonlarda ovoz pardasi ko'tarilib boradi. Ular g'azablangan yoki qo'rqan hollarda buni yanada ko'proq ko'rish mumkin. G'am-anduh yoki qayg'u-hasrat vaqtida ovoz pardasining pasayishidan dalolat beradigan tadqiqotlar mavjud. Hayajon, xafagarchilik, nafrat va jirkanish vaqtida ovoz pardasining balandligi o'zgarish-o'zgarmasligi noma'lum. Ovoz pardasining ko'tarilishi yolg'ondan dalolat beradigan ishonchli belgi emas, balki u qo'rquv yoki g'azab, ehtimol, hayajon belgisi bo'lishi mumkin.

Psixolog insonlar bilan muloqotda profayling metodidan shaxslarni muayyan axborotni atayin, jinoiy maqsadda buzishi, ya'ni verbal, ham noverbal xabarlarining vaziyat va holatga qanchalik muvofiqligini aniqlash maqsadida foydalanadi. Ushbu mahorat nafaqat kuzatuvchanlik va diqqatni mashq qilishda, balki psixologik kuzatish bo'yicha barqaror ko'nikmalarni hosil qilishni, kinestetikaning asosiy qonunlarini tushunishni, suhbat olib borish san'atini egallashni, o'rganish jarayonida insonlarning xulqini samarali baholashga imkon beradigan bir qator usullarni egallashni nazarda tutadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Sirliyev B.N. va boshqalar. Ichki ishlar idoralari xodimlari faoliyatida kasbiy muomala. – T.: O'zbekiston Respublikasi IIV Akademiyasi, 2016. B-302.
2. Umarov B. va Qodirov U. Huquqshunoslik faoliyati psixologiyasi.– T: Yangi asr avlodi. 2005. B-106.
3. Otajonov E. Psixonaliz asoslari. – T: O'zbekiston. 2004. B-188.

SEVGI INSON XAYOTINING MAZMUNI VA UMUMINSONIY QADRIYATI SIFATIDA

Axmedov Baxtiyor Tursunovich
TerDPI katta o'qituvchisi

Tarixiy va falsafiy mulohazalarda hayotning mazmuni muammosi bir ma'noli emasligi bayon etilgan. Ma'noning etishmasligi odamlarda hayotining ma'nosini izlash va anglash istagining mavjud emasligi natijasida hosil bo'lgan. O'z davrida bu xodisaga V. Frankl tomonidan ekzistensial vakuum deb munosabat bildirilgan. V. Frankl o'z izlanishlarida davom etar ekan, xayotiy ma'no - bu hayotiy maqsad yoki vazifa, hayotning talqini yoki tushuntirishi, shaxsiy va ijtimoiy voqelikning birlashishi va o'zaro uyg'unlashuvining vujudga kelishidir deb talqin qiladi.

V. Frankl o'zining sevgi nazariyasida fikrlarini batafsil bayon etar ekan, sevgi insonning o'z hayotining ma'nosini izlash va anglash istagini barcha odamlarga xos bo'lgan tug'ma motivatsion tendentsiya deb hisoblaydi va xatti-harakatlar va shaxsiy rivojlanishning asosiy omili hisoblanadi deya alohida ta'kidlab o'tadi.

Hayotning mazmuni jamiyat va tabiatga xizmat qilish (F.Bekon, D. Yum), jamiyatdagi farovonlik (T.Gobbs), bilim (B.Spinoza), o'z-o'zini bilish (R.Dekart, B. Paskal), Xudoga teng haqiqat aqliga xizmat (G. Leybnits). Inson o'z ehtiyojlarini qondira oladigan erkin, adolatli, ezgu, oqilona jamiyat qurishdagi hayot mazmunini fransuz ma'rifatparvarlari (F.-M.Volter, K.Gelvetsiy, P.Golbax, D.Didro, J. La Mettrie, J. Russeau, A. Saint-Simon). L.Tolstoy sevgini hayotning mazmuni va uni boshqarishi kerak bo'lgan oliy qonun deb tushundi.

Binobarin, hayotning ma'nosi insonning o'z mavjudligini anglashida, o'zini o'zi o'zgartirishi, takomillashtirish va o'zini o'zi anglashidadir.

Hayotning mazmuni mohiyat va borliqning mutlaq qiyofasini aks ettiradi, qadriyat ma'nosini boshdan kechirish harakatida aks ettirish orqali o'zini namoyon qiladi.

G. Petrovning fikriga ko'ra, mazmunli hayotiy qadriyatlar inson hayoti uchun ko'rsatmalar bo'lib, individual ongda ishtirok etadi, inson mavjudligi qiymati bilan taqqoslanadi. L.Baeva mazmunli hayotiy qadriyatlarni hayotni o'ziga xos ma'no bilan to'ldirishga intilish sifatida tushunadi, bu insonga erishishga qodirligini anglash imkonini beradi, bu esa - yangi sifat va ijodkorlik, fikrlash orqali o'z izingizni qoldiring deganidir.

"Hayotning ma'nosi", "qadriyat", mazmunli hayotiy qadriyatlar tushunchasi har bir inson ongida mavjud bo'lgan, hayotni o'ziga xos mazmun bilan to'ldirishga

qaratilgan, insonning o'zini o'zi boshqarishga qodirligini anglash imkonini beradigan ko'rsatmalar sifatida aniqlangan.

“Gumanitar bilimlarda ishq hodisasi haqidagi g‘oyalar evolyutsiyasi”

Aflotunning qadimiy sevgi nazariyasida androginiya g'oyasi yordamida tushuntirilgan: odamlar bir-biriga bo'lgan muhabbatni o‘zaro jalb qilish bilan ajratib turadi, shu bilan inson tabiatini davolashga yordam berish mumkinligi ta’kidlanadi. Inson ruhi o'z mohiyatiga azaliy makoniga qaytadi.

O'rta asrlardagi nasroniylik an'alarida sevgi teotsentrik munosabat, insonning Xudoga bo'lgan yo'li, qurbonlik, nasl berish, o'zini o'zi berish kabi marosimlar orqali tushuniladi. O'rta asrlar madaniyatining ta’kidlab o‘tish kerak bo‘lgan o'ziga xos ajralmas qismi bo‘lgan sevgi bu saroy sevgisidir – o‘z o‘rnida shaxsiy va tanlab olingan tuyg'u. Bu sevgi erkin tanlangan va erkin berilgan.

Uyg'onish davri mutafakkirlari asarlarida sevgi deganda bir butunni bog'lovchi va integratsiya qiluvchi (L. Pisano), materiya va ruhning birligini angelaydigan, dunyoni tartibga soluvchi (M. Ficino), dunyoning barcha sohalarini jonlantiradigan universal kosmik kuch tushuniladi. Koinot (L. Ebrso). Sevgi J. Bruno, J. Boem, N. Kuzanskiy asarlarida kosmik kuchni ifodalaydi.

Uyg'onish davri muhabbat ideali qadimgi va o'rta asr g'oyalari sintezidir: yuksak tuyg'ular va shahvoniylik dualizmini engib o'tishni talab qiladigan insonparvarlik sevgisi, individual sevgi ideali paydo bo'ladi.

Zamonaviy Evropa madaniyatida mehr-muhabbatning shaxsiy tajribasi va hissiyotlari rivojlanadi, natijada o'rganish va mulohaza yuritish mavzusiga aylanadi. Zamonaviy madaniyatda sevgi shahvoniylikka tobora yaqinlashib bormoqda. Jinsiy aloqa ko'plab sohalar, ayniqsa psixoanalitlar (3. Freyd, C. Jung) uchun tadqiqot mavzusiga aylanib bormoqda. J.-P asarlarida. Sartr, M.Xaydegger, E.From, V.Frankl “muhabbatning yo‘q qilinishi”ni tanqid qiladi. Zamonaviy jamiyat ishonadi

Mazkur fenomen tadqiqotchisi sifatida E.Fromm, sevgining parchalanishiga sabab bo'ladi, "nevrotik sevgi" ning turli shakllarini keltirib chiqaradi, masalan, ona yoki otaga go'daklik bog'liqligi, javobsiz sevgi - sajda qilish, o'tmishdagi yoki kelajakdagi sevgi haqidagi fantaziyalar, yaqin odamni qayta tarbiyalash istagi; uzatish hayotingizning ma'nosi bo‘lgan farzandlaringiz uchun. E. Fromm sevgining qizg'in himoyachisi sifatida ish olib boradi, sevgini qadriyat sifatida belgilaydi va odamlarda sevgiga chuqur ehtiyoj borligini ta'kidlaydi.

Shunday qilib, sevgi turli yo'llar bilan amalga oshirilishi mumkin, bu esa madaniyatning turli darajalarida sevgining madaniy ma'nolari muammosini ko'rib chiqishga olib keladi.

Sevgiga munosabat davomyligida, o'zini namoyon qilish darajasi, sevgi ko'pincha yorqin, ba'zan esa chuqur, yuksak ehtirosga borib etadigan munosabat sifatida talqin etilgan. Bunday holda, jarayon natijada ustunlik qiladi. Shaxsning o'zini o'zi anglashi sevgida sodir bo'ladi. Sevilishdan, sevgidan azob chekishdan ko'ra sevish muhimroqdir. Bu ota-ona sevgisi haqida. Bu darajada estetik lahzalar, masalan, boshqa odamning go'zalligi, sevimli san'atda esa yuksak zavq keltiradigan hayratga sazovor narsalar juda muhimdir.

Bizningcha, madaniy sevgining eng yuqori darajasi haqiqiy sevgidir. Bu darajadagi sevgi yuksak ma'naviy, asosiy qadriyat sevgining o'zi emas, balki har doim, sevgining barcha bosqichlarida, boshqa odam, boshqa odamlardir. Bu boshqa odam tomonidan va boshqasi uchun yashash istagi, uning qiymatini tasdiqlaydi deganidir.

Shunday qilib, gumanitar bilimlarda madaniyat darajasi bilan bog'liq bo'lgan sevgi ma'nolarining evolyutsiyasini kuzatar ekanmiz, Ishq-muhabbatni anglashda ma'nolarning to'planishi natijasida evolyutsiya yuzaga keladi, va yanada murakkab, ko'p qirrali tushunchaga aylanadi;

Sevgi talqinlarining xilma-xilligini ko'rib chiqish, muallifga sevgi hayotdagi mazmunli qadriyat degan xulosaga kelish imkonini berdi. V.Frankl tomonidan ma'noni amalga oshirish tushunchasi tahlil qilinadi. Ma'noning o'ziga xosligini ta'kidlab, u inson yoki jamiyat duch keladigan tipik vaziyatlarni umumlashtirish natijasida kristallangan semantik universallik bo'lgan qadriyatlar g'oyasini kiritib, mumkin bo'lgan ijobiy ma'nolarni tavsiflaydi. Bu bizga inson o'z hayotini mazmunli qilishning mumkin bo'lgan usullarini umumlashtirish imkonini beradi:

➤ birinchidan, biz hayotga beradigan narsalar orqali (ijodiylik va mehnat ma'nosida);

➤ ikkinchidan, biz dunyodan oladigan narsalar orqali (qadriyatlarni boshdan kechirish ma'nosida) ;

➤ uchinchidan, taqdirga nisbatan tutgan pozitsiyamiz orqali.

Ushbu gradatsiyaga ko'ra, V. Frankl qadriyatlarning uchta guruhini aniqlaydi: ijodkorlik, tajribalar, munosabatlar. Qadriyatlar orasida V. Frankl boy qiymat salohiyatiga ega bo'lgan sevgini alohida ta'kidlaydi. Sevgi - bu ruhiy semantik o'lchov darajasidagi munosabatlar, tajriba o'ziga xosligi va o'ziga xosligi bilan boshqa shaxs, uning chuqur mohiyatini bilish. V.Frankl munosabat qadriyatlari haqida gapirar ekan, inson o'zini o'zgartira olmaydigan holatlar rahmshafqatiga duchor bo'lganda ularga murojaat qilishini ta'kidlaydi. Faylasufning ta'kidlashicha, munosabatlar qadriyatlari boshqa qadriyatlar bilan bog'liq holda ko'rib chiqilsa, inson mavjudligi hech qachon o'zining ichki mohiyatida ma'nosiz bo'lishi mumkin emasligi ayon bo'ladi. Binobarin, sevgi, V. Franklning fikricha, boy qiymat salohiyatiga ega va munosabatlar qadriyatlari bilan birgalikda insonning hayotga nisbatan mazmunli pozitsiyasini egallashiga yordam beradi.

M.Sxelerning qayd etishicha, muhabbat har bir narsani o'ziga xos qadriyat kamolotiga yo'naltirishga harakat qiladigan moyillik yoki harakatdir. Sevgi, boshqa har qanday qadriyat kabi, u haqidagi g'oyalarimizdan mustaqil ravishda mavjud bo'lib, u moddiydir, lekin materiyaning asosiy tushunchasida emas, balki shahvoniylikning boshlanishi sifatida tushuntiradi. Shuningdek, sevgi haqiqatga aylanishi uchun kamida bitta mehribon inson bo'lishi kerakligi aytiladi. Bu inson dunyoga muhabbat olib kelmaydi, lekin o'z sevgisi bilan dunyoni kashf qiladi.

O'z davrining yetuk namoyondachilaridan biri E.Fromm sevgini umuminsoniy qadriyat deb biladi va insonning sevgiga bo'lgan chuqur ehtiyojini qayd etadi. Muhabbat, E.Frommning fikricha, unumli faoliyat shaklidir; qiziqish va g'amxo'rlik, bilim, hissiy munosabat, his-tuyg'ularni ifodalash, zavqlanish, hayajonli va hayotning to'liqligi hissini kuchaytirishni nazarda tutuvchi

munosabatlar oshiyonidir. Bu esa o'z-o'zini yangilash va o'z-o'zini boyitish jarayoni sifatida baholanadi.

L.Feyerbaxning fikriga ko'ra sevgi - bu shaxsni borliq va mehribonlik bilan tanishtirish, mavjudlikning individual ma'nosini umuminsoniy munosabatlar bilan to'ldirishdir. Bu uning fikrlari ichida eng mukammalidir. Uning mulohazalarida shaxs uchun nimaningdir yetishmasligi, nomukammal, zaiflik, nochorlikni his qilish tabiiy xol bo'lishi bilan birgalikda, sevgining kuchi shaxs uchun mukammal manbai, ruhan sokinlik, o'z-o'zidan qoniqishning paydo bo'lishiga olib keladi, chunki sevgida shaxsning o'zini o'zi anglashi shaxs mukammaligining o'ziga xos turidir.

V. Solovyov, N. Berdyaev asarlarida sevgi shaxsning o'zini-o'zi takomillashtirish, "egoizm qurbonligi" orqali individuallikni to'liq ochib berish, erkak va ayollik tamoyillarining yaxlitligini egallash sifatida ko'rib chiqiladi. Solovyovning fikriga ko'ra, sevgining vazifasi ikkita cheklangan mavjudotning bunday kombinatsiyasini amalga oshirishdir, deb hisoblaydi ulardan bitta mutlaq ideal shaxsni yaratadi. Shu ma'noda muhabbat individual borliq ma'nosini anglashning zaruriy sharti, uning mangulik va mutlaqlikka daxldorligi asosidir.

M. Gershenzon sevgining qadri beqiyos, deb hisoblaydi, chunki sevgi "odamlar uchun dunyo haqidagi eng muhim bilim qurolidir".

S.Rubinshteyn sevgi inson mavjudligining tasdig'idir, degan fikrni asoslaydi, chunki faqat sevgi orqali sevgan inson boshqa shaxs uchun mavjud bo'la boshlaydi «Insonga axloqiy munosabat - unga nisbatan mehri munosabat aynan sevgining mazmunidandir. Sevgi inson mavjudligining tasdiqlanishi sifatida ishlaydi. Faqat uning boshqa shaxsga bo'lgan munosabati orqali inson shaxs sifatida mavjud bo'ladi! Shunday qilib, sevgi insonning dunyoda mavjudligi, uning dunyoga qo'shilishi va mavjudligi uchun zaruriy shartdir.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, inson hayotida sevgining qadriyat sifatida gavdalanishi quyidagi jarayonlarda amalga oshiriladi: o'z egoizmini engish, hurmatni rivojlantirish, boshqa odamga g'amxo'rlik qilish, yolg'izlik muammosini hal qilish, hayot mazmunini topish, o'z-o'zini takomillashtirish shular jumlasidandir. Shunday ekan, sevgi – bu inson hayotidagi mazmunli qadriyat bo'lib, u shaxsni aks ettirishga qaratilgan motivatsion hodisa bo'lgan inson hayotini yaxshilashning asosiy manbai hisoblangan ideallar olamiga e'tibor qaratishda ifodalanadi, insonning o'ziga xosligini tasdiqlaydi. Mavjudlikni his etishga va odamlar o'rtasida uyg'un munosabatlar o'rnatishga ilhomlantiradi.

Adabiyotlar:

1. Шоумаров Ф.Б., Шоумаров Ш.Б. Муҳаббат ва оила.— Тошкент, Ибн Сино», 1994. -120с.

2. Акрамова Ф.А. Юқори синф ўқувчиларида севги-муҳаббат ҳислари намоён бўлишининг ижтимоий ва этнопсихологик хусусиятлари. Дис.п.ф.н., Т.: 1997, 184 б. Дис.п.ф.н., Т.: 1997, 184 б.

3. Akhmedov, B. (2022). Psychological characteristics of feelings of love. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 3(6), 1467-1470.

4. Ахмедов, Бахтиёр Турсунович. “Влияние среды на формирование социальных стереотипов в семейных отношениях”. *Проблемы современной науки и образования* 1 (146) (2020).

5. Ахмедов, Б. Т. (2018). Игра система внедрения инновационных учебных программ. Гуманитарный трактат, (29), 17-19.

6. Akhmedov, B. T. (2021). The Family as the Basic Unit of Society. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*, 8(12), 201-204.

7. Ахмедов, В. (2022). МУҲАББАТ ҲИСЛАРИ БОСҚИЧЛАРИНИНГ ГЕНДР ХУСУСИЯТЛАРИ. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании*, 2(6).

8. Ахмедов, Б. Т. (2021). СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ ОИЛА ФАРОВОНЛИГИНИНГ МУҲИМ ОМИЛИ СИФАТИДА: DOI: <https://doi.org/10.53885/edinres>. 2021.27. 84.079 Ахмедов Бахтиёр Турсунович, Термиз давлат университети Педагогика институти “Психология” кафедраси катта ўқитувчиси. *Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал*, (1-Махсус сон), 32-38.

9. Ахмедов, Б. Т. (2022). МУҲАББАТ ҲИСЛАРИ БОСҚИЧЛАРИНИНГ ЖИНСГА БОҒЛИК ХУСУСИЯТЛАРИ. *O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI*, 1(10), 87-92.

10. Ахмедов, В. (2023). TALABA YOSHLARNING OILAVIY MUNOSABATLAR TO'G'RISIDAGI TASAVVURLARINING OILA MUSTAHKAMLIGIGA TA'SIRI. *Talqin va tadqiqotlar*, 1(37).

11. Ахмедов, В. (2023). SHARQ ALLOMALARINING QARASHLARIDA SEVGI-MUHABBAT TUSHUNCHALARIGA UNOSABATLAR. *Interpretation and researches*, 1(22).

PSIXOLOGIYADA FAROVONLIK MUAMMOSINING TADQIQ QILINISHI.

Tajibayeva O'g'iljon Azadovna
Ma'mun-universiteti Psixologiya
ta'lim yo'nalishi II-kurs talabasi

Farovonlik muammosining tadqiq qilinishi hozirgi zamon psixologiya sohasida jismoniy va ruhiy farovonlikni saqlashga, hayot sifatini yaxshilashga va o'zini to'liq anglashga hissa qo'shadigan strategiyalarini tanlash muammosini hal qilishga yordam beradi. Har doim farovonlikka intilish insoniyatning asosiy harakatlantiruvchi kuchi bolib inson hayotining to'laqonli kechishi uchun muhim omillardan biri hisoblanadi. Shuning uchun farovonlikning o'ziga xos xususiyatlari, omillari, komponentlarini aniqlash dolzarb muammolardan bo'lib qollmoqda. Jahon ta'lim va ilmiy markazlarida shaxsfarovonligi ya'ni turli munosabatlardan qoniqish tajribasi eng muhim psixologik hodisaga aylanmoqdava bu masala dolzarb ahamiyatli muammolardan bo'lib ilmiy tadqiq etilmoqda. Hozirgi kunda farovonlik masalasi moslashish, ijtimoiylashish, o'z-o'zini anglash jarayonlari, iqtisodiy samaradorlik masalalari, jamiyatning ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishi, sog'liqni saqlash tizimida va boshqa sohalarda ko'rib chiqilmoqda. Shu bilan birgalikda psixologiya sohasida farovonlikka erishish masalalarini tadqiq etish muhim ilmiy – amaliy ahamiyat kasb etmoqda.

Farovonlik—bu insonning butun umri davomida u bilan sodir bo‘ladigan va boshdan kechiradigan holatlari, yo‘qotish yoki erishadigan yutuqlari jarayonidir. Uzoq vaqt davomida tadqiqotchilar «yaxshi hayot» parametrlarini ajratib olishga, uni moddiy ko‘rsatkichlar, o‘rtacha umr ko‘rish, tug‘ilish, o‘lim va boshqalar bilan bog‘lashga harakat qilishdi. Biroq bu belgilarning barchasi qandaydir tarzda hayotning «sifatiga» emas, balki «miqdori» ga to‘g‘ri keladi.

Hayot sifati shaxsiy xususiyatlar va hayotiy voqealarning doimiy lavhalarini o‘rtasidagi o‘zaro ta‘sirning mahsuli sifatida belgilanishi kerak. Hayotning obyektiv ko‘rsatkichlarini yaxshilash faqat vositadir, maqsad emas. Hayot sifatini yaxshilashning yakuniy maqsadi inson farovonligi ko‘lami, chuqurligi va intensivligini saqlab qolish va kengaytirishdir. Farovonlik tushunchasi ko‘pgina xorijiy adabiyotlarda baxt so‘zining sinonimi sifatida qaraladi. So‘nggi yillarda farovonlik tushunchasini o‘rganish psixologiya doirasida faol rivojlanmoqda. U qoniqish, ijobiy tajribalar, qadriyatlar, fazilatlar, iste‘dodlar va ular farovon hayotga qanday hissa qo‘shishi kabi toifalarga qaratilgandir [1].

Farovonlik insonning o‘z oldiga qo‘ygan maqsadlariga, ularning muvaffaqiyatli amalga oshirilishiga, bu maqsadlarga erishish uchun resurslar va shart-sharoitlarning mavjudligiga bog‘liq. Maqsadlarga erishilmaganda, qayg‘uli vaziyatlarda muammo paydo bo‘ladi. K. Rieff o‘z yondashuvida oltita elementni aniqlaydi. Bu elementlar K. Rieffning psixologik farovonlik shkalasi so‘rovnomasiga kiritilgan bo‘lib, uning ta‘kidlashicha, ta‘sirlanish chastotasi farovonlikning yaxshi ko‘rsatkichi bo‘lib xizmat qiladi. [2].

R. Lyubomirskiy K. Rieff nazariyasi bilan o‘rtoqlashadi va baxtni ijobiy ta‘sirlarning uzoq muddatli ustunligi sifatida o‘rganadi. [3]. Shaxsning farovonligi erta sotsializatsiya jarayonida aniqlanadi va jamiyatda keng tarqalgan baholash munosabatlari sifatida namoyon bo‘ladi. Farovon hayot va baxt haqida ko‘plab adabiy matnlarda, ommaviy axborot vositalarida va hatto diniy matnlarda muhokama qilinadi. Biroq, har bir inson uchun farovonlik mezonlarini ishlab chiqish va assimilyatsiya qilish har xil tarzda sodir bo‘ladi, ammo har qanday shaxsga tegishli mezonlar mavjud. Farovonlik mezonlari har xil bo‘lishi mumkin va inson mavjudligining turli, eng muhim sohalariga tegishli. L.V. Kulikov

farovonlikni ijtimoiy, psixologik va jismoniy farovonlikni o‘z ichiga olgan yaxlit shakllanish deb hisoblaydi. Uning asarlarida farovonlikni baholash va g‘oyasi uning ob‘ektiv mezonlari, sog‘liq, muvaffaqiyat, moddiy boylik va boshqalar ko‘rsatkichlariga asoslanishini ta‘kidlaydi, ammo bu ko‘rsatkichlar farovonlik tajribasiga bevosita ta‘sir qila olmaydi, faqat shaxsning barcha sohalarining shartli xususiyatlari bo‘lgan sub‘ektiv idrok va sub‘ektiv baholash orqali. Shuningdek, L.V. Kulikov farovonlikning muhim mezoni sifatida shaxsning sotsializatsiyasi jarayonida orttirilgan madaniy me‘yorlarni belgilaydi. [4]

Farovonlikning hissiy komponenti butun shaxsning muvaffaqiyatli (yoki muvaffaqiyatsiz) faoliyati bilan belgilanadigan his-tuyg‘ularni birlashtiruvchi tajriba sifatida namoyon bo‘ladi. Shaxsning har qanday sohasidagi disharmoniya bir vaqtning o‘zida hissiy noqulaylikni keltirib chiqaradi. Aynan shu erda shaxsning turli sohalaridagi kasalliklar to‘liq namoyon bo‘ladi. Farovonlikning hissiy komponenti butun shaxsning muvaffaqiyatli (yoki muvaffaqiyatsiz) faoliyati

natijasida yuzaga keladigan his-tuyg'ularni birlashtiruvchi tajriba sifatida namoyon bo'ladi. Shaxsning har qanday sohasidagi disharmoniya bir vaqtning o'zida hissiy noqulaylikni keltirib chiqaradi. Unda shaxsning turli sohalaridagi kasalliklar to'liq aks ettirilgan.

Farovonlik aniq maqsadlar mavjudligiga, faoliyat va xatti-harakatlar rejalarini muvaffaqiyatli amalga oshirishga, maqsadlarga erishish uchun resurslar va sharoitlar mavjudligiga bog'liq. Muammo umidsizlik, boshqaruv xatti-harakatlarining monotonligi va boshqa shunga o'xshash sharoitlarda paydo bo'ladi. Farovonlik shaxslararo munosabatlarni, muloqot qilish va undan ijobiy his-tuyg'ularni olish imkoniyatlarini qondirish va hissiy iliqlikka bo'lgan ehtiyojni qondirish orqali yaratiladi. Ijtimoiy izolyatsiya (mahrumlik) va muhim shaxslararo munosabatlardagi keskinlik farovonlikni buzadi.

M. Seligman biz "hayotdan qoniqish iqtisodiyoti" ga kiryapmiz, deb ta'kidlaydi

biznes muvaffaqiyati to'g'ridan-to'g'ri hayot mazmuniga va shaxslararo munosabatlarga bog'liqmunosabatlari[5, b. 122], va davlat siyosati yo'naltirilishi kerakumumiy farovonlikni oshirish. Farovonlikni o'lchash mumkinmuvaffaqiyat va muvaffaqiyatsizlik. Shu bilan birga, olim kinoya bilan ta'kidlaydiki, an'anaviy iqtisodiy siyosat samaradorligi ko'rsatkichi – YaIM ortib bormoqda keyin yangi qamoq qurilsa, odamlar ajrashsa, qachonavtohalokat yoki o'z joniga qasd qilish, ya'ni YaIM o'sishi mavjud "baxtsizliklarni ko'paytirish" orqali erishiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Peterson S./A primer in positive psychology/.-New York:Oxford University Press,2006.-386 p.

2. Лепешинский, Н.Н. Адаптация опросника «Шкала психологического благополучия» К. Рифф [Текст] / Н.Н. Лепешинский // Психологический журнал. - 2007.-Т.28.- №3.- С.24-37.

3. Lyubomirsky S., King L., Diener E. The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead succes [Текст] / S. Lyubomirsky, L. King, E. Diener. - Psychological Bulletin. 2005. Vol 131. №6. P.803 – 855.

4. Куликов, Л.В. Детерминанты удовлетворенностью жизнью [Текст] / Л.В. Куликов. - СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского университета, 2000.

5. Селигман, М. Путь к процветанию: новое понимание счастья и благополучия [Текст] / М. Селигман. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 440 с.

PEDAGOGLARDA EMPATIYA HISSINI RIVOJLANTIRISH BILAN BOG'LIQ ETNOPSIXOLOGIK YONDASHUVLAR

Achilova Munira Mansurovna

*Qarshi Davlat Universiteti Psixologiya kafedrasi tayanch doktoranti ,
UDK 301,085:15:153:371.1(045)*

Pedagogning empatiyasi - bu ishonchli, pedagogik jihatdan mos munosabatlarni o'rnatish uchun kasbiy o'zaro ta'sir subyektlarining ichki dunyosini bilish va aks ettirishning hissiy va intuitiv jarayonidir. Empatiya

pedagogning yordam berishga qaratilgan faoliyatida yaqqol namoyon bo'ladi ya'ni, uning xulq-atvorini tartibga soluvchi, bolalar bilan aloqa o'rnatishga yordam beradigan muloqotning muhim tarkibiy qismi bo'lib, uning fazilatlar va qobiliyatlari orqali namoyon bo'ladi.

Pedagog shaxsidagi empatiya modeliga quyidagilar kiradi: kognitiv, emosional, intuitiv va xulq-atvor sohalari va uning faoliyatdagi tarkibiy qismlari: kognitiv-motivasion, hissiy-baholash, intuitiv-ijodiy va irodaviy harakatli komponentlar. Empatiyaning yetakchi komponenti emosional-baholash komponentidir (simpatiyaning paydo bo'lishi uchun asos sifatida). Pedagog empatiyasining shakllanish darajalari: nominal, adaptiv-reproduktiv, transformativ va ijodiy.

Pedagog empatiyasini shakllantirish jarayoni tayyorgarlik, o'quv va amaliy bosqichlarni o'z ichiga oladi, bunda talabalar kelgusi faoliyatning mazmuni, vazifalari va o'ziga xos xususiyatlari bilan tanishadilar. Talabalarning empatiyasini rivojlantirish uning psixologik mexanizmlarini faollashtirish, amaliy tajriba to'plash, nazariy bilim va ko'nikmalardan foydalanish uchun uning empatik o'zaro ta'sir qilish usullari tizimini izlash va yangilash orqali guruhning o'zaro ta'siri, talabalarning kasbiy faoliyatini tartibga solib borish sharoitida amalga oshiriladi.

Pedagoglarda empatiyani shakllantirishga yordam beradigan ijtimoiy-psixologik sharoitlar quyidagilardir: dialogli muloqotga jalb qilish, faol ijtimoiy va psixologik o'rganish, ko'ngillilar faoliyatida ishtirok etish. Ular quyidagilarni belgilaydilar: guruhda ishonchli muhitni yaratish, subyektlarga o'z fikrlari va his-tuyg'ularini erkin ifoda etish imkonini berish; kasbiy faoliyatda empatiyaning mohiyati haqidagi nazariy g'oyalarni ishlab chiqish va mustahkamlash; sezgi, his qilish, aniqlash va tasavvur qilish qobiliyatini oshirish; munosabatlarda shaxsning altruistik yo'nalishini shakllantirish va empatik muloqot qilish, ifoda etish, aloqa va tashkiliy qobiliyatlar va empatik tinglash qobiliyatiga bo'lgan ehtiyoj.

Pedagoglarning empatiyasini shakllantirishning asosiy ijtimoiy-psixologik sharti ko'ngillilik faoliyati bo'lib, u yoshlar bilan rivojlantiruvchi, tuzatuvchi individual va individual guruh mashg'ulotlarini tashkil etishda o'quv rejasida ko'zda tutilmagan talabalarning erkin ijodiy faoliyatidir. Ko'ngillilik empatiyaning barcha tarkibiy qismlarining rivojlanishini faollashtiradi, kelajakdagi kasbiy faoliyat muammolarini hal qilishda empatiyaning xususiyatlari va rolini chuqurroq tushunishga yordam beradi.

Biz o'rganayotgan mavzu kontekstida empatiya mexanizmlari va tarkibiy qismlari alohida e'tiborga loyiqdir. Ushbu mavzu psixologiyada tadqiq qilinishda davom etmoqda, shuning uchun empatiya mexanizmlari haqida ko'p ilmiy ma'lumotlar mavjud emas. Keling, ulardan ba'zilarini ko'rib chiqaylik.

Shunday qilib, aksariyat tadqiqotchilar (I.M.Yusupov, V.V.Boyko va boshqalar) empatiya bir emas, balki bir nechta mexanizmlar orqali amalga oshiriladi, deb hisoblaydilar. A.V.Petrovskiy tomonidan tahrir qilingan psixologik lug'atda M.G.Yaroshevskiyning ta'kidlashicha, hissiy empatiya boshqa shaxsning motor va affektiv reaksiyalarini proyeksiyalash va taqlid qilish mexanizmi orqali ishlaydi va kognitiv empatiya intellektual jarayonlarga asoslanadi. Psixolog A.P. Sopikov o'z tadqiqotida empatiya mexanizmini sub'yektga ob'yektga

modellashtirish usuli sifatida taqdim etadi. Birinchidan, uning fikricha, sub'yekt empatiya ob'yektining «ochiq o'zgaruvchilari»ni idrok etadi (ya'ni, mimika, intonatsiya, imo-ishoralar, hissiy holatni idrok etadi), so'ngra ular asosida ob'yekt faoliyatining psixologik modelini quradi va uning holati haqidagi ma'lumotlarni undan o'qiydi. Shundan so'ng, nutq, ifoda va harakatlar orqali sub'yekt ob'yektga qo'shilib, uning yashirin tomonlarini ko'rsatishga undaydi [3].

Gorbatova, shuningdek, empatiyaning o'zini tashqi tomondan yetarli darajada ifodalash qobiliyatining muhimligini ta'kidlaydi. Shuning uchun u oltinchi komponentni sub'yektning empatiya ifodasini rivojlantirish deb ataydi. Bu omil shaxslararo munosabatlarning tabiatiga katta hissa qo'shadi. Empatiyaning haddan tashqari yoki yetarli darajada ifodalanmaganligi, shuningdek, uning yetarli emasligi odamlar uchun mojaro manbai bo'lib xizmat qilishi mumkin. Boshqasini tushunishga, uning ichki dunyosiga kirishga harakat qilayotgan odam yetarli darajada ma'lumotli va kommunikativ ifodaga ega bo'lishi kerak. Nazariya muallifining so'zlariga ko'ra, amaliyot shuni ko'rsatadiki, ifodaning «standart» varianti tez-tez namoyon bo'ladi va uning mavjudligi haqida hamma ham bilmaydi.

Bu yerda biz empatiyani ifodalashning beshta usulini aniqlagan V.V.Boykoga murojaat qilamiz:

- ideal (yoqimli tabassum, do'stona ko'rinish, jozibali nutq ohangi, nafis imo-ishoralar va sherikga samimiy e'tiborni namoyish etuvchi ko'rinish bilan);

- normal (chaqiruvchi tabassum, tinchlantiruvchi nigoh, dalda beruvchi nutq ohangi, o'zaro tushunishga yordam beradigan imo-ishoralar va biznes ishtirokini ko'rsatadigan namunalar bilan);

- noaniq (odatiy tabassum, ko'rinmaydigan ko'rinish, monoton nutq, monoton imo-ishoralar va beqaror pozisiya bilan);

- nomaqbul (ishonchsiz tabassum, tashvishli ko'rinish, norozi nutq ohangi, haddan tashqari imo-ishoralar va uzoq turish bilan);

- qabul qilib bo'lmaydigan (yomon, yomon tabassum, takabbur nigoh, g'azablangan nutq ohangi, bema'ni imo-ishoralar va beparvolik bilan) [1].

Albatta, faqat birinchi ikkita usul boshqasini empatik tushunishga yordam beradi, chunki hissiyotlarning yetarli energiya va ma'lumot bilan to'yinganligi sherikga o'zini himoya qilish zaruratidan xalos bo'lishga imkon beradi. Munosabatning noaniqligi namoyon bo'lganda, sherik o'ziga bo'lgan munosabatni yo'qotish uchun juda ko'p kuch sarflaydi va asta-sekin yopiladi.

Gorbatovanning fikricha, ifoda adekvat bo'lishi uchun birinchi navbatda ichki psixologik muammolarni hal qilish, shuningdek, xatti-harakatlarning tashqi tomonlari bizning holatlarimizni aniqroq ifodalashi uchun bevosita harakat qilish kerak. Buning uchun siz odatdagi repertuarinizdan ovozning ifodasizligini, imo-ishoralarning monotonligi va ziqnaligini, yuz niqobi va yuz dissonansini yo'q qilishingiz kerak bo'ladi.

Bunday ishni sensorli tushuncha darajasini oshirish orqali boshlash yaxshidir. Bunga quyidagi komponent yordam berishi mumkin - sintoniya qobiliyati, ya'ni o'zi va boshqalar bilan uyg'un bo'lish qobiliyati. U idrok va fikrlash jarayonlariga asoslanadi. Atrofimizdagi dunyo bilan o'zaro munosabatimiz

uni sezgilarimiz orqali idrok etishimizdan boshlanadi. Bu idrok o'ziga xosdir, shuning uchun biz haqiqiy muhit bilan emas, balki shaxsiy «dunyo tasviri» bilan shug'ullanamiz. Har bir insonning o'ziga xos «sevimli» idrok kanali (vizual, eshitish yoki kinestetik) mavjudligi bilan o'ziga xoslik kuchayadi. Hukmron tizim kelajakda o'z ta'sirini ko'rsatadi: fikrlash jarayonida bizning his-tuyg'ularimiz so'zlarga aylanadi, ular ham odatiy idrok turiga mos keladi. Tashqi tomondan, yetakchi vakillik tizimi ko'z harakatlarida, so'zlarni tanlashda, nafas olish shakllarida, harakatlar ritmida va pozitsiyalarda namoyon bo'ladi. Faqat bitta kanalga ega bo'lgan odam uchun suhbatdoshni tushunish emas, balki unga eng tanish bo'lgan fikr-mulohazalarni bildirish ham qiyinligi aniq. Biror kishi barcha kanallarni yetarlicha rivojlantirgan holatda, u ochiqlikni his qilishi va namoyish qilishi mumkin. Bu suhbatdoshning ko'ziga noqulaylik sezmasdan qarash, barcha kichik o'zgarishlarni vizual ravishda aks ettirish qobiliyatida namoyon bo'ladi; sherikning o'zgarishlariga va so'zlariga bir zumda munosabatda bo'lish; masofani kamaytirish va salbiy ta'sir etish qo'rquvi yo'qligida.

Kuzatish, empatik qobiliyatlarning sakkizinchi, keyingi komponenti - bu ob'yektlar va hodisalarning xarakterli, shu jumladan nozik xususiyatlarini sezish qobiliyati. Bu suhbatdosh holatining tashqi tomonini ochish qobiliyatiga asoslanadi. Ko'pincha muloqot qilishda biz faqat og'zaki komponentlarni hisobga olamiz, odam xohlasa ham, xohlamasa ham doimo o'z tanasi, yuz ifodalari va harakati bilan gapiradi. Psixologlar ma'lumotlarning 40 dan 70 foizigacha inson tanasi bilan boshqalarga uzatilishini aniqlaganlar. Tana tili kamroq ongli va boshqariladigan va shuning uchun ko'proq haqiqatdir, demak, biz sheriklarimizning hissiy signallarini yetarli darajada shifrlashimiz, ya'ni mo'ljallangan ma'noni aniq tushunishimiz kerak. Ushbu komponent eng muhimlaridan biridir, chunki u voqelikni adekvat idrok etishni shakllantirishga imkon beradi va inson nafaqat boshqa odamning dunyosini to'g'ri his qilish, balki uning xulq-atvor dunyosini oldindan bilish uchun zarur bo'lgan bilimlarni olishi mumkin bo'lgan manba bo'lib xizmat qiladi.

Hodisalarni bashorat qilish va oldindan bilishga yordam beradigan yana bir muhim manba empatik qobiliyatlar strukturasi navbatdagi komponenti - **sezgidir**. Sezgi - bu uni olish usullari va shartlarini bilmasdan paydo bo'ladigan bilim, buning natijasida sub'yekt «to'g'ridan-to'g'ri ixtiyor» natijasida unga ega bo'ladi. Ilmiy psixologiya sezgini zaruriy va o'rnatilgan xulq-atvor stereotiplari chegarasidan tashqariga chiqishning ijodkorlik tabiati bilan ichki belgilab qo'yilgan moment sifatida izohlaydi. Sezginging empatik jarayon uchun ahamiyati shundaki, u sherikni mazmunli idrok etishdan ko'ra baholash stereotiplariga kamroq bog'liq va shuning uchun bizni haqiqatga yaqinroq qiziqtiradigan holatlar va vaziyatlarni qayta tiklashga imkon beradi.

Yana bir komponent - tasavvur - muammoli vaziyat noaniq bo'lganida xatti-harakatlar dasturini yaratishda ifodalanadi. Tasavvurning eng muhim ahamiyati shundaki, u ish boshlanishidan oldin uning natijalarini tasavvur qilish imkonini beradi va shu bilan insonni faoliyat jarayonida yo'naltirib turadi. Tasavvur, vazifani bajarish uchun zarur bo'lgan bilimlarning to'g'ri to'liqligi bo'lmagan taqdirda qaror qabul qilish imkonini beradi. Tasavvur, shuningdek, empatiyaga

o'zini empatiya qilingan ob'yektning o'rniga qo'yishga va uning holatiga ko'nikishga yordam beradi, bu unga keyingi voqealarni juda aniq bashorat qilish imkonini beradi.

Va empatik qobiliyatlar tuzilishining oxirgi komponenti sifatida aniqlash qobiliyati ta'kidlangan. Identifikasiya - sub'yektning o'zini boshqa sub'yekt bilan ongsiz ravishda identifikasiya qilishning hissiy-kognitiv jarayoni. Identifikasiya o'zini boshqa shaxsning maydoniga, makoniga, sharoitlariga o'tkazish mexanizmi orqali amalga oshiriladi va uning shaxsiy ma'nolarini o'zlashtirishga olib keladi. Identifikasiya empatik jarayonni muvaffaqiyatli yakunlashning ajralmas shartidir, chunki u empatiya asosida boshqasini tushunishga yordam beradi.

Insonning empatiya tuzilishidagi har bir komponentning ahamiyati empatiya sub'yekti va ob'yektning individual xususiyatlariga bog'liq, shuning uchun yuqorida psixolog olimlar ta'kidlaganidek, jarayonning turli bosqichlarida u yoki bu komponentning rolini aniqlash juda muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Boyko, V. V. Energiya emosiy v obshchenii. Vzgl'yad na sebya i na drugix/ V.V. Boyko. – M.: Filin', 1996. – 472 s.
2. Gorbatoва, Ye. A. Empatiya: psixologicheskaya struktura i mexanizmy realizatsii. Uchenyye zapiski SPbGIPSR. – 2014. – №1. – S. 38 – 41.
3. Sopikov, A. P. Mexanizm empatii. Voprosy psixologii poznaniya lyudmi drug druga i samopoznaniya. Krasnodar: Izd-vo Kuban. un-ta, 1977. – S. 89 – 95.
4. Yusupov, I. M. Psixologiya vzaimoponimaniya. – Kazan.: Tatarskoye knijnoye izdatelstvo, 2011 – 192 s.

SHAXS TARAQQIYOTIDA JISMONIY MASHQLARNING O'ZIGA XOSLIGI

*Allayarov Dilshod Raximboy o'g'li
Mamun universiteti, Xiva, Uzbekistan*

Hech bir jismoniy mashqlar, jismoniy xatti-harakatlarni psixikaning psixomotor, aqliy-intellektual, kognitiv, hissiy-irodaviy sohalarining ishtirokisiz amalga oshirib bo'lmaydi.

Ma'lumki, shaxs taraqqiyoti o'ziga xos bosqichlarni qamrab oladi. Xususan, ularda shaxs sifatlarining taraqqiyoti o'z navbatida fiziologik jarayonlar bilan uyg'un holda kechishi kuzatiladi. Shaxs jamiyat hayotiga kirib borar ekan unda qoida va qonuniyatlarga amal qilishi hamda turli vaziyatlarda oqilona yo'l bilan muayyan muammoni hal qila olishi lozim. Shu o'rinda ular tomonidan turli qaror qabul qilishda oldindan ko'ra olish, rejalashtirish faoliyat samaradorligini ta'minlovchi omil bo'lib xizmat qiladi. Bu esa o'smirlik davrida o'ziga xos ravishda kechadi. Buning asosiy sababi sifatida ularning yosh xususiyatlari, individual psixologik sifatleri ham turmush tajribasining yetarli emasligi bilan belgilanadi. Shu nuqtai nazardan olganda, o'smirlik davrida sport faoliyatining shaxs psixologiyasiga ta'sirini o'rganish muammoning dolzarbligini belgilab beradi.

Eramizdan avvalgi IV-III asrlarda ilk bor, shunga yaqin soha qadimgi davlatlarda paydo bo'lgan degan tahminlar mavjud. Bu davrlarda yirik davlatlar

asosan qadimgi Sharqda, Gretsiya va Rimda vujudga kelgan. Qadimgi Sharq hududidagi Eron, Misr, Bobil, Ossuriya, Xitoy, Hindiston kabi davlatlardagi jismoniy tarbiya vositalarining xilma-xilligi haqida haykallar qurilish yodgorliklaridagi devoriy suratlar, turli madaniy ashyolar, qo'lyozmalar guvohlik beradi [1].

Taxminan 3,5-4 million yillar avvalgi tarixiy voqealar arxeologik topilmalar, turli ilmiy tadqiqotlarning natijalariga qaraganda insoniyat yer kurrasida paydo bo'lgan degan tahminlar mavjud. Ov qurollarini yasash, olov yoqish, kiyinish, jismonan baquvvat bo'lish uchun bolalarni maxsus mashqlar bilan shug'ulantirish kabi juda ko'p ijtimoiy turmushda qo'l keladigan faoliyat turlari olib borilgan.

Miloddan avvalgi IV asrlarda O'rtayer dengizi atrofida vujudga kelgan davlatlarda jismoniy madaniyatning ilk namunalari paydo bo'la boshlagan. Jismoniy mashqlarning mazmuni va shakllari harbiy faoliyatlarda o'zining ifodasini topgan deyolamiz. Bunda, asosan, kamondan o'q otish, bel ushlab kurash tushish, mushtlashish, g'ildirakli aravalarda poyga qilish va merganlik san'ati kabi faoliyatlar muhim o'rinni egallagan.

Inson uchun kerakli hayotiy malaka va ko'nikmalar jismoniy sifatlar, malaka va qobiliyatlarning bevosita mehnat faoliyati bilan bog'liq jarayonlarida hosil qilinganligini, hozirgi davrda tasavvur etish qiyin emas. Yoshlar barcha mehnat va jismoniy harakat faoliyatlarini o'zlaridan yosh jihatdan kattalardan o'rganganligi va ularga taqlid qilib rivojlantirganligi tabiiy holdir [2]

Aristotel (miloddan avvalgi 384-322 y.y.) o'z davrining yirik olim va faylasufi, Platonning o'quvchisi va Aleksandr Makedonskiyning ustози bo'lgan. Aristotel shakl va mazmun birligi haqidagi g'oyani ilgari surgan. Shu bilan birga borliqning rivojlanishini isbotlagan. Insonning ruhi va tanasi ajralmas holda bog'liq ekanligini tushuntirib bergan. Jismoniy tarbiyaning aqliy tarbiya bilan hamohangligini ta'kidlagan. Aristotel o'g'il bolalarni jismoniy jihatdan mustahkam qilib tarbiyalash tarafdori bo'lgan. U Platondan farqli o'laroq tarbiyada ko'proq ta'lim-tarbiyaga o'rin berishni, gimnastika mashqlari hajmini kamaytirishni tavsiya etgan. Chunki gimnastikada ko'proq harbiy jismoniy tarbiya ko'zda tutilgan va u bolalar uchun juda murakkab jarayon, deb hisoblagan [3].

Abu Ali Ibn Sino Sharq dunyosida shayx ur-ra'is nomi bilan tanilgan buyuk qomusiy allomalardan bo'lib, asosan tib sohasida yuksak iste'dodi bilan dovrug qozongandir. O'zining "Al qonun fit- tib" asarida asosli fikrlarni ilgari suradi. Va bu fikrlari majmuida insonning ruhiy- fiziologik sog'lomligi, jisman muozanatning barqarorligida nimalarning ustunligi haqida quyidagicha ma'lumotlar keltiradi. Ilmiy faoliyatida dunyoda "birinchi muallim" deya tan olinuvchi Arastu an'anasini davom ettirib, u ham Arastudek uch xil «quvvat» bor ekanligini ta'kidladi. Bular: 1) o'simlik quvvati, olimning fikricha, oziqlanishda, o'sishda, urchib ko'payishda; 2) hayvonlardagi ruhiy quvvat ixtiyoriy harakat, istak va sezgilarda; 3) insondagi ruhiy quvvat fikrlash va bilish jarayonida namoyon bo'ladi. Ibn Sino o'simlik, hayvonot va insonlardagi uch xil diqqatning o'ziga xos xossalarga ega ekanligini ilmiy dalillar asosida isbot qilib berdi. Shuningdek, u psixika hayvonlar bilan insonlarga xosligini ta'kidlab, hayvonlar psixikasining instinktiv xarakterga ega

ekanligini ko'rsatdi. «Instinkt, — deydi Ibn Sino, — shunday quvvatdirki, u hayvon ongida mantiqsiz vujudga keladi, insonga esa ongli, mantiqiy fikrlash xosdir. Miya kishining fikrlovchi organidir» Shuning uchun ham Ibn Sino: «Miya seziluvchi suratlarni idrok qiladi yoki saqlaydi, xayolda saqlangan suratlarni birlashtirib yoki bo'lib ish yuritadi va shu bilan birga, sezgi orqali kelgan suratlarga o'xshagan turli suratlarni vujudga keltiradi» [4]. — degan xulosaga keladi.

Abu Rayhon Beruniy ilm fan sohasidagi yodgorliklarni, ilmiy bilimlarga oid barcha boyliklarni qunt bilan o'rganishligiga chorlagan.

Olim ilm toliblariga qalbni yomon illatlardan, inson o'zi sezishi mumkin bo'lmagan holatlardan, behuda raqobatdan, ochko'zlikdan, shon-shuhratdan saqlanish zarur ekanligini tavsiya bergan.[5]

Chunki behuda raqobatlashish inson faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi va behuda raqobat ortidan raqibiga huddi dushmaniga bo'lgandek munosabatda bo'ladi. Bunda sportchi har qanday yo'l bilan, hatto belgilangan musobaqa vaqtida qoidalarga zid bo'lsa ham, har qanday vaziyat bo'lsada g'alaba qo'zanishga intiladi.

Abu Rayxon Beruniy odamlarda insoniylik sifatleri shakllanishida aql, ilm, oldindan sezish (intuitsiya)dan tashqari mehnatning ham roli muhimligini ta'kidlaydi. Allomaning fikricha: «Mehnat qilish insonlarni baxtsizlikdan, johillikdan qutulishga yordam beradi», deb ta'kidlaydi. Bu fikrlar orqali kasbiy sifatlar rivojlanishi insonni kasbiy mahorat darajasida o'sib borishi bilan birga uni baxtli saodatli bo'lishini ham ta'minlashini ko'rsatadi[6].

Hozirgi kunda O'zbekistonda ham «Sport psixologiyasi» faniga katta e'tibor berilmoqda, ko'plab ilmiy ishlar chop qilinmoqda, nomzodlik va doktorlik dissertatsiyalari yozilib, himoya qilinmoqda. Mazkur ilmiy tadqiqotlar sportchi ruhiyatining turli qirralarini o'rganishga, tadqiq etishga qaratilgan bo'lib, inson ruhiyatiningxilma-xil jihatlari tavsif beradi. Binobarin sportchi faoliyatining har bir sohasi o'ziga xos xususiyatlarga ega. Bu faoliyat turlari sportchi ruhiyatiga o'z ta'sirini ko'rsatadi, uni rivojlantirildi, shaxs sifatida kamolga etkazadi va «Sport psixologiyasi» fani tez rivojlandi. Jahon rekordlarining o'sishi bu fanining rivojlanishiga asos bo'ldi. Jahon birinchiligi, olimpiada o'yinlarda kuzatilgan natijalar sportchining psixologik tayyorgarligi ularning yaxshi ko'rsatkichlarga erishishida asosiy omillardan biri ekanligi qayta-qayta isbotlandi.

Foydalangan adabiyotlar

1. Djalilova L.A. Xolmurodov L.Z. Jismoniy tarbiya va olimpiya harakatlar tarixi. O'quv-uslubiy majmua.T:2016,-B. 39
2. Djalilova L.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. -T.: 2013, -B.7
3. Ernazarov E. Olimpiada – jahon sporti bayrami. Ommabop risola. T.: 2008. B 30
4. Ibn Sino. Tib qonunlari. 1-kitob, 135-bet.
5. 21 Tashkent Medical Academy Volume 3 | TMA Conference | 2022
6. The significance of the scientific, cultural heritage of Abu Rayhon Beruni and its role in the development of science b 501

7. Tilashev X.X., Kamolova N.K. O'rta asr qomusiy olimlari va ularning ma'naviy-ma'rifiy qarashlari. –T.: “Cho'lpon”, 2004.

KEKSALAR RUHIYATINI O'ZIGA XOS PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Sobirova Karomat
UrDU mustaqil tadqiqotchisi

Bugungi kunda insoniyatga har tomonlama xizmat qilish, uni qo'llab-quvvatlash, tarbiyalash, psixologik xizmat ko'rsatish muammosi mavjudligini ko'rish mumkin. Mustaqillikning ilk kunlaridanoq mamlakatimizda inson erki, uning baxt-saodati bosh g'oyalardan biriga aylandi. Shuning uchun jamiyatda keksalar va keksalar muammolariga nafaqat nazariy va amaliy gerontologiya, demografiya, psixologiya va sosiologiya nuqtai nazaridan jiddiyroq e'tibor qaratish zarur. Keksalik va qarishni o'rganishning nazariy va uslubiy asoslarini o'rganish keksa yoshdagi insonning mohiyatini qayta ko'rib chiqishga, ijtimoiy muhit sifatini yaxshilash va qarish jarayonini ijtimoiy tartibga solish imkoniyatlarini aniqlashga yordam beradi. Keksalarning hayot darajasi va sifatini yanada yaxshilash, ularni moddiy va ma'naviy qo'llab-quvvatlash ko'lamini kengaytirish, yoshi ulug' insonlar, faxriylariga ijtimoiy, pensiya ta'minoti va tibbiy va psixologik xizmat ko'rsatishni takomillashtirish, oila va jamiyatda, yoshlarni o'zbek xalqining ko'p asrlik qadriyat va an'analari ruhida tarbiyalashda keksalarning o'rnini mustahkamlash muhim masala sifatida belgilandi. Keksalik davriga keksa yoshdagi shaxslar kiradi. Jismoniy jihatdan qarish belgilari aniqroq bo'ladi va sog'liq muammolari paydo bo'lishi mumkin. Bu davrda insonlar butun umri davomida orttirgan tajribalari va donoliklarini baham ko'rishlari mumkin. Shu bilan birga, keksalik qarish jarayoniga dosh berish, ijtimoiy munosabatlarni saqlab qolish va mazmunli hayot topish jarayonini o'z ichiga oladi. Har bir davrning o'ziga xos xususiyatlari va qiyinchiliklari bor. Bolalikda asosiy ko'nikmalarga ega bo'lish, o'smirlik davrida o'zlikni shakllantirish, balog'at yoshida mas'uliyatni o'z zimmasiga olish, keksalikda qarish jarayonini yengish muhim maqsadlardir.

Keksalik davriga yetgan kishining holatini kuzatganmiz. Uning xatti-harakatlari sustlashgan, yuz-ko'zi horg'in, tetik bo'lishga urinadi, ammo buning uddasidan chiqolmaydi, yetarli kuch-quvvati yo'q. Xo'sh, qarilik davriga fan qanday baho beradi? Tibbiy nuqtai nazardan qaralganda, qarilik alomatlari ellik yoshdan keyingi davrdan boshlab ko'zga tashlanar ekan. 60–70 yoshga kelib, inson organizmida kechadigan qo'zg'aluvchi jarayon tormozlanish bilan almashinadi. Bu holat qariyalar yurish-turishida ham kuzatiladi: og'ir-bosiqlik, vazminlik, mulohaza qilib, so'ngra fikrini aytish yoshi ulug' kishilarga xos bo'lib qoladi. Aynan shu sifatlar keksalarga o'z bosib o'tgan hayot yo'llarini to'g'ri va oqilona baholash, xulosa chiqarish, tajribasini o'git tarzida yoshlarga yetkazish imkoniyatini berar ekan.

Keksalar – faxrimiz, har bir avlod rishtasini bog'lab kelayotgan, uni mustahkamlash uchun bor kuch-g'ayratini sarflayotgan kishilardir. Ularning ijtimoiy hayotimizda tutgan o'zni va salohiyatini, yosh avlod tarbiyasida tutgan

benazir rolini inobatga olish maqsadga muvofiqdir. Yurtimizda xavfsizlik va osoyishtalikni ta'minlash, ijtimoiy-iqtisodiy jihatdan rivojlantirish, mustaqillikni mustahkamlash bevosita va bilvosita katta avlod vakillarining sa'y-harakati va ulushiga borib taqaladi. El-yurt manfaati uchun halol mehnat qilib kelayotgan bu insonlar ayni paytda Vatanimiz kelajagi uchun xizmat qiladigan farzandlarni ham tarbiyalab voyaga yetkazadilar. Yillar osha, umr so'qmoqlaridan donishmandlik fasliga sog'-omon yetib kelgan nuroniy, munis otaxon va onaxonlarning jamiyatimiz faxri, oilalarimiz charog'boniga aylanayotganining asl siri ham shunda. Qolaversa, o'zbek xalqi turmush tarzining ma'naviy bo'lagi hisoblangan kattaga hurmat, kichikka izzat tushunchasi bugungi kunga kelib yana ham sayqallanmoqda, yosh avlod tomonidan mamnuniyat bilan qabul qilinayotir.

Qayerga, qaysi davraga bormaylik, yoshi ulug'lar hurmatda, yoshlar esa, xizmatda ekanligining o'zi xuddi shu haqiqatni barchamizga taqdim etib turibdi. Davraning to'ri keksalarga, taomning avvali ularga, yoshlarga yo'l-yo'riq berish, duo qilish, o'z umrining saboqlarini ilinish – bari-barida donishmandlik davrining hikmatlari mujassam emasmi, azizlar? Keksalik davri inson hayotining muhim bosqichi bo'lib, turli kasb-korda faoliyat ko'rsatgan odamlar uchun falsafiy bekatdir. Hayoti mobaynisa jamiyat ravnaqi, oilasi farovonligi uchun qilgan halol mehnati orqasidan boy tajriba orttirish, uni xolis tarzda o'z farzandlari, yaqinlari, hamkasblari va mahalladoshlariga uzatish davrini donishmandlikka, faylasuflikka mengzashimizda gap ko'p. Inson keksayadi, uni yoshlik yoki o'rta yosh davridagidek saqlab qolishning aslo imkoni yo'q. Buni ilmiy tilda gerontogenez deyishadi. Bu jarayonda shaxsning sog'lom turmush tarzini shakllantirishdagi va undan oqilona foydalana olishdagi roli yanada ortadi. Masalan, yoshlikda tez gapiradigan odam birdan mulohazakor, vazmin bo'lib qoladi, hadeb yaqinlari bilan janjallashib turadigan odam bosiq, bama'ni kishiga aylanadi. Ko'p uxlashni yaxshi ko'radigan ayol sahar turib, toatibodat qilishga odatlanadi va hokazo. Ya'ni, qariya har bir narsani ongli tarzda boshqarish, mulohaza yuritish va shoshmay xulosa chiqarish qobiliyatini o'zida tarbiyalay boshlaydi.

Keksalik davri qarish jarayoniga dosh berish va hayotiy tajriba almashish jarayonini o'z ichiga oladi. Har bir davr inson hayotidagi muhim bosqich bo'lib, shaxsga butun hayoti davomida o'zgarish va o'sishni boshdan kechirish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasining Konstitusiyasi.–Toshkent: «O'zbekiston», 2023. <https://lex.uz/acts/20596>
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son «2022–2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida» 2022. <https://lex.uz/ru/docs/-5841063>
3. L.Narziyev, K.Komilova. Keksalari e'zoz topgan yurt.T.: 2015
4. Nishonova. Z.T. Psixologik xizmat darslik.T.: 2014. 423 b.
5. Barotov Sh.R. Psixologik xizmat. Darslik.T.: 2018.- 344 b.

II-SHO‘BA. IJTIMOIIY PSIXOLOGIYA: SHAXS VA JAMIYAT MASALALARI

YOSHLARINI MILLIY RUHDA TARBIYALASHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK JIHATLARI

M.D.Galdiyeva

Toshkent amaliy fanlar universiteti “Psixologiya” kafedrasida psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori, (PhD)

Mamlakatimizda ma‘naviy-ma‘rifiy ishlarni tizimli tashkil etish, bu borada amalga oshirilayotgan chora-tadbirlarning samaradorligini oshirish, aholi, ayniqsa yoshlarning intellektual salohiyati, ongu tafakkuri va dunyoqarashini yuksaltirish, mafkuraviy immunitetini mustahkamlash, vatanparvarlik, xalqqa muhabbat va sadoqat tuyg‘usi bilan yashaydigan barkamol avlodni tarbiyalashga alohida e‘tibor qaratilmoqda. Buning uchun O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi tomonidan **«Uzluksiz ma‘naviy tarbiya konsepsiyasi»** ishlab chiqilib, «ma‘naviy tarbiyani baholashning ilmiy asoslangan indikatorlari; bola tarbiyasida milliy tarbiya metodlari va zamonaviy pedagogikaning ilg‘or yutuqlaridan samarali foydalanish shakllari; ma‘naviy tarbiyani shakllantirishda oila, ta‘lim muassasalari, mahalla, ommaviy axborot vositalari va boshqa ijtimoiy tuzilmalar o‘rtasida samarali hamkorlikni o‘rnatish mexanizmlari; tarbiyalanuvchilar bilan birga tarbiyachilarning ham bilimi va malakasini muntazam oshirib borishni nazarda tutuvchi uzluksiz ma‘naviy tarbiya tizimi; ma‘naviy tarbiyani shakllantirishning homiladorlik davridan boshlanishi va tarbiyaning har bir bosqichdagi o‘ziga xos xususiyatlari; ma‘naviy tarbiyaning tadrijiy rivojlanish va uzluksizlik tamoyillariga asoslanishi» belgilab berildi.

Shu jihatdan ham o‘quvchilarida milliy tarbiyani rivojlantirishning psixologik xususiyatlarini aniqlash va ularning ijtimoiy-psixologik yechimlari topish va shaxsni konstruktiv isloh qilish ishlari mohiyatan dolzarb muammolardan biriga aylanmoqda.

Mamlakatimizning sotsial-iqtisodiy sohasida oxirgi olti yillikda ro‘y bergan keng qamrovli islohotlar, ya‘ni «Ezgulik va insonparvarlik tamoyiliga asoslangan «Harakatlar strategiyasidan – Taraqqiyot strategiyasi sari» g‘oyasini keng targ‘ib etish qaratilgan 100-maqсадga erishish kontekstida «Yangi O‘zbekiston — ma‘rifatli jamiyat» konsepsiyasini amalga oshirish muhim ahamiyat kasb etmoqda [1]. Va bunda «Mahalla – tuman – viloyat – respublika» prinsipi asosida maktablarni chinakam ma‘naviyat va ma‘rifat, madaniyat o‘chog‘iga aylantirish uchun ta‘lim-tarbiyaning interaktiv usullarini qo‘llash borgan sari muhim ahamiyat kasb etib bormoqda.

Har qanday shaxsda zamonaviy dunyoqarash, milliy va umuminsoniy qadriyatlar bo‘lishi zarurligi hamda shaxsda bilim, malaka va e‘tiqodning shakllanganligi shaxs kamolotining asosiy mezonini sanalib, barcha uchun zarur psixologik-pedagogik chora-tadbirlar mahsuldorligini amalga oshirish ishlarni uzviy olib borish manfaatli bo‘ladi.

Milliy tarbiya murakkab tuzilmaga ega bo'lib, ko'plab tarbiyaviy jarayonlarning yaxlit natijasidir hamda turli jihatlarining birligida ko'rib chiqilishi lozim. Bolalarni milliy tarbiya ruhida tarbiyalash jarayonini muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun zarur bo'lgan muhitning o'ziga xos xususiyatlari to'g'risidagi masala muhimdir. Milliy tarbiyaning o'ziga xosligi uning muhit bilan chambarchas bog'liqligidir.

Milliy tarbiyaning ijtimoiy-psixologik omili- inson xarakterining milliyligidir. Milliy xarakter konsepsiyasi amerika etnopsixologiya maktabida yaratilgan bo'lib, turli etnoslarda ularning o'zlarigagina xos milliy xarakter mavjud: shaxsning milliy xakteri ustivor psixologik jarayon bo'lib, bu uning milliy xulq-atvorida namoyon bo'ladi; ana shu ko'rsatkichlarga asoslanib, u yoki bu xalqqa, millatga mansub kishilar xarakterining modelini - o'rtacha milliy xarakter namunasini yaratish mumkin, degan xulosalarni asoslaydi.

Bu jarayon mamlakatimizda qanday kechayotganini aniqlash uchun yoshlar bilan mustaqil bir qator tadqiqotlar olib bordik. Olib borgan tadqiqotimizda milliy tarbiyalanganlik mezonlari bo'yicha natijalarni tahlil qilishga harakat qilindi. Milliy tarbiyalanganlik mezonlari bo'yicha Toshkent shahar va viloyati hamda Xorazm viloyati umumta'lim maktablari o'quvchilarida «o'z shaxsini hurmat qilish» 67% Toshkent shahar va viloyati o'quvchilarida, 53,2% Xorazm viloyati o'quvchilarida yuqori ko'rsatkichlar qayd etilgan. Xalqimizning azaliy qadrlanadigan shaxs fazilatlaridan «mehnatsevarlik» 55,9 % Toshkent shahar va viloyati o'quvchilarida, 52% Xorazm viloyati o'quvchilarida yuqori baholangan. «Milliy axloq-odob qoidalariga rioya etish» 53,7% Toshkent shahar va viloyati o'quvchilarida, 50% Xorazm viloyati o'quvchilarida yuqori ko'rsatkichlarni qayd etishgan [2].

Bu ko'rsatkichlardan ma'lum bo'lyaptiki, tarbiyali shaxs deganda ko'z oldimizda bilimdon, aqlli, halol, pok inson gavdalanar ekan. Shaxslarda o'z ishiga vijdonlilik va estetik zavqlanish xislatlarining yuqori rivojlanganligi ularda mehr-oqibat, tarbiyalanganlikning yuqori rivojlanishiga olib keladi. Kishining ma'naviy, ruhiy yetukligi uning tarbiya darajalarini belgilaydi. Ma'lumki, boshlang'ich sinf o'quvchi shaxsining u yoki bu xislati ijtimoiy muhitda, ya'ni oilada, jamoada, maktabda, mahalladagi ijtimoiy-psixologik munosabatlarda shakllanadi. Kichik ijtimoiy guruhlar sharoitida esa shaxsning ijtimoiy sifatleri, maqsad va yo'nalishlari, xakteri, qiziqishlari, ehtiyojlari shakllanadi va tarkib topadi.

Shaxslarining tarbiyalanganlik darajalarini aniqlash va ularni ilmiy o'rganishning o'ziga xos jihatlaridan yana biri uning yosh xususiyatlarini, aqliy taraqqiyot va odoblilik darajasini e'tiborga olgan holda yondashish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu milliy tarbiyasi yuqori bo'lgan o'quvchi bolalar va o'smirlar haqida yanada aniqroq, to'laroq ma'lumot olish imkoniyatini beradi.

Oilada shaxslarning ma'naviy dunyosini takomillashtirish uchun unda zarur ruhiy xotirjamlik, ibratli ruhiy munosabat, o'zaro totuvlik yaratilgan bo'lishi kerak [3]. Ota-onalar o'rtasidagi o'zaro munosabatda hamjihatlik, mehr-oqibat, o'zaro hurmat, shirinsuxanlik, bir-biriga g'amho'rlik mavjud bo'lsa, bunday muomala-munosabat bola tarbiyasiga ijobiy ta'sir qiladi. Ular o'z farzandlariga chinakam baxt, quvonch hadya etadilar. Oila a'zolarining did-farosati, qiziqishi, ehtiyojlari,

intilishlari o‘zaro bir-biriga munosib bo‘lsa, oilaning inoq, ahil turmush kechirishlariga, oilaviy munosabatlarning mustahkam bo‘lishiga puxta zamin hozirlaydi. Muayyan darajada oilada shart-sharoitlarning mavjudligi oila mustahkamligini shakllantirib, ma'naviy shaxs tarbiyasiga zamin yaratadi.

Shaxsning ma'naviy etuk holda shakllanishiga qaratilgan, uning kamol topishi, o‘zi va atrofidagilarning salomatligini saqlash, yomon odatlardan holi bo‘lishi hamda o‘zining hayotdagi o‘rnini anglash masalalari yuzasidan mas'uliyatli qarorlarni qabul qiluvchi o‘sib ulg‘ayotgan avlodga tarbiya berish masalasi bo‘yicha echimlarning yangicha yo‘nalishlari – hayotda o‘z o‘rnini faol egallashga qodir bo‘lgan, boy ma'naviy-ma'rifiy dunyoqarashli inson bo‘lishdir. Bularning barchasi yosh avlod tarbiyasiga yangicha yondoshishni talab qiladi. Milliy tarbiya murakkab tuzilmaga ega bo‘lib, ko‘plab tarbiyaviy jarayonlarning yaxlit natijasidir hamda turli jihatlarining birligida ko‘rib chiqilishi lozim. Bolalarni milliy tarbiya ruhida tarbiyalash jarayonini muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun zarur bo‘lgan muhitning o‘ziga xos xususiyatlari to‘g‘risidagi masala muhimdir. Milliy tarbiyaning o‘ziga xosligi uning muhit bilan chambarchas bog‘liqligidadir.

Adabiyotlar ro‘yxati.

1. Sh.M.Mirziyoyevning 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947-sonli «O‘zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo‘yicha Harakatlar strategiyasi to‘g‘risida»gi Farmoni. O‘zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari to‘plami. –T.: 2017. –№6 (766)-son. –B. 229.

2. Galdiyeva M. (2023). BOSHLANG ‘ICH SINF O ‘QUVCHILARNING TARBIYASIGA TA’SIR ETUVCHI IJTIMIOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARNI BELGILOVCHI MEZONLAR TADQIQI. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, (I).

3. Фарфиева, К. А. (2020). ЎСПИРИНЛАРДА ИЛМИЙ ТАФАККУРНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ. *Современное образование (Узбекистан)*, (8 (93)), 23-29.

GURUHLAR VA JAMOALARGA PSIXOLOGIK XIZMAT KO‘RSATISHNING IJTIMIOIY-PSIXOLOGIK AHAMIYATI

*Xudoyqulova Gulshoda Baxronovna - Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa
doktori (PhD), dotsent.*

Jamoaning yuksak darajada rivojlangan guruh sifatida boshqa barcha guruhlarga nisbatan prinsipial jihatdan farqlari tajriba yo‘li bilan qayd etilgan. Jamoada faoliyatning samaradorligi bilan o‘zaro his- xayajonli psixologik munosabatlarning maqbul xarakteri o‘rtasidagi nisbat ijobiy, sust rivojlangan guruhlarda esa salbiy bo‘ladi. Past darajada rivojlangan guruhlarda guruhning miqyosi bilan uning a‘zolaridan umumiy ishga eng ko‘p hissa qo‘shish istagi o‘rtasidagi teskari bog‘lanish mavjudligi aniqlandi, guruhning tarkibi yiriklasha borishi bilan jamoadan birgalikdagi faoliyat ishtirokchilarning motivlari susaymaydi. Tasodifiy guruhda yordamga muhtoj kishiga yordam ko‘rsatilishi

ehtimoli guruhning miqyosi kengayishi bilan susaya boradi, jamoada esa bunday qonuniyat namoyon bo'lmaydi.

Jamoda guruhlar shakllanishi tabiiydir, xoh u tashkilotning maqsadlarini bajarish uchun rahbariyat tomonidan tashkil etilsin yoki o'zlarining ijtimoiy ehtiyojlarini qondirish uchun tashkilot a'zolari tomonidan. Guruhning ikki turi mavjud, ya'ni rasmiy guruhlar va norasmiy guruhlar. Rasmiy guruhlar rasmiy vakolatga ko'ra, maqsadni amalga oshirish uchun yaratilganlardir. Farqli o'laroq, norasmiy guruhlar xodimlar tomonidan o'zlarining yoqtirishlari, qiziqishlari va qarashlariga qarab shakllantiriladi.

Tabiiy ravishda, tashkilot ichida, ijtimoiy va psixologik kuchlar ta'sirida vujudga keladigan guruhlar norasmiy guruhlar deb nomlanadi. Ushbu guruhga binoan tashkilot xodimlari o'zlari ish joyidagi ijtimoiy ehtiyojlarini qondirish uchun rahbariyatning tasdiqsiz guruhlariga kiradilar. Hech kim alohida yashashni xohlamaydi; odamlar o'zlarining hissiyotlari, fikrlari, tajribalari, ma'lumotlari va boshqalarni o'zaro ta'sirlashishlari va baham ko'rishlari uchun o'zlarini atrofida aylana hosil qilishadi. Ushbu doiralar ish joyidagi norasmiy guruhlar deb nomlanadi. Ushbu guruhlar umumiy yoqtirishlar, yoqtirmasliklar, aqidalar, aloqalar, a'zolarining tili, qiziqishlari, qarashlari asosida tuziladi. Bu qiziqish guruhi va do'stlik guruhini o'z ichiga oladi.

Guruhda quyidagi ijtimoiy psixologik hodisalar mavjud: ijtimoiy fikr, taqlid, ta'siriga berilish, konformizm. Ijtimoiy - psixologik muhit ko'p jihatdan jamoa a'zolarining sig'ishuvchanligiga bog'liqdir. Guruhiy mos kelish (sig'ishuvchanlik) fiziologik va psixologik bo'lishi mumkin. Guruhiy psixologik mos kelish psixomotor, emotsional - irodaviy xususiyatlariga diqqat va tafakkurdagi farqlariga bog'liqdir. Lekin, hammadan ko'ra ko'proq guruh tarkibiga kiruvchi har bir kishining shaxsiy xarakteri xususiyatiga bog'liq bo'lmasligi, ammo, moslashuvchan bo'lishi kerak. Psixologik muhit vujudga keltirishda, aksari guruhga mos kelishga bog'liq bo'lgan ijtimoiy kayfiyat katta ahamiyatga ega. U guruhda bevosita ijobiy yoki salbiy psixologik muhit vujudga keltiradi.

Har qanday guruh tuzilishiga ko'ra guruh a'zolari nufuzi va statusining o'ziga xos darajasini aks ettiradi. Uning yuqorisida referentometrik va sotsiometrik tarzda tanlanadigan shaxslar o'rin oladi, eng orqada esa noreferent va sotsiometrik jihatdan ajratib chiqarilgan individlar turishadi. Mazkur iyerarxiya zinapoyasining eng yuqori bosqichida guruhning lideri mavjud bo'ladi.

Guruh jamoasining rasmiy rahbarlik tizimi, unda norasmiy nufuzning taqsimlanishi va norasmiy peshqadam sifatida tanilish uchun to'g'ri kelishi ham, to'g'ri kelmasligi ham mumkin. Natijada, shaxslararo munosabatlarda umumiy maqsadlarning mavjudligi jamoaga xalaqit qiladigan emas, balki hatto yordam berishi ham mumkin. Chunonchi, 30-40 o'quvchidan iborat kichik guruh hisoblanadigan guruhda guruhboshi va yoshlar tashkilotchisidan tashqari, odatda bir necha peshqadamlar mavjud bo'lib, ular tevaragida bir nechta norasmiy guruhlar uyushadi. Norasmiy guruhlarda liderlarning quyidagi tiplari farqlanadi:

1. Faoliyatining mazmuniga qarab:

- a) ilhomlantiruvchi, harakat yoki axloq dasturini taklif qiluvchi lider;
- b) bajaruvchi - berilgan dasturni bajarish tashkilotchisi;

v) bir vaqtda o'zida ham ilxomlantiruvchi, ham bajaruvchi

2. Boshqarish usuliga ko'ra

a) avtoritar

b) demokratik

v) yuqoridagi ikki uslubni o'zida mujassamlashtirgan.

3. Faoliyati xarakteriga qarab.

a) universal - o'zida liderlik xususiyatlarni doim ko'rsatib turadigan;

b) situativ (vaziyatga bog'liq) - o'zida liderlik xususiyatlarini ma'lum o'ziga xos vaziyatlarni ko'rsatib turadigan.

Amerikalik tadqiqotchi Linda Djuell o'zining «Industrialno-organizatsionnaya psixologiya» (2001 yil) kitobida ijtimoiy psixologik xodisalardan muhimi bo'lmish liderlik masalasiga o'zining o'ziga xos yondashuvini bayon etgan. U bu muammoni aynan bizning sharoitimizdagi talqini, ya'ni mardlik va jasorat ko'rsatish uchun ochiq maydonlar yo'q bo'lgan sharoitda liderlik xislatlarining namoyon bo'lish xususiyatlarini ochishga urinadi. Uning fikricha, zamonaviy ishlab chiqarishning samaradorligi eng avvalo xodimlar rolini oshirib, liderlarnikini aksincha, pastlashtirish, yoki aniqrog'i, kamaytirish hisobiga ro'y beradi. Shundagina rahbarlikda ortiqcha bo'g'inlarni kamaytirish mumkin. Liderning, ya'ni amerikaliklar rahbari lider fenomeni doirasida tasavvur qilishadi, vazifasi – guruhning samarali faoliyat ko'rsatish yo'llarini belgilab berishdir.

Bu kitobda ijtimoiy psixologik nuqtai nazardan ahamiyatli bo'lgan tushunchadan biri bu – «superlider» tushunchasidir. Superlider kim va qachon oddiy lider superga aylanadi? Amerikalik tadqiqotchilar Mans va Simslarning fikricha, eng yaxshi lider – bu «superliderdir». Bu shunday shaxski, u o'z xodimlarining aksariyatini liderlarga, birinchi navbatda o'zlari uchun liderlarga aylantira oladi. Bunday asosiy g'oya shundan iboratki, agar odam eng avvalo o'zi uchun lider bo'la olsa, o'zidagi bu malaka yoki mahoratni boshqalarga yetkaza olsagina, bu odam uchun shunday vaqt-saot yetib keladiki, jamoa o'zi mustaqil ishlaydigan, bevosita tepasida turib boshqarib turadigan insonga muhtoj bo'lmagan mexanizmga aylanadi. Bu – superliderlikdir. Oddiy rahbar yoki liderning superliderga aylanishi bir necha bosqichlarda kechadi:

I. – o'zi uchun lider bo'lish, ya'ni shaxsiy maqsad va maslaklar, o'zini o'zi kuzatish, o'zini o'zi rag'batlantirish, xayoliy repititsiyalar va kognitiv tahlillar orqali o'zining mustaqil inson, shaxs ekanligini, o'zida boshqalarga o'rnak bo'luvchi sifatlar borligini anglash;

II. – yuqorida qayd etilgan sifatlarning afzalliklarini o'zgalarga namoyish etib, uning afzalliklariga ishonтира olish;

III. – xodimlariga o'zlarida tashabbus va o'ziga ishonchni namoyon etish uchun sharoit yaratish;

IV. – mustaqil qobilyat egalari bo'lgan xodimlarni rag'batlantirish, kerak bo'lganda, faqat konstruktiv tanbehlar berish;

V. – o'z-o'zini boshqarishga asoslangan ijtimoiy faoliyatni tashkil etish va ishlarga xadeb aralashaverishdan o'zini tiyish.

Ma'lumki, ta'lim jarayonining muvaffaqiyati va shu ta'lim tizimida o'quvchi shaxsining ijtimoiy-psixologik taraqqiyoti eng avvalo har bir

o'quvchining shu ta'lim faoliyatiga nisbatan mustaqil va ijodiy yondashuviga, o'quv faolligiga nisbatan barqaror qiziqishlarning tarkib topishiga va ayni paytda u yoki bu guruhda o'zining ijtimoiy menligini nechog'lik shakllantirishga bog'liqdir. Zero, maktab davridayoq guruh va ijtimoiy menlikning yetarli darajada tarkib topishi o'quvchi shaxsi ijtimoiy taraqqiyoti uchun muhim "manba" hisoblanadi. Bu jarayon bizning nazarimizda o'ziga xos imkoniyatlar ko'lamiga ega bo'lgan guruh mas'ullik, jamoatchilik, guruh jipslik, o'zaro aloqadorlik, o'zaro samimiylik, guruh tashkilotchilik, o'zaro guruh xabardorlik kabi sifatlarning namoyon etilishi bilan belgilanadi. Ijtimoiy psixologiyada muhim o'rin tutuvchi kichik guruhlar doirasidagi o'quvchi shaxsi va shaxslararo faollik motivatsiyasining tarkib topishga daxldor bo'lgan mezonlarning (guruh mas'ullik, jamoatchilik, guruh jipslik, guruh aloqadorlik, o'zaro samimiylik, guruh tashkilotchilik, o'zaro xabardorlik) bugungi ta'lim jarayonida har bir o'quvchi va aksariyat kichik guruhlar a'zolarining amaliy faoliyatlarida qay tariqa namoyon bo'lishini tasdiqlovchi o'rtacha umumiy va qiyosiy-tipik ko'rsatkichlarni aniqlash va shu asosda muayyan ijtimoiy-psixologik xulosalar chiqarish asosiy maqsad qilib qo'yilmog'i darkor.

Ta'lim muassasalarida faoliyat ko'rsatayotgan amaliyotshi psixologlar uchun «Men va mening guruhim» mavzusida suhbatlar, yozma ishlar olib borish va ularning birlamchi natijalari bo'yicha kontent tahlillar o'tkazish, Dj.Morening «Sotsiometriya» metodini, P.C.Nemovning «Ijtimoiy-psixologik relef ko'rsatkichlarini aniqlash» metodikalarini qo'llash tavsiya etiladi. Shu metodikalar orqali o'quvchi shaxsidagi guruh faollik mexanizmlari aniqlangash, psixologik xizmat jarayonidagi individual va guruh korreksiya ishlari samaraliroq keshadi.

Jahon ta'lim va ilmiy tadqiqot muassasalarida shaxs faolligi va ijtimoiy taraqqiyoti, guruhlarda ishlash ko'nikmalarini rivojlantirish, psixologik xizmat ko'rsatish konsepsiyalarini takomillashtirishga, gumanistik va identifikatsion jarayonlarning ilmiy tahliliga bag'ishlangan ilmiy tadqiqotlarni olib borish masalalariga alohida e'tibor qaratilmoqda. Bu borada, psixologik xizmat jarayonini maxsus dasturlar asosida tashkil etish orqali o'quvchilarning guruh munosabatlar dinamikasi va guruh faollik motivatsiyasini muayyan darajada rivojlantirish, professional darajada psixologik faoliyatni takomillashtirish, shaxs shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik xizmatning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini tadqiq etish zarurati oshib bormoqda.

Adabiyotlar:

1. Агеев В.С., Андреева Г.М. Межличностное воспитание в группе. – М.: 1981. – 294 с.
2. Немов П.С. Психология.-Учеб.для студ.высш.пед.учеб.заведений.-М.: Гуманит.изд.тсентп ВЛАДОС,1999.-Кн.1. Общие основы психологии.-С. 528-647.
3. Немов П.С. Психология.- Учеб.для студ.высш.пед.учеб.заведений.-М.: Гуманит.изд.тсентп ВЛАДОС,1999.-Кн.3. Психодиагностика.-С. 389- 600..
4. Морено Дж. Сотциометрия. – М., 1958. – 244 с.
5. G'oziev E.G'., P.N.Melibaeva. Ijtimoiy psixologiya. Oliy o'quv yurtlari talabalari uchun o'quv uslubiy qo'llanma.-Toshkent-2009.- B. 143.

6. G'oziev E.G'. Psixologiya metodologiyasi. O'quv qo'llanma. – Toshkent : Noshir, 2013.

KO'P BOLALI OILALARDAGI O'SMIRLAR DEVIATSIYASINING PSIXOLOGIK PREVENSIYASI

Yangiboyeva Dildoraxon Rahmon qizi

«Oila va gender» ilmiy-tadqiqot instituti tayanch doktoranti (PhD)

Deviant xulq-atvor haqidagi munozara psixologiya va sotsiologiya sohalarida muhim mavzudir. R.V.Ovcharov deviant xulq-atvorning nisbatan yangi bo'linishini ikkita asosiy toifaga, psixopatologiya bilan og'rikan shaxslarga xos bo'lgan patologik xulq-atvorga va jamiyatning o'ziga xos xususiyatlariga bog'liq bo'lgan ijtimoiy, madaniy va huquqiy me'yorlarning buzilishi bilan tavsiflangan antisotsial xulq-atvorni taqdim etadi [1]. Deviant xulq-atvorni tasniflashga yondashuvlar har xil bo'lishiga qaramay, ularning barchasi bunday xatti-harakatlar umumiy qabul qilingan qoidalardan chetga chiqish ekanligini ko'rsatadi. Binobarin, ularni o'rganish ijtimoiy muhitning kishilar xulq-atvoriga qanday ta'sir qilishini, xulq-atvorning teskari o'zgarishi butun jamiyatni qanday o'zgartirishi mumkinligini tushunish uchun katta ahamiyatga ega.

O'smirlik ko'plab jismoniy va psixologik o'zgarishlar bilan bog'liq. T.A.Rodermelning izlanishlari o'smirlarda deviant xulq-atvorga olib keladigan omillarni aniqladi. Ular orasida: egosentrizmning yuqori darajasi, axloqiy e'tiqodlarning yetarli darajada rivojlanmaganligi, depersonalizatsiya va derealizatsiya, o'zini-o'zi qadrlashning yetarli emasligi, bundan tashqari, ko'pincha norozilik, boykot qilish istagi borligi, hokimiyat, xavf va noma'lum narsaga chanqoqlik, o'smirning tanasida sodir bo'ladigan o'zgarishlarga munosabat, muammolarni bo'rttirishga moyillik, qiyinchiliklar va o'sishga bo'lgan kuchli istak kabilar mavjud [2]. Bu omillar odatda birgalikda yuzaga keladi va o'smirlarning xatti-harakatlariga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Deviant xatti-harakatlarning qanday namoyon bo'lishini tushunish uchun barcha sanab o'tilgan omillarni hisobga olgan holda maxsus tadqiqot o'tkazish kerak.

O'smirlarda deviant xulq-atvorning paydo bo'lishiga ta'sir qiluvchi ko'plab omillar orasida asosiylari barqaror qadriyatlarining yo'qligi, ijtimoiy muhitning salbiy ta'siri, shaxslararo muammolar, shuningdek, ijtimoiy-psixologik moslashuv omillari va noqulay turmush sharoitlari, shu jumladan oila tuzilishi hamda tarkibi ham bor. O'n sakkiz yoshga to'lmagan to'rt va undan ortiq farzandi (shu jumladan asrab olingan bolalar, shuningdek o'gay o'g'illari va o'gay qizlari) birga yashaydigan oilalar ko'p bolali oilalar hisoblanadi. Ko'p bolali oilaning bir qismi sifatida davlat tomonidan to'liq ta'minlangan bolalar va ota-onalari ota-onalik huquqidan mahrum bo'lgan yoki ota-onalik huquqi cheklangan bolalar hisobga olinmaydi. Bolalar o'rtasidagi turli xil aloqalarning ko'pligi katta yoshdagi bolalar va kichiklarga g'amxo'rlik qilish orqali hayot tajribasini boyitishga yordam beradi. Bu aloqalar shaxsni shakllantirish va bolalarni ijtimoiy faoliyatga tayyorlash uchun katta ahamiyatga ega. Ko'p bolali oilalarda psixologik iqlim qulay, buning

natijasida bolalar va ota-onalar o'rtasidagi ishonch darajasi ancha yuqori. Oilada hokimiyat ota yoki ona bo'lishi mumkin. Ideal variant - otaning oila boshlig'i, boquvchisi va hokimiyati. Onaning vazifasi oilada qulaylik va iliqlikni yaratishdir. Bolalar ota-onalarning fikrlarini tinglashlari va ularning tajribasidan foydalanishlari kerak [3].

Ko'p bolali oilalar ham noqulay iqlimga ega bo'lishi mumkin, chunki ko'p bolali ota-onalar mas'uliyatsiz va beparvo bo'lishi mumkin. Bunday iqlimi bo'lgan oilalarda bolalar ko'pincha nazoratsiz o'sadi va ularga moyil bo'ladi. Bezoriliklar bolalarning ichkilikbozligi ota-onalarning o'z mas'uliyatiga beparvoligi oqibatidir. Shuning uchun ota-onalar ko'cha bolalar uchun eng yaxshi joy emasligini va ular har doim va hamma joyda o'z farzandlari uchun mas'ul bo'lgan ota-onalar ekanligini tushunishlari va unutmashliklari kerak.

Noqulay iqlimi bo'lgan ko'p bolali oilalarda to'g'ri parvarish qilinmaganligi sababli bolalar yolg'iz va kattalar nazoratisiz qoladilar. E'tiborsizlik natijasida barcha kasalliklar kech tashxis qilinadi va davolanadi, shuning uchun bu bolalar keyingi hayotda sog'lig'ida muammolarga duch kelishadi. Bir bolali oilalardan farqli o'laroq, ko'p bolali ota-onalar farzandlarining maktabdagi muvaffaqiyatiga unchalik qiziqish bildirmaydilar va ularga o'qishdagi qiyinchiliklarni yengishda yordam berishmaydi. Ular, shuningdek, xatti-harakatlarni kamroq talab qiladilar va nazorat qiladilar va o'zlarining talablari, jazolari va mukofotlarida nomuvofiqdirlar [4].

Ko'p bolali oilalarga alohida e'tibor qaratildi, chunki ular o'ziga xos ijtimoiy omillarga ega. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, oilaning kattaligi va tug'ilish tartibi bolaning o'ziga xos xususiyatlarini aniqlashi mumkin. Turli oila guruhlaridagi bolalarning o'ziga xos shaxsiy xususiyatlari bir-biridan sezilarli darajada farq qilishi mumkin. Bolalarda ma'lum shaxsiyat yagona bola va katta oilalarda tug'ilgan bolalar o'rtasida yaqqol namoyon bo'ladi. O'smirlarga ta'sir qiladigan va har safar uning tajribalari dunyosini o'zgartiradigan tashqi va ichki omillar sonini tasavvur qilish qiyin. Hamma bolalar ham o'z fikrlarini, his-tuyg'ularini va harakatlarini nazorat qila olmaydi [5]. Ko'p bolali oilalarda o'sgan o'smirlar bir qator psixologik xususiyatlarga ega bo'lib, ularni tengdoshlaridan kichik oilalardan ajratib turadi. Buning sababi, ko'p bolali oilalarda bolalar ota-onalarning e'tibori va resurslari uchun raqobatlashishga majbur bo'lib, ularning psixologik rivojlanishiga ta'sir qiladi.

Shunday qilib, bu o'smirlar, mutaxassislarining fikriga ko'ra, kamroq moslashuvchan va noaniq vaziyatlarga moslashishga qodir emas. Ular, shuningdek, mustaqil emas, balki konformistik bo'lish ehtimoli ko'proq. Bundan tashqari, ular ko'proq tashvish va norozilikni boshdan kechirishlari mumkin, shuningdek, boshqalarning ma'qullanishiga bo'lgan kuchli ehtiyoj mavjud. Boshqa tomondan, ko'p bolali oilalarning o'smirlari yuqori o'z-o'zini nazorat qilish va tashkilotchilik ko'rsatkichlari, shuningdek, yetakchilik fazilatlarini namoyish eta oladi. Biroq, shu bilan birga, ular boshqa odamlarga nisbatan ko'proq dushman va shubhali bo'lishi munosabatda mumkin.

Umuman olganda, katta oilalardagi o'smirlar orasida psixologik rivojlanishning ayrim xususiyatlarini aniqlash mumkin, bu ularning xatti-harakati

va moslashuvchan salohiyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ammo shuni yodda tutish kerakki, har bir bola o'ziga xosdir va uning psixologik rivojlanishida oiladagi individual vaziyat asosiy rol o'ynashi mumkin. Ko'p bolali oilalarda o'smirlarning xarakterini shakllantirishga yordam beradigan muhim omil bu ularning uy-ro'zg'or masalalari bo'yicha qaror qabul qilishda ishtirok etishidir. Bu esa ularda mehnat ko'nikmalarini rivojlantirish imkonini beradi, bu esa o'z navbatida ularning oilaga daxldorlik hissini kuchaytiradi va o'z qadrini oshiradi [6].

Katta oila ham yosh shaxsning shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Aka-uka va opa-singillarga ega bo'lgan bolalar yolg'iz o'sgan bolalarga qaraganda ko'proq ifodalilik, do'stona va xushmuomalalik ko'rsatadilar. Bolalar tomonidan tez-tez o'rnatilgan ijtimoiy aloqalar o'zlariga nisbatan ham, boshqalarga nisbatan ham xulq-atvor, intizom va mas'uliyat normalarini shakllantirishga yordam beradi. Bu, o'z navbatida, ehtiyotkorlik va shubhalanuvchanlikning shakllanishiga yordam beradi.

Hozirgi vaqtda o'smirlarning deviant xulq-atvori bilan bog'liq muammolar jamiyat uchun dolzarbdir. Ushbu muammolarni deviant xatti-harakatlarning oldini olishga qaratilgan chora-tadbirlar majmuasini qo'llash orqali hal qilish mumkin. Buning oldini olish usullaridan biri oilaning samarali ishtirokini ta'minlashdir. Ushbu chora o'smirlarni tarbiyalayotgan quyi ijtimoiy guruhdagi oilalarga yordam ko'rsatishni rivojlantirishni o'z ichiga oladi. Shu bilan birga, nafaqat moddiy yordam, balki ijtimoiy-psixologik yordam va kundalik muammolarni hal qilishda yordam berish ham muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Азарова Л.А. Девиантное поведение и его профилактика : учебно-методический комплекс / Л.А.Азарова, В.А.Сятковский. – Минск : ГИУСТ БГУ, 2009. – 164 с.

2. Андреева Т.Н. Когнитивные и личностные характеристики детей в многодетной семье : специальность 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии» : диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Андреева Татьяна Наумовна ; Психологический институт при УРАО. – Москва, 1994. – 304 с.

3. Бойков А. Е. Первичная профилактика различных видов зависимостей детей и подростков в образовательной среде / А. Е. Бойков // Молодой ученый.– 2014. – № 3. – С. 871-874.

4. Гасанова П.Г. Международное познание закономерностей современного ребенка / П.Г.Гасанова, В.В.Белоусова, И.В.Боязитовой //Феномен психического здоровья в научной рефлексии как основа реформирования образовательных систем : материалы Международной научно-практической конференции / Пятигорский государственный университет. – Пятигорск, 2012. – С. 55-57.

5. Доронина А.В. Особенности развития личности в подростковом возрасте / А.В.Доронина // Моя профессиональная карьера. – 2020. – № 19. – С. 113-118.

6. Каракеева Г.Ж. Состояние здоровья детей из многодетных семей : специальность 14.01.08 «Педиатрия» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата медицинских наук / Каракеева Гулмира Жолболдуевна ; Кыргызско-российский славянский университет. – Бишкек, – 2012. – 18 с.

DELINKVENT AXLOQLI BOLALARGA PSIXOLOGIK YORDAM KO'RSATISH

Bobojonova Z.

UrDU

1-kurs talabasi

Xulqi og'ishganlar bilan ishlashda turli qiyinchiliklarga duch kelinadi. Og'ishgan xulq shaxslarining turli tiplari uchraydi. Ular alohida tadqiqot obyekti sifatida o'rganiladi. Har biri uchun alohida psixologik yordam tashkil etiladi.

Biz deviant axloqning alohida turlari ifodasini delinkvent axloq turiga tavsif berishdan boshlaymiz.

Delinkvent (qonunga zid, antiijtimoiy) axloq muammosi ko'plab ijtimoiy fanlarning tadqiqoti uchun markaz hisoblanadi. Tushuncha lotin tilidan olingan bo'lib "noo'rin xatti-harakat" deganidir.[2]

Bu atama ostida bir shaxsning qonunga qarshi axloqi – ushbu jamiyatda va ushbu vaqtda o'rnatilgan qonunlardan og'ishgan, boshqa odamlar yoki ijtimoiy hayot tinchligiga xavf soluvchilarni tushinamiz.

Qonunga qarshi axloqni namoyon etuvchi shaxs delinkvent shaxs (delinkvent) sifatida tavsiflanadi, harakatning o'zi esa deliktdir.

A.G. Amburov va I. Ya. Jezlovlar qonunbuzarlikning ijtimoiy psixologik shkalasini taklif qildilar: intizomga qarshi, antiijtimoiy, delinkvent-jinoiyva auto tajovuzkor axloq (ta'kidlash joizki, ushbu mualliflar delinkventlikka faqat jinoiy axloq mansub deyдилar).[1]

Kriminal axloq umuman delinkvent axloqning bo'rttirilgan shakli hisoblanadi. Umuman olganda, delinkvent axloq jamiyatning aniq ifodalangan qoida(qonun)lariga, bevosita davlat hayotining mavjud me'yorlariga qarshi yo'naltirilgan.[2]

Huquqbuzarlik qilganlarni A. I. Dolgova, V. A. Shumelkin va boshqalar o'z navbatida quyidagi 3 tipga ajratadilar:

1. Tadrijiy-jinoiy shaxsni jinoyat "g'aznasi"ijtimoiy muhit bilan munosabatda halqiluvchi bo'lib subektni o'ziga xos qarashlari, ustanovkalari, qadriyatlariga asoslanadi.

2. Vaziyatli-jinoiy axloqiy me'yorlarning buzilishi, jinoiy xarakterga ega bo'lmagan qonunbuzarlik.

3. Vaziyatli tip-salbiy xulq-atvorni sezilar-sezilmas darajada namoyon bo'lishi.[1]

P. Kutter ko'rsatishicha, ko'pgina qonunga bo'ysunuvchi odamlar tajovuzkor-kriminal impuls egadirlar, aniq harakatni amalga oshirmaydilar, biroq

boshqa odamlarga proektsiyalanadi, masalan, qonunbuzarlikni sodir etuvchilarga.[1]

Qonunga qarshi axloq (motivatsiyasi) psixologik tahlil uchun alohida qiziqarli hisoblanadi bu-individual determinantlar.

O'z navbatida, individual xususiyatlar jinsiy farq bilan ahamiyatli tarzda belgilanadi. Masalan, qonunbuzarliklar ko'proq erkaklar tomonidan sodir etiladi.

Ayollarda bu ko'rsatkich nisbiy past hisoblanadi. Rossiyada 1998-yilda ayollar jinoyatchiligi qayd qilingan umumiy holatning 15%ini tashkil etadi.[3]

Xulq og'ish turining bu xilida uyushgan holda qo'zg'olon ko'tarishlar ko'plab sodir bo'ladi. Bu esa jamiyatga qattiq ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun bularning oldini olish uchun psixoprofilaktika ishlari olib boriladi.[4]

Og'ishganlik joyida o'rganiladi va ular bilan ogohlantirish va tushuntirish ishlari olib boriladi. Ularning bo'sh vaqtini unumli o'tkazish uchun tadbirkorlik subyektlariga jalb qilinadi.

Xulosa qilib aytishim mumkinki, delinkvent axloq turi bilan ishlashda eng avvalo bu axloq qayerdan va qanday muhit orqali paydo bo'lganini va unga qaysi tomonlama yondashilsa, effekt berishini bilishimiz zarur. Psixologik yordam ko'rsatishda ham ularga huquq borasidagi tushuntirishlar olib borilishi zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. M. Atadjanov, D. A. Saliyeva "Xulqi og'ishgan bolalar psixologiyasi" Qo'qon-2020
2. N. G'. Komilova "Xulqi og'ishgan bolalar psixologiyasi" Toshkent-2020
3. Wikipedia-org
4. D. Abduvahobova "Xulqi og'ishgan bolalar" Jizzax-2013

IJTIMOIIY TARMOQLARDA SOXTA YANGILIKLARNI PSIXOLOGIK TA'SIRINI KO'RISH: UCHINCHI SHAXS TA'SIRI GIPOTEZASINI QO'LLASH

Nurmatov A.N

Toshkent amaliy fanlar universiteti o'qituvchisi

Internetda soxta yangiliklarning tarqalishi jamiyatning barcha a'zolari, jumladan hukumat, siyosatchilar, tashkilotlar, korxonalar va fuqarolar uchun katta tashvish uyg'otmoqda. Soxta yangiliklar ishonchsizlik urug'ini ekish va siyosiy, mintaqaviy va diniy oqimlardan noto'g'ri foydalanish orqali mavjud ijtimoiy va madaniy dinamikani kuchaytirish uchun maxsus ishlab chiqilgan (Wardle va Derakhshan, 2017). Soxta yangiliklar odamlarga va jamiyatga salbiy ta'sir ko'rsatadi, chunki u iste'molchilarni aniq kun tartibini ilgari surish uchun baham ko'rilgan yolg'on e'tiqodlarni qabul qilishga ataylab ko'ndiradi.

Soxta yangiliklarning tarqalishi tashkilotlar va brendlar uchun jiddiy muammolarni keltirib chiqaradi. Aslida, mahsulot, brend yoki tashkilot to'g'risida ma'lum nuqtai nazar yoki fikrni targ'ib qiluvchi, bu haqiqat bo'lmasligi mumkin bo'lgan soxta yangiliklar iste'molchilarni chalg'itish uchun ataylab ishlab chiqilishi mumkin (masalan, Potthast va boshq., 2017). Misol uchun, iste'molchilar

McDonald'sning burgerlarida maydalangan qurtlarni to'ldiruvchidan foydalanish haqidagi soxta xabar virusga aylanganidan keyin uni boykot qilish bilan tahdid qilishdi (Teylor, 2016). Ba'zi so'nggi tadqiqotlar soxta yangiliklarning brendlar va tashkilotlarga ta'sirini ham qayd etdi (masalan, Cheng va Chen, 2020; Visentin va boshq., 2019).

Bunday noto'g'ri ma'lumotlar iste'molchilarning xarid qilish niyatlariga salbiy ta'sir ko'rsatish orqali chakana sotuvchilar manfaatlariga zarar etkazishi mumkin. Aksincha, iste'molchilar, shuningdek, onlayn soxtalashtirishning bir shakli sifatida tan olingan soxta sharhlar asosida ma'lum mahsulotlarni sotib olishda adashishlari mumkin (Martens va Maalej, 2019). Shunday qilib, anonimlik, foydalanuvchi tomonidan yaratilgan kontent va geografik masofa soxta yangiliklarni almashish xatti-harakatlarini rag'batlantirishi mumkin bo'lgan ijtimoiy tarmoqlar davrida soxta yangiliklar va uning virusli tarqalishi jiddiy tashvishga aylandi.

Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishning qorong'u jihatlari bo'yicha ilmiy tadqiqotlar, jumladan ma'lumotlarning haddan tashqari yuklanishi, ijtimoiy media charchoqlari, o'tkazib yuborish qo'rquvi va strategiyalarni engish kuchaygan (masalan, Dhir va boshq., 2018a; Luqmon va boshq., 2018; Malik va boshq., 2020), soxta yangiliklarni ulashish asosidagi tushunchalar va xatti-harakatlar aniq emas. Aslida, ijtimoiy media platformalarida (SMP) dezinformatsiyani almashish sabablari haqida juda kam narsa ma'lum (masalan, Jang va Kim, 2018; Talvar va boshq., 2019). Biz odamlarni yolg'onni Internetda baham ko'rishga undaydigan sabablar va ular bilan bog'liq xatti-harakatlarni tushunish o'sib borayotgan tahdidni engish uchun yechim topishga yordam beradi, deb ta'kidlaymiz. Bundan tashqari, yaxshiroq tushunish sotuvchilar, chakana sotuvchilar, brend menejerlari, siyosatchilar va olimlar uchun ham foydali bo'lishi mumkin. Shunday qilib, soxta yangiliklar almashish xatti-harakatini kuchaytiruvchi omillar bo'yicha tadqiqotlarning etishmasligi adabiyotdagi bo'shliqni ko'rsatadi, uni bartaraf etish kerak. Assotsiatsiyalar uchinchi shaxs effekti (TPE) yordamida gipoteza qilinadi (Davison, 1983). TPE yaqinda soxta yangiliklarni almashish bo'yicha tadqiqotlarda qo'llanilgan (masalan, Jang va Kim, 2018). Bizning ishlab chiqilgan tadqiqot modelimiz to'rtta mustaqil o'zgaruvchidan iborat:

- (1) soxta yangiliklar bo'yicha faol tuzatish harakati (bundan buyon "AC"),
- (2) soxta yangiliklar bo'yicha passiv tuzatish harakati (bundan keyin "PC"),
- (3) yangiliklarni bir zumda almashish. xabardorlikni yaratish (bundan buyon "INS") va

- (4) onlayn almashishdan oldin yangiliklarni autentifikatsiya qilish (bundan keyin "AN"). Ikki bog'liq o'zgaruvchilar vaqt yo'qligi sababli soxta yangiliklarni ("LT" bundan keyin) va dindorlik ("SR" bundan keyin) tufayli soxta yangiliklarni almashishmoqda. Model yosh va jinsni nazorat qiladi.

Uchinchi shaxs ta'siri (TPE) gipotezasi. Ommaviy axborot vositalarining ko'payishi bizni juda ko'p ommaviy axborot vositalarining bizga va xatti-harakatlarimizga ta'siri haqida o'ylashga olib keldi. Davison (1983) tomonidan taklif qilingan TPE gipotezasi shuni tushuntiradiki, bunday xabarlar qabul qiluvchilar bu xabarlar o'zlaridan ko'ra boshqalarga ko'proq ta'sir qilishiga

ishonishadi. Boshqacha qilib aytganda, TPE odamlarning ommaviy axborot vositalaridagi xabarlarining ta'sirini baholashga harakat qilganda sezadigan o'z-o'zidan boshqa farqiga asoslanadi. Nazariyani uning ikkita xulosasi orqali tushunish mumkin.

Birinchi natija idrok etish komponenti, TPPdan kelib chiqadi, bunda odamlar ijtimoiy jihatdan istalmagan va salbiy media xabarlarini o'zlaridan ko'ra boshqalarga ko'proq ta'sir qilishini idrok etadilar. Bu nuqtai nazar, odamlar qimor o'yinlari, pornografiya va alkogol reklamalari kabi ijtimoiy nomaqbul kontentning boshqalarga ta'sirini ortiqcha baholaganliklarini aniqlagan asosiy tadqiqotlar tomonidan qo'llab-quvvatlanadi (masalan, Rojas va boshq., 2012). Xyuston va boshqalar. (2011) fikrli va noxolis sharhlar bilan yangiliklar uchun TPP yuqoriroq ekanligini ta'kidlaydi. Shunday qilib, oldingi adabiyotlar ommaviy axborot vositalaridagi xabarlarining ijtimoiy maqbulligi TPEda asosiy e'tibor ekanligini va nomaqbul xabarlar boshqalarga yomon ta'sir qilishini aniq ko'rsatmoqda. TPE ning TPP qismi ham oldingi tadqiqotlarda o'z-o'ziga xizmat qilish yoki o'z-o'zini rivojlantirish tarafdori sifatida tushuntirilgan (Gunther va Mundy, 1993). Ya'ni, odamlar boshqalarga qaraganda salbiy tarkibga kamroq moyil ekanligini ko'rsatib, o'zlarining yuqori qiyofasini loyihalashga moyildirlar. Shu bilan birga, ular ijtimoiy ma'qul bo'lgan ommaviy axborot vositalari xabarlarini ko'proq qabul qilishlarini ko'rsatishga harakat qilishadi.

Ijtimoiy masofa natijasi deb nomlanuvchi TPEning **ikkinchi natijasi** ijtimoiy masofa tushunchasi orqali izohlanadi (Cohen va boshq., 1988). Xulosaga ko'ra, odamlar o'zlaridan ijtimoiy masofada bo'lganlar, eng yaqinlariga qaraganda, salbiy ommaviy axborot vositalarining xabarlariga ko'proq ta'sir qilishini his qilishadi. Ushbu ijtimoiy masofa ma'lum jihatlardagi pastlikni, geografik masofani, psixologik atributlarni, maqomdagi farqni yoki boshqa ijtimoiy-demografik farqlarni anglatishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1.J.P. Abel, C.L. Buff, S.A. Burr Social media and the fear of missing out: scale development and assessment (2016)

2.Y. Azemi, W. Ozuem, K.E. Howell, G. Lancaster An exploration into the practice of online service failure and recovery strategies in the Balkans J. Bus. Res. (2019),

3.M. Barnidge, H. Rojas Hostile media perceptions, presumed media influence, and political talk: expanding the corrective action hypothesis Int. J. Publ. Opin. Res. (2014),

4.Y. Cheng, Z.F. Chen The influence of presumed fake news influence: examining public support for corporate corrective response, media literacy interventions, and governmental regulation Mass Commun. Soc. (2020), pp. 1-25

5.S. Chung, S. Il Moon Is the third-person effect real? A critical examination of rationales, testing methods, and previous findings of the third-person effect on censorship attitudes Hum. Commun. Res. (2016),

6.M. Chung, G.J. Munno, B. Moritz Triggering participation: exploring the effects of third-person and hostile media perceptions on online participation Comput. Hum. Behav. (2015),

7.J. Cohen, D. Mutz, V. Price, A. Gunther Perceived impact of defamation: an experiment on third-person effects Publ. Opin. Q. (1988),

8.J. Creswell Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches Research Design (2013)

TA'LIM TIZIMIDA ZO'RAVONLIK TASAVVURLARINING NAMOYON BO'LISHI

Sa'dullaeva Moxinur

Urganch Pedagogika instituti o'qituvchisi

Ta'lim tizimidagi zo'rvonlik holatlarining oldini olish masalasi butun dunyoda ham juda dolzarbdir. Birlashgan Millatlar tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, dunyodagi har o'ninchi maktab o'quvchisi maktabda zo'rvonlikka duchor bo'ladi va bu ko'rsatkich har yili o'sib boradi (2006 yilda bolalarga nisbatan zo'rvonlik to'g'risida Jahon hisoboti) [1].

Bolalikda odamga nisbatan zo'rvonlik izsiz o'tishi mumkin emas va bo'lmaydi. Bolaligida har qanday turdagi zo'rvonlikka duchor bo'lgan bola, xuddi shunday shafqatsiz bo'lib o'sishi ehtimoli ko'proq. Sovet pedagogikasining klassikasi Anton Makarenko, qamchilashga asoslangan hokimiyat bolalarning yolg'onlari va odamlarning qo'rqqoligini keltirib chiqaradi va shu bilan birga bolada shafqatsizlikni keltirib chiqaradi, deb ta'kidlaydi. "Tiqilib qolgan va irodasiz bolalardan keyin shilimshiq, befoyda odamlar yoki zolimlar chiqadi" [2, 167-bet].

Rossiyada har yili 14-24 yoshdagi yoshlarning o'rtacha 30 foizi qandaydir tarzda zo'rvonlikka duchor bo'ladi [3]. O'smirlar va yoshlarga nisbatan zo'rvonlik holatlarining beshdan bir qismi ta'lim tizimida sodir bo'ladi. 2010 – yildan beri Rossiya Federatsiyasining barcha ta'sis korxonalarida faoliyat yuritib kelayotgan bolalar ishonch telefoni statistikasiga ko'ra, so'nggi besh yil ichida bolaga nisbatan zo'rvonlik masalasi bo'yicha murojaatlar soni 3,5 baravar oshdi (2010 – yilda -4330 murojaat; 2014 – yilda -15556; ulardan: oilada 1800 va 6498, oiladan tashqarida 843 va 2113, tengdoshlari orasida 1463 va 5955) [4].

Aksariyat odamlar uchun maktab yillari-bu hayot uchun faqat yorqin xotiralar qoladigan vaqt. Biroq, hamma uchun emas. biz ba'zida bolalar qandaydir tarzda tengdoshlaridan sezilarli darajada ajralib turadigan umumiy massa bilan birlasha olmaydiganlar bilan shafqatsiz bo'lishlari mumkinligini unutmaymiz. Haqorat, xo'rlik, janjal, bezorilik, afsuski, bugungi kunda maktabda yashash haqiqatidir. Maktabdagi zo'rvonlik muammosi tobora dolzarb bo'lib bormoqda. Adolat uchun shuni ta'kidlash kerakki, bu muammo to'satdan paydo bo'lmadi. Shunday qilib, ushbu muammoga bag'ishlangan birinchi ishlar yigirmanchi asrning boshlarida paydo bo'ldi. Bugungi kunda u sayyoramizning barcha burchaklarida o'rganilmoqda.

Butun dunyodagi psixologlar, o'qituvchilar, yozuvchilar, olimlar maktabdagi zo'rvonlik muammosiga alohida e'tibor berishadi. "Zo'rvonlik" tushunchasi hamma joyda qo'llaniladi, ammo ilmiy hamjamiyatda bu atama aniq talqin qilinmaydi. Psixologlar buni har qanday maqsadga erishish uchun ta'sir qilish (jismoniy yoki aqliy) deb ta'riflaydilar. Jismoniy zo'rvonlik-bu o'quvchiga

jismoniy kuchni tom ma'noda qo'llash. Ruhiiy zo'ravonlikni shunchalik aniq ta'riflash mumkin emas, lekin ruhiy zo'ravonlikning shakllari, albatta: qadr-qimmatni haqorat qilish va kamsitish, o'quvchilarga, ularning ota-onalariga va oila a'zolariga tahdid qilish, o'quvchini qasddan jismoniy yoki ijtimoiy izolyatsiya qilish, uni boykot qilish. bolani, o'spirinni ruhiy muvozanatdan chiqaradigan tizimli, hech narsaga asoslanmagan tanqid, o'quvchiga nisbatan salbiy munosabat, bolani yoki uning ota-onasini shantaj qilish, kattalarga yolg'on gapirish va va'dalarini bajarmaslik, sinf yoki o'quvchilar guruhini bolaga qarshi qasddan o'rnatish, talabaga yoshga mos kelmaydigan talablarni taqdim etish (ko'pincha o'qituvchining bunday xatti-harakati bolani tanqid qilish), bola noto'g'ri javob berishdan qo'rqqanida, bolada xato qo'rquvini shakllantirish.

Yigirmanchi asrning oxirida ta'lim muhitidagi zo'ravonlik holatini aniqroq aks ettiradigan maxsus atama paydo bo'ldi — bezorilik (maktab bezoriligi). Bezorilik-bu jismoniy yoki psixologik, bir kishi yoki guruh tomonidan amalga oshiriladigan va ma'lum bir vaziyatda o'zini himoya qila olmaydigan odamga qarshi qaratilgan uzoq muddatli zo'ravonlik. Bezorilik muammosi uzoq vaqtdan beri turli xil bilim sohalari olimlari, xususan mualliflar tomonidan ishlab chiqilgan: Agoga S. M., Kasatkin V. N., Simonatova T. P., Manelis N. G., Medvedovskaya T. A., Mitkin A. S., Straxov M. yu., Tubelskiy A. N., Tarasov T. A., Achitayeva I. B., Vishnevskaya V. I., kon I. S., Kutuzova D. A., Strelbitskaya A. A., Faynshteyn E. I. va boshqalar. Olimlarning tadqiqotlari natijalariga ko'ra, bezorilik jabrlanuvchini muvozanatni yo'qotadigan va salbiy ta'sirlardan himoya qila olmaydigan holatga keltiradigan murakkab muammodir. Bezorilik turli shakllarda bo'lishi mumkin: haqorat, tovlamachilik, mulkka zarar etkazish, jismoniy zo'ravonlik, mish-mishlar, tahdidlar va boshqalar. Va texnologiyaning rivojlanishi bilan bezorilikning yangi shakllari paydo bo'ladi, masalan, elektron xabarlar orqali kiberhujum.

Jismoniy zo'ravonlik jabrlanuvchini itarish, tepish, mushtlash, hujum qilish yoki urishni o'z ichiga oladi. Bezorilik jismoniy zo'ravonlik shaklida tez-tez ko'rinmaydi. Psixologik (hissiy) bezorilik keng tarqalgan bo'lib, u og'zaki kamsitish, nafratlanish, ism-sharif, rad etish, izolyatsiya ("boykot") va yolg'on g'iybatlarning tarqalishi sifatida namoyon bo'ladi. Bunday zo'ravonlik jismoniy zo'ravonlikdan ham ko'proq shikastlidir.

Bu harakatlarning barchasi jabrlanuvchini kamsitishga olib keladi va huquqbuzarga zavq bag'ishlaydi. Zo'ravonlik tsikli to'xtamaydi, faqat kuchayadi, bu tashqi aralashuv zarurligini yana bir bor isbotlaydi. Bezorilik kelajakda jiddiy psixologik muammolarga olib keladigan hodisa sifatida qaraladi. Undan aziyat chekkan odamlar xavotirga tushishadi, o'z-o'zini hurmat qilish darajasi pasayadi. Shu sababli, maktab sharoitida zo'ravonlikning oldini olish faoliyati juda zarur va dolzarbdir. Muammoni shakllantirish va uning dolzarbligini tan olish bilan bir qatorda, zo'ravonlikning oldini olish mexanizmi to'g'risidagi materiallar tobora ko'proq paydo bo'lmoqda [5, 212-bet], ijtimoiy o'qituvchining rolga alohida e'tibor qaratilmoqda [6; 321, 9-betlar, 374-bet].

XULOSA. Bola inson qadr-qimmatini hurmat qilish, ta'lim muassasasi xodimlarining o'ziga nisbatan hurmatli munosabati huquqiga ega. U o'z shaxsiyatiga ega bo'lish huquqiga ega, boshqa o'quvchilarga nisbatan bilim

darajasini yaxshi baholay oladi va yomon xulq-atvor nima ekanligini, iste'dodli yoki yo'qligini va hokazolarni tushunishi mumkin. Ta'lim muassasasida intizomni saqlash o'qituvchilar, talabalar, o'quvchilar o'rtasidagi o'zaro hurmat asosida amalga oshirilishi kerak. Intizomni o'rnatish uchun ruhiy yoki jismoniy zo'ravonlik usullaridan foydalanishga yo'l qo'yilmaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Pinheiro P.S. World Report on Violence Against Children. 2006.
URL:

<http://www.unicef.org/violencestudy/reports.html> (дата обращения: 30.05.2015).

2. Potapova L. V. Coverage of the problems of domestic and family violence //The Russian state and law: historical experience, problems and alternatives of development Materials of the All-Russian correspondence scientific and practical conference, Perm, November 27, 2014 / Perm branch of RANEPА. — Perm: Publishing house "Aborigines", 2014.

3. Sheregi F. E. Violence at school against children and adolescents. 2011.
URL: http://www.socioprognoz.ru/files/File/2012/nasilie_v_shkole.pdf — (accessed: 01/15/2015).

4. Information on the subject of appeals to the children's helpline for the period 2012-2014 / According to the reports provided by the subjects of the Russian Federation. URL: http://www.fonddetyam.ru/detskiy_telefon_doveriya/otchety_o_deyatelnosti_detskogo_telefona_doveriya (accessed 06/27/2015).

5. Romanova E. N. The experience of using violence prevention programs in schools by European countries // Scientific problems of humanitarian research. - 2011. — No. 9. — pp. 212-218.

6. Lukina T. N. The system of work of a school social teacher for the prevention of violence and cruelty // Proceedings of the Smolensk State University. - 2009. — mNo.3. — pp. 321-326.

7. Mozhginsky Yu.B. Aggression of adolescents: emotional and crisis mechanism. St. Petersburg: 2003.

ОСНОВНЫЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ К СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ

*Разакова Р.С-доцент кафедры
УрГУ*

Актуальность исследования. Проводимые широкомасштабные реформы, возрастающая активность общества Республики Узбекистан все больше актуализируют роль брака, семьи в жизни каждого человека.

Как известно, наша история не знает другого, более значимого, фундаментального звена общества, которое вступает одним из действенных социальных институтов обеспечивающий жизненно важные условия для личностного роста и самореализации брачных партнеров, их психической защиты, эмоциональной поддержки и стабилизации, создает благоприятную среду для воспитания и гармоничного развития подрастающего поколения - будущего нашего государства.

Вместе с тем, на сегодняшний день, наблюдается процесс трансформации современной семьи, который сопровождается такими тревожными тенденциями, как увеличением количества разводов, неполных семей, ослаблением воспитательного потенциала, фиксируется ухудшение качества семейных взаимоотношений и удовлетворенности браком, снижение адаптивных возможностей мужчин и женщин.

1. **Анализ литературы по теме (Literature review).** К основным социально-психологическим средствам адаптации личности А.В. Абрамова относит выработку образцов мышления и поведения, которые отражают систему ценностей и норм коллектива, приобретение, закрепление и развитие умений и навыков межличностного общения. Автором констатируется зависимость между условиями жизнедеятельности и способами ее организации, как содержанием явления социально-психологической адаптации, которая вступает процессом превращения объективных общественных форм и условий жизнедеятельности в адекватные индивидуальные, качественно своеобразные способы ее организации [Абрамова А.В. 2011. – 24 с.].

2. Е.В. Вальтеран, к средствам адаптации относит сформированность социально-адекватных способов реализации эмоциональных реакций, а также социально и профессионально значимых средств общения, поведения и деятельности, принятых в обществе и поддерживаемых в нем, в форме которых личность могла бы реализовать свои внутренние тенденции, потребности, склонности, находить себя в социальной среде и самоопределиваться в ней. Выполняемые роли в обществе личностью, регламентированные формы поведения выступают как формы, в которых человек имеет возможность проявить свою личностную сущность. Адаптация личности обеспечивается активной регуляцией собственного поведения и деятельности в процессе взаимодействия с социальной средой и зависит от сформированности волевых, интеллектуальных и моральных средств такой саморегуляции. Саморегуляция поведения и деятельности личности, зависящая от регуляторных действий и способностей, тесно связана с успешностью деятельности и имеет большие индивидуальные отличия. Человек, который имеет в своем распоряжении эффективные и экономные средства регулирования, которые являются устойчивыми может добиться на их основе значительных достижений в самых разных видах деятельности, и наоборот, не достаточно совершенные средства регулирования приведут к общему снижению уровня деятельности [Вальтеран Е.В. 2013. С.16-26].

3. По мнению А.А. Налчаджян, ситуационные реакции опасны, могут нести в себе начало возможного наиболее радикального средства решения кризиса и определяется резкостью снижения способности предсказания и конструирования будущего. Ситуационная реакция, как правило, дезаптивна, ее следствием является неадекватный выбор действия, основой которой вступает предметное несогласие сознания и окружения, что выражается в ошибочных оценках параметров ситуации, неспособности адекватно перерабатывать информацию и строить прогноз. Разным ситуационным

реакциям в разной степени могут характеризоваться подавленным сознательным и волевым контролем поведения, снижением самооценки, толкованием событий как неподвластных вмешательству и пр [Налчаджян А.А. 2010.368 с].

4. Согласно позиции Н.А. Свиридова, важные с точки зрения адаптации личности являются способности саморегуляции, интеллектуальные, моральные и волевые действия, которые проявляются в сфере общения, поведения и деятельности, функционируя в процессе решения зарождающихся перед личностью задач, преодоления трудностей, закрепляются как устойчивые качества личности и входят в структуру характера, определяя личностное своеобразие и индивидуальность [Свиридов Н.А.2002. №1 С.90-95].

5. **Методологическая основа исследовательской работы (Research methodology).** Активное регулирование процесса взаимодействия со средой У.П. Казначеев относит к основе содержания адаптации личности. Так, без регуляторных процессов не может быть адаптации и это верно не только на уровне взаимодействия со средой и саморегуляции поведения человека, но и на уровне становления личности, так как индивид сам регулирует процесс своего отношения, в зависимости от осознания своих реальных возможностей, способностей и пр. Но процесс регуляции и саморегуляции являются самостоятельными социально-психологическими явлениями, а в контексте проблемы адаптации могут быть только средством реализации. Сформированы и хорошо отработанные в процессе жизнотворчества средства адаптации входят в область подсознательных регуляторов поведения, социальных установок, привычек, автоматизированных навыков, причем переход в область подсознания происходит без снижения регулирующей функции. Адаптируясь, индивид производит абсолютно необходимые для его жизнедеятельности стандарты, стереотипы восприятия мышления и поведения. Повторяющиеся условия жизни вызывают у человека адаптивное ослабление осознанности, чем больше у него выработано почти неосознанных, автоматизированных шаблонов поведения применительно к повторяющимся обстоятельствам жизни, тем больше возникает возможностей сконцентрировать все внимание и энергию на решении сложных, творческих проблем, развивать свою индивидуальность [Казначеев У.П.2001.162с].

Выводы (Conclusion). Рассмотрение особенностей процесса адаптации в современных исследованиях показывает, что данное явление в социально-психологическом контексте целесообразно рассматривать как особый и многоаспектный процесс налаживания динамического равновесия, должного взаимодействия личности с окружающим социумом в период осуществления соответствующей деятельности, семейной жизни, которая предоставляет возможность человеку реализовывать важные для него потребности, связанные с ними значимые жизненные цели при поддержании должного психологического здоровья. Кроме того, процесс адаптации характеризуется соответствующими личностными трансформациями и преобразованиями.

При этом главной специфической особенностью данного понимания процесса адаптации раскрывается в направленности адаптивных процессов на сохранение активности социально-психологических систем, целостности, соответствия адаптивных процессов реальному окружающему социуму.

Семейная жизнь человека может рассматриваться с точки зрения систем адаптационных процессов, каждая из которых осуществляется в рамках соответствующей социально-психологической ситуации. При этом она характеризуется не только своим структурным наполнением (критическая, кризисная, ситуативная), но и тем, как воспринимается непосредственно соответствующим человеком. Как правило, в критические периоды жизнедеятельности индивида процесс адаптации может осложняться, т.е. возникают критические ситуации, а поведение становится неадекватным т.е. возникают ситуационные реакции. Данные явления имеют непосредственное отношение к процессам адаптации человека к семейной жизни.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

6. Абрамова А.В. Управление социально-педагогической адаптацией женщин группы социального риска: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Абрамова Алёна Владимировна. - Челябинск, 2011. – 24 с.

7. Вальтеран Е.В. Теоретические основы исследования процесса социальной адаптации студенческой молодежи / Е.В. Вальтеран, В.В. Хван // Оптимизация процесса социальной адаптации студентов к новым условиям жизнедеятельности: теоретические и методические аспекты / Под общ. ред. Е.В. Вальтеран. - М.: ООО «РС дизайн», 2013. - С. 16-26.

8. Налчаджян А.А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии / А.А. Налчаджян. - 2-е издание, переработанное и дополненное. - Москва: Эксмо, 2010. - 368 с.

9. Свиридов Н.А. Адаптационные процессы в среде молодежи // Социологические исследования. 2002. №1. С. 90-95.

10. Казначеев У.П. Современные аспекты адаптации личности / У.П. Казначеев. - М.: Наука, 2001. – 162 с.

PSIXOLOGIK XIZMATDA KASBIY XUSUSIYAT VA FAZILATLARNING TAHLILI

O.K. Odamova
UrDU katta o'qituchisi

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti SH.M. Mirziyoyevning 2017-yil 7-fevraldagi - O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha Harakatlar strategiyasi to'g'risidagi PF-4947-sonli Farmoni, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 20-apreldagi - Oliy ta'lim tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risidagi PQ-2909-sonli Qarorining qabul qilinishi, yoshlarni har tomonlama bilim olishlari, ularda yaratuvchilik imkoniyatlarini kengaytirishga

bo'lgan sharoitlar yanada yaxshilandi. Bu esa proaessor-o'qituvchidan salmoqli darslik, o'quv qo'llanma, uslubiy qo'llanma va maqolalar yozishni talab etadi.

Ushbu maqoladan olingan bilim, ko'nikma va malakalar bo'lajak mutaxassislarda kasbiy muloqotni amalga oshirish, o'z ustida ishlash, kasbiy malaka va ko'nikmalarni shakllantirish uchun asosiy manba hisoblanadi. Maqsad talabalarda o'z kasbiga doir psixologik bilimlarni egallashga, shaxs psixologiyasi, uning faoliyati va muloqoti, psixik taraqqiyot qonuniyatlarini bilishga, shaxsni psixologik metodlar yordamida o'rganish bo'yicha bilim, ko'nikma va malakalarni shakllantirish. Talabalarga jamiyat hayotida psixologik hodisalar, holatlar va jarayonlarning mohiyatini tahlil etishga, insonning shaxs va mutaxassis sifatidagi kamoloti va unga ta'sir ko'rsatuvchi omillar, uning individual psixologik xususiyatlari, emotsional va irodaviy sifatlarini tahlil etishga o'rgatishdan iboratdir. O'zlashtirish jarayonida amalga oshiriladigan masalalar doirasida talaba - psixologik tushunchalarni, voqelik va jamiyatdagi voqea-hodisalarni, shaxsning o'zida kechadigan ijtimoiy-psixologik jarayonlarni, shaxsni psixologik tadqiq qilish usullarini bilishi, psixologik mushohada etish, narsa-hodisalarni ilmiylik va mantiqiylik asosida o'rganish, ilmiy tafakkur va psixologik tassavurning uyg'unligini ta'minlash, mustaqil va zamonaviy fikrlash, o'zining shaxsiy va kasbiy faoliyatida psixologik bilimlarni va qonuniyatlarni qo'llay olish ko'nikmalariga ega bo'lishi nazarda tutiladi.

Maqolani ilmiy-nazariy yoritishda kasbiy faoliyat psixologiyasiga ham bir nazar solishni taqoza etadi. O'z mohiyatiga ko'ra, psixologik xizmat psixologiya fanlari tarkibiga kiradi. Shu nuqtai nazardan qaraganda kasbiy psixologiya o'ziga xos predmet bo'lib, psixologik xizmatning nozik tomonlarini qamrab oladi. Ya'ni bu fan psixologiya sohalarining kesishuvida yuzaga keladi. Psixologiya muayyan shaxs, uning jamiyatdagi xulq-atvori va turli faoliyatlarining o'ziga xos tomonlarini o'rganadi. Bundan ko'rinadiki, har ikkala fanning obekti va subekti shaxs, inson hisoblanadi. Yuqorida ta'kidlab o'tganimizdek, kasbiy psixologiya faoliyat psixologiyasi psixologiya tarkibida yuzaga kelgan bo'lib, aniq faoliyat, ya'ni kasb faoliyatidagi psixologik jihatlarning muhim tomonlarini o'rganishga bag'ishlangan fan hisoblanadi. Kasbiy faoliyat psixologiyasi ilmiy-amaliy fan bo'lib, umumiy psixologiyaning qonuniyatlarini o'rganadi va bu fanning samaradorligini oshirish uchun tavsiyalar ishlab chiqadi. Kasbiy faoliyat psixologiyasi fani kasb doirasidagi munosabatlar, odamlarning psixik faoliyatini boshqarish mexanizmlari va qonuniyatlarini o'rganuvchi fandır. Bunda kasb egalarining psixologik asoslarini o'rganish maqsad qilib qo'yilgan. Kasbiy faoliyat psixologiyasi fanining maqsadi-kasb egalari faoliyatining taraqqiyot qonuniyatlari, turli toifadagi shaxslar bilan o'zaro munosabatlar jarayonida psixologik bilimlardan foydalana olish ko'nikma va malakalarini shakllantirishdan iboratdir. Shu ma'noda, kasbiy faoliyat psixologiyasi fanining metodologik asosini O'zbekiston Respublikasi Prezidentining asarlari, faylasuf-allomalarning kasb psixologiyasi faniga oid g'oya va nazariyalari hamda hukumat qonunlari, va buyruq va ko'rsatmalari tashkil etadi.

Professiografiya - bu kasb tomomnidan insonga qo'yiladigan talablar nuqtai nazaridan kasblar va ularni tabaqalashtiradigan ixtisoslar tavsifidir. Muayyan

ixtisos-kasb yoki ular guruhi tomonidan insonga qo'yiladigan talablar sisitemasining tavsiflash va asoslash professiografiyaning natijasini hal qiladi. Professiogrammada muhim xislatlari borgan sari birmuncha ortib borishini hisobga olgan holda psixologning quyidagi xislatlarini ko'rsatib berishi lozim:

Psixologning shaxsiy xislatlari - Bolalarni yaxshi korishi, ularni sevishi, amaliy-psixologik aql-farosatlilik, mehnatsevarlik, jamoat ishlarida faollik, mehribonlik, kamtarlik, odamiylik, dilkashlik, uddaburonlik, mustahkam xarakterga ega bo'lish, o'z bilimini oshirishga intilish. **Psixologning kasbiga xos hislatlari** - milliy qayta qurish mafkurasi bilan mustaqil davlat mafkurasini tushunishi, zamonaviy maktabda olib boriladigan oquv-tarbiya jarayonida umuminsoniy boyliklar, milliy an'analar va urf-odatlarining ahamiyatini tushunishi, o'qituvchining kuzatuvchanligi, o'z diqqat-e'tiborini taqsimlay olishi, pedagogik fantaziya (hayo'l)ning rivojlanishi, o'ziga tanqidiy munosabatda bolishi, o'zini qo'lga ola bilishi, o'zini tuta bilishi, pedagogik fakt, nutqning emotsional ifodalanishi. **Psixologning kasbiga xos bilimi**- ta'lim va tarbiya jarayoni mohiyati bilan uning maqsad va vazifalarini tushunishi, psixologiya asoslari, yosh psixologiyasi va pedagogik psixologiya asoslarini bilishi, etnopsixologik bilimlarni egallashi, hozirgi zamon pedagogikasi asoslarini bilishi, hozirgi zamon pedagogikasining metodologik asoslarini egallanganligi, maktab yoshida bolalarning psixologik-pedagogik xususiyatlarini tushunishi, o'z fanini chuqur bilishi, o'quvchilarga tarbiyaviy ta'sir etishning samaradorligini bilishi, ota-onalar va jamoatchilik bilan olib boriladigan tarbiyaviy ishlarning mazmunini bilishi. **Psixologning shaxsiy - pedagogik uddaburonligi** - dars mashg'ulotlari uchun zarur materiallarni tanlay bilishi, o'quvchilarning bilish faoliyatini boshqara olishi, ta'lim va tarbiya jarayonida o'quvchilar ongining taraqqiy etib borishini istiqbolli ravishda rejalashtira olishi, pedagogik vazifalarni shakllantirish va tarbiyaviy ishlarni rejalashtirishni bilishi, bolalar jamoasiga rahbarlik qilishda o'z faoliyatini rejalashtirishni bilishi, o'quv massadlarini rejalashtira olishi, o'quvchining talim-tarbiya ishlariga tayyorlanish tizimini rejalashtira olishi. **Psixologning eng muhim sifati bu kasbiy kompetentsiysidir.** U kasbiy bilim, ko'nikma, malakalarni o'z ichiga oladi. Psixolog har tomonlama o'qitilgan mutaxassis bo'lishi kerak. Shuning uchun uning kasbiy bilimlari nafaqat psixologiya bilimlarini, balki falsafa, tarix, pedagogika, madaniyatshunoslik, huquq, iqtisod, filologiya, sotsiologiya, matematika va informatika, zamonaviy tabiatshunoslik tushunchalari sohasidagi ma'lum bir bilimlarni ham o'z ichiga oladi. Xulosa qilib aytganda kasbiy mahorat psixologning amaliy faoliyati muvaffaqiyatini, psixologik bilimlarni o'z vazifalarini bajarishda qo'llash, aniq harakatlar, psixologik texnikalar, qobiliyatini belgilaydi. Kasbiy ko'nikmalar - bu yaxshi tasdiqlangan, osonlikcha va ishonchli bajariladigan professional harakatlar, bu psixologga ishni samarali bajarishga imkon beradi. Tajriba qancha ko'p bo'lsa, mutaxassis shuncha kasbiy mahoratga ega bo'ladi. Kasbiy vakolat xususiyatlariga bir qator professional imkoniyatlar, professional faoliyat vositalari, texnikasi va texnologiyalarini mukammal egallash, kasbning xususiyati va fazilatlarini belgilaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. E. G'oziyev. Psixologiya. Darslik. "O'qituvchi" nashriyot-matbaa ijodiy uyi. Toshkent. – 2008 yil.
2. F.I. Xaydarov N.I. Xalilova "Umumiy psixologiya" Darslik T. 2010 yil
3. Z.T.Nishanova,G.K.Alimova.Psixologik xizmat. Psixikorreksiya. Darslik. Toshkent. 2019 yil.OOO"AKTIV PRINT.bosmaxonasida chop etilgan.435 bet.
- 4.M.S.Tovbayeva. "Umumiy psixodiagnostika".O'quv qo'llanma. Samarqand 2023 yil. SamDU nashriyoti.174 bet.
- 5.R.R. Saylaubekovna. et al. The Essence of the Concept of Family Life in Modern Psychology //Excellencia: International Multi- disciplinary Journal of Education (2994-9521). – 2024. – T. 2. – №. 1. – C. 339-342.
- 6.R.S.Razakova, Narimonovna.Y.I. Bog 'cha yoshidagi bolalarda xotiraning rivojlanishi //Journal of Science-Innovative Research in Uzbekistan. – 2024. – T. 2. – №. 2. – C. 196-201.

OILAVIY KONFLIKTLAR VA ULARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Otanazarova Muhayyo

Toshkent amaliy fanlar universiteti o'qituvchisi

Kirish. Oiladagi nizolar nizolarning eng keng tarqalgan shakllaridan biridir. Mutaxassislarning fikricha, oilalarning 80-85 foizi nizolarni boshdan kechiradi, qolganlarida esa turli sabablarga ko'ra janjal kelib chiqadi.Oilaviy munosabatlarning o'ziga xosligi nafaqat oiladagi nizolarning paydo bo'lishi va borishining o'ziga xosligini belgilaydi, balki uning barcha a'zolarining ijtimoiy va ruhiy salomatligiga ham alohida ta'sir ko'rsatadi.Oilaviy nizolar - bu qarama-qarshi motivlar va qarashlar to'qnashuvi asosida oila a'zolari o'rtasidagi qarama-qarshilik.

Mojaro turmush o'rtoqlar uchun ba'zi qiyin muammolar tufayli yuzaga keladi. Nizolar oila rivojlanishining turli bosqichlariga xosdir. Nikohning roli oilaning shakllanishi davrida, er-xotinlar endigina bir-biriga moslasha boshlaganlarida eng katta ahamiyatga ega. Aynan shu bosqichda ziddiyatli vaziyatlarni hal qilish yo'llari va vositalarini aniqlash muhim ahamiyatga ega. Oila rivojlanishining birinchi bosqichida qadriyatlar tizimi shakllantirilib, oilaviy mikromadaniyat shakllanganda bo'sh vaqt funksiyasi muhim rol o'ynaydi. Bolaning tug'ilishi bilan hal qilishni talab qiladigan yangi muammolar paydo bo'ladi va iqtisodiy, maishiy va ta'lim funktsiyalari ayniqsa muhimdir. Farzandlar o'sib ulg'aygan va turmush o'rtoqlar nafaqaga chiqqanda, oilaviy munosabatlar o'zgaradi va nizo boshqa asosga ega bo'ladi. Psixologiya konfliktlarning asosiy turlarini aniqladi. Turmush o'rtoqlarning o'z vazifalarini bajarishga qodir emasligi yoki istamasligi bilan bog'liq nizolar mavjud. Baxtli hayot uchun har bir turmush o'rtog'i o'z foydalarining bir qismini qurbon qilishi va kuch va vaqtning muhim qismini oilaviy uyni yaratish va saqlashga sarflashi shart. Biroq, har bir turmush qurgan er-xotin kundalik oilaviy hayot sinoviga dosh bera olmaydi. Oilaviy hayotning dastlabki davrida umumiy ehtiyojlar, qiziqishlar, qarashlar, didlar va

odatlarni yaratish uchun qiyin davr boshlanadi. Nikohning mustahkamligi va oilaviy munosabatlarni yanada rivojlantirish uchun qulay muhitni yaratish ko'p jihatdan yosh turmush o'rtoqlarning moslashishga, yangi rollarni o'zlashtirishga, o'zaro tushunish va hurmat muhitini yaratishga bog'liq.

Nizolarning asosiy guruhiga tashqi muhitning salbiy ta'siri bilan bog'liq bo'lgan nizolar kiradi, bu esa moliyaviy, uy-joy va boshqa sharoitlarning yomonlashishiga olib keladi. Ushbu to'qnashuvlarning ba'zilari turmush o'rtoqlarning o'zgaruvchan turmush sharoitlariga moslasha olmasligi yoki xohlamasligi bilan bog'liq, ba'zilari esa bunday moslashish uchun ob'ektiv imkoniyatlarning yo'qligi bilan bog'liq.

Muhokama va natijalar: Oilada kelishmovchiliklar bo'ladi va bu tabiiy. Zero, individual ruhiy tafovutlar, hayot tajribasi teng bo'lmagan, dunyoqarashi, qiziqishlari turlicha bo'lgan erkak va ayol birgalikda yashash uchun birlashadilar; keyinchalik kattalar va bolalar - uch avlod vakillari oilaviy munosabatlar orbitasiga kiritildi. Dam olish yoki ta'tilni qayerda o'tkazish, o'g'lingiz yoki qizingizni qaysi oliy o'quv yurtiga o'qishga kiritish kabi turli masalalarda qarama-qarshi fikrlar bo'lishi mumkin. Mojaro, qoida tariqasida, bitta emas, balki sabablar majmuasi bilan yuzaga keladi, ular orasida asosiysini juda aniq aniqlash mumkin. Asosiy sababga ko'ra, ya'ni etakchi sababga ko'ra yuzaga keladigan oilaviy nizolarning quyidagi guruhlarini ajratish mumkin: -o'z qadr-qimmatini va ahamiyatiga bo'lgan qondirilmagan ehtiyojga, boshqa sherikning qadr-qimmatini buzishga asoslangan;

-turmush o'rtoqlardan birining yoki ikkalasining jinsiy ehtiyojlaridan noroziligiga asoslangan; -turmush o'rtoqlardan birining yoki ikkalasining ijobiy his-tuyg'ularga bo'lgan ehtiyojlarini qoniqtirmaslik manbai sifatida; -turmush o'rtoqlardan birining spirtli ichimliklar, qimor o'yinlari yoki giyohvand moddalarga qaramligi sababli; -turmush o'rtoqlardan birining ortiqcha ehtiyojlaridan kelib chiqadigan moliyaviy kelishmovchiliklar tufayli; -turmush o'rtoqlarning oziq-ovqat, kiyim-kechakga bo'lgan ehtiyojlarini qondirish, uy-joyni obodonlashtirish asosida, shuningdek, turmush o'rtoqlardan birining shaxsiy ehtiyojlari uchun xarajatlar; -dam olish va hordiq chiqarish uchun turli ehtiyojlarga asoslangan. -oiladagi axborot jarayonlarining buzilishi aloqa muammosi va aloqa to'sig'ining mavjudligini o'z ichiga oladi. -muloqot muammosining rivojlanishi uning ta'siri ostida yuzaga keladigan va oilaning psixologik travmatik xususiyatlariga olib keladigan jarayonlar to'plamidir.

Albatta, bu tasnif oilaviy nizolarning barcha turlarini qamrab olmaydi, lekin asosiylarini tizimlashtirishga imkon beradi.

Agar biz oilaviy nizolarning sabablari haqida batafsil gapiradigan bo'lsak, ular juda ko'p holatlarni ifodalaydi, xususan:

✓ fon sabablari (oilada a'zolarining qiymat farqlariga ta'sir qiluvchi ijtimoiy-siyosiy va ijtimoiy-iqtisodiy, oilaning turmush darajasi, uning moddiy va maishiy holati); ijtimoiy-psixologik (oilada byudjetini taqsimlash, tartibga solish bilan bog'liq rollararo ziddiyatlar); axloqiy va psixologik (xiyonat, yolg'on, ikki tomonlama standart holatlari); individual psixologik (salomatlikdagi farqlar, jinsiy va psixologik kasalliklar).

Shunday qilib, oilaviy muammo - bu oila muayyan qaror qabul qilishi kerak bo'lgan vaziyat va bu qarorni qabul qilish oila uchun sezilarli qiyinchilikka duch keladi. Yuqorida aytilganlarning barchasi oilaviy nizolarni hal qilish qobiliyati, birinchi navbatda, boshqasiga qadam tashlash, o'z qarashlari va pozitsiyalarini o'zgartirish qobiliyatidir, degan xulosaga kelishimizga imkon beradi. Yuqorida aytilganlarning barchasi oila eng muhim umuminsoniy qadriyat bo'lib, unda odamlar jamoasining yashash sharoitlari yuqori ijtimoiy, tabiiy va ma'naviy maqsadga muvofiqligi haqida xulosa chiqarishga imkon beradi. Oila - bu insoniyatning butun mavjudligi davomida shakllangan turmush tarzi. Oila jamiyatning butun ijtimoiy tuzilmasi faoliyatining eng muhim sharti bo'lib, u ijtimoiy rivojlanish jarayonlariga ta'sir qilish uchun kuchli potentsialni o'z ichiga oladi. Ikki kishi o'zaro aloqada bo'lganda, ularning ehtiyojlari va maqsadlari ziddiyatga olib kelishi mumkin. Odamlar o'z manfaatlarini ko'zlaganlarida ko'plab ijtimoiy muammolar yuzaga keladi. Hozirgi kunda ajralishlar soni ortib bormoqda; bu davlat miqyosidagi muammo bo'lib uni oldini olish, ajrimlar sonini qisqartirish bo'yicha keng ko'lamda ishlar olib borilmoqda. Insonning jamiyatdagi faoliyati, mavqei, rivojlanishi uning oilaviy muhitiga bog'liqdir.

Oilamizning tinch totuv bo'lishi, o'zaro xurmat, tushunish, muhabbat bizni asosiy ehtiyojimizdir. Oiladagi ahillikni ko'rib katta bo'lgan, tarbiyasiga alohida etibor berilib ulg'aygan farzandlar erta ulg'aygach o'zi uchun chiroyli muhitli oila yarata oladi va jamiyat taraqqiyotiga o'zining hissasini faol tarzda qo'shadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. E.G'oziyev, M.Xolmuhammedov, X.Ibrohimov. Psixologiya metodologiyasi. T: "Sharq", 2002-123 b
2. Oilani o'rganish psixodiagnostika metodikalari. Tuzuvchilar: N.A.Sog'inov, F.G'. Habibullaev.- T,:1996,-38b.
3. Shoumarov Sh.B., Shoumarov G'.B. Muhabbat va oilaviy hayot.-T:-Ibn Sino, 1996.-96b
4. Xotirani takomillashuviga ta'sir qiluvchi omillar M.Otanazarova - Science and Education, 2023
5. www.kitob.uz
6. www.ziyonet.uz

CHET ELLIK TALABALARNING O'ZBEKISTON TA'LIM TIZIMIGA IJTIMOY-PSIXOLOGIK INTEGRATSIYALASHUVINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLAR

Nazarova Manzura Mustafu qizi
Buxoro davlat universiteti tayanch doktoranti

Sir emaski, bugun zamon shiddat bilan rivojlanayotgan bir paytda mamlakatlar o'rtasida har tomonlama hamkorlik aloqalari kuchayib boryapti. Iqtisodiy, siyosiy, ijtimoiy, ayniqsa, ta'lim sohasidagi hamkorlikda qilinayotgan tadbirlarni alohida ta'kidlash lozim. Bugun ko'pchilik o'zbekistonlik talabalar

xorijda o'qishni havas qilishadi. Shu bilan birga xorijdan O'zbekistonga kelib tahsil olayotgan talabalar ham ko'pchilikni tashkil qiladi. Xo'sh, xorijlik talabalarning O'zbekiston ta'lim tizimiga moslashishining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari nimalardan iborat?

Chet ellik talabalarning moslashuv sifatiga mezbon tomonning siyosiy, iqtisodiy, ijtimoiy-madaniy, psixologik xususiyatlari, oilaviy vaziyatlar, yaqin qarindoshlar va tanishlarni qo'llab-quvvatlash kabi tushunchalar, shuningdek, xorijlik talabalarning individual-psixologik xususiyatlari, kommunikatsiya texnikasi, yangi madaniy muhitga moslashish qobiliyati hamda lingvistikasi, ya'ni og'zaki va yozma nutqi, qabul qiluvchi mamlakat tilini bilish darajasi ta'sir ko'rsatadi [Bierwiazzonek K., Waldzus S.2016, 767-817S]. Shaxsning moslashuvchanlik, bag'rikenglik va boshqalarga qiziqish kabi xususiyatlari, o'rganish qobiliyati hamda istagi bilan birga uning yangi madaniy muhitga ijtimoiy-psixologik moslashishi uchun kalit hisoblanadi. Talabaning vatani va u ta'lim olishni rejalashtirgan mamlakat o'rtasidagi madaniy masofa darajasi uning moslashish jarayoniga jiddiy ta'sir qiladi. Talabalar shaharchasida talabaning turmush darajasi muhim ahamiyatga ega. Xalqaro talabalarning moslashish muvaffaqiyatiga statik va dinamik omillar ta'sir ko'rsatadi. Statik omillar deganda, o'zgartirib bo'lmaydigan jarayonlar tushuniladi. Masalan, mamlakatlar o'rtasidagi madaniy masofa yoki ma'lum bir mamlakatda turmush darajasi kabi jarayonlarni bunga misol qilish mumkin. Dinamik omillar birinchi navbatda xalqaro talabalarning moslashuvchanligini rivojlantiradigan tadbirlarni rejalashtirishda e'tiborga olinishi kerak bo'lgan omillar. Bularga misol qilib, muloqot qobiliyatlari, talabalarning madaniyatlararo kompetensiyasi, maqsadli ta'sir kabi moslashuv muvaffaqiyatining oshishiga sabab bo'luvchi jarayonlarni aytish mumkin [Chebotareva E.J. 2011. 6-11S].

Statistikaga qaraganda, har yili qariyb 250 ming amerikalik talabalar xorijda tahsil olish istagini bildirar ekan. Bu talabalarning maqsadi nafaqat chet el oliygothlarida bilim olish, balki, o'zga xalqlar bilan yaqindan tanishish, ularning hayoti, tili va madaniyatini o'rganishdir. Shuni ta'kidlash kerakki, chet ellik talabaning universitetda bo'lishining dastlabki kunlarida unga qabul qiluvchi mamlakatning madaniy me'yorlari yetkazilishi kerak, shunda talaba o'z xatti-harakatlarini to'g'rilashi va shu bilan madaniy shokni yengishi osonroq bo'ladi. Universitet va shahar muhitiga integratsiyalashuvning birinchi bosqichida ijobiy koping strategiyalari, madaniy shokni yengish usullari, madaniyatlararo aloqa bo'yicha psixologik treninglar o'tkazish orqali chet ellik talabalarning boshqa muhitga, boshqa ta'lim tizimiga moslashish salohiyatini oshirish, boshqa madaniyat doirasida o'zaro aloqada yanada samarali bo'lish va etnik stereotiplarni yengishga imkon beradigan ko'nikmalarni shakllantirish mumkin. Trening madaniyatlararo qo'llab-quvvatlash tizimining eng muhim qismidir. Psixologik treningda madaniyatlararo o'zaro ta'sir sharoitida talaba faoliyati samaradorligini oshirish maqsadida unga turli psixologik xizmatlar ko'rsatiladi. Psixologik treningda ish guruhlarda va har bir xorijlik talaba bilan individual ravishda moslashuv dasturi konsolidatsiyasiga muvofiq olib borilishi kerak. Ma'lum bir mamlakatda yashash tajribasiga ega bo'lgan universitet o'qituvchisi yoki mahalliy

madaniyat vakili talabaga qiyin vaziyatlarda yordam berishi mumkin. Madaniyatlararo ijtimoiy-psixologik aloqa bo'yicha treningning uchta asosiy maqsadi mavjud:

- Chet ellik talabalarni ayni paytda o'zlari yashab turgan mamlakat haqida, atrof-muhit to'g'risida qanday fikrda ekanliklarini o'rganish. Muayyan muhitda yashashning qulay bo'lishi o'quv maqsadiga erishishga yordam beradi.

- Talabalar to'g'ridan-to'g'ri shaxslararo munosabatlar materialida madaniyatlararo farqlar bilan tanishishlari kerak, bu talaba o'zi uchun begona madaniyat doirasida duch kelishi mumkin bo'lgan yangi vaziyatlarni o'rganishni, shuningdek, olingan bilimlarni uzatish imkonini beradi.

- Psixologik-treningning yana bir maqsadi xalqaro talabalarni amalga oshirilmagan umidlarni, ko'ngilsiz vaziyatlarni va madaniy shokning salbiy oqibatlarini yengishga o'rgatishdir.

Ushbu psixologik treninglarning bosh maqsadi "qabul qiluvchi madaniyat vakillari qanday fikrda bo'lsa, chet ellik talabalarni ham shunday fikrlashga o'rgatish"dir. Shunday qilib, chet ellik talabalarni yangi madaniy muhitga, O'zbekiston ta'lim tizimiga moslashtirish uchun universitet va jamiyat muhitiga integratsiyalashuvi jarayonining madaniyatlararo aloqa bo'yicha psixologik treningning tavsiya etilgan tarkibiy qismlari:

- ❖ Chet ellik talabaning ehtiyojlari, o'ziga xos xususiyatlari haqida ma'lumot to'plash. Bunda talabaning oldingi o'rganish tajribasi, uning motivatsiyasi, qiziqishlari, talablari, xobbisi, sevimli mashg'ulotlari to'g'risidagi informatsiyalar muhim ahamiyatga ega. Baholash uchun ko'pincha anketalar va har biri bilan individual suhbatlar qo'llaniladi. O'quv dasturining mazmuni ko'p jihatdan aniqlangan ehtiyojlarga bog'liq.

- ❖ Madaniyatlararo aloqa jarayonining nazariy masalalarini, masalan, madaniyat va uning tarkibiy qismlari, milliy madaniyat modellari, madaniyatlararo aloqa tushunchalari, madaniy shok, etnik-madaniy stereotiplar ko'rib chiqilishi talab etiladi.

- ❖ Chet ellik talabalarga ta'lim mamlakati tarixi, madaniyati, geografiyasi, siyosati, mamlakatning biznes xususiyatlari va ijtimoiy an'analari, kundalik hayoti haqida qo'shimcha ma'lumot olishlari uchun o'ziga xos informatsiyalarni taqdim etish.

- ❖ Chet ellik talabalarni universitet, unda ta'lim olish xususiyatlari va ijtimoiy hayoti haqida, ma'lum bir urf-odatlar, me'yorlar va qoidalari to'g'risida xabardor qilish. Bunda O'zbekistonda ta'lim tizimi qanday jarayon, bilim, ko'nikma va malakalarni nazorat qilish tuzilishi, kampus logistikasi qanday, universitet resurslari nima va ulardan qanday foydalanish, nizolarni hal qilishning qanday usullari qabul qilinganligi kabi ma'lumotlar berilishi kerak.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, chet ellik talabalarda yuqori sifatli madaniyatlararo aloqa uchun zarur ko'nikmalarni shakllantirishda, ularning O'zbekiston ta'lim tizimiga ijtimoiy-psixologik moslashishi uchun ko'maklashishda psixologik treningning tarkibiy qismlari doirasida adaptatsiya jarayoni uchun juda samarali bo'lgan juda ko'p sonli tadbir formatlarini qo'llash, flesh-moblar, ekskursiyalar, milliy madaniyat festivallari muhim rol o'ynaydi. Bu

kabi tadbirlar norasmiy, jonli muloqotga hissa qo'shadigan muhit bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Bierwiazzonek K., Waldzus S. Socio-Cultural Factors as Antecedents of Cross-Cultural Adaptation in Expatriates, International Students, and Migrants: // Journal of Cross-Cultural Psychology. 2016. Vol. 47. № 6. P. 767—817.

2. Chebotareva E.J. Intercultural adaptation to Russia of students from Asia, Africa, Latin America and the Middle East // Вестник. 2011. № 3.

3. Khukhlayev O.E., Gritsenko V.V., Tkachenko N.V. Development and adaptation of the methodology "Integrative questionnaire of intercultural competence. Psychology. Journal of the Higher School of Economics. 2020.

OILAVIY HAYOTDA TOLERANTLIKNING MUHIM AHAMIYATI

Sultanmurodova Zilola Shuhrat qizi
Urganch davlat universiteti magistranti

Hozirgi davr hayotidagi muhim bo'g'inlaridan biri bu, albatta, oila hisoblanadi. Oila har bir davlatning, millatning eng ajralmas asosiy qismi hisoblanadi. Oilaning davlat tarafidan muhim ahamiyatga egaligini Muhtaram yurtboshimiz Shavkat Mirziyoyev o'zining har bir nutqida oilaviy hayotni mustahkamlash har birimizning eng birlamchi burchimiz ekanligini ta'kidlashidanoq bilib olishimiz mumkin. Misol uchun, Prezidentimiz SH. Mirziyoyevning 2022 – 2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning Taraqqiyot Strategiyasida ham bag'rikenglik g'oyalariga keng yo'l ochilgan. Buning yorqin namunasi sifatida ushbu loyihaning 74 - maqsadini ko'rsatishimiz mumkin. Ya'ni bu maqsadda bag'rikenglik va millatlararo totuvlikni ta'minlash borasida bir qator ishlar amalga oshirish mo'ljallangan.

Bizning yurtimizda aslida bu g'oyalar ancha oldindan paydo bo'lganligini yevropalik kartograf Kresres 1375 – yili tuzgan Osiyo qitasining katologida Issiqko'ldagi Avliyo Matfeyga bag'ishlangan xristian cherkovi topilgan edi. Bu shuni ko'rsatadiki, bizning yurtimizda avvaldan yani Qadim o'tmishdanoq boshqa insonlarning qadryatlariga qarashlariga, turmush tarziga hurmat bilan munosabatta bo'lishgan.

Tolerantlik aslida ham shuni anglatadi. Ya'ni chidab bo'lmas darajadagi munosabatlarga ham, o'zingizning qarashlaringizga to'g'ri kelmaydigan, sizning turmush tarzishingizga yot bo'lgan munosabatlarda murosa qilishni anglatadi. Oila mustahkamligi uchun ham aynan shunday murosalar eng muhimi hisoblanadi. Aynan tolerantlikni biz sabrlik, har qanday harakatlarga, munosabatlarga murosa qilish deyishimiz bilan birga xatto johiliy harakatlarni ham jim turib tomosha qilish yokida bunga e'tiborsizday davom etish degani emas.

Bugungi kunda dunyo hamjamiyatida eng katta e'tibor qaratilayotgan glaballashuv jarayonida dunyo yetakchilari tomonidan ko'p bora tilga olinayotgan va shunga munosib tarzda muhim hisoblangan mafkuralardan biri ham aynan tolerantlik ekanligi bejiz emas. Hattoki 2000- yilning sentyabr oyida BMT ning Ming yillik sammitida mamalakatlar rahbarlari insoniyat oldida turgan va insoniyat

uchun muhim bo'lgan sivilizatsiyani himoya qilish va uni bo'lajak avlodga yanada mukammal holatda yetkazish uchun kechiktrmay hal etilishi lozim bo'lgan muammaomlarni sanab o'tishdi. Bu samitta juda muhim bo'lgan va kelajak avlodning manaviyati yuksak, barkamol avlod bo'lib voyaga yetishi uchun juda katta ahamiyatga ega bo'lgan oltita qadriyat sanab o'tildi. Bular; erkinlik, tenglik, birdamlik, ma'suliyat, tabiatga hurmat bilan munosabatta bo'lish va albatta tolerantlik qadriyatlaridir. Shundan ham bu qadriyatning biz uchun kelajak avlod uchun qanchalik muhim ahamiyat kasb etishini bilishimiz mumkin. Tolerantlikning eng muhim qadriyatlardan biri ekanligini tushunib yetgan holda dunyo hamjamiyati 1995 -yilda "Tolerantlik tamoyillari deklaratsiyasi" ni qabul qildi. Hattoki 2008- yilda Yevropa Bag'rikenglik va Kelishuv Kengashi bag'rikenglik sohasidagi Yevropa mukofotini joriy etti.

Dunyo hamjamiyatida tolerantlik – bag'rikenglik g'oyasiga shunchalik katta e'tibor qaratilayotgan ekan bizning yurtimizda bunga qanday munosabatta bo'linyapti? Shuni ta'kidlash joizki, bizning bosh qomusimiz hisoblangan konstitutsiyamizning 31 – moddasida "Hamma uchun vijdon erkinligi kafolatlanadi. Har bir inson xohlagan dinga e'tiqod qilish yoki hech qaysi dinga e'tiqod qilmaslik huquqiga ega. Diniy qarashlarni majburan singdirishga yo'l qo'yilmaydi "qonuni kiritilgan. Shundan ko'rinadiki bag'rikenglik tushunchasining na qadar ahamiyatga molik darajada ekanligini bilsak bo'ladi, bundan tashqari muhtaram Prizidentimizning oxirgi chiqqan kitobi bo'lmish "Yangi O'zbekiston taraqqiyoti strategiyasi" ning 74- maqsadida Jamiyatta millatlararo totuvlik va dinlararo bag'rikenglik muhitini mustahkamlash bo'limi mavjud. Bunda tolerantlikka – bag'rikenglikka asoslangan millatlararo muomila madaniyatini yuksaltirish borasida ko'plab muhim fikrlar, g'oyalar, mulohazalar ilgari surilgan. Bu kitobida muhtaram Prizidentimiz shuni ta'kidlab o'tadilarki bu g'oya bizda bugun yoki kecha paydo bo'lib qolgani yo'q balki uzoq tarixiy o'tmishga borib taqalishini chiroyli qilib tushuntirib beradilar. Chunki haqiqattan ham bu fikrlar bizda Abu Rayhon Beruniy, Abu Ali Ibn Sino asarlarida yaqqol ko'rinadi. masalan Abu Rayhon Beruniyning "Qadimgi xalqlardan qolgan yodgorliklar" asarida bag'rikenglik g'oyalariga keng to'xtalib bu g'oyaning ahamiyati ayniqsa oilada qanchalik ahamiyatga ega ekanligini juda samarali yo'llar bilan tushuntirib beradi. Haqiqattan ham oilada tolerantlikning o'rni juda katta ahamiyatga ega hisoblanadi. Chunki jamiyat oilalardan tashkil topganligi tufayli bo'lajak jamiyat yurituvchilari, jamiyat a'zolari oilada tashkil topadi. Aynan shuning uchun ham oilada bu kabi muhim va qadrlig' g'oyalarni shakllantirish muhim hisoblanadi. Avvalo oilada ota tarafidan bo'ladigan bag'rikenglik, ona tarafidan bo'ladigan bag'rikenglik, so'ngra farzandlar tarafidan bo'ladigan bag'rikenglik g'oyalariga to'xtalib o'tishimiz lozim bo'ladi. Oila ustuni ota bo'lganligi uchun ham farzand eng avvalo ilk namunalarini otadan oladi. Masalan ota tarafidan millat ayirish (u boshqa millat vakili u bilan o'ynama, uning millatdoshlari bizning ko'pgina vatandoshlarimizni o'ldirishgan shuning uchun u bilan do'st bo'lma qabilidagi), farzandlar o'rtasidagi tengsizlik (akang sendan katta shuning uchun u seni urishga haqqi bor, ukang erka o'sgan shuning uchun uni aytganini qilishimiz kerak), gender tafovutni doimiy eslatish (ayollarning ko'chaga chiqishi, bilim olishi, dugonalari bilan aylanishi mumkin

emas, ayollarning erkak kishi bilan muloqat qilishi mumkin emas, ayollar erkaklardek ishlay olishmaydi, ayollardan rahbar xodimlar chiqmaydi) kabi notolerant g'oyalarni ilgari surish oilada tarbiya topayotgan farzand tarbiyasiga yomon tasir ko'rsatishi mumkin bo'ladi.

Yoki bo'lmasa ona tarafidan ilgari suriladigan shunday notolerant g'oyalar ham bo'lishi mumkin. Onalarda ham farzand tarbiyasida yo'l qo'yiladigan xatolar bo'lishi mumkin. Masalan, ona tomonidan o'z farzandiga yuqori baho berish (boshqalar sendan bir pog'ona pastda turishadi), keragidan ortiq beriladigan e'tibor (uning uchun ona o'zidan voz kechishi).

Bunday xatolar bolaning bag'rikenglik g'oyalaridan yiroqda bo'lgan holda ulg'ayishiga sabab bo'ladi.

Masalan, otaning millat ayirish borasidagi qarashlari oqibatida bolada kelajakda aynan shu millatga nisbatan nafrat tuyg'ularini shakllanishiga sabab bo'ladi. Bu orqali millatchilik kabi g'oyalarning yoyilishiga sabab bo'lishi mumkin. Hozirgi kunda ayniqsa bu g'oyalar yoyilib butun dunyo uchun xavf solmoqda. Farzandlar o'rtasida kattaning kichikdan ayirish esa kattaga nisbatan kuchning birlashtirilishi bolada kuchlilar doim yutishadi, kuchlilarga nisbatan ishonch yuqori bo'ladi degan g'oyalarning shakllanishiga sabab bo'ladi. Shu kabilar tolerantlik g'oyalarining yo'qolishiga, jamiyatning ham oilaning ham tinchligiga xavf soladi. Shuning uchun ham tolerantlik g'oyalarining shakllanishiga, keng yoyilishiga imkon qadar shart – sharoit yaratish lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. “O‘zbekistonda millatlararo munosabatlar va tolerantlik”-Rahbarxon Murtazayeva.Toshkent.
2. Abdurahmanoza.Z.E. Yoshlarda milliy birlik tuyg'usi shakllanishining ijtimoiy – psixologik xususiyatlari. Psixologiya fanlari nomzodi ilmiy darajasini olish uchun yozilgan dissertatsiyasi. –T.: 2006. – 129 b.
3. Abidova Z.A. «Tibbiyot hodimlarida tolerantlikni shakllantirishni ijtimoiy – psixologik mexanizmlari», 19.00.05 – Ijtimoiy psixologiya. Etnopsixologiya (psixologiya fanlari). ps.f.b.f.d. ilmiy darajasini olish uchun yozilgan dissertatsiyasi. – T., 2018.
4. Асмолов А.Г. На пути к толерантному сознанию. – М.: Смысл, 2000. – 255 с.
5. Бардиер Г. Л. Социальная психология толерантности. Автореф. дисс. д. психол.н. – СПб.: 2007., – 45 стр.
6. Дяченко М.И. Кандыбович Л.А. Психологический словарь – справочник. – Минск.: Харвест, 2007. – 576с
7. Karimova E. Tolerantlik va hozirgi zamon. // J. Falsafa va huquq. – T., 2008. – №3. – B.51.

OILANI O'RGANISHNING PSIXOLOGIK METODLARI

Boyqulova Mohinur

Milliy universiteti Jizzax filiali o'qituvchisi

Husenova Mohinabonu Qudrat qizi

Milliy universiteti Jizzax filiali o'qituvchisi

Oila va nikoh masalalarini o'rganish bir tomondan oson, jo'nga o'xshasa, ikkinchi tomondan, o'ta murakkab va nozikdir. Bu holat oila psixologiyasi bo'yicha o'tkaziladigan tadqiqotlarning o'ziga xos metodologik jihatlarini ajratishni taqozo etadi. Avvalo, bu o'rinda oila va nikoh tushunchalarining o'ziga ilmiy ta'rif berish lozim. Eski falsafiy lug'atlarda "Oila – bu jamiyatning yacheykasi (kichik ijtimoiy guruh), er-xotinlik hamda otaonalik munosabatlarini tiklash orqali shaxsiy turmush tarzini tashkil etishning muayyan ko'rinishi, ya'ni, bir yerda umumiy ho'jalik yuritadigan er va xotin, otaonalar va farzandlar, aka-ukalar va opa-singillar hamda boshqa qarindoshlarning birgalikda yashashini ifodalovchi muhim bo'g'in" deb ta'rif berilgan. Bu kabi ta'riflardan oilaning 4 ta muhim tavsifi kelib chiqadi:

Oila – jamiyatning bo'g'ini (kichik ijtimoiy guruh);

Oila – shaxsiy yashash tarzini tashkil etish shakli;

Oila – er-xotinlarning birlashuvi;

Oila – er-xotinlarning boshqa yaqin qarindosh: ota-onalari, aka-ukalari, opa-singillari, momolar va bobolar, farzandlar va ularning farzandlari bilan ko'pqirrali munosabatlar o'rnatish imkoniyati.

Oilaviy psixologiyaning tadqiqot metodlari ila psixologiyasining asosiy metodlariga quyidagilar kiradi:

Kuzatish metodi. Oilaviy munosabatlarni kuzatish deb oilaviy va turmush vaziyatlarida odamlarning tashqi xulq-atvorini idrok etish va muntazam qayd etib borishga bog'liq faoliyatga aytiladi. Odatda tadqiqot o'tkazayotgan psixologning kuzatayotganligini oila a'zolari bilmasliklari, sezmasliklari kerak. Kuzatuv natijalarini qayd etish aniq ko'rgan-kechirganlarni qanday bo'lsa shundayligicha yozib borish yoki esda saqlab qolib, keyin hech bir sub'ektiv xulosa yoki tahlilsiz daftariga belgilab borish tarzida kechadi. – Konkret vaziyatlarni tahlil qilish metodi. Oila muhitida yoki hayotiy sharoitlarda ro'y bergan voqea-hodisalarni qayd etish unga kompleks yondashuvni talab etadi. Bunda o'rganayotgan shaxs testlar o'tkazishi, oila a'zolarining biografik ma'lumotlarini tahlil etishi yoki aniq maqsadli so'rov o'tkazishi mumkin.

So'rov metodi. Odatda psixolog bir xonadonga kirib, hammada birdan so'rov o'tkaza olmaydi, u kim bilan, qachon va qanday maqsadda so'rov o'tkazishi lozimligini aniq bilishi va oldindan tanlovni belgilab qo'ygan bo'lishi lozim. Odamlar tanlab olingach, so'rovnoma kiritilgan har bir savolning ifodalanishiga e'tiborni qaraatish lozim. Chunki bir shaxsga juda oson va aniqday tuyulgan savol boshqa bir shaxs uchun qiyin, noqulay, mavhum bo'lib tuyulishi mumkin. Masalan, savolning mazmunini tushunishda uyda o'tirgan beka bilan oila a'zosi bo'lgan pedagog ayol o'rtasida farq bo'lishi mumkin. So'rov odatda bevosita yuzma-yuz ko'rishib o'tkazilishi, telefon orqali yoki pochta orqali yuborilgan

yozma savolnoma tarzida o'tkazilishi mumkin. Oila psixologiyasida so'rovnoma tarqatish orqali odamlarning fikrlari, munosabatlarini aniqlash keng tarqalgan.

Eksperiment. Ushbu usul yordamida bir omil ta'sirining boshqa bir omil yoki holatning kelib chiqishiga turtki bo'lishini aniqlash mumkin. Odatda oilaviy munosabatlar dinamikasini o'rganishda, u yoki bu hodisalar yoki omillar o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlashda eksperiment usulidan foydalaniladi. Bunda bir necha xonadon eksperimental, ya'ni sinov o'tkazilayotgan guruh hisoblansa, boshqalari nazorat guruhi sifatida saqlanadi, eksperimentdan so'ng, olingan natijalar ikkala guruh misolida qiyoslanadi. Chunki bunday taqqoslash o'tkazilmasa, eksperiment o'tkazilgan guruhdagi o'zgarishlarning salmog'ini qayd etish mushkul bo'ladi. Respublika "Oila" ilmiy-amaliy markazi olimlari 2006 yilda mamlakatimizning ayrim xududlarida tanlab olingan guruhlarda o'ziga xos eksperiment o'tkazishgan: mahallada "Oila universitetlari" yoki "Ota-onalar universitetlari" tashkil etib, eksperiment oldidan universitet tinglovchilarining qator masalalarda oilaviy ustanovkalarini qayd etganlar, so'ngra aniq dastur asosida 6 oy mobaynida mashg'ulotlar, davra suhbatlari, ma'rifiy tadbirlardan so'ng yana o'sha so'rovnoma orqali ular fikrlari o'rganilib, natijalari monitoring qilinganda, targ'ibot-tashviqot ishlarining samaradorligi qayd etilgan. Bu ham o'ziga xos eksperiment bo'lib, muayyan maqsad va natijani ko'zlaydi. – Statistik metodlar. Matematik statistikaning qator usullari empirik izlanishlar davomida qo'lga kiritilgan ma'lumotlarning qay darajada ilmiy jihatdan asoslanganligini isbotlash maqsadida qo'llaniladi. Ayniqsa, bir hodisa yoki holatning boshqa bir holat yoki hodisaning oqibati, sababi ekanligini isbot etish uchun statistik metodlarni qo'llash barcha tadqiqotlarning talablaridan biridir. Masalan, oila a'zolarining biror qadriyatlarga nisbatan munosabatlarida yaqinlik, o'xshashlik borligini isbotlash uchun korelyatsion metodlardan foydalaniladi. Oilaviy hayot psixologiyasi, shunday qilib, insonlarning qanday qilib o'zaro qovushishlari, birgalikda yaxshi niyat bilan oila – ro'zg'or yuritishlari, bahamjihatlikda hayot kechirishlarini o'rganuvchi fan tarmog'idir. Har bir oila konkret davr, vaqt, zamon va makonda mavjud bo'lganligi sababli, u avlodlararo bog'liqlik, ma'naviy meros, milliy an'analar, urf-odatlar va rasm-rusmlarni saqlovchi noyob inosniy uyushmadir. SHu institut bo'lgani sababli, har bir millat, elat va xalqlarning noyob udumlari asrlar osha saqlanib kelmoqda. Umuman, nikoh deb atalmish qadriyatning mavjudligi va unga avlodlarning e'tiqod qilishi ham oilaning muhim vazifasidir.

Tadqiqotlarda eng muhim metodologik tamoyil shundan iborat bo'ladiki, oilani o'rganayotgan shaxs uni oddiy oila a'zolari yig'indisi sifatida emas, balki barcha oila a'zolari o'rtasida murakkab va serqirra munosabatlar tizimi mavjudligini, ular har bir a'zoning berajak javoblarida aks etishini unutmaslik kerak. Ya'ni, oila va undagi munosabatlar hamisha tashqi psixologik ta'siri komida bo'ladi. Unga kichik ijtimoiy guruh sifatida qarash esa, kichik guruhga xos bo'lgan deyarli barcha ijtimoiy-psixologik qonuniyatlarning borligi va ular har bir oila a'zosining maqomini belgilashini inobatga olishni taqozo etadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. V. M. Karimova “Oila psixologiyasi ” darslik Toshkent- 2007
2. Sperry L. Family Assessment: Contemporary and Cutting-Edge Strategies. Taylor & Francis, 2012. 359 p.
3. Шарафитдинов, Абдулла, and Мохинур Бойкулова. "Формирование эмоционально-эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста." *Информатика и инженерные технологии* 1.1 (2023): 342-345.
4. Бойкулова, Мохинур, and Гозал Одилова. "Исследование проблем формирования лидерства зарубежными психологами." *Информатика и инженерные технологии* 1.1 (2023): 410-413.
5. Buribaevich, Murotmusaev Komiljon, Abduakhadova Mehribonu, and Boykulova Mokhinur. "The Influence of Parents on The Leadership of Children in The Family-As A Psychological Factor in Parenting." *Eurasian Journal of Humanities and Social Sciences* 5 (2022): 122-128.

OILA PSIXOLOGIK TADQIQOT BIRLIGI SIFATIDA

Axmatjonova Xurshida Komiljon qizi
Milliy universiteti Jizzax filiali o‘qituvchisi
Boyqulova Mohinur
Milliy universiteti Jizzax filiali o‘qituvchisi

Oila – ijtimoiy institutlarning eng qadimgisidir. Insoniyat boshidan kechirgan tarixiy davrlarning qanchalik turfa va murakkab bo‘lishiga qaramay, ayniqsa, XIX va XX asrlarda ro‘y bergan buyuk o‘zgarishlar va islohotlarga dosh bera olgan ushbu maskan o‘z tizimi, tarkibi va jamiyat oldida turgan majburiyatlarini bajarishi nuqtai nazaridan sog‘ omon saqlanib qolgan tuzilmadir. Oilani insonlar tashkil etgani va undagi hayot-mamotni ular o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlar tashkil qilishini hisobga oladigan bo‘lsak, uni sof psixologik jarayonlar maskani ham deb atash mumkin. Oila – jamiyatning ajralmas bo‘lagi. Biror bir xalq, millat yoki jamiyat yo‘qki, u o‘zining rivojlanish tarixida va taraqqiyot istiqbolini belgilashda oila va uning atrofidagi muammolarni, qadriyatlarini inobatga olmagan bo‘lsa. Har qanday istiqbol oilaning manfaatlaridan ayro tasavvur qilinmaydi. Zero, har bir inson uchun oila – bu umrning boshlanishi, barcha narsalarning muqaddimasidir. Qolaversa, har bir inson o‘z baxti va saodatini eng avvalo oilasi bilan bog‘laydi, ya’ni, o‘z uyi, oilasida baxtli bo‘lgan insongina o‘zini to‘laqonli bahtiyor his etadi.

Oila inson uchun muqaddas maskan, kishilik jamiyatining ijtimoiy poydevoridir. Oilaviy turmushning asosiy maqsadi - bu farzand ko‘rish orqali aholini qayta tiklash, avlodlar bilan ajdodlar vorisligi va davomiyligini hamda yer yuzida insoniyat tarixiy taraqqiyotini ta’minlashdan iboratdir. Darhaqiqat, oila - har bir shaxsda ilk yoshligidan boshlab shakllanadigan insoniy fazilatlar, ezgu-istaklar, qadriyatlar takomil topadigan, ming yillar davomida shakllangan o‘zbek xalqining qadriyatlari va ma’naviy merosi ravnag‘ini ta’minlovchi tarbiya maskanidir. Ota-onalar munosabatlarda namoyon bo‘luvchi o‘zaro hurmat, mehr-

oqibat, halollik, poklik, mehnatsevarlik, insonparvarlik kabi oliy toifadagi qadriyatlar ularning o‘zaro munosabatlarida uyg‘unlasha borib, oilada o‘zaro munosabatlar maromini vujudga keltiradi. Oiladagi ushbu ijtimoiy jarayon yosh avlodning moddiy olam, ijtimoiy turmush haqidagi tasavvurlari, nuqtai nazarlari, tushunchalari, dunyoqarashlari va sharqona odob- axloq qoidalari va ularga amaliyotda rioya etishning to‘g‘ri yo‘l-yo‘riqlarini ko‘rsatadi. Yosh avlodning ma‘naviy qiyofasi, ularning xatti-harakati, xulq-atvori dastlab oilaviy munosabat madaniyatida shakllanadi.

Tarixiy ma‘lumotlarning guvohlik berishicha, oilaviy munosabatlar madaniyati sharq xalqlarida juda qadimdan rivojlangan ijtimoiy voqelik ekanligini ko‘rsatadi. Qadimgi xalqlardan qolgan asori-atiqalarda, muqaddas diniy manbalarda, o‘zbek xalqining og‘zaki ijodi durdonalarida, sharqning buyuk mutafakkirlarining asarlarida sharq xalqlari, xususan o‘zbek xalqiga xos oilaviy shaxslararo munosabatlarda namoyon bo‘ladigan odob-axloq qoidalari, meyorlari, insoniy fazilatlar ifodasi to‘g‘risida qimmatli ma‘lumotlarni uchratish mumkin. Manbalarda oilasiz insoniy hayotni tasavvur qilib bo‘lmaslik, barkamol farzand tarbiyasi, undagi er-xotin va o‘zaro munosabatlar madaniyati, baxtli va farovon turmush kechirish yo‘llari, hayotiy misollar yordami bilan hikmatlar va nasihatlar ko‘rinishida bayon etilgan. Oilaviy turmush bilan jamiyat taraqqiyotining doimiy mushtarakligi tufayli jamiyat taraqqiyotining barcha davrlarida ham oilaviy muammolar uning ilg‘or vakillari diqqat-e’tiborida bo‘lgan. Oilaviy hayot jamiyat taraqqiyotida va farzandlarning kamolotida uchun shu qadar muhimki, xuddi shu bois uni biror soniya ham diqqat-e’tibordan chetda qoldirib bo‘lmaydi.

Sharqda qadim-qadimdan oila muqaddas Vatan sanalgan. Agar oila sog‘lom va mustahkam bo‘lsa, mahallada tinchlik va hamjihatlikka erishiladi. Binobarin, mahalla, yurt mustahkam bo‘lsagina, davlatda osoyishtalik va barqarorlik hukm suradi. Ko‘rinib turibdiki, oilaviy hayot masalalari hozirgi davr fani tadqiqot yo‘nalishining ustuvor sohalaridan biriga aylanib bormoqda. Respublikamizda "Oila" ilmiy-amaliy markazining tashkil etilishi hamda hukumat tomonidan "Oila kodeksi" qabul qilinishi bugungi kunda oilalarning mustahkam va barqarorligini saqlash uchun qilinayotgan muhim amaliy ishlardan hisoblanadi. Afsuski, oila-nikoh munosabatlarining hozirgi davrga kelib zaiflashib borayotganligi dunyoning deyarli ko‘pchilik mamlakatlarida: Amerika Qo‘shma shtatlari, Angliya, Fransiya, Germaniya, Boltiq bo‘yi davlatlari, Rossiya va boshqa qator davlatlarda yaqqol namoyon bo‘lmoqda o‘zbek oilalari hayotida oila-nikoh munosabatlarining zaiflashuvi va uning buzilishlari yuqorida qayd etilgan davlatlardagiga qaraganda ancha kam bo‘lsa-da, afsuski ajralishning asoratlari oila a‘zolari va qarindosh-urug‘lar o‘rtasida nihoyatda ayanchli oqibatlar, noxush holat va hodisalar keltirib chiqarayotganligi kuzatilmoqda. Demak, oilalarning buzilishi va uning oqibatida yuzaga keladigan turli xildagi asoratlar ijtimoiy psixologiya va etnopsixologiya fanlarining tadqiqot predmeti sifatida keng o‘rganishni taqozo etadi.

O‘zbekiston psixologlari tomonidan o‘zbek oilalariga xos muammolarni o‘rganish yuzasidan bir qator muvaffaqiyatli ilmiy izlanishlar olib borilgan. Ana shu ilmiy ishlarda oila-nikoh munosabatlari, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash, o‘zbek oilalaridagi milliy o‘ziga xoslik, undagi nizolar va ularni keltirib

chiqaruvchi muhim sabablar, ajralishlar va ularning salbiy asoratlari kabi birqator masalalar har tomonlama o'rganilib tahlil qilingan. Biroq, yuqoridagi ilmiy izlanishlarda oila barqarorligiga shaxslararo munosabatlar ta'sirining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari maxsus tadqiqot predmeti sifatida o'rganilmagan. Aslida oilaviy turmushda yuzaga keladigan muammolar, hatto oilaning buzilishi va uning salbiy asoratlari, hamma-hammasi undagi shaxslararo munosabatlar ta'sirining natijasi ekanligini hech qachon unutmasligimiz kerak. Bundan kelib chiqadigan xulosa shundan iboratki, oila barqarorligi, baxtli va farovon turmush kechirish, albatta, shaxslararo munosabatlar ta'sirining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari bilan uzviy bog'liq bo'lganligi tufayli, aynan shu muammo yuzasidan ilmiy tadqiqot ishlarini olib borishni taqozo etadi.

Oila barqarorligiga shaxslararo munosabatlar ta'sirining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini milliy-madaniy sharoitda o'rganishdan iboratdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. V. M. Karimova "Oila psixologiyasi " darslik Toshkent- 2007
2. Oila psixologiyasi: Akad. litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma / G. B. Shoumarov, I. O. Haydarov, N. A. Sog'inov va boshq.; G. B. Shoumarovning tahriri ostida; O'zbekiston Respublikasi oliy va o'rta-maxsus ta'lim vazirligi, O'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi markazi. — T.: «Sharq», 2008.
3. Шарафитдинов, Абдулла, and Мохинур Бойкулова. "Формирование эмоционально-эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста." *Информатика и инженерные технологии* 1.1 (2023): 342-345.
4. Бойкулова, Мохинур, and Гозал Одилова. "Исследование проблем формирования лидерства зарубежными психологами." *Информатика и инженерные технологии* 1.1 (2023): 410-413.
5. Buribaevich, Murotmusaev Komiljon, Abduakhadova Mehribonu, and Boykulova Mokhinur. "The Influence of Parents on The Leadership of Children in The Family-As A Psychological Factor in Parenting." *Eurasian Journal of Humanities and Social Sciences* 5 (2022): 122-128.

OILA MUSTAHKAMLIGIDA QAYNONA VA KELINNING ROLI

Aqnazarova Ozoda Ro'zmatovna
Ma'mun universiteti talabasi

O'zbekistonda oilani rivojlantirishga global darajada Birlashgan Millatlar Tashkilotining Barqaror taraqqiyot maqsadlari doirasida, shuningdek, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020 yil 18 fevral kuni qabul qilingan "Jamiyatda ijtimoiy-ma'naviy muhitni sog'lomlashtirish, mahalla institutini yanada qo'llabquvvatlash hamda oila va xotin-qizlar bilan ishlash tizimini yangi darajaga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Farmoni mamlakatda oilaga e'tibor, oilalar mustahkamligini ta'minlash orqali har bir insonning baxtli hayot kechirishini ta'minlashga qaratilgan davlat siyosati darajasida ekanligini ko'rish mumkin.

Ushbu maqolada o'zbek oilalarida qaynona va kelin munosabatlarining ahamiyati, qaynona va kelin vazifalari, ular o'rtasidagi kelishmovchiliklarning sabablari kabi masalalar o'rin olgan. Oilada ayniqsa o'zbek oilalarida, oila munosabatlarida qaynona va kelinning roli katta ahamiyatga ega. O'zbek oilalarida qaynonalarimizning ham kelinlarimizning ham o'ziga hos vazifalari bo'lib, bular oiladagi ichki tartinbi saqlashda, kelishmovchiliklarni oldini olishdek muhim va buyuk ishlardandir.

Bunda, qaynona onajonlarimizning vazifalari bu tom ma'noda boshqa joyda o'sib-unib o'sha joyning havosiga, muhitiga o'rgangan nozik nihollarimizni yan'kim, yosh kelinchaklarimizni qaytadan tarbiyalayman deb emas, ularni olgan tarbiyasini qayta o'zimmiki bilan oshiraman, to'ldiraman, kelinimni bilganlarini yanada oshiraman va mustahkamlayman degan munosabatda bo'lishi lozim. Qaynonajonlarning yana bir muhim vazifalaridan biri kelinining aybimi, qilib qo'ygan xatosinimi yo qaynotaga, yo o'g'liga, yoki bo'lmasa kuyovning ukasi singlisigami aytib yomonlamasdan, shu vaqtning o'zida kelinga tushuntirib, o'rgatib borsa kelishmovchiliklar kam bo'ladi. Shunda qayinsingil va kelin, kuyov va kelin o'rtasidagi nizolarni ham oldini olgan bo'lishadi.

Kelinchaklarimizning muhim vazifalaridan biri esa qaynonasini o'z onasi o'rnida qabul qilib, har bir gapni o'ziga olavermasdan, eriga har qanday maydachuyda gaplarni ham aytavermasdan, onasiga yokida dugonasiga uyning ichki sirlarini aytavermasdan, sabir qanoatli, shirin so'z bo'lishi ham muhimdir. Meni o'zim bilaman, onam hamma narsani o'rgatgan, qaynonamni maslahatlarini menga keragi yo'q deb emas balki, siz mendan ko'p narsa bilasiz sizni o'rgatganlaringiz men uchu muhim deb yashashu lozim.

Shayx Muhammad Sodiq Muhammad Yusuf ta'kidlaganidek; "Qaynота va qaynona kuyovga ham, kelinga ham ota-ona o'rnida bo'ladi va ularning hurmatini joyiga qo'yish hamda roziligini olishi vojibdir. Islom dini ota-ona kim bo'lishidan qat'i nazar, ularni hurmat-ehtirom qilishga buyuradi. Dunyoda islomchalik otaonaning hurmatini yuqori qo'ygan boshqa biror ta'limot, tuzum yo'qdir" [3:155].

O'zbek oilasi va oilaviy munosabatlarida qaynona va kelin munosabatlari alohida ahamiyatga ega hisoblanadi. Qaynonaning o'zbek oilasida o'ziga xos vazifalari mavjud bo'lib, uning asosiy xususiyatlari oiladagi ichki tartib-intizomni saqlash, o'zaro munosabatlarni shakllantirish, kelinni "tarbiyalash" ga qaratilgan, desak mubolag'a bo'lmaydi [1: 116-117].

Oiladagi ma'naviy muhit yaxshiligi sabablaridan biri qaynona-kelin bir biri bilan inoqligi, ahilligi, totuvlikidir. Oilaning "Ma'naviy nosog'lom"ligining sabablari esa qo'pol munosabatlar, nizolar, janjallar, turli kelishmovchiliklardadir.

Ko'pgina oilaviy nizolar, kelishmovchiliklar urush-janjallarning asl negizini olib qaraydigan bo'lsak, qaynonalarimiz o'gillarini yangi kelinchakdan rashk qilib qizg'anishidan kelib chiqmoqda desak mubolag'a qilmagan bo'lamiz. Avvalo qaynonalar o'g'illarini uylantirishdan oldin bu vaziyatga kiyovdan ham ko'ra o'zlarini tayyorlashlari lozim desak xato qilmaymiz. Qaynonalar uyimga bitta begona keldi dep emas, qizlarim yana bittaga ko'paydi yoki menga qiz farzand keldi, avlodimning davomchisi, shirin nabiralarimga chiroyli va mehribon ona

bo'ladi deb qarashligi lozim. Shu joyda aytib o'tishimiz joizki oilada nizolar bo'lmasligi, ayollarimiz o'z bilarmon bo'lib ketmasligi uchun "Erkaklar" ya'nikim erlarimiz o'z vazifalarini to'liq bajarishi, oilada eng muhim qarorni qabul qilish qobilyatlarini yo'qotmasliklari kerak.

Hozirgi kunning dolzab muammolaridan biri ham shu bo'lsa kerak. Erkaklarimiz ko'p narsalarga qo'l siltab qo'yishmoqda. Ey o'zing bilasan demasdan bu uyda meni aytganim bo'ladi desa qaynona va kelinlarimiz ham o'ziga kelib qoladi.

Yana bu nizolarning yechimi ham kuyovlarimizning qo'lida desak to'g'ri bo'ladi. Qaynonalarimiz nega ko'p hollarda o'g'lini rashk qiladi, o'g'illari uylanish bilan o'zgarib qoladi g'yoki, katta bo'lishadi. Birdaniga onadan uzoqlashishadi, ko'proq xotinlari bilan bo'lib qolishadi. Bu noto'g'ri, shunda kelinlarimiz qaynonalar nazdida o'g'lini o'zlaridan uzoqlashtirgan va gap o'rgatgan degan tana dashnomlarga qolib ketadilar. Tarozi ikki pallasini teng ushlab va eng to'g'ri qarorni chiqirish ham nizolarni oldini olishda muhim vositadir

Ko'pgina kelinlarimiz esa, to'ydan keyin erlarini oila a'zolaridan, ukasi yoki singillaridan ajratishga harakat qilishadi. Bu juda noto'g'ri hattoki, eng katta gunohdir. Aytishadiku "qaytar dunyo" dep. Kelinlarimiz hech qachon etni tirnoqdan ajratishga harakat qilmanglar. Bu bora bora eringizni sizdan ko'ngli qolishiga va sizdan uzoqlashishiga olib keladi.

Yana bir oilaviy munosabatlarda kelinlarimizning kamchiliklaridan biri bu, kelinlarimizning onalari tomonidan oilaning ichki ishlariga aralashishlari va kuyovlariga doimiy taziq o'tkazishlaridir. Bu umuman notog'ri. Avvalambor aqilli ayol hech qachon ichki sirlarni, nizolarni uyiga tashimasligi va onasini oilasigaa nohaq aralashishiga yo'l qo'ymasligi kerak.

Qaynona kelin munosabatlari xususida so'z yuritar ekanmiz Faxr-ul Banot Sibg'atullox qizining "Oila saboqlari" nomli asaridagi quyidagi so'zlar e'tiborimizni tortdi: "Qaynona deb aytilganda kelinlarning, kelinlardan so'z chiqqanda qaynonalarning yuzlarida bir sovuqlik ta'siri taassufki, har uyda ko'rinmoqdadir", degan so'zlari bugungi kunda ham ba'zi qaynona va kelinlarning yuz ifodasini tasvirlaganday go'yo. Ushbu asarda olim "tarbiya ko'rgan qiz qaynonasini ulug'lab, unga hurmat ila ish qiluvni o'zini bilgan qaynona ham kelinni suyuvni va yaxshi tutivni bilur", deya o'z fikrini bayon etadi.

Xulosa sifatida shuni aytish lozimki, qaynonalar ham kelinlarga o'z farzandi kabi mehrini bersa, hadeb kelinlarining hatti-harakatlaridan ayb izlayvermasdan, maslahatchi Ona sifatida yordamlarini ayamasa, kelinlar ham qaynonalarini o'z onasi o'rnida qabul qilsa biror bir narsa o'rgatganda ho'p bo'ladi dep tursa, oilaviy urushlar, nizolar, ayniqsa og'riqli muammolardan biri bo'lgan ajralishlar soni ham kamroq bo'lar edi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. T.Sodiqova. Mehr qolur. – T.: Mehnat, 1998. – B. 116 b.
2. Shayx Muhammad Sodiq Muhammad Yusuf. Ijtimoiy odob. – Toshkent: Hilol Nashr, 2020. 155 b.

3. Faxr-ul Banot Sibg'atulloq qizi. Oila saboqlari. Toshkent: "Yozuvchi", 1992 yil. 96 b.
4. V.Karimova. Oila psixologiyasi. Toshkent.: 2007.- 316 b

OILADA OTA –ONALIK USTANOVKALARINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Xayitbayeva Go`zal Farxod qizi
Ma`mun Universiteti talabasi*

Har qanday jamiyat taraqqiyotida oilarning, oilalar mustahkamligining o'zni beqiyosdir. Chunki tirik organizmning salomatligi uni tashkil qiluvchi har bir hujayraning sog'lomligiga bog'liq bo'lganidek, butun organizm o'z faoliyatini maqsadga muvofiq amalga oshirishida har bir hujayraning munosib o'zni bo'lganidek, oila ham davlat, jamiyat deb atalgan butun bir organizmni tashkil etuvchi hujayradir. Har bir oilaning sog'lom bo'lishi, ularda ijobiy psixologik iqlimning hukm surishi, mana shu muhitda dunyoga kelib shaxs sifatida shakllanib, so'ng o'zi yashayotgan davlatning fuqarosi sifatida o'z davlatining iqtisodiyoti, ijtimoiy hayoti taraqqiyotini ta'minlovchi, hal qiluvchi omil bo'lgan inson kamolotida oilaning tutgan o'zni beqiyosdir. Shuningdek, jamiyat taraqqiyotining kutilgan darajaga chiqa olmasligi, uning taraqqiyotiga to'sqinlik qiluvchi, uning inqiroziga olib keluvchi kuchlarning yuzaga kelishida ham oilaning hissasi kattadir. Chunki nosog'lom, noqobil va nizoli oilalar, ajrashishlar sonining ortishi, jamiyatga turli iqtisodiy, ijtimoiy ziyon yetkazishi bilan birga, bunday nosog'lom psixologik muhitda, nizo-janjalli, o'zaro mehr-oqibatsiz muhitda dunyoga kelgan, shakllangan bola ham keyinchalik nafaqat o'z ota-onasi, aka-ukalariga nisbatan mehr-oqibatsiz, balki atrofdagilarga, qolaversa o'zi yashagan jamiyatga nisbatan mehr-oqibatsiz, shafqatsiz, zolim, xudbin, jamiyat, yurt manfaatlariga zid har xil salbiy tashqi kuchlar ta'siriga oson beriluvchan shaxs bo'lib shakllanishi, shu asosda esa o'z oilasi, o'z xalqi, o'z yurti uchun xavfli insonlarning yetishib chiqishiga ham asos bo'lishi mumkin.[1]

Zardushtiylikning qadimiy kitobi — « Avesto»da oila 7 muqaddas dargoh ekanligi, oila barqarorligida er va xotinning teng mas'ulligi, farzand tarbiyasi to'g'risidagi fikrlar bayon etilgan. Oilaning tinch va farovon bo'lishi nimalarga bog'liq ekanligi haqida esa: «Porso, inson uy tiklab, olovga, oilasiga, xotin va o'rin ajratib bersa, uyida noz - ne'matlari muhayyo bo'lib, xotin va farzandlari farovon yashasa, uyida e'tiqod , sobit olovi alangali, boshqa narsalari ham mo'l-ko'l bo'lsa, o'sham anzilmuhtaramdir» , — deb yozilgan. Bu kitobda ko'rsatilishicha, oilada ota yetakchi bo'lgani ma'qul. Shuningdek, unda ifodalangan oila va oilaviy munosabatlarga hamma rioya etishi lozim bo'lgan. Eng ahamiyatli jihati shundaki, unda er-xotinni o'zaro sodiq, g'amxo'r, mehribon bo'lishlari lozimligi va ayolning haq -huquqini himoya qilish o'sha davrda ham qonun darajasiga ko'tarilganligi ma'lumdir. Umuman olganda, zardushtiylik davridan oq oila masalalariga katta e'tibor qaratilgan bo'lib, bu esa oilaning jamiyatda tutgan o'zni va mavqeyini mustahkamlash uchun aza! davrlardanoq zamin yaratilganligini kuzatamiz.[2]

Farzand tug`illar ekan, hayotdagi barcha jaryonlarni oila muhitida o`rganadi. Hayotning salbiy va ijobiy hisslarini oilada his qiladi. Ota –onalarda esa bola tarbiyasidagi ustanovkalar bolaligidan shakllangan bo`ladi. Inson hohla – hohlamasi ong ostidagi tarbiyani namoyon qiladi, bu ko`chada bo`lsin, yo jamoat joyida. Bizning xalqimiz ta`lim va tarbiyani teng olib boradi, lekin tarbiya bo`lmagan, nosog`lom oilada ta`lim samarasiz bo`ladi. Urish janjallar orasida ulg`aygan bola shu muhitga adaptatsiya qiladi keyinchalik ham shu muhitni hohlaydi. Va istamagan holda o`z bolasiga ham shu narsalari ustanovka qilib o`tqazadi. Biz his qilmagan narsamizni kimgadir his qildirishimiz qiyin, bu bizning ixtiyorimizda emas. Qattiq qo`l oilada doim zug`im ostida bo`lgan farzan aytishi mumkin. „Men farzandimni urishmayman, erkinlik beraman, ko`ngliga qarayman, mehrlil bo`laman”. Lekin uning ong ostida bundan boshqa ustanovka bo`lmasa bola hohlamasa ham shu narsalarni o`z farzandi hayotida takrorlaydi. Biz bu zanjirni ongli ravishda uzishimiz mumkin. Insoniyat taraqqiyotining hozirgi bosqichida hozirgi zamon oilasining asosiy funksiyalari qatorida quyidagilarni sanab o`tish mumkin: iqtisodiy, reproduktiv, tarbiyaviy, rekreativ, kommunikativ, regulyativ (boshqaruv), felitsitologik kabilar. Oilaning iqtisodiy funksiyasi uning asosiy funksiyalaridan biri hisoblanadi. Oila iqtisodi, byudjeti, daromadini rejali sarflash, kundalik xarajatga, zarur buyumlarga pul ajratish, bir necha yildan so`ng olinadigan narsalarga mablag` yig`ish, tejab ro`zg'or yuritish er-xotinning katta tairiba, malakaga ega bo`lishiariga bog`liq.

Oilaning reproduktiv funksiyasi. Oilaning muhim bo`lgan funksiyalaridan yana biri bu uning reproduktiv (jamiyatning biologik uzluksizliginila ta`minlash, bolalami dunyoga keltirish) funksiyasidir. Bu funksiyaning asosiy mohiyati inson turini davom ettirishdan iboratdir. Oilaning tarbiyaviy funksiyasi. Oilaning muhim ahamiyatga ega bo`lgan yana bir funksiyasi tarbiyalash funksiyasidir. Bolalarning aqliy, jismoniy, axloqiy, estetik tarbiyasiga oilada asos solinadi. Oila inson deb ataluvchi binoning faqat poydevorini qo`yish bilan cheklanmasdan, balki uning so`nggi g`ishti qo`yilguncha javobgardir. Ota-ona— san`atkor, bola — san`at asari, tarbiya jarayoni esa san`atning o`zidir.

Oilaning kommunikativ funksiyasi oila a`zolarining o`zaro muloqot va o'zaro tushunishga bo`lgan ehtiyojini qondirishga xizmat qiladi. Psixologik tadqiqotlarda ta`kidlanishicha, turli ijtimoiy orientatsiyalar, ustanovkalar, hissiy madaniyat, odamning axloqiy, ma`naviy va psixologik salomatligi — oiladagi o'zaro, ichki muloqot xarakteri, oiladagi katta a`zolarining muloqotda psixologik ustanovkalarni namoyon qilishlari, oiladagi axloqiy-psixologik iqlimga to'g'ridan-to'g'ri bog`liqdir.

Oilaning rekreativ funksiyasi. Nikoh-oila munosabatlari yuzaga kelgan dastlabki, ibtidoiy zamonlardan buyon unga xarakterli bo`lib kelgan xususiyatlardan biri, undagi shaxslararo munosabatlar talablaridan biri uni o`z a`zolarining axloqiy-psixologik himoyalanihini ta`minlash, shuningdek bolalarga va mehnatga yaroqsiz yoki keksa qarindoshlarga moddiy va jismoniy yordam ko`rsatish kabilardan iborat bo`lib kelgan.

Oilaning felitsitologik funksiyasi. Hozirgi zamon oilasining tobora ahamiyati ortib borayotgan funksiyalaridan biri uning felitsitologik funksiyasidir

(italyancha «felitsite» — baxt). Shaxsiy baxtga erishishga intilish oilaviy munosabatlar tizimida ko‘p jihatdan hal qiluvchi bo‘lib bormoqda. Oilaning regulativ funksiyasi oila a‘zolari o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlarni boshqarish tizimini, shuningdek birlamchi ijtimoiy nazoratni, oilada ustunlik va obro‘ni amalga oshirishni o‘z ichiga oladi. Oilaning relaksatsiya funksiyasi. Hozirgi zamon oilasining eng asosiy funksiyalaridan yana biri relaksatsiya funksiyasidir. Bu degani oila a‘zolarining jinsiy, emotsional faoliyatini, ruhiy-jismoniy quvvatini, mehnat qobiliyatini yana qayta tiklash demakdir.[3]

Ota –onaning vazifasi farzandini tug‘ish va uni katta qilish emas , balki jamiyatimiz uchun uni barkomol , komil shaxs sifatida tarbiya qilishdir. Bola oilasidagi ko‘zgu orqali borliqni ko‘radi deymiz. Bu ko‘zgu qanchalik toza bo‘lsa borliq hayot ham shuncha chiroyli ko‘rinadi. Bazi ota –onalar farzandini maktabga beishganda aqilli, odobli bo‘lishini kutishadi, bu to‘g‘ri qarormi? Talim albatta bizga kerak lekin tarbiyasiz talim biz uchun emas. Sharq xalqi talim va tarbiyani doim yonma -yon olib boramiz bizning o‘zgacha ekanligimiz shundan. Vatanga sadoqat oiladan boshlanadi oilamiz qanchalik namunali mehr –muhabbatli bo‘lsa, bu dargohdan tarbiya olgan farzandlarimiz kelajagimiz faxri bo‘la olishadi.

Shunday qilib, ijtimoiy tarbiyaning dastlabki o‘chog‘i oila bo‘lib, aynan ota va ona dastlabki ijtimoiy ko‘nikmalarni bola ongiga singdiruvchi, uning irodasini charxlovchi insonlardir. Oilaviy munosabatlar bolani nafaqat shaxs sifatida o‘zligini anglash, balki o‘zini u yoki bu jins vakili sifatida idrok etish va shaxsiy fazilatlarni takomillashtirishga ham yordam beradi.

Bizning kuzatishlarimiz shuni isbotladiki, oilaning to‘liq bo‘lishi, yani ham ota, ham onaning tinchlik –totuvlikda yashashlari va unda normal insoniy munosabatlar , sog‘lom manaviy muhitning mavjudligi bolaning xar tomonlama yaxshi rivojlanishi , sog‘lom , aqilli , kuchli iroda soxibi bo‘lib etishiga imkon beradi. Bolaga ham otaning ham onaning bo‘lishining zarurati shu bilan izohlanadiki , masalan qiz bola onasi va uning oilada o‘zini tutishiga qarab, o‘zini ayollar jinsiga taalluqli ekanligini anglashdan tashqari , kelajakda qanday ona bo‘lishini tasavvur qilsa , otasiga , uning onasiga bo‘lgan munosabatiga qarab,o‘zini kelajakda oila qurganida qanday oila soxibasi bo‘lishi lozimligini anglab boradi. Xuddi shunday, o‘g‘il bola onasining fazilatlari, oiladagi tutimi va otasiga munosabatini idrok qilib borar ekan , kelajakda qanday qiz bilan turmush qurish mumkinligi , tanlaydigan qizi qanday sifatlar soxibasi bo‘lishi lozimligini bilib borsa, otasi va uning oilada mavqeyiga qarab, o‘zini erkak sifatida kelajakda tasavvur qilish bilan birgalikda turmush o‘rtog‘iga qanday munosabatda bo‘lish lozimligi to‘g‘risida bilim va tasavvurlarni orttirib boradi.

Bu psixologik qonuniyat bo‘lib, shaxsning oiladagi shaxsiy va jinsiy sotsializasiyasining yetakchi tamoyili hisoblanadi. Shu bois ham bolaning tom manoda yaxshi tarbiya olib, jamiyatda va oilaviy munosabatlarda munosib mavqeyga ega bo‘lishi uchun oila muhiti sog‘lom, barqaror, er va xotin bir – birlariga g‘amxo‘r , mehrlil va sadoqatli bo‘lishlari o‘ta muhimdir.

Demak, oila bolaning ijtimoiy munosabatlariga tayyor bo‘lishida muhim axamiyat kasb etgan pedagogik muhitdir. Shu bois ham olimlar oilning eng muhim

va dastlabki vazifalaridan ham birini tarbiyalovchi funktsiya ekanligini doimo etirof etadilar[4].

Foydalanilgan adabiyotlar ro`yxati.

1. Vasila Karimova Oila psixologiyasi (darslik) Toshkent.: 2007-316 b
2. Abdurauf Fitrat. Oila yoki oila boshqarish tartiblari. T.: «Cho`lpon», 2019.-144 b.
3. Akramova F.A. Bilolova Z.B. Jovliyev I.S. Oila ensiklopediyasi.T.: “O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi”. 2019.-237 b.
4. Андреева Т.В. Семейная психология. – СПб.: Речь, 2004. - 244 с.

SHAXSLARARO MUNOSABATLARNING OILA NEGIZIDA IJTIMOIYLASHUVINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Rahimova Gulhayo

Toshkent amaliy fanlar universiteti o`qituvchisi

Oila va shaxs inqirozlarining shaxslararo munosabatlarga ta'sirining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari juda kengdir. Bu munosabatlar o'zaro aloqalar, o'zaro yordam, o'zaro qo'llab-quvvatlash va o'zaro tushunchalarni o'rganish orqali shaxslarning o'z-o'ziga qarshi bo'lgan g'amxo'rliklarini kamaytirishga yordam beradi. Oila va shaxs inqirozlari orqali shaxslar o'z o'zlarini tushunish, o'zlariga ishonish, o'zlarini qadrlash va o'zlarini qo'llab-quvvatlashga imkon beradi. Bu esa, ularning o'z-o'ziga ishonch va mustaqil fikrlash qobiliyatlarini rivojlantiradi.

Yosh inqirozlari - hayotning turli bosqichlarida yuzaga keladigan o'zgarishlar va qiyinchiliklar davrlari. Ular inson rivojlanishi jarayonining normal qismidir va hatto shaxsiy o'sishga yordam beradi. Biroq, har bir kishi o'z ehtiyojlari va resurslariga qarab yashash uchun o'z yondashuvini tanlashi mumkin. Ba'zi odamlar inqiroz paytida o'z-o'zini bilish, yangi maqsadlar va strategiyalarni izlash bilan faol shug'ullanishga qaror qilishadi. Bu esa, shaxslarning bir-birlari bilan do'stlar, qarindoshlar, hamda jamoat a'zolari bilan yaxshi munosabatlarni rivojlantirishiga yordam beradi. Inqirozlar shaxslar uchun mustahkam va sog'lom psixologik muhit yaratishda muhim rol o'ynaydi. Bu esa, shaxslarning o'zlarini rivojlantirish, qo'llab-quvvatlash va o'zlarini tanishlari orqali o'zlarini qadrlashga yordam beradi. Jamiyatning o'z-o'ziga qarshi bo'lgan g'amxo'rliklarni kamaytirish uchun inqirozlar va oila a'zolarining o'rtasidagi munosabatlar juda muhimdir. Bu munosabatlar orqali insonlar o'zi va boshqalar bilan munosabatlarni rivojlantirishi, tushunchalarni o'rganishi va o'zi bilan boshqalar orasidagi yaxshi munosabatlarni saqlashga yordam beradi. Oilaviy va shaxsiy inqirozlar ijtimoiy-psixologik xususiyatlari tufayli shaxslararo munosabatlarga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ushbu inqirozlar aloqa shakllari, hissiy dinamika va munosabatlardagi qo'llab-quvvatlash darajasidagi o'zgarishlarga olib kelishi mumkin. Oilaviy va shaxsiy inqirozlar shaxslararo munosabatlarga qanday ta'sir qilishi mumkinligi haqidagi ba'zi asosiy ijtimoiy-psixologik xususiyatlar mavjud:

1. Muloqotning buzilishi: Inqiroz davrida odamlar o'zlarining ehtiyojlari, his-tuyg'ulari va tashvishlarini yaqinlariga samarali yetkazish uchun kurashishlari

mumkin. Muloqotdagi bunday buzilish tushunmovchiliklarga, nizolarga va munosabatlardagi uzilish hissiga olib kelishi mumkin.

2. Hissiy tanglik: Oilaviy va shaxsiy inqirozlar ko'pincha qo'rquv, tashvish, g'azab va qayg'u kabi kuchli his-tuyg'ularni keltirib chiqaradi. Bu kuchli his-tuyg'ular odamlarning boshqalar bilan qanday munosabatda bo'lishiga ta'sir qilishi mumkin, bu esa odamlar o'rtasidagi munosabatlarni zavolga ketkazishi mumkin bo'lgan sezgirlik, asabiylashish va kayfiyatning o'zgarishiga olib keladi.

3. Qo'llab-quvvatlash va kurashish mexanizmlari: Inqirozlar munosabatlarda mavjud bo'lgan yordam darajasini sinab ko'rishi mumkin. Odamlar qiyin paytlarda hissiy qo'llab-quvvatlash, amaliy yordam yoki shunchaki tinglash uchun o'z yaqinlariga murojaat qilishlari mumkin. Odamlarning bir-birlarini qo'llab-quvvatlash qobiliyati ularning munosabatlarining mustahkamligiga ta'sir qilishi mumkin.

4. Chidamlilik va o'sish: Inqirozlar qiyin bo'lishi mumkin bo'lsa-da, ular shaxsiy o'sish va munosabatlarda mustahkamlik uchun imkoniyatlarni ham taqdim etadi. Birgalikda qiyin paytlarni boshdan kechirish aloqalarni mustahkamlashi, o'zaro tushunishni rivojlantirishi va uzoq muddatda munosabatlarga foyda keltirishi mumkin bo'lgan muammolarni hal qilish ko'nikmalarini oshirishi mumkin.

5. Rollarni o'zgartirish va tuzatishlar: Inqirozlar ko'pincha odamlardan o'z oilalari yoki shaxsiy munosabatlaridagi yangi rol va mas'uliyatlarga moslashishni talab qiladi. Ushbu o'zgarishlar kuch dinamikasiga, qaror qabul qilish jarayonlariga va umumiy munosabatlar dinamikasiga ta'sir qilishi mumkin, chunki odamlar inqirozdan kelib chiqadigan qiyinchiliklarni yengib o'tishadi.

6. Shikastlanish va shifo: Ba'zi oilaviy va shaxsiy inqirozlar odamlarning ruhiy salomatligi va farovonligiga doimiy ta'sir ko'rsatishi mumkin bo'lgan travmatik tajribalarni o'z ichiga oladi. Shikastlanishdan davolanish ko'pincha odamlar o'zlarini xavfsiz his qiladigan, tushunadigan va yaqinlari tomonidan tasdiqlangan qo'llab-quvvatlovchi muhitni talab qiladi.

Turmush o'rtoqlarning shaxsiy munosabatlari tizimini, ularning oilaviy g'oyalari va munosabatlarini, shuningdek, oilaviy munosabatlarni uyg'unlashtirish jarayonini murakkablashtiradigan, nikoh majburiyatlari va funksiyalarini bajarishga xalaqit beradigan va salbiy ta'sir ko'rsatadigan ziddiyatli vaziyatlarda o'zaro ta'sir qilish xususiyatini o'rganish muhimdir. Ko'pgina zamonaviy psixologlarning fikriga ko'ra, aksariyat hollarda oiladagi inqirozlar muammoli vaziyatni keltirib chiqaradi, bu ham intellektual, ham hissiy stressning mavjudligi bilan tavsiflanadi. Aksariyat turmush o'rtoqlar turmush o'rtoqlardan birining ishini yo'qotishi, hayot yo'riqnomalari va qadriyatlarining o'zgarishi, shaxsiy makonni qayta yo'naltirish, qadriyatlar va ustuvorliklarning o'zgarishi bilan bog'liq bo'lishi mumkin bo'lgan ushbu salbiy hodisalarni bartaraf etish uchun jiddiy harakatlarni talab qiladi

Xulosa va taklif umuman olganda, oilaviy va shaxsiy inqirozlar, shaxslararo munosabatlar uchun murakkab ijtimoiy-psixologik oqibatlarga olib kelishi mumkin. Oila, eng avvalo, atrof-muhit bilan doimiy almashinadigan ijtimoiy tizimdir. Ushbu xususiyatlarni tushunish odamlarga qiyin paytlarda empatiya,

muloqot va o'zaro yordam bilan o'z munosabatlarini mustahkamlashga yordam beradi. Insonning o'zi, dunyo va uning bu dunyodagi o'rnini haqidagi g'oyalaridagi bunday o'zgarishlarning natijasi shaxsning jiddiy o'zgarishlari bo'lib, bu turli xil qaramlikka olib kelishi mumkin. Hozirgi vaqtda oilalardagi inqirozli munosabatlarning mohiyatini tushunishning uchta yondashuvi mavjud: oilaviy hayot siklining qonuniyatlarini o'rganishga asoslangan yondashuv, oilaning hayotiy jarayonidagi voqealarni tahlil qilishga asoslangan yondashuv va to'g'ridan-to'g'ri oiladagi yoki alohida oila quyi tizimlaridagi inqirozli vaziyatlarni tahlil qilishga asoslangan yondashuv shular jumlasidandir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Afifi, T. D. (2018). Muloqot va oila bo'yicha SAGE qo'llanmasi. SAGE nashrlari.
2. Rolland, J. S. (1994). Kasallik va sog'liqda: kasallikning er-xotin munosabatlariga ta'siri. *Nikoh va oila terapiyasi jurnali*, 20 (4), 327-347.
3. Tompson, L. va Uoker, A. J. (1989). Oiladagi vazifa: nikohda, ishda va ota-onada ayollar. *Nikoh va oila jurnali*, 51(4), 845-871.
4. McCubbin, H. I., & Patterson, J. M. (1983). Oilaning inqirozlarga moslashishi. H. I. Makkabin, M. B. Sussman va J. M. Patterson (Tahrirlar), *Ijtimoiy stress va oila: oilaviy stress nazariyasi va tadqiqotlaridagi yutuqlar va rivojlanishlar* (203-222-betlar).
5. Ruk, K.S. (1990). Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy kuchlanishni o'rganishdagi parallelliklar. *Ijtimoiy va klinik psixologiya jurnali*, 9 (1), 118-132.
6. Navaitis G. psixologik maslahatdagi oila. - M.: Moskva psixologik va ijtimoiy instituti, 1999. 224 s.

GURUHLARDA SHAXS LIDERLIKINING NAMOYON BO'LISHI

Amongaldiyeva Indira Ro'zimboy qizi

Ma'mun universiteti talabasi

Dunyoning turli mintaqalaridagi davlatlar va xalqlar ijtimoiy-siyosiy hayotida tub o'zgarishlar ro'y berayotgan hozirgi zamonda yetakchilik fenomeni alohida ahamiyat kasb etmoqda. Hokimiyat va tashkilot mavjud bo'lgan barcha joyda yetakchilarning bo'lishi tabiiy, chunki jamiyatimizda "rahbar", "lider", "yetakchi", "sardor" kabi tushunchalar mavjud. Aslida ularning barchasi bir xil ma'noni anglatadi hamda bir maqsad yo'lida xizmat qiladi. Shuning uchun rahbar va lider tushunchalari o'rtasida katta tafovutni aniqlash mushkul. Ularning vazifasi ham, mas'uliyati ham, xususiyatlari ham teng.

Shunday bo'lishiga qaramasdan ulardan biri rasmiy boshqasi esa norasmiy hisoblanadi. Rahbar rasmiy, ya'ni qonunga muvofiq shu lavozimga tayinlangan. Lider bo'lsa norasmiy, ya'ni biror bir guruh tomonidan ularning xohishiga binoan saylangan shaxsdir. Bular liderlikning ikki xil ko'rinishlari. Ko'p hollarda, rahbar dastavval lavozimga, so'ngra shu lavozimi ortidan hurmatga erishsa, lider aksincha hurmat ortidan lavozimga erishadi. Lavozimi yuqori shaxs, ya'ni rahbar o'z-o'zidan liderlikka erishadi va qo'l ostidagilariga nima qilish kerakligini ta'kidlab turadi. Haqiqiy lider, undan farqli o'laroq, o'zining ortidan ergashuvchilarga nima

qilish kerakligini ko'rsatib va unda o'zi ham ishtirok etib boradi. Qachonki liderning safdoshlari uning borligiga, kuch-qudratiga va iste'dodlariga shubha bilan qarashmasa, unga ishonch bildirishsa lider eng katta kuchga ega bo'ladi. Liderni boshqalardan ajratib turuvchi tomonlari uni yuksaklikka olib chiqish yo'lida xizmat qiladi. Liderni boshqalardan ajratib turuvchi asosiy tomonlaridan biri - bu liderning eng avvalo, o'ziga va unga ergashayotgan safdoshlariga bo'lgan ishonchi.

Buyuk allomalarimiz aytganidek, o'z kuchingni his etishing kuchingga kuch qo'shadi. Lider hamma vaqt biror bir ishni boshlashdan avval atrofidaqilar bilan maslahatlashishi va unga yuklatilgan topshiriqlarning bir qismini ularga ishonib topshirishi darkor. Bu bilan u o'z izdoshlariga bo'lgan ishonchi yuqorida darajada ekanligini isbotlab bergan bo'ladi. Liderning o'ziga xos muhim jihatlaridan biri – bu optimistik ruhda fikr yuritishida, ya'ni har bir ko'zlagan maqsadni faqat yaxshi tomonlarini o'ylab ish ko'rishidadir. Yana u to'g'ri qaror qabul qilish qobiliyatiga ega hisoblanadi. Ba'zilar uzoq o'ylab qarorlarini bir necha marta o'zgartirishsa, lider bir marotaba qaror qabul qiladi va o'z qaroridan hech qachon shubhalanmaydi. Shu sababdan liderlarni kelajakni ko'ra olish qobiliyatiga ega deyishadi. Ammo ular bunday kuchga ega emaslar. Yetakchilar shunchaki o'zlari uchun kelajakni yaratishga intilishadi va ba'zida dunyoni o'zgartirishga qodir qarorlar qabul qilishadi. Lider o'zining kuchli va ustun jihatlarini yaxshi biladi hamda imkon qadar ulardan unumli foydalanishga intiladi. Shu bilan birga u o'zining kuchsiz tomonlarini ham tan ola biladi va ularni zaifligicha qoldirmaslik yo'lida to'g'irlashga harakat qiladi. Buyuk odamlar shunday odamlarki, ular boshqalarni ham buyuk bo'la olishlarini his qilishga yordam berishadi. "Mark Tven" lider atrofidaqilarga ta'sir o'tkazish qobiliyatiga ega bo'lishi kerak. Unda boshqalarni o'z ortidan ergashtirish, to'g'ri yo'lga yetaklash, safdoshlariga o'z iste'dodini topishda va rivojlantirishda ko'maklashish, yordamini ayamalik kabi xususiyatlar jam bo'ladi. Hozir kundan kunga rivoj topib kelayotgan davrda liderlarga bo'lgan talabning kuchayganligini tan olmasdan ilojimiz yo'q.

Liderlik psixologiyasining zamonaviy va ko'p uchraydigan muammolari safiga muloqotga kirisha olmaslik, javobgarlik va mas'uliyat hissining yetishmasligi, kelishuv va murosa qila olmaslik, reja qilingan ishda qoniqarli natijaga erisha olmaslik, rag'batlantirish va jazolashning me'yori kabilarni misol tariqasida keltirish mumkin. Demokratik va liberal tamoyillardan unumli hamda to'g'ri foydalana bilish ham liderlikning ko'p uchraydigan muammolaridan hisoblanadi. Lider ko'p hollarda liberal tamoyil asosida ish ko'radi, ya'ni barcha rejalari-yu, maqsadlaridan safdoshlarini xabardor qiladi, ular bilan maslahatlashadi, ularning barchasiga birdek ishonadi va hech biridan shubhalanmaydi. Bu guruh a'zolarining liderga bo'lgan hurmatini oshiradi. Lekin shunday vaziyatlar bo'ladi-ki, lider o'z guruhi uchun o'zi qaror qilishi, hech kimga tayanmasligi talab qilinadi. Demokratik tamoyilda ish olib boradigan lider esa aksincha, faqat o'ziga tayanadi, hech kimga ishonmaydi va maslahatlashmaydi. Qarorlar lider tomonidan o'rnatiladi va hammadan ularga bo'ysunish talab qilinadi. Bu guruh a'zolarining o'ziga bo'lgan ishonchi pasayishiga olib keladi. Lekin ba'zida boshqalarning fikrini ham tinglay bilish, ular bilan fikr almashish foyda

beradi. Bundan kelib chiqadi-ki, lider demokratik va liberal tamoyillarning har ikkalasidan o‘z vaqtida oqilona foydalana bilishi darkor.

Lider o‘zi istagan va kutgan natijaga erishishi uchun, avvalo, unda javobgarlik va mas’uliyat hissi yuqori bo‘lishi kerak. Lider safdoshlarining har biri uchun javobgar shaxs bo‘libgina qolmay, unga yuklatilgan vazifani mas’uliyat bilan ado eta olishi ham kerak. Qachonki lider har bir vazifani bajarishda mas’uliyatni his qilgan ekan, uning har bir ishi unumli va o‘z vaqtida hal bo‘ladi. Lider guruh a‘zolari orasida kelishib ish ko‘rishni ta’minlay olishi ham kerak. Undan guruhdagi har bir safdoshining fikri bilan qiziqish, ularni bir maqsad yo‘lida murosaga keltira olish talab qilinadi.

Zero, barcha bir maqsad yo‘lida tirishar, hamfikir bo‘lib ishlar ekan ularning marrani zabt etishi yo‘lida duch keladigan qiyinchiliklari ham osongina yengib o‘tiladi. Guruhda yetakchilik qilayotgan shaxs har bir vazifani o‘z vaqtida hamda tartib bilan bajarishi shart. Belgilab qo‘yilgan maqsadlariga birma-bir sabr bilan erishishga intilishi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. N. Boymuradov. Rahbar psixologiyasi. O‘quv qo‘llanma. Toshkent.- «Yangi asr avlodi».- 2007.-328 b
2. K.B .Axmedjanov, A.X.Xolov. Yosh rahbar kadrlarda samarali qaror qabul qilish ko‘nikmasini shakllantirish. O‘quv qo‘llanma// Toshkent. –‘Tafakkur qanoti’, 2020.96 bet
3. E.G‘. Nabiyeu, D.N. Raximova, SH.N.Mavloniy. Zamonaviy menejment nazariyasi va amaliyoti//O‘quv qo‘llanma. –T.:Akademiya’ nashriyoti, 2006. 252 b
4. Леватов Н.Д. Психологические особенности человека. - Москва.: 1964, 41-стр.
5. Маслов Е.В. Управление персоналом предприятия (Учебное пособие). - М.: «Новосибирск», 1998.
6. Назаров А.Ш. Нормирование труда (учебник). -Т.: 1990

PSIXOLOGIK TRENINGLARNI AMALIYOTGA TADBIQ ETISHNING O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

D. Mirzabdullayeva

Toshkent Kimyo xalqaro universiteti Namangan filiali dotsenti, Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

Xalqimizning milliy ongi, milliy g‘ururi, milliy iftixori o‘sib, ma’naviy dunyosi kundan kunga boyib bormoqda. Bu esa mustaqil davlatimizning ma’naviy asosini yanada mustahkamlashga imkoniyat yaratib bermoqda. Lekin bundan ma’naviyat sohasida hech qanday muammo yo‘q degan xulosani chiqarib bo‘lmaydi. Bugungi kunda erkin fuqaro ma’naviyati, ozod shaxsni shakllantirish masalasi oldimizda turgan eng dolzarb vazifadir. Davlat va jamiyat tomonidan yoshlarning, ta’lim muassasalari mutaxassislari hamda ota-onalarning oldiga qo‘yilayotgan vazifalar bevosita psixologiya sohasida yaratilayotgan turli psixodiagnostik metodlar (trening – o‘qitish tarbiyalash, diagnostika – tashhis

qilish, psixoterapevtik suhbatlar, soʻz orqali davolash, anketa usuli-soʻrov varaqasi yordamida muammoni oʻrganish, test usuli aqliy taraqqiyotni aniqlash maqsadida ishlatiladigan standart topshiriq) yordamida amalga oshiriladi [1].

Psixologiya sohasi keyingi oʻn yillar mobaynida anchagina rivojlandi. SHuningdek, psixologiya sohasining alohida yoʻnalishlari sifatida trening tarmogʻi ham rivojlandi. Trening insonlarda mavjud boʻlgan xulq-atvori va faoliyatini boshqaruv modelini qayta dasturlash vositasi hisoblanib, insonlarni rejalashtirilgan faolligini oshirish uchun, kasbiy bilimlarini oshiruvchi, koʻnikmalarini yaxshilashga yoʻnaltirilgan, yoki maqsadli faoliyatlari talablariga mos keluvchi attityudlar modifikatsiyasi va jamoatning ijtimoiy xulq-atvorini tuzatish uchun zarurdir.

Psixologiya tarixida trening oʻqitishning eng keng tarqalgan shakli faol ijtimoiy-psixologik treninglardir. L.A.Petrovskaya ijtimoiy psixologik treningga taʼrif berar ekan, uni quyidagicha izohlaydi: «Trening-shaxslararo munosabatlardagi bilimlar, ijtimoiy ustanovkalar, koʻnikma va tajribalarni rivojlantirishga qaratilgandir», shuningdek «Muloqotda kompetentlikni rivojlantirish vositasi hamdir» [2].

Bugungi kunda erkin fuqaro maʼnaviyati, ozod shaxsni shakllantirish masalasi oldimizda turgan eng dolzarb vazifa hisoblanadi. “Boshqacha qilib aytganda, - deydi Oʻzbekiston Respublikasining Prezidenti Sh.Mirziyoyev – oʻz kuchi va imkoniyatlariga tayanadigan, atrofda sodir boʻlayotgan voqea va hodisalarga mustaqil munosabat bilan yondoshadigan, ayni zamonda shaxsiy manfaatlarni mamlakat va xalq manfaatlari bilan uygʻun holda koʻradigan, erkin jihatdan barkamol insonlarni tarbiyalashimiz kerak” [3].

Hozirgi davrda yoshlar orasida ruhiy zoʻriqish hollari avvalgi paytlardagiga nisbatan ancha koʻp uchrayotganligi va buning natijasida koʻpgina hayotiy muammolar (jinoatchilik, suitsid, huquqbuzarlik) vujudga kelayotganligi koʻpchilikni, ayniqsa keng jamoatchilikni, shuningdek aynan psixolog mutaxassislarini ham tashvishga solayotganligi bejiz emas. Aytish mumkinki, bunday holatlar turli darajadagi zoʻriqishlar natijasida vujudga kelmoqda.

Ayni kunlarda asabiylashish holatlari kuzatilayotgan quyidagi kishilar guruhini alohida taʼkidlab oʻtish joiz [3]:

I. Bolalar orasida: 1. Bogʻcha bolalari orasida kuzatiladigan asabiylik holatlari; 2. Maktab oʻquvchilari orasida kuzatiladigan asabiylik holatlari;

3. Oʻsmirlar orasida kuzatiladigan asabiylik holatlari;

II. Kattalar orasida:

1. Ish joylarida (rahbar yoki xodimlar orasida) kuzatiladigan asabiylik holatlari; 2. Oilada (er-xotin, qaynona-kelin, ota-ona va farzandlar orasida) kuzatiladigan asabiylik holatlari; 3. Keksalar orasida (psixologik oʻzgarishlar natijasida) kuzatiladigan asabiylik holatlari.

Yuqorida sanab oʻtilgan asabiylashishlardan kelib chiqadigan muammolar mavjud boʻlib, bu muammolarni yechish imkonini topa olmaslik natijasida psixologik maslahat va psixologik korrektsiyaga muhtoj boʻlib qoladigan bir necha xil guruhlar vujudga keladiki, bular [4]:

1. Muloqotchanlikning yetishmasligi muammosidan siqilgan kishilar guruhi.

2. Iqtisodiy yetishmovchilikdan siqilgan kishilar guruhi. 3. O'z yaqinlarini yo'qotib siqilgan kishilar guruhi. 4. Turli baxtsiz hodisalardan keyin qandaydir kasallik orttirib olgan kishilar guruhi. 5. Begona joyga ko'chib kelib, tub aholining bosimidan siqilgan kishilar guruhi. 6. Rahbarlar tomonidan yoki o'zidan kattalar tomonidan shaxsiyatiga tegilgan hollarda siqilishga duch kelgan kishilar guruhi. 7. Yangi o'qish yoki ish joyiga moslasha olmasdan siqilishga duch kelgan kishilar guruhi. 8. CHekish, ichish, narkotik moddalar iste'mol qilishdan qutula olmasdan siqilayotgan kishilar guruhi.

Yuqorida sanab o'tilgan muammolarni hal qilishda psixologik trening deb ataluvchi o'yin va mashqlar seriyasidan iborat mashg'ulotlar yordam beradi.

Yuqoridagi guruhlar o'zi istab, o'z xohishi bilan treningga keladi va trenerning ko'rsatmalariga amal qiladi. Lekin ba'zi guruhlar bo'ladi, bu guruh a'zolari treningga istamasdan, xohlamasdan keladi: Masalan, jinoyatchilar, bezorilar, o'g'rilar, narkotik bilan shug'ullanuvchilar. Lekin guruh a'zolarining istagidan qat'iy nazar treningning vazifasi ularning muammolarini hal etishga qaratilgan bo'ladi.

Har qanday psixologik treninglarni tashkil etish quyidagi bosqichlardan tashkil topadi [5].

1. Guruhni tashkil etish yoki yig'ish bosqichi. 2. Boshlang'ich bosqich. 3. Ishni olib borish bosqichi. 4. Yakunlash bosqichi.

Eng muhimi guruhni tashkil qilish bosqichi bo'lib, bunda quyidagi jihatlarga e'tibor berish kerak:

- Har qanday treningda (faqat nogironlar bilan o'tkaziladigan maxsus treninglarni hisobga olmaganda) tashqi jismoniy defektga ega bo'lgan va psixik holatida buzilishlar bo'lgan kishilar ishtirok etmasligi lozim. Negaki, bunday holatlarda aynan ana shunday kamchilikka ega bo'lganlarda aks ta'sir bo'lishi ehtimoli kuchliroqligi har qanday mutaxassis uchun tushunarli bo'lsa kerak.

- guruh a'zolarining soni 8 tadan 12 tagacha (ba'zi hollardagina 20 tagacha) bo'lgani ma'qul. - ishtirokchilarning yoshi iloji boricha taxminan teng bo'lishi, ya'ni ular orasidagi farq 4-5 yoshni tashkil etishi mumkin (Alohida qayd etish lozim, 45-50 yoshdan kattalar uchun trening juda katta va ahamiyatli ta'sirga ega bo'lmasligi va ular kutganchalik natija bermasligi ham mumkin).- ishtirokchilar orasida ayol va erkaklar soni imkoni boricha teng bo'lishi kerak. Bundan tashqari yana quyidagilarga xam e'tibor berish lozim bo'ladi: Treningda muammosi bir xil bo'lgan odamlarni to'plash kerak. Trening ishtirokchilari iloji boricha bir-biriga notanish bo'lishlari lozim. Trening o'tkaziladigan xona albatta izolyatsiyalangan bo'lishi shart, ya'ni hech kim ularni bezovta qilishi mumkin emas va ular ham boshqalarga halaqit bermasligi kerak. Rasmiylashgan guruh bo'lishiga yo'l qo'ymaslik lozim. Trenerdan auditoriya erkin bo'lishini ta'minlash va auditoriyani yaxshi bilish talab etiladi. Inson eshitganlarining 10% ni, ko'rganlarining 50% ni, aytib berganlarining 70% ni va nihoyat o'zi qilganlarining 90% ni o'zlashtiradi. SHunday ekan treningning samarali bo'lishi ma'lum bir jihatdan trenerning spetsifik printsiplariga ham bog'liqdir [6].

Trener har doim trening o'tkazishga kirishishdan avval o'ziga: Men qanday maqsadga erishmoqchiman? Men nima uchun shu maqsadga erishmoqchiman?

Men qanday vositalar bilan unga erishmoqchiman? kabi savollarini berishi lozim. Bu savollarga javobni trenerga guruh bilan ishlash davomida diagnostik tadqiqotlar ochib beradi. Trener ish rejasining mundariyasi, guruhning rivojlanish va inoqlik darajasi, munosabatlar xarakteri, guruhdagi har bir ishtirokchining holati, uning o'ziga va boshqalarga nisbatan munosabati, treningga nisbatan munosabati, trenerning o'zining munosabati kabilar diagnostika ob'ekti bo'lib hisoblanadi.

Demak-ki, treningni shaxsda mavjud bo'lgan yoki vujudga keladigan muammolarni hal qilish uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalarni hosil qilish maqsadida bahs-munozara (o'zaro fikr almashish) o'yin va mashqlar orqali o'tkaziladigan mashg'ulotlar yig'indisi ekanligini inobatga olib, bunday psixologik treninglarni amaliyotga to'liq tadbiiq etish vaqti keldi.

Zero, bunday treninglar insonlarni ruxiy dunyosini boyitib mustaqil qaror qabul qila olishiga yordam beribgina qolmay "Menga yurtim nima berdi deb emas" balki "men yurtimga nima berdim?" deb yashash xissini uyg'otsin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Gorbushina O.P. Psixologicheskiy trening. Sekreti provedeniya. SPb.: Piter, 2007. - 176 s: il. - (Seriya «Prakticheskaya psixologiya»).
2. Zaxarov V.P., Xryasheva N.Yu. Sotsial'no-psixologicheskiy trening. L., 1990.
3. Praktikum po sotsial'no-psixologicheskomu treningu. Pod.red. B.D.Parigina. Sankt-Peterburg, 1994.
4. E. G'oziyev "Ontogenez psixologiyasi" _Toshkent-2005
5. Asranbaeva, M. H. (2020). CHARACTERISTICS OF FORMING MOTIVES OF LABOUR ACTIVITIES IN AN INCOMPLETE FAMILY. Theoretical & Applied Science, (1), 121-123.
6. Badritdinova, M. B., & Rustamova, T. N. (2021). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF DEVELOPMENT OF THINKING IN STUDENTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS. Science and Education, 2(2), 331-337.

ОИЛАДА ФАРЗАНД ТАРБИЯСИНИ ШАКЛЛАНТИРИШНИНГ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК МАСАЛАЛАРИ

Наҳалбоева Низора Турди қизи

Жиззах давлат педагогика университети магистри

Соғлом турмуш тарзи ҳақида сўз борар экан, унинг энг аввало инсон тани ва вужудининг бетоб бўлишига сабаб бўлувчи зарарли одатлардан фориф бўлишни тасаввур қилишга ўрганиб қолганмиз. Бу атама, энг аввало, соғлиқни сақлаш ходимлари фаолияти билан боғлиқ тарзда тушунтирилади. Аммо, соғлом турмуш тарзини шакллантиришда - тан ва вужуд, ақл ҳамда идрок бевосита одамники, унга боғлиқ бўлгани учун ҳам инсон руҳияти қонуниятлари ва сирларини ўрганувчи фан бўлмиш психологиянинг унга алоқаси бор. Шунга кўра, психология фанида соғлом турмуш тарзи психологияси тушунчаси мавжудки, у соғлом турмуш тарзига энг аввало, инсон онги ва тафаккурининг инъикоси сифатида қарайди. Демак, ҳар биримиз учун сув ва ҳаводек зарур бўлган соғлигимизни таъминлаш ва бунга

эришиш учун соғлом турмуш тарзига одат қилиш нафақат тиббиёт ходимлари, балки психологларнинг, психология фанининг ҳам изланиш предмети сифатида намоён бўлади.

Ҳар қандай жамият тараққиётида оилаларнинг, оилалар мустақамлигининг ўрни беқиёсдир. Чунки тирик организмнинг саломатлиги уни ташкил қилувчи ҳар бир ҳужайранинг соғломлигига боғлиқ бўлганидек, бутун организм ўз фаолиятини мақсадга мувофиқ амалга оширишида ҳар бир ҳужайранинг муносиб ўрни бўлганидек, оила ҳам давлат, жамият деб аталган бутун бир организмни ташкил этувчи ҳужайрадир.[5]

Оилавий ҳаёт ҳам саёҳатга ўхшайди. Ҳеч қандай мақсад қўймасдан қандай қилиб унга кириш мумкин? Мақсад нафақат бўлиши керак, балки у етарлича юқори, аҳамиятли бўлиши керак, шунда сиз бутун умрингиз давомида ушбу мақсадга эришишингиз мумкин. Акс ҳолда, маълум бир йилдан кейин бу мақсадга эришасиз - ва сизнинг биргаликдаги саёҳатингиз автоматик равишда тугайди. Шундан сўнг сиз янги мақсад қўя оласизми ва бу одам сиз билан янги саёҳатга боришга рози бўладими, бу бошқа савол. Шу сабабли, оилавий ҳаётнинг яна бир умумий мақсади - болаларни туғиш ва тарбиялаш ҳам асосий мақсад бўла олмайди.

Оилавий ҳаётнинг мақсади нима эканлигини билмасдан, сиз бўлажак шерикни тўғри баҳолай олмайсиз. У билан бирга режалаштирилган ёлдан бориш қанчалик яхши? "Лике" - бу мутлақо зарур, аммо танланган сифатдан узоқдир. Севги муносабатларида ақл - бу хунук атавизм деган нотўғри ишонч туфайли қанча умидсизликлар, синган ҳаётлар! Аксинча: ақлни ишлатмасдан, севгини сақлаб бўлмайди.[2]

Болаларни тарбиялашда иккала ота-она ҳам тенг, уй-рўзғор масалаларида - ҳар бирининг имкони борича иштирок этадилар. Ролларнинг бундай тақсимланиши инсон табиатига хосдир. Турмуш ўртоқларнинг ўзларининг табиий ролларини ўйнашни истамаслиги, бошқасининг ролини ўйнашга интилиши оиладаги одамларни бахтсиз қилади, моддий танглик, ичкиликбозлик, оиладаги зўравонлик, хиёнат, болаларнинг руҳий касаллиги, оиланинг бузилишига олиб келади. Кўриб турганимиздек, ҳеч қандай техник тараққиёт ахлоқий қонунларнинг амал қилишини бекор қилмайди.[7]

Замонавий оиланинг асосий муаммоси шундаки, эркак аста-секин оила бошлиғи ролини йўқотади. Шундай аёллар борки, улар негадир эркакка ўз устунлигини беришни хоҳламайдилар. Баъзи сабабларга кўра уни олишни истамайдиган эркаклар бор. Агар сиз оилавий ҳаётда бахтли бўлишни истасангиз, эркак ҳали ҳам оила бошлиғи бўлиши учун иккала томон ҳам ўзларига ҳаракат қилишлари керак. Ҳар ким бу масала бўйича ўз нуқтаи назарига эга, ўз эҳтиросларига эга ва ўзи хоҳлаганича қила олади.

Психологик амалиётда энг кўп тўқнаш келиш мумкин бўлган масалалардан бири – ота-оналарнинг вояга етган фарзандлари билан бўладиган муносабатларига доир муаммолардир. Одатда бундай муаммо билан кўпинча она мурожаат қилади, бироқ ота-она, баъзан отанинг ўзи ёрдам сўрайдиган ҳолатлар ҳам учрайди. Ота-оналарнинг фарзандлари борасидаги муносабатларини шартли равишда тўрт гуруҳга бўлиш мумкин

(албатта, мазкур шикоятлар бир-бирини инкор қиладиган эмас, балки тақозо этадиган муаммолар билан боғлиқ бўлади):

1. Фарзандлар билан мулоқотнинг йўқлиги: уларнинг қандай яшаётганлари, қизиқишлари, интилишларини билмаслик, болалари билан «очиқ» гаплашмаслик, ота (она) сифатида бегоналигини ҳис этиш ва ҳ.к. Бундай муаммоларга эга миждозлар учун фарзандлари тўғрисидаги қуйидаги фикр-мулоҳазалар хос бўлади: «Мен уни умуман тушунмайман», «Мен унинг қаерларда бўлиши, дўстлари хусусида ҳеч нарса билмайман», «У менга ўзи ҳақида ҳеч нарса демайди, менга ишончсизлик билан қарайди».

2. Фарзандларнинг ота-онага нисбатан ҳурматсизларча, кескин муносабати; арзимаган сабаблар билан доимий низога бориши, жанжаллашиши. Бундай ҳолга «У доим менга кўполлик қилади, мен билан ҳисоблашмайди, менга бирор нарсада кўмаклашмайди, ёрдам бермайди» қабалидаги шикоятлар хосдир.

3. Ота-онанинг ўз назарларида фарзандлари рисоладагидай, лозим бўлгани каби яшамаётганлари учун улар тақдирдан хавотирланиши. Бундай пайтларда ота-она болаларини омадсиз, бахтсиз, калавасининг учини йўқотган, ёлғиз деб ҳисоблашади ва шу ҳолат психологга мурожаат учун асос бўлади. Шикоятлар қуйидагича ифодаланиши мумкин: «Қизимнинг куёвим билан муносабатлари жуда ёмон, мен улар оилавий ҳаётининг бир маромга тушиши учун бажонидил ёрдам берган бўлардим, бироқ буни қандай амалга оширишни билмайман», «Ўғлим уч йил ўқиган институтни ташлаб кетди» ёки «Қизимнинг ёши ўтиб боряпти, бироқ келаётган совчиларга доим рад жавобини беради».

4. Фарзандларнинг ноқобиллиги, хулқ оғишлари, турли деструктив таъсирларга тушганлиги билан боғлиқ шикоятлари: «Ўғлимни ичкиликдан қайтаролмаяпман, нима қилишим керак?», «Фарзандим кейинги пайтларда гиёҳванд моддалар қабул қиляпти», «Боламнинг диний мутаассиблар таъсиридан қутқаришимда ёрдам беринг», «Ўғлим ўғри, безорилар тўдасига қўшилган» ёки «Қизимнинг ахлоқи, ўйин-кулгига мойиллиги менга ёқмаяпти» ва ҳ.к.

Келишмовчиликларнинг мазмуни ва келиб чиқиш сабаблари қандай бўлишидан қатъи назар, психологларнинг қуйидаги маслаҳатларини билиш ҳар бир эр-хотин учун ғоят зарурдир: жаҳлга жаҳл билан жавоб бермаслик керак. Имкони борича мунозарани бир дамга кечиктириш, бунинг иложи бўлмаса, мунозарани кўчага, боғ ёки хиёбонларга кўчириш лозим:

- негаки табиат қучоғида асаб системаси осонлик билан осойишта ҳолатга келади;

- келишмовчиликка дахлсиз нарсаларни, шунингдек, ўтмишни эсламасдан фақат келишмовчиликка сабаб бўлган воқеа устида гапириш лозим;

- мунозарада овозни кўтармасдан, эҳтиросларни жиловлаш зарур (айниқса мунозара кўчада ёки ўзга кишилар олдида содир бўлаётган бўлса);

- масалани таҳлил қилганда эр ҳам, хотин ҳам ўз айбига иқрор бўлиши лозим;

- мунозарани жанжалга айлантириб юбормаслик керак. Чунки мунозарада низо сасбаблари биргалашиб қидирилади.

- жанжалда эса ҳар бир томон бир-бирларининг нозик жойларини топиб, найза санчишга интилади;

- бир-бирларининг йўл қўйган хатоларини билиб-билмай бирбирлари характериға хос иллат деб баҳоламаслик лозим («сен доим шундай қиласан», «сен ҳеч вақт тушунмагансан, тушунмайсан ҳам» ва бошқалар);

- энг яхши ҳимоя хужум эканлиги спортга, жумладан, футболга тааллуқли.

Оила жаңг ёки футбол майдони эмас, шунинг учун оилавий ҳаётда ён босиш фойдалироқ бўлади;

- умр йўлдошларининг ота-оналари ёки яқин қариндошлари ҳақида хурматсизлик билан эмас, балки иложи борича эҳтиром билан гапириш эр-хотин муносабатини яхшилайд;

- келишмовчилик ёки жанжалда эр-хотин ота-она, қариндош-уруғ, дўстлар, таниш-билишларнинг ўзларига нисбатан салбий баҳоларини тилга олмаслик, уни бир-бирларига қарши қурол қилиб ишлатмаслик зарур;

- уруш-жанжаллардан кейин аразлаб ота-она ёки дўстларникига кетиб қолишни одат қилмаслик керак;

- уйдан ўтган ҳамма гапни ота-онага етказиш яхши одат эмас, «Эр-хотиннинг уруши дока рўмолнинг қуриши» дегандек, улар тезда топишиб кетадилар, лекин икки ўртада куёв ва қудалар ўртасига совуқчилик тушгани қолади. Қолаверса, уйдаги сирни кўчага чиқариш ҳеч қандай яхшиликка олиб келмаган, олиб келмайди ҳам;

- мунозара ва жанжаллардан кейин гаплашмай аразлаб юриш бўлмағур одат ҳисобланади. Бундай одатнинг оқибати ҳам яхшиликка олиб келмайди;

- низо чиққан пайтларда эр ҳам, хотин ҳам ўзини бир лахза турмуш ўртоғининг ўрнига қўйиб кўриши лозим: «унинг ўрнида бўлсам, мен нима қилардим?»- деган саволни ўз-ўзига бериб кўриши керак;

- қорни оч ёки ишдан чарчаб келган одам билан ҳеч вақт мунозарага киришиш тавсия этилмайди. Бундай ҳолларда одам хатто асосли танбеҳ ва танқиддан ҳам тутоқиб кетиши мумкин;

- тутган ерини кесиш, бақариб-чақариш аёл кишига ярашмайди. Бундай қўпол муомала эркакларга хос.

- аёлларнинг аёллик хислати уларнинг заифлигида, нозик-латифлигида, айёрлигида, кўнгилчанлигидадир;

- мунозара ва жанжалларда узил-кесил, қатъий хулосалар чиқаришга ошиқмаслик керак (агар ўтган йиллар мобайнида сабр косаси тўлиб турмаган бўлса);

- турмуш ўртоғинингизнинг кунлик, ойлик, балки йиллик цикли ҳолатини ва ёш хусусиятини ҳисобга олишингиз лозим;

- турмуш ўртоғинингизнинг ҳаётий қадриятларига (агар оила манфаатига зид бўлмаса) қарши чиқмаслик лозим. Акс ҳолда у ё сизнинг ёки ўзининг ҳаётий қадриятларини танлашга мажбур бўлади. Қайси бирининг танланишидан қатъий назар, у ҳам, сиз ҳам ютқазасиз. Юқорида биз «ғолиб

чиқиш», «ютиш», «ютқазиш» сўзларини шартли равишда қўлладик. Умуман олганда, оилавий ҳаётдаги мунозара ва жанжалларда ғолиб ҳам, мағлуб ҳам бўлмайди. Ёки эр-хотини биргаликда ютадилар ёки ютқазадилар, чунки оила бу жуфтликдир. Буни эса унутмаслик лозим.[1]

Мунозара ва жанжал содир бўлганида оилада ким етакчи, характерлироқ, иродали, мулоҳазалироқ бўлса, ўша биринчи бўлиб муросага қўл узатади. Оиладаги руҳий иқлимнинг соғлом бўлиши учун эса, оила етакчиси жавобгардир. Одатда оилада низолар ва уларни оқибати кўп жиҳатдан аёлларга салбий таъсир этади. Шунинг учун бу муаммоларнинг оқибати аёлларнинг ҳаёт тарзига, улардаги стресс ҳолатлари юзага келишига ҳам олиб келади.

Адабиётлар рўйхати

1, Акрамова Ф.А. Оилада соғлом психологик муҳитни таркиб топтириш жамият барқарорлигининг асоси сифатида.// илмий журнал - Замонавий таълим / Современное образование 2017/12

2. Исаева М.А., Эшонхўжаева В.Ж. Оилавий муносабатларни ўрганувчи психологик методикалар таҳлили.// “Uchinchi renessans: ilm-fan va ta’lim taraqqiyoti istiqbollari”//2021 December

2, П.М. Абдуллаева, А. Исломов. Оила психологияси, психологик тавсиялар ва тестлар.//Қўлланма. Тошкент давлат иқтисодиёт университети//Тошкент 2012.

3. Каримова В. Оилавий ҳаёт психологияси: Ўқув қўлланма. – Т.: 2006 – 142 б.

4. Каримов Х.К. Ўзбек оилаларида эр-хотин низоларининг ижтимоий-психологик хусусиятлари: Дис... психология фанлари номзоди. – Т.: 1994. – 142 б.

5. Karshibayeva, G. Diagnostics and Preventive Measures against the Suicidal Behavior of Teenagers. YOUNG SCIENTIST USA., 117.

7. Каршибаева, Г. А., Шарофиддинов, А. Роль пословиц в воспитании детей. Молодой ученый/ 2018 (49), 275-277.

OILADA QIZLARNI MULOQOT MADANIYATIGA TAYYORLASHDA ONALARNING ROLI

Abduvalieva Nilufar Ne'matulla qizi

Jizzax davlat pedagogika universitetino 'qituvchi

Oila mavzusi dunyodagi eng tuganmas va dolzarb mavzulardan biri hisoblanadi. Oila o'ziga xos ijtimoiy institut sifatida juda uzoq tarixiy davrni bosib o'tish jarayonida takomillashib, sayqallanib va rivojlanib borishi natijasida ijtimoiy ahamiyati hamda vazifalari ham ortib boraveradi. Oila doimo rivojlanib boruvchi, takomillashuvchi, yangi mazmun, mohiyat bilan boyib boruvchi maskan. Dunyoda birorta inson o'zini oilasiz tasavvur eta olmaydi. Ayni paytda mamlakatimizda yetti milliondan ortiq oila mavjud bo'lsa, ularda kamolga yetayotgan jondan aziz farzandlarimiz – ertamiz egalari, kelajagimizdir. Har bir oilaning mustahkam bo'lishi, ularda sog'lom muhit qaror topishi farzandlar tarbiyasida muhim rol

o'ynaydi. Shunday ekan, bu borada sa'i-xarakterimiz ko'lamini kengaytirishni hayotning o'zi talab etmoqda.

Qaysiki oilada ayol – ona oqila va omilkor bo'lsa, oilada ham, jamiyatda ham o'z o'rni va mavqegini topsa, bu oiladan sog'lom qarash va amallar arimaydi. Asosiysi, unda o'sayotgan farzandlar tarbiyasida bo'shliq bo'lmaydi. Bu esa dunyoda keskin g'oyaviy kurash va tahlikalar tobora jiddiy tus olayotgan hozirgi zamonda g'oyatda ahamiyatlidir.

Fuqarolarimizda oila oldidagi burch va mas'uliyatni chuqur anglab, ularni ado etishga harakat qilish kunlikmasini yanada oshirish, yoshlar ongu shuuriga oilani muqaddas deb bilish tushunchalarini chuqur singdirishga qaratilgan chora-tadbirlarni mohiyatan boyitishga ham alohida yondashilmoqda. Zero, oilalar mustahkam bo'lsa, bolalar baxtiyor, jamiyat barqaror, hayotimiz yanada farovon bo'ladi. Qiz bolalarni yoshi ulg'aygan sari oilaviy hayotga tayyorlash, ularni yangi oilada odob-ahloq me'yorlariga, urf-odatlariga, oila yumushlariga va hayotning nozik sohalariga puxta tayyorlab borish vazifasi ayniqsa, onadan juda katta mehnat talab qiladi. Farzandlar mustaqil oila qurishganda oilasi mustahkam bo'lishi ham qiz bolalarning o'z oilalarida olib ketgan tarbiyasiga bog'liqligini barcha yaxshi angelaydi. O'zbek oilasida onalar qiz bolaning jins tarbiyasi bilan shug'ullanib kelganlar. Qiz farzandiga onasining “Sen qiz bolasan”, “Katta bo'lsang kelin bo'lasan”, - deya qulog'iga sirli so'zlarni quyishi, ehtiyotkor bo'lishi, nomusini saqlash kabi mas'uliyatni yuklashi qiz bolaning o'z jinsi xususiyatlarini erta anglashiga va o'zini keyingi hayotga tayyorlashiga turtki bo'ladi. Qizlar bolalikdan oilada, opa-singillari va qo'ni-qo'shnilar va tengdoshlari bilan o'ynaydigan o'yinlar ularda jinsga xos sifatlarni shakllantiradi. Oilada qizlar bolalikdan “Xolaxola”, “Mehmon-mehmon” kabi milliy o'yinlarni o'ynash jarayonida nazokat, ibo, o'zini tutish kabilar onasi tomonidan o'rgatib boriladi. Qiz bolani o'yinda turli rollarni o'ynashi kelajak turmushga tayyorgarlik vazifasini o'taydi. Bu kabi jarayonlar qiz bolalarning o'smirlik davrida ro'y beradigan psixologik, fiziologik va gormonal o'zgarishlarga ham tayyorlaydi. SHuning uchun, o'smir qizlarda inqiroz xolatlari yengilroq kechadi.

Oilada tinch, mustahkam bo'lishida muloqot madaniyatining o'rni katta. Oiladagi muloqot madaniyati yaxshi yo'lga qo'yilgan bo'lsa, farzandlar tarbiyasi ham samarali bo'ladi. Oiladagi muloqot jarayoni orqali muomala madaniyatini shakllantirish mumkin. Oilada ota-ona bir-birlari bilan xushmuomala bo'lsalar, bir-birlarini to'g'ri tushunsalar, ularda tinglash madaniyati yaxshi shakllangan bo'lsa, muloqot jarayoni ham yaxshi kechadi. “Onasini ko'rib qizini ol” maqolining ma'nosi shuki, biz qizlar tarbiyasini onasining qornidalik paytidayoq boshlashimiz lozim. Ya'ni ona muomala madaniyatiga ega bo'lsa, xushmuomala, samimiy bo'lsa uning tarbiyasini olayotgan qizlar ham ana shunday ijobiy xarakter xislatiga ega bo'ladi. Muloqotchanlik xususiyatini shakllanishi temperament tiplariga ham bog'liq bo'ladi. Masalan, sangvinik tipdagi qizlarda samimiylik, xushmuomalilik, muloqotga tez kirishuvchanlik shakllansa, xolerik tipdagi qizlarda o'z fikrini dadil bildira olish, ya'ni qat'iylik bilan fikr aytish, bir so'zda tura olish, to'g'ri so'zlilik kabilar shakllansa, flegmatiklarda o'z fikrini bosiqlik bilan, mulohazalilik bilan bildirish, so'zlarni dona-dona aytish, kamgaplik shakllanadi, melanxoliklarda esa

o‘z fikrini ochiq bildira olmaslik, o‘z fikriga ishonmaslik, jur’atsizligi, tortinchoqligi natijasida maqsadiga erisha olmaslik kabi xususiyatlar namoyon bo‘ladi. SHunday ota-onalarni bilamizki, farzandlari bilan to‘g‘ri muloqotda bo‘lolmaydilar.

Qizlarni erta turmushga berishni olib qaraydigan bo‘lsak, hali qiz bola atrofdagilar bilan to‘g‘ri muloqot qilishni yaxshi o‘rganmasdan turib, ayniqsa qaynona bilan bo‘ladigan muloqot jarayoniga tayyor bo‘lmasdan uni turmushga berib yuborilmoqda. Oqibatda oilalar buzilmoqda. Ko‘pchilik buzilgan oilalarning sababini aniqlanganda avvalo muomala madaniyati yoshlarda yetarlicha shakllanmaganligini ko‘rish mumkin. O‘z navbatida ayrim qaynonalar ham kelinga nisbatan to‘g‘ri muomalada bo‘lmaydi. Kelinni o‘z qizlarining o‘rniga qo‘ya olmaydi. CHunki ular ham yoshligidan muomala madaniyatini o‘zlarida singdirib olmaganlar. Demak, qizlarimizni turmushga berishdan avval ularda muomala madaniyati, tinglash mahoratini shakllantirishimiz zarur. SHundagina oilalarimiz mustahkam bo‘ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Yosh psixologiyasi va pedagogik psixologiya: Ped. in-t. talabalari uchun o‘quv qo‘llanma/ M.G.Davletshin umumiy tahriri ostida. – T.: O‘qituvchi, 2010.
2. Narbaeva T. Mustahkam oila – millat tayanchi. Xalqaro anjuman mat. T.2018.
3. Maxsudova M. Muloqot psixologiyasi. «Turon-iqbol» nashr. T.2006.
4. Qarshiboyeva G. Psixologik maslahat. O‘quv qo‘llanma. Архив Научных Публикаций JSPI.

SHARQ MUTAFAKKIRLARI NAZDIDA OILADA O‘SPIRINLAR MA’NAVIY-AXLOQIY TARBIYASIDA MILLIY QADRIYATLAR VA MA’NAVIY MEROSNING O‘RNI

Razakova R.S

“Pedagogika va psixologiya” kafedrası PhD. dotsent. UrDU

Kirish. Milliy qadriyatlar muayyan millatning asrlar osha yashab kelayotgan bebaho ma’naviy boyluk hisoblanadi. Ular jamiyat a’zolarini ruhan yaqinlashtirish, yoshlarni tarbiyalash, ijtimoiy hayotni barqarorlashtirish, avlodlar o‘rtasidagi ma’naviy vorislik tuyg‘usining bardavomligigata’sir ko‘rsatishday beqiyos ahamiyatga ega. Shuning uchun ham qadriyatlarni asrab – avaylash va yosh avlodga ma’naviy meros sifatida yetkazish masalasi dolzarb muammolardan sanaladi. Ayniqsa, insonlar, mamlakatlar va qat’alar o‘rtasidagi oqilona vositalari kuchayib borayotgan hozirgi globallashuv jarayonida bu masala yanada muhim ahamiyat kasb etadi .

Yoshlarning ma’naviy shakllanishida qadriyatlarni mazmun – mohiyatini, odob– ahloq, ta’lim – tarbiya sohasidagi qariyatlarimiz bilan uyg‘unligini ta’minlash milliy – ahloqiy qadriyatlarimizni tiklash, ulardan to‘la baxramand bo‘lish, yosh avlodni ular bilan tanishtirish, mustaqilligimizni yanada

mustaxkamlashda yoshlarda insonparvarlik, vatanparvarlik singari fazilatlarni qaror toptirishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Bugungi kunda yosh avlodni yuksak ma'naviyatli qilib shakllantirish, mustaqil mamlakatimizning ishonchli va intellektual salohiyatli fuqarolari etib tarbiyalash uzluksiz ta'lim tizimining dolzarb vazifali bo'lib hisoblanadi. Respublikamizda keyingi o'n – o'n besh yil davomida yoshlar ma'naviyatini shakllantirishda qadriyatlardan foydalanishi muammosiga qiziqishi kuchaydi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili (Literature review). Darhaqiqat, Sharqning buyuk allomalari va ma'rifatparvarlari hisoblangan Abu Nasr Forobiy, Abu Rayhon Beruniy, Abu Ali ibn Sino, Kaykovus, Yusuf Xos Hojib, Alisher Navoiy, Husayn Voiz Koshifiy, Zahiriddin Muhammad Bobur, Rizouddin ibn Faxruddin, Ahmad Donish, Abdulla Avloniy, Fitrat va boshqalarning asarlarida Markaziy osiyoda yashab kelayotgan xalqlar, jumladan, o'zbek xalqining oilaviy hayoti, undagi o'zaro munosabatlarning (ayniqsa er-xotin) milliy psixologik xususiyatlari, er-xotinning burch va vazifalari, oilaning turmush tarzi va tarbiyaviy muhiti va boshqalar haqida qimmatli fikrlar mavjud.

Birinchi prezidentimiz I.A.Karimov alohida ta'kidlab o'tganlaridek, "Sharqda qadim-qadimdan oila muqaddas Vatan sanalgan. Halollik, rostgo'ylik, or-nomus, sharmu-hayo, mehru-oqibat, mehnatsevarlik kabi barcha insoniy fazilatlar, eng avvalo, oilada shakllangan". [1]

Oilaviy turmush va undagi shaxslararo munosabatlar madaniyatiga xos masalalar buyuk muhaddis allomalar Muhammad ibn Ismoil Buxoriy, At-Termiziy ijodlarida hamda tasavvuf falsafasining yirik namoyandalari bo'lmish Ahmad Yassaviy, Baxovuddin Naqshband, Najmiddin Kubro tariqatlarida ham keng yoritilgandir.

Sharq mutafakkirlarining ilmiy-madaniy merosini o'rganar ekanmiz, ularda bayon qilingan oilaviy turmush qoidalari, undagi shaxslararo munosabatlar madaniyati, farzand kamoloti, erkak bilan ayol munosabati, insoniy fazilatlarning shakllanishi haqidagi qimmatli fikrlar sharq xalqlari, xususan, o'zbek xalqining og'zaki ijodi, eposining (o'zbek xalq maqollari, ertaklari, dostonlari, afsonalari, rivoyatlari) uzviyligi asosida tarkib topgan ilmiy-madaniy meros ekanligini ko'ramiz.

Chunonchi, o'zbek xalqining og'zaki ijodi va eposlarida mardlik, halollik, kamtarlik, ishonch, sevgiga-sadoqat, do'stlik, adolatlilik, mehnatsevarlik, hamfikrlilik, orastalik, go'zallik, oqillik, e'tiqod, hurmat-ehtiro, oila sha'ni va g'ururini himoya qilish, tug'ilgan joyiga muhabbat, ezgulikka intilish, halol va pok yashash ulug'langan. Bu voqelikni biz Alpomish, Kuntug'mish, Go'ro'g'li, Oysuluv, Layli va Majnun, Yusuf va Zulayho kabi qator o'zbek xalq dostonlarining qahramonlari misolida ko'rishimiz mumkin.

"Qadimiy eposlarda ayollar bilan erkaklar teng ijtimoiy mavqega ega shaxslar sifatida gavdalanadi, ayollar erlaridan qolishmaydigan jasoratli qilib tasvirlangan". [2]

Sevib turmush qurish, sevgida vafodorlik, oilaviy totuvlik kabi insoniy xislatlar o'rta Osiyo xalqlari, xususan, o'zbek urug'lari va elatlarining xarakterli xususiyati sifatida saqlanib qolgan.

Ma'lumki, muqaddas dinimiz islomda, uning asosiy manbalari hisoblangan "Qur'oni Karim" va Hadislarda ham oilaviy turmushning va er-xotin munosabatlarining barcha tomonlari haqida qimmatli ma'lumotlar va shar'iy qonunlar yoritilgan. Islomda bo'lajak oilaning vujudga kelishiga alohida e'tibor berilgan. Shariat bo'yicha nikohdan o'tishda quyidagi qoidalarga amal qilish lozim bo'lgan.

1.Nikohlanuvchilarning o'zaro roziligi. 2.Nikoh yoshiga to'lish. 3.Nikohni guvohlar ishtirokida tuzish. 4.Kelin uchun qalin va mahr to'lash. 5. Diniy e'tiqod birligi. 6.Nikohlanuvchilar yaqin qarindosh bo'lmasligi. 7.Tabaqa bo'yicha tenglik. 8.Nikohdan o'tuvchilarning ruhiy jihatdan sog'lom bo'lishi.

Bu shartlarga rioya qilinib tuzilgan nikohgina qonuniy hisoblanib, taraflarni tegishli huquq va majburiyatlar bilan ta'minlagan. Oilaviy hayot va undagi munosabatlar bobida Ahmad Donishning qarashlari alohida e'tiborga loyiqdir. U o'zining "Nodir voqealar" asarida oilaviy hayotning turli jabhalari nikoh odoblari, uylanish shartlari, ishq-muhabbat va sevishganlarning odobi, qaynona-kelin nizolari, farzandlarga vasiyat, kasb-hunarlarining foydasi haqida qimmatli fikrlarni bayon etgan. Uning fikricha, har bir inson muayyan yoshga etgandan keyingina unda uylanish va oila qurishga zarurat hosil bo'ladi. Bu davrga kelib inson oila nikoh munosabatlari, oilaviy hayot quvonchlari va tashvishlaridan boxabar, oilaviy baxt, farzand tarbiyasi, er-xotinlik va ota-onalik burchlarini tushunib etgandirlar. Ahmad Donish uylanish shartlariga o'sha davr uchun xos bo'lgan xislatli turmush quruvchilarning biron-bir kasb sohibi ekanligini, uy-joy sohibi bo'lishini, oila va oilaviy hayot masalalarini egallab olganliklarini nazarda tutadi. O'sha davrga xos uylanish shartlari (qiz tomonidan qo'yilgan) yangi oilaning farovonligi, to'kisligini ta'minlaydigan omillardan hisoblangan.

Ahmad Donish o'sha davrdagi uylanishning maqsadi va motivi o'ziga xosligi, shunga qaramay, xotinlarning ham erkaklarday izzat nafi borligi, ular o'zlarini erkaklardan kam tutmasligi, shuning uchun ularning haq-huquqlarini himoya qilish zarurligini aytib o'tadi. Ahmad Donishning qarashlarida ham oilaning baxti, oila farovonligi uning mustahkam va barqarorligi xotinga, uning axloqiy va ma'naviy kamolotiga bog'liqdir.

XX asr Turkiston jadidchiligining ulkan namoyandalaridan biri Abdurauf Fitrat "Oila" nomli asarida farzandlar tarbiyasi, qizlar ham ilm olish kerakligi va bu sohada ota-onaning vazifalari, uylanish va uylanmaslik, uylanishda qanday xotin tanlash lozim, bo'lajak er-xotin birinchi marta nimalarga e'tibor berishi lozimligi, er-xotinning qanday yashamoqlari xususida oilaning maishati va idorasi, er xotinga xos sifat va fazilatlar to'g'risida hayotiy ma'lumotlarga tayanib ilg'or g'oyalarni ilgari suradi. U "millat taqdiri mana shu millat vakillari yashagan oilaning holatiga bog'liqdir, qaerda oila munosabati kuchli intizomga tayansa, mamlakat va millat ham shuncha kuchli va tartibli bo'ladi", deb yozadi [3]

Fitrat mazkur asarining uylanishda qanday xotin tanlash lozim mavzusida "er xotin mushkulotdan iborat bo'lgan hayot safarida birga bo'lib, jismoniy va ruhiy osoyishtalikka sherik, insoniy vazifalarni bajarishda dastyor, qayg'u va umidsizlik damlarida g'amxo'r, saodat va baxtiyorlik chog'lari bir-birlariga hamdam bo'lishlari lozim. Shunday ekan, ular albatta, eng avvalo, bir-birlarini

kamoli diqqat va tajriba yuzasidan imtihon qilishlari zarur. Xotin erkak holidan va yigit qiz ahvolidan yaxshigina xabardor bo'lib, keyin turmush qurishlari lozim" deb ogohlantiradi. Fitratning fikricha, uylanish uchun yana to'rt narsaga alohida e'tibor berish lozim: mol, nasab, husn va imonu-e'tiqod. "Uylanish orzusida bo'lgan er bilan xotinning mol (boyluk)lari va nasablari taqriban bir xil bo'lishi lozim. Aks holda er bilan xotin bir-birlariga teng bo'lmay, hayotini mudom azobga qo'yadi".

Sharq mutafakkirlarining ma'naviy merosidan bunday misollarni adoqsiz davom ettirish mumkin. Ko'rinib turibdiki, oila barqarorligiga shaxslararo munosabatlar ta'siri masalasiga Sharq mutafakkirlari va ma'rifatparvar ziyolilari alohida e'tibor bilan qaraganlar. Ularning asarlarida oilaning muqaddasligi, uning jamiyat hayotida tutgan o'rni, oila muqaddasligini belgilovchi muhim milliy-madaniy va milliy-psixologik omillar ko'rsatib o'tilgan.

Ayniqsa, oilaning asosini tashkil etuvchi er va xotinga xos sifat va fazilatlarning shakllangan bo'lishi, ular oilaviy burch va vazifalarini sadoqat bilan ado etishlari, bir-biriga mehribon va kechirimlilik eng muhim qadriyat sifatida e'zozlanadi[4].

Oila barqarorligini belgilovchi shaxslararo munosabatlar ta'siriga xos qimmatli ma'lumotlar hozirgi oilaviy turmush va uning barqarorligini ta'minlashda ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa va takliflar (Conclusion/Recommendations). Ma'naviy-axloqiy tarbiya mohiyatiga ko'ra inson ongining jamiyat bilan aloqadorligi, jamiyat oldida burchli ekanligi, o'z xulq-atvorini jamiyat taraqqiyoti darajasiga bog'liqligini tushunishi, jamiyat tomonidan tan olingan axloqiy me'yor, ideal hamda talablarni bajarishda mas'uliyatni his etishi, ma'naviy-axloqiy bilimlarning e'tiqodga aylanishi va bu e'tiqodlarning tizimlilik, mustahkam ma'naviy-axloqiy his-tuyg'u va xislatlarni shakllantirish, farzandlar tomonidan ma'naviy-axloqiy xulq-atvor jamiyat a'zolariga bo'lgan hurmat-e'tiborni namoyon etuvchi mezonlardan ekanligining anglab etilishi, ma'naviy-axloqiy odatlarning shakllanishi va boshqalardan iborat.

Demak, ma'naviyatli inson bilimli, ma'lum kasb-hunar sohibi, o'z Vatanining sodiq fuqarosidir. O'z davlati qonunlarini biladigan va ularga amal qiladigan, yurti bilan g'ururlana oladigan inson. O'z Vatani boyluklarini saqlaydigan, uni yanada boyitadigan, go'zalliklaridan bahramand bo'ladigan shaxs. U har qanday zararli illatlarga qarashi kurashadigan, milliy va umuminsoniy qadriyatlarni avaylab asraydigan insondir.

Barkamol insonni tarbiyalash, mehr-muruvvat tuyg'usiga boy shaxsni voyaga etkazish eng ustivor vazifalardan biri bo'lib qoladi, bu esa jamiyatimizda mehr-muruvvat madaniyatini rivojlantirishni taqazo etadi. Chununchi, mehr-muruvvat madaniyatini o'zida shakllantira olgan har bir inson ruhan va jismonan sog'lom bo'ladi[5].

Shu jihatdan olganda barcha farzandlarimiz qalbida mehr-muruvvat va rahmdillik tuyg'ularini shakllantirish va kamol toptirish tuyg'ularini shakllantirish va kamol toptirish printsiplal mohiyatga ega bo'lib, bu vazifaning izchil amalga oshirilishi ota-ona zimmasidir. Zero ota-onaning burchlaridan eng oliysi ana shu

ma'naviy tarbiya riqali, qadriyatlar orqali, vatanga sodiq farzandlarning tarbiyalash va ularda vataniga, o'z xalqiga nisbatan faxrlanish tuyg'usini uyg'otishdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Karimov I.A. Jamiyatimiz mafkurasi xalqini - xalq, millatini - millat qilishga xizmat etsin. -T.: "O'zbekiston", 1998 -30 b.
2. Usmonov M., Hamidov X. Donishmandlar oila haqida. – T. "Cho'lpon" 1999. – 62 b.
3. Karimova V. Oilaviy hayot psixologiyasi: O'quv qo'llanma. – T.: 2006 – 142 b.
4. Abdurauf Fitrat. Oila. - T.: "Ma'naviyat" 2000. -112 b.
5. Razakova R. S. The Essence of the Concept of Family Life in Modern Psychology //Excellencia: International Multi-disciplinary Journal of Education (2994-9521). – 2024. – T.2. – №. 1.– C. 339-342.
6. Ismailova A. R. Osobennosti myslitelnoy deyatelnosti shkolnikov v podrostkovom vozraste //conference of natural and applied sciences in scientific innovative research. – 2024. – t. 1. – №. 1. – s. 169-175.
7. Saylaubekovna R. R. Fertil atamasi va fertil yoshdagi insonlarning psixologik xususiyatlari //Journal of Science-Innovative Research in Uzbekistan. – 2023. – T. 1. – №. 3. – S. 21-24.
8. Razakova R. S., Narimonovna Y. I. Bog 'cha yoshidagi bolalarda xotiraning rivojlanishi //Journal of Science-Innovative Research in Uzbekistan. – 2024. – T. 2. – №. 2. – C. 196-201.
9. Адамoвa Ў. K. Psixologiyada shaxsga samarali ta'sir ko'rsatish usullari.

AYOLLARGA NISBATAN OILADAGI TAZYIQ VA ZO'RAVONLIK HOLATLARI

Tillayeva Nodira

Toshkent Amaliy Fanlar Universiteti o'qituvchi

Kirish. Insonlarning o'zaro ijtimoiy munosabatlari asosida insoniyat taraqqiyotining o'ziga xos jihatlari va tarixiy rivojlanish shakllari paydo bo'lgan. Tazyiq va zo'rvonlikka asoslangan xulq-atvor hamda o'zaro munosabatlar ham mazkur jarayonda o'z o'rniga ega. Tarixga nazar solsak, ijtimoiy taraqqiyotning har bir bosqichida zo'rvonlikka asoslangan munosabatlarni ko'rish mumkin. Zero zo'rvonlik ham ijtimoiy munosabatlarning bir ko'rinishi sifatida azaldan barcha jamiyatlarda mavjud bo'lib kelgan. Tazyiq va zo'rvonlik holatlarini ijtimoiy munosabatlar nuqtayi nazaridan ko'rib chiqish insoniyat taraqqiyotini boshqa tomondan anglash imkonini beradi.

Har yili sayyoramiz bo'ylab yarim milliondan ortiq odam zo'rvonlikdan vafot etadi, ko'pchiligi jamoaviy va shaxslararo nizolar natijasida tan jarohatlari oladi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, zo'rvonlik dunyo bo'ylab 15 yoshdan 44 yoshgacha bo'lgan odamlar o'limining asosiy sabablaridan biridir[1].

Asosiy qism. Ma'lumki, insoniyat doimo har tomonlama mukammallikka intilib kelgan. Lekin, afsuski, jamiyat bir maromda rivojlanmaydi. Ba'zan

taraqqiyot turli urush va zo‘ravonliklar bilan o‘rin almashib keladi. Umuman olganda, zo‘ravonlik ham aynan mana shunday buzilish holatlaridan biri sanaladi. Zo‘ravonliksiz jamiyat mukammal jamiyat bo‘lardi. Shu sababli zo‘ravonlik hodisasini ijtimoiy va individual hayotning ajralmas elementi sifatida ilmiy jihatdan o‘rganish muhim ahamiyat kasb etadi.

A.A.Guseinov va R.A.Apresyan kabi bir qator olimlarning fikricha: “Zo‘ravonlikning mohiyati odamlar o‘rtasidagi iroda erkinligini yo‘q qilish jarayoni bo‘lib, bir tomonning kuch ishlatish va tashqi majburlash yo‘li bilan o‘z irodasini boshqalarga yuklashidir”[2]. Olimlarning nazarida bitta fikrning ikkinchi fikrga o‘z xohishi bilan bo‘ysunish holati bundan mustasno. Misol uchun, oilada o‘g‘il otasining fikrini ma‘qul bilib, unga o‘z xohishi bilan bo‘ysunishi zo‘ravonlik holati hisoblanmaydi.

Zo‘ravonlik va tazyiq tushunchasini har tomonlama o‘rganish va ishlab chiqish muhim ahamiyatga ega. Chunki bunday munosabatlar doimiy ravishda davlatlar, millatlar, alohida guruhlar, shaxslar va oila a‘zolari o‘rtasida sodir bo‘lishi kuzatiladi. Oiladagi zo‘ravonlik va tazyiq holatlarini o‘rganganda uning tarkibiy elementlarini alohida inobatga olish hamda omillarni tahlil qilish dolzarb sanaladi.

AQSHda XX asrning ikkinchi yarmida oiladagi zo‘ravonlik milliy muammo sifatida e‘tirof etildi va fanlararo ilmiy tahlil obyektiga aylandi. Eng mashhur ilmiy loyihalar qatoriga 1975-yilda amerikalik sotsiologlar tomonidan o‘tkazilgan hamda 1985-yilda A.Strauss[3] boshchiligidagi bir guruh mutaxassislar tomonidan oiladagi zo‘ravonlik muammolarini umummilliy o‘rganishni davom ettirilishi kiradi. Bu sotsiologlar va boshqa bir qator amerikalik olimlar (L. Lerman, L. Sherman, R. Burk, D. Finkelxor, K. Yollo va boshqalar) bugungi kungacha oiladagi zo‘ravonlik sohasini o‘rgangan yetakchi mutaxassislardan hisoblanadi[4]. Bugungi kunda ham AQSH hukumati oiladagi zo‘ravonlikni tadqiq qilish va unga qarshi kurashishning yangi yondashuvlarini ishlab chiqishga katta sarmoya kiritib kelmoqda.

Ayollarga nisbatan eri yoki yaqin sherigi tomonidan zo‘ravonlik va tazyiq o‘tkazilishi sog‘liqni saqlash va inson huquqlarining jiddiy buzilishi hisoblanadi. JSST tomonidan e‘lon qilingan hisob-kitoblarga ko‘ra, dunyo bo‘ylab, taxminan, har uchinchi (30%) ayol o‘z hayoti davomida turmush o‘rtog‘i yoki boshqa shaxs tomonidan jismoniy yoki jinsiy zo‘ravonlikka duchor bo‘ladi[5].

Oilaviy zo‘ravonlik global muammolardan biri bo‘lib, ayollar begonalar tomonidan emas, balki o‘z oila a‘zolarining tajovuzkor harakatlari qurboni bo‘ladi. Bu badanga unchalik katta bo‘lmagan yengil shikast yetkazish bilan bog‘liq o‘rta og‘irlikdagi jinoyatlar hamda qotilliklarga tegishli. Yaqin insonlariga nisbatan tajovuz holatlari deyarli barcha mamlakatlarda qayd etiladi. Shu nuqtayi nazardan guruhdagi, jumladan, oiladagi tazyiq va zo‘ravonlik holatlarini quyidagicha ta‘riflash mumkin:

Zo‘ravonlik biror insonga nisbatan jismoniy, ruhiy, jinsiy va iqtisodiy ta‘sir o‘tkazish yoki bunday ta‘sir o‘tkazish choralarini qo‘llash bilan tahdid qilish orqali ularning hayoti, sog‘lig‘i, jinsiy daxlsizligi, sha‘ni, qadr-qimmatini va qonun bilan himoyalangan boshqa huquqlari hamda erkinliklariga tajovuz qiladigan

g'ayrihuquqiy harakat yoki harakatsizlik holatlarini qamrab oladi. Tazyiqesa sodir etilganligi uchun ma'muriy yoki jinoiy javobgarlik nazarda tutilmagan, insonning, jumladan, xotin-qizlarning sha'ni va qadr-qimmatini kamsitadigan harakat yoki harakatsizlik, shilqimlik holatlarini nazarda tutadi.

Oiladagi tazyiq va zo'ravonlik – shaxsning jismoniy va ruhiy salomatligiga zarar yetkazadigan, oila a'zolarining maqbul hayotiga xalal beradigan, oiladagi bolalarning normal rivojlanishi uchun xavf tug'diradigan, oila a'zolaridan birining huquqlarini buzadigan har qanday harakatdir.

Bugungi kunda oiladagi tazyiqlar va zo'ravonliklar tufayli ayollarni asrash va himoya qilish muhim ahamiyat kasb etmoqda. O'zbekiston Respublikasi "Xotin-qizlarni tazyiq va zo'ravonlikdan himoya qilish to'g'risida"gi Qonunining 3-moddasiga ko'ra, "*tazyiq va zo'ravonlikdan jabr ko'rganlar* – o'ziga nisbatan tazyiq va zo'ravonlik sodir etilishi tahdidi ostida bo'lgan yoki tazyiq va zo'ravonlik natijasida jabrlangan ayollar"dir.

Oilaviy zo'ravonlik va tazyiq o'tkazish zo'rlik qilish xatti-harakatlarida namoyon bo'lib, u ko'p hollarda jismoniy zo'ravonlik va tazyiq bilangina chegaralanmaydi, balki oiladagi insonlarni qat'iy chegaralash, xo'rlash, zug'um o'tkazish va qo'rqitish kabi shakllar orqali ham namoyon bo'lishi mumkin. Shunga ko'ra, oiladagi tazyiq va zo'ravonliklar *jismoniy, jinsiy, ruhiy va iqtisodiy* turlarga ajratilishi mumkin.

Xotin-qizlarga nisbatan oiladagi jismoniy zo'ravonlik xotin-qizlarga nisbatan og'irligi turli darajada bo'lgan tan jarohatlari yetkazish, ularni xavf ostida qoldirish, hayoti xavf ostida qolgan shaxsga yordam ko'rsatmaslik, zo'ravonlik xususiyatiga ega boshqa huquqbuzarliklar sodir etish, jismoniy ta'sir o'tkazish yoki bunday ta'sir o'tkazishning o'zga choralarini qo'llash bilan tahdid qilish orqali xotin-qizlarning hayoti, sog'lig'i, erkinligi hamda qonun bilan himoya qilinadigan boshqa huquqlari va erkinliklariga tajovuz qilinadigan zo'ravonlik shaklidir.

Xotin-qizlarga nisbatan oiladagi jinsiy zo'ravonlik o'z ichiga xotin-qizlarga nisbatan ularning roziligisiz shahvoniy xususiyatga ega harakatlarni sodir etish orqali jinsiy daxlsizlikka va jinsiy erkinlikka tajovuz qiladigan zo'ravonlik xatti-harakati, shuningdek, zo'rlik ishlatish bilan tahdid qilish yoxud ayol jinsidagi voyaga yetmagan shaxslarga nisbatan axloqsiz harakatlar sodir etish orqali uchinchi shaxs bilan jinsiy aloqa qilishga majburlash holatlarini qamrab oladi.

Xotin-qizlarga nisbatan oiladagi iqtisodiy zo'ravonlik xotin-qizlarga nisbatan turmushda amalga oshirilgan zo'ravonlik turi bo'lib, xotinqizlarning normal yashashi va kamol topishi uchun oziq-ovqat, uyjoy hamda boshqa zarur shart-sharoitlar bilan ta'minlanishga bo'lgan huquqini, mulk huquqini, ta'lim olish hamda mehnatga oid huquqini amalga oshirishni cheklashga olib keladigan harakat yoki harakatsizlikni o'z ichiga oladi.

Xotin-qizlarga nisbatan oiladagi ruhiy zo'ravonlik xotin-qizlarni haqoratlash, ularga tuhmat qilish, tahdid qilish, ularning sha'ni va qadr-qimmatini kamsitish, shuningdek, ularning xohish-irodasini cheklashga qaratilgan boshqa harakatlarda ifodalanadigan zo'ravonlik turi bo'lib, reproduktiv sohada nazorat qilish, tazyiq va zo'ravonlikdan jabrlanuvchida o'z xavfsizligi uchun xavotir uyg'otgan, o'zini

himoya qila olmaslikka olib keladigan yoki ruhiy sog'lig'iga zarar yetkazgan harakat yoki harakatsizliklardir.

Deyarli barcha davlatda zo'ravonlik holatlari, jumladan, oiladagi zo'ravonliklar borasida to'plangan statistik ma'lumotlar mavjud bo'lib, ular mavjud holat yuzasidan o'zgarishlarni yillar kesimida kuzatish imkonini bersada, oilaviy zo'ravonlikdan jabrlanganlarning aksariyati bu borada ma'lumot berishni lozim topilmasligi sababli oilaviy zo'ravonlik va tazyiq holatlarining aniq ko'lamini bilish imkoni chegaralagan. Oiladagi tazyiq va zo'ravonlik holatlarini o'rganish mutasaddi organ vakillarining mahorati va tajribasini talab qiladi.

Zo'ravonlik va tazyiqqa sabab bo'luvchi umumiy omillarga quyidagilarni kiritish mumkin:

- ta'lim va madaniyat darajasining pastligi jinsiy zo'ravonlikni sodir etish va jinsiy zo'ravonlikka duchor bo'lish ehtimolini oshiradi;

- bolalik davrida zo'ravonlikni boshdan kechirish zo'ravonlik qilish va unga duchor bo'lish ehtimolini oshiradi;

- oilada kuzatilgan zo'ravonlik tufayli zo'ravonlik qilish va unga duchor bo'lish ehtimoli oshadi;

- shaxsning antisotsial jihatdan buzilishi zo'ravonlik qilish ehtimolini oshiradi;

- spirtli ichimliklar yoki narkotik moddalarni iste'mol qilish zo'ravonlik qilish va unga duchor bo'lish ehtimolini oshiradi;

- erkaklarning zararli odatlari va xulq-atvor normalari, shu jumladan, ko'pxotinlilikka moyillik va zo'ravonlikni oqlaydigan munosabatlar zo'ravonlik qilish ehtimolini keskin oshiradi;

- erkaklarga imtiyozli yoki yuqori lavozimni, ayollarga esa pastroq lavozimni belgilovchi ijtimoiy normalar erkaklar tomonidan amalga oshirilgan zo'ravonlik holatlarini oqlash va bunga yo'l ochib berish;

- ayollarning ishga joylashishdagi imkoniyatlarining cheklanganligi ularni tazyiq ostida yashashga ko'nikishiga sabab bo'ladi;

- gender tengligining quyidarajasi, ya'ni diskriminatsion qoidalar ayollarning qaram bo'lib, chidabyashashiga olib keladi.

Ko'plab tadqiqotlar va kuzatishlar natijasida oilada turmush o'rtog'i tomonidan zo'ravonlik va tazyiqqa uchragan ayollarning soni ko'payishiga sabab bo'luvchi omillar mavjudligi aniqlandi. Ularni shartli ravishda to'rtga bo'lish mumkin:

- erning o'tmishida birovga zo'ravonlik qilish va tazyiq o'tkazish tajribasi mavjud bo'lsa;

- er va xotin o'rtasidagi kelishmovchiliklar va oilaviy hayotdan qoniqmaslik holatining mavjudligi;

- juftlikning o'zaro munosabatidagi qiyinchiliklar;

- erkakning oiladagi dominantlikka, hamma narsani nazorat qilishga intilishi.

Oiladagi zo'ravonlik tufayli xotin-qizlarda qisqa va uzoq muddatli, yengil yoki jiddiy jismoniy, ruhiy, jinsiy va reproduktiv salomatlikka oid muammolar kelib chiqishi mumkin. Zo'ravonlikning yuqorida keltirilgan turlari oiladagi

farzandlarga ham ta'sir o'tkazmay qo'ymaydi. Bu esa jamiyat uchun katta ijtimoiy va iqtisodiy muammolar hamda xarajatlar keltirib chiqaradi. Oiladagi zo'ravonlik bir qator ayanchli oqibatlariga olib kelishi mumkin. Bularga, asosan, quyidagi holatlar kiradi:

- o'lim yoki o'z joniga qasd qilish holatlari;
- jiddiy lat yeyish va jarohatlanish: zo'ravonlik haqida xabar bergan ayollarning 42 foizi turmush o'rtog'i tomonidan amalga oshirilgan zo'ravonlik tufayli jarohatlanganligi ma'lum bo'lgan[6];
- ayol homiladorlik davrida amalga oshirilgan zo'ravonlik tufayli 13 foiz holatda homilaning tushishi, 41 foiz holatda esa bolaning vaqtdan oldin tug'ilishiga sabab bo'lgani kuzatilgan[7];
- depressiya va posttravmatik stress psixologik o'zgarishlarga sabab bo'ladi;
- zo'ravonlikni boshdan kechirgan insonlarning ichkilikbozlik yoki giyohvandlikka ruju qo'yishi.

Shubhasiz, oilada ota-ona bolalarning kamol topishida kattata'sir ko'rsatadi. Farzandlar uchun ota-onaning xulq-atvori, to'g'ri va noto'g'ri xatti-harakatlari namuna sifatida gavdalanadi. Har birimiz ota-ona munosabatlarining namunasiga egamiz, lekin afsuski, u har doim ham muhabbat va o'zaro hurmatni ifodalamaydi. Dunyoda har kuni ko'plab bolalar oilaviy zo'ravonlikning guvohi bo'ladi. Ular jamiyatning eng zaif va yordamga muhtoj qatlami bo'lib, bu kabi ayanchli holatlarning guvohi, jabrlanuvchisiga aylanadi. Notinch muhitga ega oila farzandlari uchun bu muhit tabiiydek tuyuladi, ular hamma narsa boshqacha bo'lishi mumkinligini tasavvur ham qilolmaydi. Ayniqsa, kichik yoshdagi bolalar ota-onasiga bog'liq bo'ladi, ular otasi nima uchun onasini kaltaklashini tushunolmaydi. Ba'zan sodir bo'layotgan voqealar uchun o'zini aybdor sanashi mumkin. Shu bilan birga, bolalarning kattalarga o'z muammolari haqida gapirishi qiyin bo'ladi. Ularga bu holatda yordam berish faqat ota-onalarning ishtirokida amalga oshirilishi mumkin.

Ota-onalarning zo'ravonligiga guvoh bo'lgan bolalarda tashvish, ruhiy tushkunlik, maktabda o'zlashtirish darajasining pastligi, qo'rquv, qo'rqinchli tushlar, ishtahaning yo'qligi (ortiqcha ovqatlanish yoki ovqatlanmaslik) kabi hissiy va xulq-atvor muammolarining paydo bo'lish xavfi yuqori bo'ladi. Bunday bolalar bolalik va o'smirlik davrida tajovuzkor xatti-harakatlarga moyil bo'lishi yoki aksincha, atrofdagi voqealarga befarq munosabatda bo'lishi va kelajakdagi oilaviy munosabatlarni qurishda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin.

Shuning uchun oiladagi tazyiq va zo'ravonlikka yo'l qo'ymaslik, jabrlanganlarni esa reabilitatsiya qilish muhim ahamiyatga ega. Bunda davlat siyosati doirasida mahalliy o'zini o'zi boshqarish organlari qatorida keng jamoatchilik va shaxsan fuqarolarning mas'uliyati va majburiyatlarini ado etishi asosiy o'rin egallaydi.

O'zbekiston qonunchiligida ma'lum normativ hujjatlar asosida oiladagi tazyiq va zo'ravonlikka uchrash holatlari va ularning oqibatlarini bartaraf etish hamda bu yo'nalishda bajarilishi kerak bo'lgan choratadbirlar belgilab berilgan. Ushbu normativ hujjatlarga "Xotin qizlarni tazyiq va zo'ravonlikdan himoya qilish

to'g'risida"gi Qonun[9], "Xotin- qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlar kafolatlari to'g'risida"gi Qonun[10], O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Ijtimoiy reabilitatsiya qilish va moslashtirish, shuningdek, oilaviymaishiy zo'rlik ishlatishning oldini olish tizimini takomillashtirish choratadbirlari to'g'risida"gi PQ-3827 sonli qarori[11], Vazirlar Mahkamasining "Moddiy yordam va ko'makka muhtoj oilalarni, xotin-qizlar va yoshlarni qo'llab-quvvatlash bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi qarori hamda "Tazyiq va zo'ravonlikdan jabrlangan xotin-qizlarga himoya orderi berish ijrosini ta'minlash va monitoringini yuritish to'g'risida"gi Nizom kiradi.

Ma'lumki, tazyiq va zo'ravonlikdan himoya qilish jarayoni oilada jabr ko'rgan xotin-qizlarning hayoti, sog'lig'i uchun paydo bo'lgan xavfni bartaraf etish-xavfsizligini ta'minlash, jabrlanuvchiga nisbatan tazyiq o'tkazgan va zo'ravonlik sodir etgan shaxs g'ayriqonuniy xattiharakatlarnitakroran amalga oshirishiga yo'l qo'ymaslik maqsadidagi iqtisodiy, ijtimoiy, huquqiy, tashkiliy, psixologik va boshqa tUSDagi kechiktirib bo'lmaydigan tadbirlar tizimini o'z ichiga qamrab oladi. O'z navbatida tazyiq va zo'ravonlikning oldini olish chora-tadbirlari xotin-qizlarga nisbatan tazyiq va zo'ravonlik sodir etishga olib keladigan sabablar hamda shart-sharoitlarni erta aniqlash va bartaraf etish, jamiyatda xotin-qizlarning zo'ravonlikdan xoli bo'lish huquqlaridan xabardorligini oshirishga qaratilgan iqtisodiy, ijtimoiy, huquqiy, tibbiy va boshqa choratadbirlar tizimi sifatida namoyon bo'ladi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, zo'ravonlik va tazyiq holatlari jamiyat rivojlanishining turli davrlari va darajalarida kuzatilgan bo'lib, ijtimoiy munosabatlarning negativ shakli sifatida ilmiy jihatdan tadqiq qilinishi maqsadga muvofiq. Bunda oilaviy zo'ravonlik va tazyiq oila ijtimoiy institutining barqaror rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi munosabat shakli sifatida unga olib keluvchi asosiy sabablar hamda uning oqibatlari, jumladan, farzand tarbiyasidagi ta'siri nuqtayi nazaridan o'rganilishi muhim ahamiyatga ega. Sharq va G'arb olimlarining tadqiqotlari doirasida olingan natijalarning umumiy va o'ziga xos jihatlari borligiga alohida e'tibor qaratilishi barobarida buning sabablari milliy va madaniy xususiyatlarga borib taqalishi mumkinligini inobatga olish lozim. Jamiyatdagi oilaviy zo'ravonlik va tazyiqning ko'lamini kamaytirish, oldini olish va oqibatlari bilan kurashish maqsadida xalqaro tajriba hamda amaliyotini o'rganish, kurash mexanizmlarini tadqiq etish, aniqlangan ustunlik va kamchiliklar ustida ishlash orqali jamiyatdagi holatni yaxshilash borasida amaliy chora-tadbirlar ishlab chiqish va qo'llash imkoni paydo bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2018 йил 2 июлдаги "Ижтимоий реабилитация қилиш ва мослаштириш, шунингдек, оилавий-маиший зўрлик ишлатишнинг олдини олиш тизimini такомиллаштириш чора-тадбирлари то'ғ'рисида"ги ПҚ-3827-сон қарори. <https://lex.uz/ru/docs/3804821>

2. "Хотин қизларни тазйиқ ва зўравонликдан ҳимоя қилиш тўғ'рисида"ги ЎРҚ-561-сон Қонуни. <https://lex.uz/docs/4494709>

3. “Хотин-қизлар ва эркаклар учун тенг ҳуқуқ ҳамда имкониятлар кафолатлари тўғрисида”ги ЎРҚ-562-сон Қонуни. <https://lex.uz/docs/4494849>

4. Татабадзе Г.С. Насилие как социальное явление. Вестник ВолГУ. Серия 7. Вып. 3. 2003-2004. – С.109–

116. <https://cyberleninka.ru/article/n/nasilie-kak-sotsialnoe-yavlenie> 5. Гусеинов А.А., Апресян Р.Г. Этика: Учебник. – Москва: Гардарики, 2000. – С. 32.

5. Насилие в семье: как это влияет на ребенка и что делать? <https://www.unicef.by/press-centr/360.html?fbclid=IwAR1DliRgMqUPiXfx5BYilL87PeIqgYXeqrDenrRywBhUrKDNvtUZPattj64>

6. Родина И.В. Социальная проблематизация насилия в семье в современной России. Диссертация. 2007. – 355 с. <https://www.dissercat.com/content/sotsialnaya-problematizatsiya-nasiliya-v-seme-vsovremennoi-rossii>

OILADA OTANING FARZANDLAR TARBIYASIGA TA’SIRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Xusanbayeva Ziyoda Maxmutdjon qizi
Toshkent Amaliy Fanlar universiteti o‘qituvchisi*

Hozirgi vaqtda onaning roliga, onalikning ayol va bola shaxsining shakllanishiga bag‘ishlangan ko‘p sonli tadqiqotlar mavjud. Lekin bolaning rivojlanishini, uning tarbiyasi va ijtimoiylashuvida otaning ro‘li kam o‘rganilgan muammolardan bo‘lib, bu masala oila psixologiyasi soxasida oilaga dolzarb va amaliy ahamiyatga ega bo‘lib bormoqda.

Yurtimizda oilaviy munosabat, farzandlar tarbiyasi masalalariga alohida ahamiyat berilmoqda. Shaxsning shakllanishida oiladagi muhit, ota-ona va farzandlar o‘rtasidagi munosabatlar muhim ahamiyat kasb etadi. Oilaviy nizolar oqibatida ro‘y berayotgan holatlar, oilalarning barbod bo‘lishi, millatlar, davlatlarning o‘zaro kelishmovchiligi yoshlarning tarbiyasiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatishidan dalolat beradi. Shunday ekan, ota oilada o‘z farzandlariga har tomonlama yurish-turishda, nutq odobida, so‘z madaniyatida, o‘zaro muomala jarayonida eng muhimi amaliy ish faoliyatida to‘g‘rilik va haqqoniylik, samimiylikka namuna bo‘lmog‘i kerak.

Farzand ayniqsa o‘g‘il bolalar otasidan andoza oladi, bola tarbiyasida otaning mavqeyi muhim sanaladi. Xalqimizning qadriyatlarida ota oilaning boquvchisi, moddiy jihatdan ta’minlovchisi, uning posboni deb qaralgan bo‘lsa, bugungi kunda, u ayrim oilalarda oddiy a’zo, boqimanda, iste’molchiga aylanib borayotganini kuzatishimiz mumkin. Bugungi kunda oila muammolari, oilaviy tarbiya masalalari, oilaning bola shaxsining rivojlanishiga ta’siri yanada dolzarb muammo bo‘lib bormoqda.

Ota-onalarning onalik va otalik uslublarini taqqoslashda otaning avtoritarligi asosan bolalarning bilim qobiliyatiga ijobiy ta’sir ko‘rsatishi, onaning avtoritarligi esa salbiy ekanligi ko‘rsatildi. Otaning intellektual xususiyatlari onaning bunday xususiyatlariga qaraganda aniqroq, uning jinsidan qat’i nazar, bolaning bilim

qobiliyatlarini shakllantirishga mos keladi. Bolalarning iqtidori va otalik kasbining murakkablik darajasi o'rtasida ijobiy muvofiqlik aniqlangan. Sharq mutafakkirlarimizdan Al-Xorzamiy, Abu Rayxon Beruniy, Abu Ali Ibn Sino, Axmad Yassaviy, Bahovuddin Naqshbandi, At-Termiziy, Al-Buxoriy, Bobarhim Mashrab, , Abu Nosir Farobiy, Burhoniddin Marg'iloniy, Mahmud Qoshg'ariy, Ahmad Donish, Yusuf Xos Xojib, Abdulla Avloniy, Abdurauf Fitrat, hamda hozirgi davr o'zbek olimlari M.G. Davletshin, G'.B. Shoumarov, V.M. Karimova, E.G'. G'oziyev, Sh.R. Baratov, M.Mamatov, B.M. Umarov va boshqalarning tadqiqotlarida ham oila muammosi, undagi er-xotin, farzand o'rtasidagi munosabatlar hamda barcha otaning farzandlar tarbiyasidagi roli oilaviy munosabatlar farzand tarbiyasiga ta'siri o'rganilgan. Bugungi kunda yurtimizda oila muammolari, undagi munosabatlarining ijtimoiy-psixologik jihatlari to'g'risida V.Karimova, D.Abdullayeva, F.Akramova, Z.Nishonova, G.Niyozmetova, M.Salayeva, N.Sog'inov, R.Samarov, Z.Rasulova, G'.Shoumarov va boshqa olimlarimizning olib borayotgan tadqiqotlarini alohida aytib o'tishimiz joiz. MDX mamlakatlari olimlaridan soha bo'yicha V.P.Levkovich, E.I.Pavlovich V.V.Boyko, G.M.Breslav, A.G.Volkov, S.V.Kovalev, kabi bir qator olimlar oila muammolari, Oliviy munosabatlarda ota-onaning roli bo'yicha ilmiy izlanishlar olib borganlar.

Ushbu mavzu xorijlik ayrim psixologlar, xususan, V. Kvinn, F.Zimbardo, D.Mayers boshqalarning tadqiqotlarida yoritib berilgan. Shuningdek, rus hamda fransuz olimlari tomonidan ham muayyan darajada o'rganilgan.

XULOSA

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, oilada ota boshqaruvi farzandlar tarbiyasida juda ham muhim hisoblanadi. Oila - inson o'z baxti va saodati, orzu-xavaslari, maqsad-muddaolarini mushtarak qilgan, o'zini inson sifatida idrok etib hayot nashidasini sura har bir inson uchun oila – bu umrning boshlanishi, barcha narsalarning muqaddimasidir. Ota va ona har bir farzandning hayotidagi eng aziz va eng muhim insonlardir. Ayni paytda farzandlarimiz otasining hayotidagi ishtirokiga, uning do'stligiga, g'amxo'rligiga, himoyasiga juda muhtoj. Ammo xo'sh, nima uchun otaning roli odatda ikkinchi darajali hisoblanadi? Sotsiologlar qiziqarli tadqiqotlar o'tkazdilar. Har o'n kishidan yettitasi ona va ota bolani tarbiyalashda teng mas'uliyat yuklaydi, deb hisoblaydi. Lekin haqiqatda otalar yiliga o'rtacha bir oydan kamroq vaqtni farzandlari bilan o'tkazadilar. Ammo otasiz o'sayotgan bolalar ancha yomonroq o'qishlari allaqachon ma'lum. Bundan tashqari, bunday bolalar jinoyat sodir etish ehtimoli ko'proq. Axir, har bir chaqaloq barkamol rivojlanishga muhtoj, bu faqat ikkala ota-onaning ishtirokida bo'lishi mumkin. Ona farzandiga mehr va mehr beradi, ota himoya va ishonch beradi. Ehtimol, ko'pchiligingiz ota ikkinchi ona emas, onaning o'rnini bosuvchi emas, balki ota, alohida narsa ekanligiga rozi bo'lasiz. Ota va onaning bola uchun o'ziga xos rollarini taxminan shunday tasvirlashimiz mumkin. Ona, birinchi navbatda, har qanday variantni qabul qiladigan, pushaymon bo'ladigan va uni tinchlantiradigan insondir. Ota sizni qayta-qayta sinab ko'rishga ilhomlantiradigan, o'zingizga ishonch uyg'otadigan va o'zingizga cheksiz afsuslanishingizga yo'l qo'ymaydigan, shuningdek, muvaffaqiyatsizlik sabablarini aniqlashga yordam beradigan odam.

Ikkalasi ham bola uchun juda muhimdir. Bugun farzand tarbiyasida otaning o'ri haqida ko'p gapiriladi.

Mutaxassislarning ta'kidlashicha, o'g'il yoki qiz bo'lsin, erkakning ta'sirisiz to'laqonli shaxsni tarbiyalash juda qiyin. Hech kim otasiz tarbiyada muvaffaqiyatga erishish imkoniyatini inkor etmaydi, lekin hayot shuni ko'rsatadiki, bu juda kam uchraydi. Axir, farzandining qanday o'sishi ota-onaga bog'liq. Muhimi, ota-onasi unga nima beradi, xususan, otasi unga dunyoda hech kim bera olmaydigan narsani berishi mumkin. Mutaxassislar, ayniqsa, ajralish haqida gap ketganda, buni unutmastlikni tavsiya qiladi. Har qanday sharoitda ham erkak ota bo'lib qolishi kerak. Psixologlar ota va onaning bolalarga nisbatan tarbiyaviy harakatlarining o'ziga xos xususiyatlarini bir-birini to'ldiruvchi, muvaffaqiyatli tarbiyalash uchun bir xil darajada zarur deb ta'kidlaydilar. Nemis psixologi Erich Fromm ota-onalarning bolalarga bo'lgan gender yondashuvini quyidagicha ajratdi: onalik printsiplari - so'zsiz sevgi tamoyili; ona o'z farzandlarini sevadi, chunki ular uning farzandlari. Ota mehri bolaning erishgan yutuqlariga, yaxshi xulq-atvoriga bog'liq. Hozirgi vaqtda tadqiqotchilarning e'tibori nafaqat "oilaning ta'lim salohiyati" kontseptsiyasining mazmuniga, balki otalikning tarbiyaviy salohiyati muammosini bir qator asosiy omillar: bilim va bilimning kombinatsiyasi sifatida o'rganishga qaratilgan. ; ota-onaning shaxsiy fazilatlari; uning motivlari va qadriyatlar tizimi. Ko'pgina olimlar (V.I.Zagvyazinskiy, A.D.Chexonin va boshqalar) "otalikni erkak va uning farzandi o'rtasidagi qon munosabatlari, tegishli huquq va majburiyatlarni keltirib chiqaradigan holdagina emas, balki ta'lim muassasasi (ya'ni me'yori) sifatida ham tushunish mumkin, deb ta'kidlaydilar. va oilada ham, alohida hayot sharoitida ham bolani tarbiyalashning tashkiliy tuzilishi), ota-onani (otaning o'zini ota-ona sifatida ko'rishi), pedagogik ongli (o'z imkoniyatlarini, tarbiyadagi roli va ahamiyatini tushunish bilan bog'liq) bola) va otaning bolaga bo'lgan faol (tarbiyaviy o'zaro ta'sirda namoyon bo'ladigan) munosabati.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Ibaydullayeva U.R. Ota-ona va farzandlar o'rtasidagi nizolarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori diss. - T.: 2022.
2. Kadirova A.T. O'smirlarda oilaviy nizolar to'g'ricida ijtimoiy tasavvurlarning shakllanishi. Psixologiya fanlari nomzodi diss. – T.: 2007. – 24 b.
3. Akramova F.A. Oilada sog'lom psixologik muhitni tarkib toptirishning ijtimoiy-psixologik asoslari. O'quv-uslubiy qo'llanma. – T.: 2014. – 185 b.
4. Rasulova F.F. O'smirlarda agressiv xulq-atvor namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlari: Avtoref. diss. ps. fan (PhD): 19.00.06 – T.: 2018. – 48 b.
5. Karimova V. M. "Psixologiya" T.Sharq 2002y.

EKSTREMAL VA FAVQULODDA VAZIYATLARDA PSIXOLOGNING VAZIFALARI

Abayev Abduvohid Abdulhamidovich

Andijon davlat universiteti umumiy psixologiya kafedrasi o'qituvchisi.

Понятие «ситуация» (от лат. situs—состояние) прочно вошло в науку, изучающую человека и его поведение, однако, несмотря на сферу употребления, понятие «ситуация» не всегда четко трактуется. Мы часто используем понятие «ситуация» как синоним понятия «окружающая среда». Чтобы избежать неоднозначности этих понятий, дадим характеристику каждому из них. Среда есть сумма внешних условий по отношению к человеку, а ситуация всегда включает в себя человека. Типы ситуаций неодинаковы, они соседствуют с типами среды (географической, социальной и т.д.). Среда характеризуется стабильностью и продолжительностью воздействия, при этом ситуация кратковременна. Окружающая среда не всегда является субъектом, но ситуация есть субъект, и это всегда «чья-то ситуация». Все это означает, что эти понятия не тождественны и не могут использоваться как синонимы.

Мы видим, что понятие «ситуация» трактуется по-разному в разных научных теориях. Например, если говорить об основных научных взглядах, то можно выделить несколько направлений, учитывающих соотношение субъективных и объективных факторов, являющихся структурными элементами ситуации.

Первыми исследователями понятия «ситуация» были бихевиористы. Известно, что представители этого направления извне создавали экспериментальные ситуации и изучали реальное поведение людей. Основная идея этих экспериментов заключалась в том, чтобы доказать, что форма поведения, однажды возникшая у человека, оказывает большое влияние на всю его жизнь. Такое поведение называется привычками. Д. Б. Уотсон был первым теоретиком, изучавшим поведение человека в различных ситуациях.

«Ситуация —это группа факторов, вызывающих действия в социальной жизни», — писал Д. Б. Уотсон, который считал, что ситуацию можно разделить на группу стимулов.[9]

В. Мишель, анализируя связь ситуации с личностными изменениями, подчеркивает, что, с одной стороны, поведение человека может быть адекватным ситуации, иными словами, в определенных ситуациях человек контролирует ситуационные факторы. С другой стороны, личные факторы могут сыграть важную роль в ситуации. Такие две трактовки ситуации позволили данному автору выделить две разные версии ситуаций: «сильную» и «слабую».

В «сильных» ситуациях индивидуальных вариантов поведения меньше, и основная роль отводится изменению ситуации. Поэтому внимание человека к таким ситуациям зависит от самой ситуации.

«Слабые ситуации» позволяют проявиться индивидуально-личностным особенностям человека, поэтому реакция человека во многом зависит от его особенностей. Таким образом, можно говорить о стабильности и нестабильности ситуаций.

При этом под ситуацией мы понимаем взаимодействие и взаимосвязь субъективно-объективных ситуаций, характерных для жизни конкретного человека и определенного момента его жизни.

Экстремальная ситуация- экстремус происходит от таких понятий, как последний, кризис, при котором личность как отдельный субъект окружена негативными воздействиями, обусловленными различными угрозами его восприятию, жизни и здоровью. На самом деле проявление экстремальной ситуации, связанной с различными факторами, оказывает прямое негативное влияние на психологическую природу человека. В результате у человека наблюдается определенный уровень депрессивных состояний. Чтобы выйти из этого депрессивного состояния, необходимо оказать человеку психологическую помощь. Для этого, прежде всего, необходимо знать психоэмоциональные факторы, вызывающие экстремальную ситуацию. Эти факторы включают в себя:

В чрезвычайной ситуации состояние специалистов подчиняется общим законам адаптации к стрессовой ситуации. Чувствительность специалиста к стрессовым факторам определяется индивидуальными психофизиологическими особенностями, уровнем стрессоустойчивости, стажем работы. Чрезвычайная ситуация всегда нарушает планы, выбивает из повседневного ритма. Для специалистов, имеющих опыт работы в подобных ситуациях, данная ситуация не чужда, а для молодого специалиста является одним из стрессовых факторов. Знание законов психической реакции на стресс повышает устойчивость организма к стрессу. Известно, что чрезвычайная ситуация может стать отправной точкой будущих изменений, запустить механизм динамики, в которой происходят изменения убеждений, образа жизни, ситуаций и эмоций или жизненного опыта людей, находящихся в центре событий. Это касается не только пострадавших, но и специалистов, которые им помогают. Обычно люди, работающие в чрезвычайных ситуациях, не задумываются о том, какой след они оставили на себе, хотя увиденное ими чужое горе и страдания не проходит бесследно. Несомненно, без достаточных знаний о психологических последствиях чрезвычайных ситуаций, навыков психического самоконтроля специалисты по экстремальным ситуациям более склонны к ухудшению самочувствия в будущем. Профессионалы имеют оборонительный стиль поведения, который показывает, что их жизнь не имеет никакой ценности. Среди них есть вещи, которые помогают конструктивно защититься от воздействия чрезвычайных факторов, нарушающих психику и приводящих к болезням, ухудшению состояния. После окончания работы могут возникнуть негативные реакции: нарушения сна (бессонница, бессонный сон); преобладание низкого настроения (преобладание чувства грусти, угнетенности). Обычно реакции могут продолжаться некоторое время после возвращения. За это время

организм постепенно восстанавливается. В профессиональной нагрузке психолога, работающего в чрезвычайных ситуациях, присутствуют конструктивные стили защитного поведения, они обладают специфическими навыками, умением «переживать», понимать, «работать» с эмоциональными впечатлениями от работы в чрезвычайной ситуации. Эти же знания могут помочь спасателям, пожарным.[9]

Психология экстремальных ситуаций — одна из областей психологии, возникшая в конце XX века. В последние годы во всем мире увеличивается количество чрезвычайных ситуаций (техногенных и природных катастроф, международных конфликтов, террористических актов). Это создает необходимость подготовки специалистов, способных оперативно оказать психологическую помощь пострадавшим в вышеуказанных ситуациях.

В конце 80-х годов посттравматические расстройства стали называть «психическими травмами». Событие воспринимается человеком как угроза его жизни, как нарушение нормальной жизнедеятельности и как травмирующее для него событие, то есть как определенный вид страдания.

В результате чрезвычайной ситуации мирная жизнь многих людей была нарушена. По этой причине люди испытывают потребность в помощи специалистов, в том числе психологов.

Оказание психологической поддержки в чрезвычайных и экстремальных ситуациях является самостоятельной областью психологической практики. Его уникальность связана с особыми условиями, в которых продолжает профессиональная деятельность психолога по оказанию неотложной психологической помощи.

Специфика условий определяется четырьмя факторами:

Наличие психотравмирующего события.

Фактор времени

Необычные условия для работы специалиста-психолога

Концентрация множества людей в одном месте, нуждающихся в психологической помощи

Экстренная помощь специалиста-психолога—это кратковременная помощь после сильного негативного стрессора (горя). Этот процесс включает в себя следующее:

Поддержание психологического и психофизического состояния человека на оптимальном уровне (помощь при острых стрессовых реакциях).

Профилактика отсроченных негативных реакций, в том числе избавление человека от негативных эмоциональных состояний, вызванных психотравмирующим событием.

Предупредить и при необходимости прекратить проявление выраженных эмоциональных реакций.

Консультировать пострадавших, их родственников и сотрудников служб экстренной помощи по особенностям снятия стресса.

Помощь специалистам, участвующим в ликвидации последствий стихийных бедствий.

Экстренная психологическая помощь осуществляется в 3 этапа.

Подготовительный этап

Основная сцена.

Заключительный этап

Целью работы на подготовительном этапе является подготовка детального плана мероприятий по оказанию неотложной психологической помощи. На этом этапе проводятся следующие работы:

- Сбор информации о психологической ситуации, вызванной чрезвычайной ситуацией.

- Определение рабочего места и порядка работы каждого специалиста

- Составление примерного плана работы.

На основном этапе работы по оказанию экстренной психологической помощи психологи работают по двум основным направлениям: помощь, направленная на обеспечение профессиональных условий труда специалистам, участвующим в ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций и оказанию помощи пострадавшим от чрезвычайных ситуаций.

Содержание деятельности психологов может быть различным, оно определяется на подготовительном этапе и отражается в плане работы. Содержание зависит от специфики ситуации.

На заключительном этапе будут проведены следующие мероприятия.

Помощь нуждающимся

Оказание психологической поддержки специалистам, участвующим в ликвидации чрезвычайных ситуаций

Обобщение и анализ информации, полученной в ходе работы по оказанию неотложной психологической помощи.

Составление прогноза смягчения последствий на основе обобщения и анализа данных.

Специалисты-психологи, работающие в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, при организации своей работы должны придерживаться следующих принципов и этических норм. [4]

Принцип защиты интересов клиента. Особенность применения этого принципа в экстремальных условиях состоит в том, что, в отличие от обычных условий, человек, работающий с клиентом, часто не заключает психотерапевтический контракт (как в случае консультирования или психокоррекционной работы).), то есть не оговариваются пределы работы с задачей. Это связано с тем, что психологическая помощь обычно ориентирована на текущую ситуацию клиента. Однако, несмотря на это, защита интересов клиента – главный принцип профессионального психолога.

Принцип безопасности. Специфика условий помощи позволяет вывести из этого принципа несколько результатов. Первый результат: краткосрочная помощь, то есть помощь должна быть направлена на исправление сложившейся ситуации, вытекающей из этой ситуации, одновременно обеспечивая экологическую безопасность осуществляемой деятельности для дальнейшей жизни клиента. Совершенно неправильно проводить психологическую работу с клиентом, имеющим давние-давние проблемы, потому что такая работа должна занимать много времени.

Принцип добровольности. В обычных условиях специалист зачастую занимает пассивную позицию (ожидает обращения клиента за помощью). В условиях экстренной психологической помощи этот принцип становится особым поведением, которое профессиональный психолог активно и бескорыстно предлагает помочь пострадавшим.

Принцип конфиденциальности. Этот принцип остается актуальным при оказании неотложной психологической помощи, однако конфиденциальность может быть нарушена, когда психолог получает информацию о том, что поведение клиента может быть опасным для клиента или окружающих (это тот случай, когда психолог узнает, что например, о попытке самоубийства, если это возможно).

Принцип профессиональной мотивации. Этот принцип принят для любой психологической поддержки. В экстремальной ситуации важно его соблюдать, поскольку помимо профессиональной мотивации у специалиста могут быть и другие, иногда сильные мотивы (причина самоопределения, причина социального признания и т. д.

Принцип профессиональной компетентности указывает на то, что специалист, оказывающий помощь, должен быть достаточно компетентным. Должен иметь соответствующие знания и специальную подготовку для работы в чрезвычайных ситуациях. В обычных условиях работы психолог рекомендует при необходимости обратиться к другому специалисту, но в экстренных ситуациях найти другого специалиста зачастую невозможно. Поэтому в профессиональные обязанности психолога должны входить такие аспекты, как предаварийная подготовка, умение быстро восстановить высокую работоспособность, используя профессиональные навыки.

Традиционные методы психологического воздействия во многих экстремальных ситуациях не применяются. Все это будет зависеть от целей психологического воздействия в экстремальных ситуациях.

Основная задача оказания психологической помощи – предотвратить негативные ситуации, вызванные чрезвычайными ситуациями, понять процесс адаптации к новым условиям, активизировать адаптационные и компенсаторные ресурсы человека. Результатом оказания эффективной психологической помощи пострадавшим является нормализация психического состояния человека в экстремальных, необычных ситуациях. Профилактика острых панических реакций у пострадавших, психогенных нервно-психических заболеваний включает повышение адаптивности личности, использование методов психотерапии возникающих нервно-психических заболеваний.

Технические трудности проведения аварийно-спасательных операций могут привести к тому, что пострадавшие будут полностью отрезаны от внешнего мира на длительное время. В этом случае рекомендуется психотерапевтическая помощь в виде срочной «информационной терапии», цель которой — психологически обеспечить выживание людей, живых, но полностью отрезанных от внешнего мира (землетрясения, разрушения домов). Например, при авариях, взрывах и т.п. «Информационная терапия»

проводится через систему громкоговорителей и заключается в передаче следующих рекомендаций, которые должны услышать пострадавшие.

Сообщите, что помощь оказывается немедленно

Попросите тех, кто оказался под завалами, сохранять спокойствие

Приказ тем, кто оказался под завалами, не двигаться

Экономить энергию

Делайте медленные и короткие вдохи

Цель «информационной терапии»—снизить чувство страха у пострадавших.

Другая группа людей, к которым применяется психотерапия на месте ЧП, — спасатели. Основная проблема в таких ситуациях – психологический стресс. Именно эта ситуация оказывает существенное влияние на требования, предъявляемые к специалистам экстренных служб. Специалист должен обладать способностью быстро выявлять симптомы психологических проблем у себя и своих коллег, обладать навыками эмпатии, уметь организовывать и проводить тренинги по психологической разгрузке, стрессу и эмоциональному напряжению. Приобретение навыков психологической самопомощи и взаимоподдержки в кризисных и экстремальных ситуациях имеет большое значение не только для профилактики психологических травм, но и для повышения стрессоустойчивости и готовности к быстрому реагированию в чрезвычайных ситуациях.

Литература:

1. Абрамова Г.С. Практическая психология. М. 2015
2. Агаджанян Н.А. Физиология человека. СПб.: Санатрон, 2006.
3. Атватер И., Даффи К. Психология для жизни. М. 2008.
4. Авезов О.Р. Психология экстремальных ситуаций: Учеб. Бухара.: Издательство, 2020.
5. Буякас Т.М. Основания и условия профессионального становления студентов-психологов. М. МГУ. 2005
6. Вачков И.В., Гриншпун И.Б., Пряжников Н.С. Введение в профессию «психолог» Москва, Воронеж, 2002-2007 г
7. Вейтен У., Ллойд М. Стресс и его эффекты, М., 1994.
8. Myers D.G. Psychology. Ninth Edition. - Worth Publishers. 2010.
9. Маламатов А.Х., Шевченко А.В. Безопасность жизнедеятельности. Экстремальные и чрезвычайные ситуации: учебное пособие – Нальчик : Каб.-Балк. ун-т, 2012.

ОПРАВДАНИЕ СИСТЕМЫ У РОССИЯН С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПОРИЦАНИЯ КОРРУПЦИИ

The Degree of Moral Outrage Over Corruption Among Russians with Different Levels of System Justification

Александр А. Максименко^{1}, Ольга С. Дейнека²*

¹ Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва, Российская Федерация

² Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Российская Федерация

*Почта ответственного автора: maximenko.A1@gmail.com

Ключевые слова:

коррупция, моральное порицание коррупции, оправдание системы, темная триада, корреляционный анализ.

Keywords:

corruption, moral outrage over corruption, system justification, The Dark Triad, correlation analysis.

Актуальность исследования

Согласно теории оправдания системы, граждане объясняют себе статус-кво сложившихся социальных отношений со всеми последствиями такого обоснования. Данный конструкт довольно тесно связан с другими социальными феноменами (Агадуллина, Лавелина, 2023; Агадуллина и др., 2020), однако до сих пор не было данных, указывающих на взаимосвязь оправдания системы у россиян с разным уровнем порицания коррупции.

Целью настоящего исследования явилось изучение взаимосвязи морального порицания коррупции у россиян с их отношением к оправданию системы.

Было сделано предположение, что степень морального порицания коррупции выше у тех россиян, кто меньше оправдывает систему. Дополнительно в исследовании производилась попытка выявления взаимосвязей между личностными особенностями респондентов (темной триадой) и их отношением к оправданию системы и отношением к коррупции.

Материалы и методы

Выборка исследования

Исследование проводилось анонимно в сентябре 2023 года в режиме онлайн опроса на сервисе конструктора анкет «Анкетолог» и посредством сбора ответов респондентов через сервис Toloka.

В опросе приняли участие 688 человек, из них 35,2 % мужчины, 64,8% – женщины, средний возраст опрошенных 34,89 года (SD=10,5). Учитывались также место проживания (уровень урбанизации), уровень образования и уровень субъективного дохода респондентов.

18,8% респондентов проживает в Москве; в Санкт-Петербурге и других мегаполисах и городах-миллионниках – 30,7%, в крупных городах численностью менее 1 млн человек – 26,3 % и 24,3 % – в районных центрах.

По уровню образования основная доля приходится на людей с законченным высшим (41,9 %), со средним и незаконченным высшим образованием – 55,8 %, у 2,3 % респондентов имеется ученая степень. Уровень субъективного дохода у 56,1 % – средний, а 2,6 % сводят концы с концами.

Инструментарий исследования.

Инструментарий включал в себя 8-пунктный опросник «Оправдания системы» (Kay, Jost, 2003) (α Кронбаха 0,867), 4-пунктный опросник порицания коррупции (Li, Triandis, & Yu, 2006), и короткую версию опросника темной триады («The Short Dark Triad Questionnaire») (Paulhus, Williams, 2002), методику измерения трех психологических черт личности: макиавеллизма, нарциссизма и психопатии в адаптации (М. С. Егорова, М. А. Ситникова, О. В. Паршикова, 2015).

Методы обработки данных

Данные обрабатывались при помощи программы SPSS 19.0. Исползованные методы анализа данных: корреляционный анализ Спирмена.

Результаты исследования

Результаты корреляционного анализа позволяют утверждать, что оправдание системы не связано ни с полом, ни с возрастом респондента. Оправдывающих систему значимо больше в райцентрах, чем в мегаполисах ($p < 0,05$), а также среди менее религиозных россиян ($p < 0,001$). Оправдание системы оказалось также взаимосвязано с субъективным уровнем дохода респондента: поддерживать оправдание системы готовы менее обеспеченные граждане ($p < 0,01$). Также оправдание системы ожидаемо оказалось положительно взаимосвязано только с одним параметром темной триады – нарциссизмом ($p < 0,01$).

Кроме того, обнаружили взаимосвязи между оправданием системы и порицанием коррупции (выдвинутая гипотеза подтвердилась): те, кто больше оправдывает систему, тот склонен считать, что тип коррупционного поведения, представленный в коррупционном сюжете, предъявленном для оценки респондентам, слабо распространен в нашем обществе ($p < 0,01$), а также меньше согласен, что такое коррупционное поведение наносит ущерб интересам других людей ($p < 0,05$).

Заключение

Таким образом, в рамках проведенного онлайн исследования взаимосвязи морального порицания коррупции у россиян с их оправданием системы удалось утвердиться в предположении, что степень морального порицания коррупции выше у тех россиян, кто меньше оправдывает систему. Подобные взаимосвязи были обнаружены также и зарубежными коллегами (напр., Tan et al, 2016).

Литература

Агадуллина Е.Р., Иванов А.А., Сариева И.Р., Прусова И.С. Теория оправдания системы: новый взгляд на проблему неравенства // Современная зарубежная психология. 2020. Том 9. № 1. С. 132—141. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2021100113>

Агадуллина Е.Р., Лавелина Д.Я. Вклад оправдания системы в социальную сплоченность // Социальная психология и общество. 2023. Том 14. № 4. С. 89—104. DOI: <https://doi.org/10.17759/sps.2023140406>

Егорова, М.С., Ситникова, М.А., & Паршикова, О.В. (2015). Адаптация короткого опросника Темной триады. *Психологические исследования*, 8(43). <https://doi.org/10.54359/ps.v8i43.1052>

Kay, A. C., & Jost, J. T. (2003). Complementary justice: effects of “poor but happy” and “poor but honest” stereotype exemplars on system justification and implicit activation of the justice motive. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 823–837. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.5.823>

Li, S., Triandis, H. C., & Yu, Y. (2006). Cultural orientation and corruption. *Ethics and Behavior*, 16(3), 199–215. https://doi.org/10.1207/s15327019eb1603_2

Paulhus, D. L., & Williams, K. M. (2002). The Dark Triad of personality: Narcissism, Machiavellianism and psychopathy. *Journal of Research in Personality*, 36(6), 556–563. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(02\)00505-6](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(02)00505-6)

Tan, X., Liu, L., Huang, Z., Zheng, W., & Liang, Y. (2016). The Effects of General System Justification on Corruption Perception and Intent. *Frontier in Psychology*, 26(7). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01107>

O‘ZBEKISTONDA OILAVIY BOLALAR UYLARINING TASHKIL TOPISHI VA UNING AFZALLIKLARI

To‘raqulov Laziz Tirkashevich
katta o‘qituvchi (PhD)
Jizzax davlat pedagogika universiteti

Yangi O‘zbekistonda so‘nggi yillarda ijtimoiy himoyaga muhtoj aholi qatlamlarini moddiy va ma‘naviy qo‘llab-quvvatlashning huquqiy-me‘yoriy asoslari yaratildi: «...inson qadrini yuksaltirish va erkin fuqarolik jamiyatini yanada rivojlantirish orqali xalqparvar davlat barpo etish hamda ijtimoiy himoya sohasida yagona davlat siyosatini amalga oshirish orqali ijtimoiy himoyaga muhtoj bolalarni mustaqil hayotga tayyorlash ustuvor yo‘nalishlari muhim ahamiyat kasb etmoqda...». Bu esa, oila tipidagi bolalar uyi tarbiyalanuvchilar ijtimoiylashuvining psixologik xususiyatlarini o‘rganish hamda xulq-atvor shakllanishining mexanizmini tadqiq etishni ilmiy jihatdan o‘rganishda yetarli asos bo‘la oladi.

Bugungi kunda dunyo miqyosida ota-ona mehridan mahrum bo‘layotgan bolalar soni kundan kunga ortib bormoqda, dunyo bo‘yicha statistik ma‘lumotlarga ko‘ra bunday bolalar soni 1 milliondan ortib ketgan. Statistik va ilmiy ma‘lumotlarga nazar tashlagan holda mushohada qilinsa, ushbu holatlarni ko‘rish mumkin. Dunyoda sodir bo‘lgan urushlar davrida qarovsiz qolgan bolalar

muammosi, yetim bo‘lib qolgan bolalar tarbiyasi asosiy muammo sifatida e‘tibor qaratilishi lozim bo‘lgan masala sifatida e‘tirof etilgan.

Masalan, Amerikada keng tarqalgan tizimlardan biri sifatida “Foster oilasi” ni misol keltiradi. Amerikada yuz minglab “Foster oilasi” mavjud bo‘lib, bunday oilalar ikki kishidan – er va xotindan iborat bo‘ladi. Bunday oilalar bolalarni tarbiyalash uchun oilasiga olishadi. Foster oilalariga ota-onasi bilan kelisha olmagan, o‘z uyida yashash istagi bo‘magan bolalar olinadi. Bu bolalarning qariyb katta qismi psixologik stress holatidagi bolalar bo‘lib, ular tinch sharoitga intilishlari orqali Foster oilalariga kelib qolishadi. Foster oilalarida bunday bolalarga barcha sharoitlar yaratib beriladi va ularni kelajakda o‘z uylariga qaytarishga harakat qilinadi. Bu tizimda ishlaydigan Amerikalik psixologlar “Foster oilasi” tarbiyachilari ish faoliyatida qo‘llashi uchun bir qancha ijtimoiy psixologik yo‘l-yo‘riq va usullar ishlab chiqib, tavsiya qilishgan, o‘z navbatida tarbiyachilar esa ushbu yo‘l-yo‘riq va usullardan foydalangan holda bolalar bilan ishlaganlar.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev 2019-yil 11 fevral kuni “yetim bolalar va ota-onasining qaramog‘idan mahrum bo‘lgan bolalarni ijtimoiy himoya qilishni kuchaytirishga oid qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida”gi qarorining quyidagi ba‘zi bo‘limlariga to‘xtalsak o‘rinli bo‘ladi. O‘zbekiston Respublikasi Xalq ta‘limi vazirligi, O‘zbekiston Respublikasi Bandlik va mehnat munosabatlari vazirligi, Sog‘liqni saqlash vazirligi va moliya vazirligi bilan birgalikda bir oy muddatda “Mehribonlik” uylari, bolalar shaharchalari va bolalar uylariga 1 ta psixolog shtat birligini tashkil qilish agar tarbiyalanuvchilari soni 200 nafardan ortiq bo‘lgan “Mehribonlik” uylari, bolalar shaharchalari va bolalar uylarida 2 ta psixolog shtat birliklarini tashkil qilish belgilab qo‘yilgan;

O‘zbekiston Respublikasi Konstitusiyasining 39-moddasida shunday deyilgan: «Har kim qariganda, mehnat layoqatini yuqotganda, shuningdek, boquvchisidan maxrum bo‘lganda va qonunda nazarda tutilgan boshqa hollarda ijtimoiy ta‘minot olish huquqiga ega». O‘zbekiston Respublikasi Konstitusiyasining 64-moddasida Yuqoridagi qonunlar fikr yuritishni yanada oydinlashtiriladi. «Davlat va jamiyat yetim bolalarni va ota-onalarining vasiyligidan maxrum bo‘lgan bolalarni boqish, tarbiyalash va o‘qitishni ta‘minlaydi, bolalarga bag‘ishlangan xayriya faoliyatlarni ragbatlantiradi» deyilgan.

Etimlik – insoniyat, jamiyat va uning taraqqiyotida mavjud bo‘lgan xodisa hisoblanadi.

Afsuski butun dunyoda yetim va ijtimoiy yetim bolalar mavjud:

Etimlik-sabablari turlicha bo‘lishi mumkin, etimlik turli adabiyotlarda turlicha talqil qilingan tushuncha xisoblanadi, masalan:

1. Ota-onasining vafot etganligi sababli.
2. Ota-onaning ikkisidan biri vafot etganligi sababli.
3. Ota-onalik xuquqidan maxrum etilganlik sababli.
4. Jazoni ijro etish kaloniyasida (qamoqda) saqlanayotganligi sababli.

5. Boshqa Respublikalarga (xorijga) ishlash uchun ketib qaytib kelmaganligi sababli. 6. Ijtimoiy omillar taʼsirida (avtoxalokat, yongʻin, is gazi) va boshqa sabablar.

Afsuski bunday sabablarni koʻplab koʻrsatishimiz mumkin, lekin eng achinarlisi shundaki ota-onasi tirik boʻla turib etimlikni boshidan keshirayotgan bolalar butun dunyoda mavjud.

Yetim bolalarni va ota-onasining qaramogʻidan mahrum boʻlgan bolalar sonini ortib borishiga yoʻl qoʻymaslik uchun quyidagi holatlarga yoʻl qoʻymaslik lozim.

1. Oilaning mustahkamligi, uning moddiy va maʼnaviy toʻla toʻkisligini taʼminlash.

2. Yangi hayotga qadam qoʻygan yosh oilalarni eng kamida besh yil ota-onasi bilan yashashini taʼminlash.

3. Jamiyatda yuqori darajali-Mustahkam oilalar sonini koʻpaytirish.

4. Yaqin qarindoshlar oʻrtasidagi nikohni qoralash, chunki bu xolat yaxshi natija bermasligi barchamizga maʼlum bu xolat sotsiologik, tibbiy, psixologik va boshqa tadqiqotlarda isbotlangan.

5. Ishsizlar sonini kamaytirish chunki oilaning mustahkamligi koʻproq moddiyatga ham bogʻliq.

6. Erta nikohdan oʻtishga yoʻl qoʻymaslik.

Har bir inson hurmat-ehtiromga loyiq. Mehr-muruvvatga tashna, moddiy-maʼnaviy koʻmakka muhtoj, ota-onasidan ayrilgan yetimlarga ikki karra koʻproq mehr ulashish dinimizning asosiy koʻrsatmalaridan ekanligi barchamizga maʼlum. Bejiz Sahl roziyallohu anhudan rivoyat qilingan hadisi sharifda Paygʻambarimiz sollallohu alayhi va sallam:

سَلَّمَ وَ عَلَيْهِ اللَّهُ صَلَّى اللَّهُ رَسُولُ قَالَ، قَالَ عَنْهُ اللَّهُ رَضِيَ سَهْلٌ عَنْ شَيْئًا بَيْنَهُمَا وَفَرَجَ وَالْوَسْطَى بِالسَّبَابَةِ وَأَشَارَ « هَكَذَا الْجَنَّةُ فِي الْيَتِيمِ وَكَافِلُ أَنَا »

“Men va yetimni kafilligiga olgan kishi jannatda mana shunday boʻladi”, dedilar va koʻrsatkich hamda oʻrta barmoqlariga ishora qilib, bu barmoqlari orasini bir-biriga yaqin tutdilar” (Imom Buxoriy rivoyati).

2022 yil 1 sentyabrdan boshlab oilaviy bolalar uyini tashkil etgan fuqarolarga har oyda davlat byudjetidan 7 yoshgacha boʻlgan tarbiyalanuvchilarga bazaviy hisoblash miqdorining 5 baravari miqdorida, 8 yoshdan 18 yoshgacha boʻlgan tarbiyalanuvchilarga bazaviy hisoblash miqdorining 7 baravari miqdorida, shuningdek, oilaviy bolalar uyidagi har bir tarbiyalanuvchini parvarish qilish uchun mehnatga haq toʻlash eng kam miqdorining 1 baravari (nogironligi boʻlgan bolalar uchun 1,5 baravari) miqdorida hamda oilaviy bolalar uyiga tarbiyaga olingan har bir nogironligi boʻlgan bolani davolash-sogʻlomlashtirish uchun har oyda bazaviy hisoblash miqdorining 1 baravari miqdorida mablagʻ ajratiladi. Mablagʻlar har oyning 5-sanasiga qadar tutingan ota-ona nomiga ochilgan bank plastik kartasiga toʻgʻridan-toʻgʻri oʻtkazib beriladi. Tarbiyalanuvchilarga hududda joylashgan davlat sport majmualari, maʼnaviy-maʼrifiy maskanlar, toʻgaraklar, ot sporti seksiyalari, "Ishga marhamat" monomarkazlari va boshqa oʻquv markazlaridagi toʻgaraklar va kurslarga bepul qatnashish huquqiga ega ekanliklari belgilab qoʻyilgan,

Xulosa o'rnida shuni aytish kerakki, insoniyat bor ekan tug'ilish va vafot etish bor, inson bolasi har doim unga ko'proq g'amxo'rlik qiladigan insonlar bilan yashash xuquqiga ega, zotan bolaning bolaligini o'g'irlashga hechkimning xaqqi yoq.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob halqimiz bilan birga quramiz. -T.: " O'zbekiston". 2017. - 488 b.
2. Karimov I.A. Barkamol avlod O'zbekiston taraqqiyotining poydevori (O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi IX-sessiyasida so'zlagan nutqi). -T.: « O'zbekiston». 1997. -92 b.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 28.01.2022 yildagi PF-60-son "2022-2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida"gi Farmoni. -T.: 2022.- 40 b.
4. Oila tipidagi bolalar uyi tarbiyalanuvchilarining ijtimoiylashuvining psixologik xususiyatlari. Psi.fan.fal.dok.dess. T.; 2023 y.

OILAVIY MUAMMOLARGA PSIXOLOGIK YONDASHUV

*Amonxonova Yanglishxon Abduazizxon qizi
o'qituvchi , Jizzax davlat pedagogika universiteti*

Mashhur faylasuf V. Gyugo aytganidek, "oila jamiyatning duru gavharidir". Shuningdek, "Oila tabiatning shox asarlaridan biridir". Xuddi shox asar hisoblangan oilani o'rganish, ilmiy jihatdan tadqiq etib borish bugungi kunning ham eng dolzarb masalalaridan bo'lib, hozirgi davrda mustaqil O'zbekistonda bu borada juda katta ma'naviy-ma'rifiy tadbirlar olib borilmoqda. "Oila" haqida gapirar ekanmiz, avvalom bor, oila hayotning abadiyligini, avlodlarning davomiyligini ta'minlaydigan, muqaddas urf-odatlarimizni saqlaydigan, shu bilan birga, kelajak avlodlar qanday inson bo'lib yetishiga bevosita ta'sir ko'rsatadigan tarbiya o'chog'i ekanini deb bilamiz. Har bir oilaning kelajagi va istiqboli, uning mustahkamligiga, sog'lom turmush tarziga bog'liqdir. Bu o'z navbatida xalqning, jamiyatning istiqbolini belgilaydi. Shu tufayli oilaviy munosabatlarning huquqiy asoslari mamlakat, jamiyat manfaati yo'lida amalga oshiriladigan eng muhim masalalardan biri bo'lib hisoblanadi. Oila muammosi azaldan insoniyatning diqqat markazida bo'lib kelgan. Chunki oila mustahkamligi jamiyat faravonligining asosiy negizidir. Shu sababli Respublikamiz rahbariyati har bir xonadonning tinchligini, oilalarda farzandlarning baxtli, barkamol o'sishini ta'minlashga qaratilgan qator tadbirlarni amalga oshirmoqda. Oilaviy muammolar yechimini o'rganish borasida respublikamiz psixolog olimlari tomonidan bir qator diqqatga sazovor ilmiy tadqiqot ishlari amalga oshirilgan va oshirilmogda. Jumladan, G'.B.Shoumarov, V.M.Karimova, N.A.Sog'inov, X.K.Karimov, Sh.Sh.Jo'rayeva, F.A.Akromova, R.M.Abdullayeva, Yo.No'monova, M.O.Utepbergenov, R.A.Samarov, T.Norimbetov kabi olimlarimiz va ularning izdoshlari tomonidan so'nggi yillar davomida o'zbek oilasining etnopsixologik xususiyatlari, er-xotin nizolari, oilaviy rollar taqsimoti, oilalardagi shaxslararo munosabatlar hamda oilaviy muammolar kabi masalalar o'rganilgan. Bunday tadqiqotlar

respublikamizda oilani ijtimoiy-psixologik nuqtai-nazardan tadqiq etish bo'yicha ma'lum bir o'ziga xos an'analarning yuzaga kelishiga asos bo'lib xizmat qiladi.

Afsuski, zamonaviy jamiyatda oilaviy nizolar dolzarb mavzudir. Har qanday oila o'z hayoti davomida muommoli vaziyatlarga duch keladi. Ularni hal qilish qarama qarshi individual ehtiyojlar, motivlar, manfaatlar, sharoitida amalga oshiriladi. Oilaviy nizolar quyidagilarga bo'linadi: er xotinlar, ota onalar, bolalar, er xotinlarning ota onasi, bobo buvilari, va nevaralar. Oilaviy munosabatlarda asosiy rolni nikohdagi nizolar egallaydi. Nikohdagi nizolarning paydo bo'lishiga tashqi omillar sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ko'plab oilalarning moliyaviy ahvolidan yomonlashuvi, turmush o'rtog'laridan birini yoki ikkalasining ortiqcha ish bilan bandligi, ularning bittasi normal ishlamasligi, ularning birini uyda uzoq vaqt yo'qligi, bolalarni bolalar muassasalarga yoki boshqa muassasalarga joylashtirish imkoni yo'qligi va h.k. Oilaviy muammolarni o'rganish maqsadida olingan test natijalaridan shu narsa ma'lum bo'ldiki, oilaviy muammolar o'zaro munosabatlardagi kelishmovchilik, o'zini tuta olmaslik, turmush o'rtog'idan mamnun bo'lmaslik, zerikarli hayot, oilaviy burchlarning taqsimlanishi, janjalkashlik, o'ta manmanlik, xulq-atvordagi nomukamallik, moddiy qiyinchiliklar, jizzakilik kabi oila a'zolariga xos xatti-harakatlar va xarakter xususiyatlaridan kelib chiqar ekan. Yana shu narsaga amin bo'ldikki inson o'zi ideal insonni izlarkan. Ko'p holatlarda er-xotinlarning bir-biridan qoniqmaslik (ish vazifalaridan norozilik), gumonsirash, tanqid, tanbeh kabilari ham ko'pgina muammolarni keltirib chiqarishini bildik. Oila a'zolari oilada bir-birini o'zaro tushunmaslik, xarakter xususiyatlarining bir-biriga to'g'ri kelmasligida deb bilsalar, ayrimlarida ayol kishi noroziligi, tanbehleri erkakdan o'zini ustun qo'yishi deb bildilar. Bundan shu narsa ma'lum bo'ldiki, oilaviy muammolarning asl sababi oilalarda pedagogik va psixologik bilimlarning yetishmasligidadir. Buning uchun mahallalarda bu borada keng qamrovli ishlarni olib borish, mahalla yig'inlarini oilalar bilan hamkorlikda amalga oshirish, oilalarning mahallaga bo'lgan ishonchini, psixolog va pedagoglarga bo'lgan ishonchini oshirish masalalarini hal etish lozim.

Konstitutsiyamizning 63-moddasida "Oila jamiyatning asosiy bo'g'inidir hamda jamiyat va davlat muhofazasida bo'lish huquqiga ega", degan qoida mustahkamlab qo'yilgan. Shunday bo'lsada ko'pgina oilalarda turli masalalarda muammolar bo'lib turadi. Bular:

- oilaviy muammolar azaldan olimlar tomonidan o'rganib kelingan muammolardan biri. Oilaviy muammolar yechimi ustida ko'pgina pedagoglar, psixologlar bosh qotirganlar. Buning isboti tarzida ular yaratgan metodikalarni, testlarni misol qilib keltirish mumkin. Ushbu metodikalar asosida oiladagi nizolar muammolar o'rganiladi, tashxislanadi va shu asosda o'rganilgan muammolarni bartaraf etish choralari ko'riladi;

- oilaviy muammolar oiladagi o'zaro munosabatlarning noto'g'ri yo'lga qo'yilishi bilan belgilanadi. Bunday munosabatlar ko'proq er-xotinlar o'rtasidagi o'zaro kelishmovchiliklarini, chiqisha olmaslik, muomalasizlik, kelisha olmaslik, o'zaro xurmatning yo'qligi, oiladagi obro' kabilarda ko'rinadi. Shu bilan birga ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi o'zaro bir-birini tushunmaslik holatlari,

qaynona-kelin munosabatlaridagi kelisha olmaslikdagi holatlar oilaviy munosabatlaridagi kelisha olmaslikdagi holatlar oilaviy muammolarning eng katta qismini tashkil etadi;

- oiladagi muammolarning yana ko'p qismini moddiy yetishmovchilik tashkil etadi. Oilani moddiy jihatdan ta'minlay olmaslik er-xotin munosabatlarini yomon ahvolga solib keladi, xozirgi kunda ko'pgina ajrimlarning sababini moddiy yetishmovchilikdan degan xulosalar mavjud. Bunday muammolar farzandlar tarbiyasiga ham jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Oiladagi janjallarning sababini tushunib yetgan bolada ota-onaga bo'lgan munosbat o'zgaradi va bu holat ham yana bir muammoni keltirib chiqaradi;

- tadqiqotlarda yana shunga amin bo'ldikki yosh oilalarda hayotga, oilaga bo'lgan munosabat o'zgacha. Ular hayotga, oilaga yengil qaraydilar. Ularda turmush tajribasining ortishida qaynona, qaynnota va boshqa oila a'zolari bilan hamkorlikda yashashi muhim ekan. Oilada bo'ladigan muammolarni hamkorlikda hal qilish masalasida ularning ko'maklari zarur ekan;

- Oiladagi ko'pgina muammolarning sabablaridan yana biri bu oilalarning ko'pchilik (qaynnota, qaynona, qaynilar, qaynisingil, ovsinlar) bilan yashashidir. Oiladagi o'zaro ikir-chikir, chiqisha olmasliklar ko'pchilik bilan birga yashashdan kelib chiqadi;

- oilaviy muammolarning ko'pgina sabablari er xotin munosabatlariga borib taqaladi. Bunda jinsiy hayot masalasi alohida o'rin egallaydi. Ushbu masaladagi muammolar sharq mutafakkirlari asarlarida ham o'z aksini topgan;

- oilaviy muammolarda oila a'zolarining sog'lom turmush tarziga amal qilmasliklari ham sabab bo'ladi. Otaning yoki onaning, yomon salbiy odatlarga (ichish, chekish, giyohvandlik, yomon yo'lga kirish) odatlanishi hamda oiladagi turli kasalliklarning avj olishi masalalari ham oilada yetarlicha muammolarni keltirib chiqaradi;

- oiladagi tenglik, er-xotinlar hayotidagi tenglik huquqi barchaga ham birdek ma'qul kelmas ekan. Ayrim oilalardagi ayollarni kamsitish, mensimaslik, odam o'rnida ko'rmaslik, fikrlarini inobatga olmaslik holatlari muammolarni keltirib chiqaradi, shu bilan birga ayollarning xukmronligi ham muammolarga olib keladi.

Ushbu xulosalarga asoslanib quyidagi tavsiyalarni ishlab chiqdik:

- oilaviy muammolar yechimi oiladagi sog'lom psixologik muxit yaratilishiga bog'liq;

- oilaviy muammolar yechimidan biri bu – oila a'zolarini yetarli darajada pedagogik – psixologik bilimlar bilan qurollantirishdan iborat;

- oilaviy muammolar yechimida muammoni keltirib chiqargan har ikki tomonning psixologik jixatdan o'zaro kelishuvini ta'minlash;

- oilaviy muammolar yechimida oila bilan mahalla hamkorligini yo'lga qo'yish eng muhim masaladir;

- oiladagi shaxslararo tenglikni yuzaga keltirish oila mustahkamligi va barqarorligini ta'minlaydi.

Ushbu tavsiyalar oilalar tinchigi va mustahkamligini ta'minlaydi. Xulosa o'rnida shuni aytish kerakki, oilalardagi muammolarni hal etish uchun maslahatxonalar muhim. Ushbu maslahatxonalar muammolarni yechib berish bilan

birga oilalarga psixologik ko`mak bersa. Oila a`zolarini turli qarorlarida yordamlashsa, bunday psixologik madad, ta`sir ko`rsatish inson psixologiyasini o`zgartirsa, balki shunda oilaviy muammolarning oldi olingan bo`lar edi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO`YXATI:

1. Karimova V. M. «Oilaviy hayot psixologiyasi». Toshkent. 2006 yil. 137 b.
2. Shoumarov G'.B. tahriri ostida. «Oila psixologiyasi», T.: «Sharq, 2000.
3. Akramova F.A. O`zbekistonda oilaviy psixologik xizmatning ijtimoiypsixologik muammolari. Psixologiya fanlari doktori (DSc) ilmiy darajasini olish uchun yozilgan dissertatsiyasi avtoreferati. – Toshkent. 2022. – 67 b.
4. Arapbayeva D.K., Arapbayeva D.K. Yoshlarning oilaviy hayotga moslashuvida ma`naviy-ahloqiy masalalar. “Zamonaviy ta`lim” jurnali №5 – Toshkent, 2016. – B. 36-41.
5. G`oziyev E.G'. Sotsial psixologiya. – Toshkent: Noshir, 2012. – 316 b.

ПРОБЛЕМА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНФЛИКТА В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ПРОЦЕССЕ

*Нахалбаева Нигора Турдиевна,
магистр 1-курса*

*Қаршибоева Гулноза Абдуқадыровна
кандидат психологических наук (PhD), доцент
Джизакский государственный педагогический университет*

Конфликт уже долгое время находится в центре внимания зарубежных ученых. Исследования в этой области прошли путь от полного игнорирования данного понятия до оценки конфликтов как важного и ценного явления, от крайне незначительного внимания к нему со стороны структурно-функциональных аналитиков до попыток создания особой дисциплины — социологии конфликта [3]. Центральной идеей этого учения является положение о конфликте как форме «социализации», т. е. факторе, содействующем сближению и объединению людей. «...Сам по себе конфликт есть разрешение напряжения между противоположностями», — пишет он. В ходе взаим ой борьбы происходит сличение, сравнение. В итоге возникает идентификация людьми своих особых интересов и осознание ими противоположности интересов — это обуславливает противоборство. Конфликт — центральное понятие теории психоанализа и именно поэтому его описание заслуживает особого внимания. З. Фрейд дает четкое определение: «Мы выводим расщепление психики не от прирожденной недостаточности синтеза душевного аппарата, но объясняем это расщепление динамически, как конфликт противоположно направленных душевных сил; в расщеплении мы видим результат активного стремления двух психических фуппировок одной против другой» [2]. По традиционной психоаналитической концепции человек имеет конфликтную природу. При этом в качестве основы конфликта рассматриваются слои самой личности. Конфликт для человека является не случайным, а сущностным состоянием.

Вместе с тем в методологических обоснованиях как прикладного, так и теоретического подхода нет понятийной схемы собственно конфликта [1].

По мере того, как развивается конфликтология, она все больше и больше пытается интегрироваться с различными отраслями научного знания. Актуальность изучения педагогических проблем, связанных с преодолением конфликтности в образовательном процессе, обусловлена потребностями школы, процессами ее демократизации и гуманизации. Длительное время в теории и практике конфликтологии конфликты в педагогическом процессе оценивались односторонне, как нежелательное явление, как показатель слабости руководства группой, вплоть до признания того факта, что руководитель, воспитатель недостаточно требователен, а учащийся имеет ошибочную линию поведения [3].

На необходимость изучения конфликтов в педагогическом процессе обращали внимание еще в свое время известные отечественные психологи и педагоги: В. М. Бехтерев, П. П. Блонский, А. Р. Лурия, А. С. Макаренко и др. В. М. Бехтерев, А. Р. Лурия, В. Н. Мясищев предупреждали, что межличностный конфликт психологически трудно и болезненно переживается детьми, особенно его непосредственными участниками, и отмечали, что конфликты могут оказывать разное влияние на ребенка.

С одной стороны, они усложняют психологическую жизнь, способствуют ее переходу на новые, более сложные уровни ее функционирования, с другой — могут привести к нарушению гармонии взаимоотношений с окружающими людьми, задержать процесс социализации личности [4]. Ведь даже в старшем подростковом возрасте еще не до конца сформирована способность находить самостоятельный выход из неблагоприятных ситуаций, снимать отрицательные эмоциональные напряжения с помощью внутриличностной саморегуляции.

Конфликты — неизбежные спутники школьной жизни, то объективно необходимым и актуальным является изучение педагогических конфликтов. Собственно педагогическими можно считать конфликты, возникающие в системе «учитель — учащиеся», преодоление которых предполагает использование специфической технологии. Именно они являются самыми распространенными, разрешение которых требует от учителя определенного профессионального мастерства и психологической компетентности.

Что касается конфликтов учителей с коллегами, родителями учащихся, школьной администрацией, то они подчиняются общепринятым нормам делового общения и могут быть предметом специального рассмотрения.

Проблема педагогического конфликта и его детерминант рассматривается исследователями в основном через категорию «отношений». Это, в свою очередь, ведет к тому, что ряд исследователей пытаются выявить специфические особенности деятельности педагога, которые обуславливают конфликты.

Серьезное внимание вопросам взаимоотношений учителя и учащихся уделяет в своей работе и А. И. Щербаков. Справедливо подчеркивая, что

проблема взаимоотношений учителя и учащихся мало разработана в педагогической науке и должна стать предметом специальных исследований,

А. И. Щербаков пишет: «С первых же дней знакомства с учителем учащиеся оценивают его знания и поведение, его интерес к предмету и к жизни учащихся. Они всегда обращают внимание на его отношение к своей работе, к детям, к самому себе. И это оказывает влияние на их собственное отношение к учению и труду. К сожалению, это не всегда понимают и учитывают в своей работе сами учителя». По его мнению, характер взаимоотношений учителя и учащихся находится в прямой зависимости от положительных или отрицательных качеств личности учителя.

Учитель (как и родители) имеет множество обязанностей по отношению к учащимся, но он обладает и многими правами в качестве взрослого [2]. Он обладает правом предписывать, контролировать, запрещать, наказывать [3], требовать подчинения, причем эти права сохраняются у него и в отношениях с подростками — младшими и старшими. В этом зафиксирован факт формально допускаемой неизменности основы отношений учителя и учащихся на протяжении всего периода обучения. В такой неизменности отношений отражается игнорирование процесса развития личности в период ее интенсивного формирования. Благодаря этому создается сложная и объективно неблагоприятная воспитательная ситуация, которая явно обнаруживается в таком качестве именно в тот период, когда в развитии личности происходят самые существенные сдвиги — в период подросткового возраста.

Известно, что неблагоприятие в отношениях подростка с учителем имеет многочисленные отрицательные последствия. Падение интереса к учению, безразличное отношение ко всему, необщительность, замкнутость, вызывающее поведение в школе и на улице часто являются следствием не всегда адекватного отношения учителя к ученикам, являются негативным ответом учащихся на эти отношения.

Несмотря на наличие общих, типичных черт протекания и разрешения конфликтов, сходство их характера и участвующих сторон, все же нельзя дать рецептурные советы, ибо само разрешение зависит от целой группы специфических факторов, которые нельзя игнорировать. Поэтому в каждом конкретном случае педагог принимает свое, своеобразное решение, используя комплекс своих средств и приемов, исходя из своей индивидуальности и индивидуальных особенностей учащихся.

Список литературы

1. Березовин, Н. Л., Коломинский Я. Л. Учитель и детский коллектив. — Минск: Народная Асвета, 1975.
2. Блага, К. Я — Твой ученик, ты — мой учитель. — М., Просвещение, 1991.
3. Воронин, Г. Л. Конфликты в школе. Социол. исслед. — 1994.
4. Добрович, А. Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения// А. Б.Добрович. — М.: Просвещение, 1996.

5. Qarshiboyeva G. Ozligingni angla. Архив Научных Публикаций JSPI, 1-52.
6. Qarshiboyeva, G. XАЁТНИ СЕВИБ ЯШАНГ!. Архив Научных Публикаций JSPI, 1-48.
7. Karshibayeva, G. Diagnostics and Preventive Measures against the Suicidal Behavior of Teenagers. YOUNG SCIENTIST USA., 117.
8. Каршибаева, Г. А., & Шарофиддинов, А. (2018). Роль пословиц в воспитании детей. Молодой ученый, (49), 275-277.

OILADAGI MOJAROLAR

*Sangirova Nilufar Sayfidinovna,
o'qituvchi, Jizzax davlat pedagogika universiteti*

Ma'lumki, umumiy manfaatlar, qiziqishlar orqali jipslashgan, a'zolari nikoh birligi, o'zaro axloqiy javobgarlik va o'zaro yordam orqali bir-biriga bog'langan, nikohga yoki yaqin qarindoshlikka asoslangan kichik guruh – oila deb ataladi. Demakki, jamiyat uchun nihoyatda ahamiyatli hisoblangan er va xotin, ota-ona va bola, oila a'zolarining o'zaro munosabatlari bilan bog'liq bo'lgan muammolar aynan oila negizida yuzaga keladi. Shularni inobatga olgan holda, tadqiqotimiz davomida nizo (konflikt)lar, oilaviy mojarolarni o'rganishga qaror qildik.

Insonlarning o'zaro munosabatlaridagi mojarolar-bizning davrimiz va jamiyatimizda uchraydigan normal hodisa. Hamma gap so'nggi natijada, kelisha olmayotgan ikki tamon nimaga erishdi;

- munosabatlarning buzilishiga
- urush, kurash
- barchaga ma'qul bo'ladigan yangi g'oya yoki umumiy yechimning tug'ilishi

Mojaroning o'zi nima? Mojaro-bu o'zaro ta'sir doirasiga tortilgan odamlar, ya'ni muxoliflarning qarama-qarshi tomonga yo'naltirilgan maqsadlari, manfaatlari, pozitsiyalari, fikr-mulohazalarining to'qnashuvidir. Har qanday mojaro (konflikt)ning zamirida har ikki tamonning ma'lum bir masala yuzasidan ziddiyati yoki shu vaziyatda maqsadlar va ularga erishish vositalarining qarama-qarshiligi, yoki muxoliflar mafaatlari, istaklari va intilishlarining mos kelmasligi yotadi.

Ammo mojaroning avj olishiga doim bir hodisa sabab bo'ladiki, bunda bir tamon boshqa tarafning mafaatiga zid keladigan (bu holat maqsad qilinmagan bo'lsa ham) hatti-harakatni boshlaydi. Shunday qilib, mojaroni sxema tarzda quyidagicha tasvirlash mumkin:

Mojaro = Nizoli vaziyat+ voqea-hodisa (intsident)

Mojarolar konstruktiv (mahsuldor) yoki destruktiv (buzg'unchi) bo'lishi mumkin. **Konstruktiv mojaro**-bu o'zaro munosabatlar natijasiga ijobiy ta'sir ko'rsatadigan mojaro, odatda, ikki tamon yoki masalaning yangi yechimini topadi, yoki kompromiss (kelishuv)ga erishadi. Bunday mojaro kishilar o'rtasidagi munosabatlar tarangligini yo'qotadi, bir-biriga haqiqiy his-tuyg'ularni ifoda

etishga yordam beradi, insonlarni birlashtiradi, muammoli vaziyatdan muvaffaqiyatli chiqishni izlashga rag'batlantiradi, shaxsni rivojlantiradi.

Destruktiv mojaro. Bu turdagi mojarolar o'zaro munosabatlarning me'yor va tartib-qoidalarni buzilishiga sabab bo'ladi. Destruktiv nizo qatnashchilari o'z kuch-quvvatini bir-birovlarini nazorat qilishga yoki aks ta'sir qilishga sarflaydilar. Bu turdagi kelishmovchiliklarning 2 xilini ajratish mumkin: *o'tkinchi to'qnashuvlar*- bunda janjal qatnashchilari o'z shaxsiy foydalarini ko'zlab harakat qiladilar, va *ommaviy buzg'unchi mojarolar*-uning ishtirokchilari biror imtiyoz yoki hukmronlikka erishishga intiladilar. Har ikki holatda ham ishtirokchilar o'z jamoalarining manfaatlariga zid ish qiladilar, zero ular o'z maqsadlariga etish qasdida jamiyat qo'llab-quvvatlamaydigan vositalardan foydalanadilar.

Shunday qilib, mojarolik va undan ortiq tomon o'rtasida kelishuvning mavjud bo'lmasligi. Maqsadlar, umidlar, hohish-istaklar va qiziqishlar, qadriyatlar va ehtiyojlarning har xilligi, muloqot qila olmaslik, demak, boshqa insonni tushuna olmaslik mojarolikni keltirib chiqarish mumkin.

Mojarolik vaziyat turli kishilarga turlicha ta'sir qiladi, bunda kishilar boshqalarga nisbatan o'zlarini har-xil tutadilar.

Mojarolik davomida o'zini tutishning **5 xil** varianti mavjud:

1. **Qochish**(*bo'yin tovlash, chetlashish*)-mojarolikni qilish bilan shug'ullanishni istamaslik; munozarali masala yoki vaziyatdan qochish, o'zini chetga tortish, keyinga qoldirish.

2. **Moslashish**(*yon bosish*). O'z g'am-tashvishlarini unutib, boshqa kishining ehtiyojini qondirish; o'z manfaatlariga qaramasdan, o'zini qorbon qilish, yon bosish yoki boshqa kishiga bo'ysunish.

3. **Kompromiss**. Ikki tamonga ham ma'qul bo'ladigan yechimni topish; ikki tamonlarga yon bosish.

4. **Raqobatlashish**. Boshqa kishi hisobiga o'z manfaatlariga erishishga harakat qilish; har qanday lavozim imkoniyatlarini ishga solib o'z pozitsiyasini himoya qilish va ustun kelishga intilish. Kimdir har doim mag'lub bo'ladi.

5. **Hamkorlik**. Boshqa kishi bilan ikki tomon manfaatlariga muvofiq keluvchi yechimni topishga yo'naltirilgan hamkorlik; muammolarni chuqur o'rganish, qiyoslash, ularni ijodiy yechish imkoniyatlarini ikki tamonlarga ko'rib chiqish.

Mojarolik vaziyatida insonlar turli pozitsiyani egallaydilar:

1.Siz yuqorida – men pastda (tobe xulq) – o'z fikrlari, his-tuyg'ularini dadil ifoda etishni istamaslik, ifoda eta olmaslik yoki bundan qo'rqish, o'z huquqlarini paymol qilinishiga yo'l qo'yish.

2.Men yuqorida – siz pastda (Agressiv xulq) – boshqalarni qo'rqitish, kamsitish huquqlarini tahqirlash.

3.Biz tengmiz (Ochiq xulq) - siz nimani o'ylayotganingizni, his qilayotganingizni, siz nimaga ishonishingizni ochiq, dadil ifoda etish, boshqalarning huquqlarini hurmat qilgan holda o'z haq-huquqingizni himoya qilish, talab qilish.

Ushbu xulq turlarini farqlashda insonning shaxsiy huquqlari asos bo'ladi. Harakatlaringiz muvaffaqiyatli bo'lishi uchun ular ishonchli bo'lishi lozim. Siz

o'zingiz bajarmoqchi bo'lgan ishga ishonishingiz lozim. Bu – har bir vaziyatda o'z huquqlaringiz va boshqa kishilarning huquqlarini aniq tasavvur qilish zarurligini anglatadi. Agar siz boshqalarga sizni qurbon qilishlarigaimkon bersangiz, o'z his-tuyg'ularingiz, hohish-istaklaringiz, fikr-mulohazalaringiz haqida ochiq gapirmasangiz yoki ularnimuvofiq tarzda (ishonchsiz, uyalib, uzr so'rab) ifoda etsangiz, agar boshqalar siz bilan hisoblashmasalar – demak, sizning huquqlaringiz buzilayapti va sizning xulqingiz ochiq emas. Tobe xulq kishining o'z shaxsini, huquqlarini hurmat qilmasligini ko'rsatadi. Bu holat esa boshqa kishilar ham sizni hurmat qilmasliklariga olib keladi – ular sizni mas'uliyatni o'z zimmasiga olishni istamaydigan va muammolarni yechishni bilmaydigan ishonchsiz hamkor sifatida qabul qiladilar. Siz o'z huquqlaringizni himoya qilganingizda, o'z fikrlaringiz, tuyg'ularingiz, nuqtai-nazaringizni ifoda etganingizda boshqalarning huquqlari bilan hisoblashmasangiz, demak, o'zingizni agressiv tutasiz. Bunday xulq quyidagicha xabar beradi: “ Men shunday deb o'ylayman – boshqacha o'ylashga sizning aqlingiz yetmaydi. Men mana shuni hohlayman – siz nimani istashingiz muhim emas. Men mana shuni his qilayapman – sizning his-tuyg'ularingiz ahamiyatsiz.” Maqsad – ustunlik, dominantlik, boshqalarning yo'qotishi hisobiga g'oliblik. Siz o'z huquqlaringizni himoya qilganingizda, ochiq, o'zingizga ishonib harakat qilasiz, fikrlaringiz, his-tuyg'ularingiz, e'tiqodingiz, mulohazangizni aniq, rostgo'y, to'g'ridan-to'g'ri, boshqalarning huquqlarini kamsitmasdan ifoda etasiz. Siz o'zingizni so'zlar bilan emas, harakatlaringiz va ishlaringiz orqali namoyon etasiz. Sizning so'zlaringiz va harakatlaringiz boshqalarga siz haqingizda quyidagilarni bildiradi: Men shunday deb o'ylayman. Men shuni his qilayapman. Men vaziyatni shunday tasavvur qilayapman (baholayapman). Siz axborotni uzatayotganda kekkaymaysiz, boshqalarni ham kamsitmaysiz, - siz teng muloqot qilasiz.

Ochiq xulq o'zini va boshqalarni hurmat qilishga asoslangan. O'z huquqlaringizni himoya qilganingizda, boshqa kishilarning hohish-istaklari va huquqlari mavjudligini esda tutish lozim. Ochiq xulqning maqsadi-hurmat qilish va hurmatga sazovor bo'lish, haqqoniylikni talab qilish, huquq va ehtiyojlaringiz boshqalarning huquq va ehtiyojlariga zid kelsa – kompromissga erishish uchun imkoniyat yaratish.

Bunday kompromisslar ikki tamonning yaxlitligini saqlagan holda manfaatlarining qondirilishiga olib keladi. Bunday yondashuv boshqalarni manipulyatsiya qilish (ruhiy boshqarish) orqali o'z maqsadlariga erishishda ochiq xulqdan foydalanishning oldini oladi. Boshqalar bilan hamkorlik qilish – ikki tomon uchun maksimal foyda ko'rishning eng yaxshi yo'li.

Mojaroni bartaraf etish aksar hollarda munosabatlarni saqlab qolish degan ma'noni anglatadi. Har qanday janjal va kelishmovchiliklar tufayli oila va undagi o'zaro munosabatlar yoki saqlanib qolishi mumkin, yoki darz ketishi va hattoki barbod bo'lishi ham ehtimol. Odamlar bir-birovlariga yordam berishni va o'zaro munosabatlarni saqlab qolishni istaydilar. Bu hohish-istak yangi paydo bo'lgan kelishmovchiliklar mojaroga aylanganda ham, saqlanib qoladi.

O'zaro munosabatlarni albatta, saqlab qolish mumkin; buning uchun, o'rtadagi mojaroga qaramay, har ikki tomon bir-birovlarini xolisona (ob'yektiv)

baholay olishlar o‘zaro munosabatlarining qadr-qimmatini va ahamiyatini tan olish uchun imkon qadar harakat qilishlari lozim. Bunday xayrli qadam hamma sohada: ma’muriyat va xodimlar munosabatlarida, ota-onan va bola orasidagi, er va xotin o‘rtasidagi janjallarda birday muhim va zarurdir.

Mojaroni bartaraf etish uchun zarur shart – barcha ishtirokchilar quyidagilarni tan olishlari kerak: avvalo, har bir odam shaxs sifatida o‘z qadr-qimmatiga ega; sizga qarshi tamonning gapida ham jon bo‘lishi, pozitsiyasida ham o‘z afzalliklari bo‘lishi mumkin, har kimni uning o‘z muammolari ko‘proq qiziqtiradi, va nihoyat, har birining ko‘nglida, balki qalbining eng tubida janjal-suronni bas qilib, mehr munosabatlarini saqlab qolish istagi bordir.

Xulosa qilib aytadigan bo‘lsak, insonlar o‘zlari barpo etgan oilalarning muvaffaqiyatli davom etishida oiladagi yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan nizolarni qanday bartaraf etish choralarini bilish bugungi kun davr talabidir. Oilalarni ajralishlarining mavjudligi bizning respublikamizda ham keng jamoatchilik diqqatini o‘ziga qaratib, bu muammoning yechimini topish uchun kerakli choralarni ko‘rishga da’vat etmoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Akramova F. A., Abdullayeva R. M. Sharq mutafakkirlarining oila xususidagi qarashlari. T.: «Shams ASA», 2002

2. Davletshin M.G., Shoumarov G. B. Zamonaviy o‘zbek oilasi 4a uning psixologik xususiyatlari / O‘zbek oilasining etnopsixologik muammolari: Respublika ilmiy-amaliy anjumani ma’ruzalari qisqacha bayoni. — Toshkent, 1993

3. Oila: ijtimoiy himoya omillari. Ilmiy-omtabop maqola- / lar to‘p)ami., /Prof. V. M. Karimova tahriri ostida. T.: 2007

4. Karimova V. M. Oilaviy hayot psixologiyasi. T.— 2006

5. Xodakov N. M. Yosh kelin-kuyoviarga. 3-nashr. —Toshkent, 1990

6. Avanesova O, Po‘latova M. I. “Inqiroziy vaziyatlarga duch kelgan kishilarga psixologik yordam ko‘rsatish” axborot qo‘llanmasi.

ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИК БИЛИМДОНЛИК САМАРАЛИ МУОМАЛАНИНГ МУҲИМ ОМИЛИ

*Собиров Ахрор Бурхонович,
ўқитувчи, Жиззах давлат педагогика университети*

Истиклол туфайли ўз мустақил тарақиёти йўлида бораётган республикамиз ёшларини янгича ижтимоий муносабатларга тайёрлаш давр руҳида тарбиялаш шу куннинг энг долзараб ва устувор вазифаларидан биридир. Ижтимоий психологик муносабатларнинг психологик табиатини таҳили қилар эканмиз унинг шахс камолоти ва салоҳиятига таъсири масаласига алоҳида тўхтаб ўтиш жоиздир, чунки айнан жамиятда шахслараро муносабатларда шахсда ўзини ўзи англаш ўзини камол топтириш жараёнлари тезлашади самимий инсоний муносабатлар инсон ҳақ-ҳуқуқини эъзозлашга асосланган муносабатлар шахснинг ўзи ҳақидаги билимларини ўз имкониятларини ва насл-насабини аниқроқ беради. Иккинчидан айнан тўғри

ижтимоий муносабатлар ўзга шахслар ҳуқуқ ва эркаинликларини ҳам англиш уларни ҳурмат қилишга қаратилган тасаввурлар мажмуининг бўлишига имкон яратиб инсоний муносабатларда маданият ва илтифот тамойилларига амал қилинишига шароитлар яратади. Юқорида қайд этилган икки жиҳат оқибат натижасида инсон шахсини энг олий қадриятлар сифатида эътироф этилиши ва унга нисбатан жамиятдаги яхлит муносабатларининг ўзгариши туфайли ҳуқуқий маданият ва фуқароларнинг сиёсий фаолликларини тобора ошиб боришини таъминлайди.

Бу ўринда кўплаб тадқиқотчиларни ўйлантираётган масала шуки жамиятда ривожланадиган ва унинг таъсирида шаклланувчи шахс учун қандай ижтимоий муносабат муҳити зарур ёки бошқача қилиб айтганда унинг баркамоллиги учун мақбул шар-шароитларни яратиш мумкинлиги ёки унинг прогрессив тараққиёти учун муҳим бўлган шахслараро муносабатлар тизимни яратиш имконияти борми? Бу фикрнинг пайдо бўлишига сабаб айрим тадқиқотчиларда жамият таъсиридан кўра шахснинг бевосита ўз муҳити, хатто ёлғизлик ҳам ижобий омил бўлиши мумкин деган японлар тарбия мактабида “маритао” деб номланувчи тизим мавжуд эканлиги унга кўра ўсмир ёки ўспирин маълум тараққиёт босқичида ёлғизликка маҳкум этилар экан. Бунда уни ғорга ёки шунга ўхшаш жойга ёлғиз қамаб қўйишар ҳатто ўзи билан мулоқот қилиши ҳам таъқиқланаркан.

Ғарб тадқиқотчилари (Л.Симёнова ва б.к.) ушбу жараённинг психологик моҳиятини талқин қилар эканлар унинг икки жиҳатига эътиборни қаратади. Бир томондан бу нарса ижобий самара бериши мумкин чунки одам ўзини ўзи англаши ўзига холис баҳо бериш ижобий ривожини учун зарур имкониятни ўзидан қидиришга муяссар бўлади.

Лекин иккинчи жиҳати ҳам борки унда одам ўзгаларда худди ойнага қарагандай ўз аксини кўради, шу туфайли у кишилар жамияти талаби ва қоидаларига бўйсуниб ўзини ўзи мукамаллаштириш имкониятидан маҳрум бўлади. Муълумки сўфийлар ҳам ислом оламида ўзига хос рухий дунёга эга бўлишган уларда ҳам дунё ғамларидан ва хурсандчиликларидан воз кечиш ўз ҳисий оламида ёлғиз ҳақ йўлида ҳаракат қилиш фалсафасига асосланишган. Лекин уларнинг дунёқараши ва психологиясида бир муҳим жиҳат борки унда “Ўзини таниган киши ўз “Раббини танийди” деган ҳадисий қоидага амал қилган”.

Абдухамид Ғаззолий фикрича барча инсонларга хос бўлган сифатлар борки уларнинг мазмуни қуйидаги омиллар орқали тушунтирилади.

1) Инсон ўзини ўз камолоти ва ҳаётига асос бўладиган нарсаларни севади.

2) ўзига яхшилик қилган ёрдам берганларни севади.

3) умуман ҳаммага яхшилик қиладиган саҳоватли одамларни севади жумладан адолатли шоҳлар ҳам севимли.

4) шунингдек барча гўзал нарсалар, нафосат олами хушбўй хушсурат нарсаларни ҳам севади.

5) маслак ва мазҳаб юзасидан ҳам одамлар бир-бирларини яхши кўрадилар буларнинг барчаси охир-оқибат инсонларнинг рухий-маънавий қариндошлигига асос бўлади.

Кўриб турганимиздек тасаввуф илмида ҳам жамиятдаги мўтадил инсоний муносабатлар билан индивидуалик ўртасида тафовут йўқ. Юқоридаги фикрлардан келиб чиққан ҳолда ёшлар тарбиясида уларни янгича ижтимоий муносабатларга ўргатишнинг айрим жиҳатлари ҳақида фикр юритамиз.

Биринчидан ижтимоий муносабатлар ёшлар тарбиясининг барча босқичлар ва жабҳаларида эътиборга молик объект сифатида қаралмоғи лозим. Яъни оилавий муносабатлардан тартиб то меҳнат жамоаларидаги муносабатларда инсон шахси индивидуалиги бетакрорлигини масалага ва имкониятларини қандай бўлса шундайлигича табиий тарзда қабул қилиш ва шу асосда унинг ривожини учун мақбул шарт-шароитлар яратиш мақсадга мувофиқдир.

Иккинчидан айнан янгича демократик муносабатлар ёшларни касбга тўғри йўналтириш, ўз иқтидори доирасида касб танлаш унга тўғри муносабатда бўлиш бошқача қилиб айтганда бозор муносабатлари эҳтиёжлари ва талабларига хос ҳамда ҳар бир шахснинг лаёқатига ва маслағига мос касбни танлашга йўлантиради. Учинчидан, ҳар бир шахс учун ўз эркинлигини англаш ўзига муносабатларнинг ижобийлигини ҳис қилиш муҳим аҳамият касб этишини ҳисобга олар эканмиз биз айнан демократик тамойилларнинг ҳаётда барқарорлиги шароитидагина йигит-қизларда ўз яқинларига оиласига меҳнат ёки таълим муассасига эл-юртига садоқат ва меҳр-муҳаббат туйғуларини тарбиялаш мумкин.

Психологик саводхонлик яна шунинг учун ҳам зарурки кўпинча инсон ўз иқтидори ва имконияти даражасида аниқ тасаввур қилмайди, билимгоҳ ёки касб танлашда ўзгалар таъсирига нафақат ўша шахс азият чекади, балки жамиятга зарар келтиради. Ҳар бир шахс ўзини ўзи тарбиялашнинг малакаларига эга бўлиши аутотренинг элементларидан баҳобар бўлиш ўзгалар билан мулоқотга тайёрлиги-тренингларда кўникмалар ҳосил қилиши ўзгача бўла олиш санъати унинг рухий баркамоллигига заминлиги туфайли жамият соғлом инсоний муносабатлар устун туради.

Демак ижтимоий психология билимдонликдан кўзланган асосий мақсад-ёшларни бўлғуси ижтимоий фаолиятга психологик жиҳатдан тайёрлаш уларда инсоний фазилатлар шакллантириш коммуникатив билимдонлик ва шахслараро мулоқотнинг мураккаб шаклларида мувофиқ. Зеро, юксак теран ва атрофлича фикр юрита оладиган ва ижтимоий фаолиятдан эл юртга наф етказадиган инсонларгина камолотга эришиши мумкин. Бу жараёнда ижтимоий психология ўзининг фаол методлари ва қонуниятлари билан ўз ҳиссасини қўшади.

АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ

1. Abulxanova-Slavskaya K.A. Deyatelnost i psixologiya lichnosti. — М.: «Наука», 1980.
2. Avloniy A. Turkiy guliston yoxud axloq.- Т.: «Rahbar», 1992.

3. A‘zamxo_jaeva E.A. Muomala maromining yosh xususiyatlari va dinamikasi. Psixol. fanl. nomz .dis... –Т.: «SHarq», 2002.

4. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человека знания.- М.: «Наука», 1977. 5. Антология педагогической мысли Узбекской ССР. (Под.Ред. С.Р.Раджапова, О.С. Аббасовой и др). – М.: «Педагогика», 1986.

5. A‘zamxo_jaeva E.A. Muomala maromining yosh xususiyatlari va dinamikasi. Psixol. fanl. nomz .dis... –Т.: «SHarq», 2002.

МЕХАНИЗМЫ ФОРМИРОВАНИЯ СТЕРЕОТИПОВ О ДРУГИХ ЛЮДЯХ НА ОСНОВЕ СОЦИАЛЬНЫХ КАТЕГОРИЙ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

Аскарова Гулрух

Преподаватель кафедры «Практическая психология»

Факультета «Педагогика и психология»

ТГПУ им. Низами

Абдуллина Аделина

Студентка 2-го курса факультета

«Педагогика и психология»

ТГПУ им. Низами

Само слово «стереотип» - греческого происхождения, и в переводе, он означает «отпечаток». В социуме, стереотип достаточно устойчивый, упрощенный образ чего-либо, определяющий отношение к определенному объекту [3]. Также, стереотипом мы можем назвать привычный шаблон мышления и поведения. Иными словами, стереотип — это устойчивое, обобщенное и обычно ошибочное представление о характеристиках, качествах и поведении людей, принадлежащих к определенной группе. Это набор предубеждений и обобщений, которые мы используем, чтобы упростить наше восприятие сложных и разнообразных обществ. Стереотипы могут быть связаны с расой, полом, возрастом, этнической принадлежностью, религией, сексуальной ориентацией и другими факторами [1]. Они могут ограничивать наше мышление, создавая искусственные различия между людьми и мешая нам видеть индивидуальные особенности каждого человека.

Стереотип носит коллективный характер, то есть, это когда определенная группа верит в определенное убеждение или явление, например – «русские постоянно пьют водку», «узбекский народ всегда кушают по утрам плов», или же самый распространенный стереотип во всем обществе – «мальчики не плачут» [4].

У стереотипов есть своя классификация и она осуществляется по различным критериям:

1. *По объекту:* Стереотипы могут быть классифицированы в зависимости от объекта, на который они направлены. Это могут быть стереотипы о людях на основе их расы, пола, возраста, профессии, социального статуса и т. д.

2. *По типу содержания:* Стереотипы могут быть классифицированы на основе того, какие атрибуты или характеристики они приписывают определенной группе. Например, стереотипы могут касаться интеллектуальных способностей, характера, внешности и т. д [4].

3. *По степени позитивности/негативности:* Стереотипы могут быть положительными, отрицательными или нейтральными по отношению к определенной группе. Например, положительный стереотип может быть связан с характеристикой «чрезвычайно трудолюбивый», в то время как отрицательный - с характеристикой «неумный».

4. *По степени широты применения:* Некоторые стереотипы могут быть общими для большой группы людей, тогда как другие могут быть более специфичными и применимыми только к подгруппам. Например, стереотип о том, что «мужчины не умеют выражать свои эмоции», может быть более широко применимым, чем стереотип о том, что «мужчины североамериканского происхождения не умеют выражать свои эмоции» [5].

5. *По масштабу:* Стереотипы могут быть глобальными или локальными. Глобальные стереотипы относятся к широко распространенным убеждениям о группах, в то время как локальные стереотипы могут относиться к более узким и специфичным контекстам или сообществам.

А также, стереотипы могут принимать различные формы и касаться различных аспектов жизни и общества. Вот некоторые из типов стереотипов:

Расовые и этнические стереотипы: это упрощенные представления о характеристиках, поведении и способностях людей на основе их расовой или этнической принадлежности. Например, стереотип о том, что все азиаты отличаются хорошими математическими способностями, или стереотипы о ленивости или агрессии определенных этнических групп [2].

Половые стереотипы: это представления о ролях и поведении людей на основе их пола. Например, стереотип о том, что женщины лучше подходят для заботы о детях, а мужчины более подходят для лидерских ролей.

Профессиональные стереотипы: это представления о навыках и поведении людей на основе их профессии или их сферы деятельности. Например, стереотип о том, что программисты всегда неловкие и асоциальные, или что пожарные всегда храбры и смелы [6].

Стереотипы по возрасту: это понимание об интересах и способностях людей, отталкиваясь от их возраста. Например, стереотип о том, что старшие люди неспособны к технологиям, или что молодежь всегда беспечна и неответственна.

Стереотипы социального статуса: это представление о поведении и способах жизни людей на основе их социального статуса или уровня дохода. Например, стереотип о том, что богатые люди всегда эгоистичны и недоступны, или что бедные люди всегда ленивы и безответственны.

Религиозные стереотипы: это привычное мнение о верованиях и поведении людей на основе их религии. Например, стереотип о том, что все мусульмане склонны к терроризму, или что все христиане консервативны и законопослушны [7].

Стереотипы о внешности: мнение о человеке и его характере, которое выстраивается в основном путем первого впечатления. Учитывается его внешность, черты лица, стиль в одежде, прическа. Например, «блондинки недалекие» или «бородатые мужчины мужественные». Тот самый случай, когда человека «встречают по одежке», делая выводы, даже не узнав его. Это лишь некоторые из многочисленных типов стереотипов, которые существуют в обществе. Они могут формироваться из различных источников, таких как культурные нормы, средства массовой информации, образование и личный опыт [3].

Формирование стереотипов может быть результатом различных механизмов, включая социальные, культурные и познавательные или же когнитивные процессы. Есть ряд основных механизмов, влияющих на формирование стереотипов:

Первым мы можем отметить - *Упрощение когнитивной обработки:* Люди часто используют стереотипы для упрощения обработки информации. Стереотипы позволяют нам распределить людей и события окружающего мира по определённым категориям, что помогает нам быстро принимать решения и реагировать на новые ситуации. *Социальное обучение:* Многие стереотипы передаются через социальное обучение, включая общение с родителями, друзьями, средствами массовой информации и другими аспектами социализации. Например, родители могут передавать свои предубеждения детям, формируя их стереотипы о различных группах людей.

Подтверждение ожиданий: Люди часто ищут подтверждения своих ожиданий и убеждений, в результате чего могут воспринимать информацию таким образом, чтобы подтвердить свои стереотипы. *Опыт и взаимодействие:* Наши личные взаимодействия и опыт могут формировать наши стереотипы. Например, если мы имеем негативный опыт с одним представителем определенной группы, мы можем обобщить этот опыт на всю группу и развить стереотипы [8].

Психологические механизмы защиты: иногда стереотипы могут служить психологическим механизмом защиты, который помогает людям оправдать свои предвзятые убеждения и поведение. Например, люди могут использовать стереотипы, чтобы оправдать свое превосходство или доминирование над другими группами.

Влияние средств массовой информации: Стереотипы могут быть сформированы или укреплены средствами массовой информации через изображения, истории, рекламу и другие формы культурного выражения.

Влияние стереотипов на межличностные отношения и общество в целом может быть значительным и многогранным. Мы можем рассмотреть каждый влияющий фактор по-отдельности:

Формирование предвзятости и дискриминации: Стереотипы могут способствовать формированию предвзятых взглядов на определенные группы людей и приводить к дискриминации расы, пола, возраста, сексуальной ориентации и прочее. Это может проявляться в различных сферах жизни, включая трудовые отношения, образование, доступ к услугам

и так далее. Следующим, можем отметить такой фактор как *искажение восприятия и взаимодействия*: Стереотипы могут искажать восприятие и взаимодействие между людьми. Например, если у кого-то есть стереотипы о представителе определенной группы как о "враге" или "вредном элементе", это может повлиять на то, как они воспринимают его или ее и как взаимодействуют с ними [3].

Усиление конфликтов и недопонимания также могут влиять на межличностные отношения: Стереотипы могут способствовать усилению конфликтов между различными группами людей, особенно если они базируются на негативных представлениях или предвзятых взглядах. Это может привести к ухудшению межгрупповых отношений и росту напряженности в обществе. А также, *влияние на эмпатию и сопереживание*: Стереотипы могут также влиять на способность людей проявлять эмпатию и сопереживание по отношению к членам других групп. Если у человека есть стереотипы о том, что определенная группа людей не заслуживает сострадания или помощи, это может препятствовать эмпатическому отношению к ним и создать барьеры для сопереживания.

По своей сущности, стереотипы могут иметь серьезные негативные последствия для межличностных отношений, приводя к предвзятости, дискриминации, конфликтам и снижению способности проявлять эмпатию. Поэтому важно осознавать эти влияния и работать над их преодолением для создания более справедливого и дружелюбного общества [4].

Преодоление стереотипов — это долгосрочный процесс, который требует усилий со стороны всех членов общества. Однако путем совместных усилий мы можем сделать наше общество более открытым, толерантным и инклюзивным. Решение проблемы со стереотипами требует комплексного подхода и участия всех уровней общества. Вот несколько рекомендаций, которые могут помочь бороться со стереотипами:

Образование и осведомленность: Образование о различиях, межкультурном понимании, гендерных ролях и т.д. может помочь людям понять, как стереотипы формируются и как они влияют на наше восприятие мира. Программы по обучению межкультурному общению и развитию критического мышления должны включаться в учебные планы в школах и вузах [2].

Содействие межгрупповому взаимодействию: Проведение мероприятий, направленных на содействие межгрупповому взаимодействию и диалогу, может помочь преодолеть стереотипы и улучшить взаимопонимание между различными группами. Разнообразные культурные события, общественные дискуссии и обмен опытом могут способствовать этому процессу.

Поддержка разнообразия и инклюзивности: в рабочих местах, учебных заведениях и других общественных местах важно создавать инклюзивные пространства, где каждый человек чувствует себя принятым и уважаемым независимо от его характеристик [6].

Организации и государственные учреждения должны активно поддерживать и содействовать разнообразию и инклюзивности в обществе, создавая политики и программы, направленные на борьбу со стереотипами и дискриминацией.

Список использованной литературы

1. Dovidio, J. F., & Gaertner, S. L. "Aversive Racism and Selection Decisions: 1989 and 1999." *Psychological Science*, vol. 11, no. 4, 2000, pp. 315-319.
2. Fiske, S. T., Cuddy, A. J., & Glick, P. "Universal Dimensions of Social Cognition: Warmth and Competence." *Trends in Cognitive Sciences*, vol. 11, no. 2, 2007, pp. 77-83.
3. <https://bigenc.ru/c/stereotip-a84ed7>
4. <https://www.nur.kz/family/self-realization/1994634-stereotipy-cto-eto-kakie-vidy-byvayut-i-kak-ih-razrushat/>
5. <https://solncesvet.ru/opublikovannyye-materialyi/socialnye-stereotipy-i-ih-rol-v-razvitiy.16056765391/>
6. <https://trends.rbc.ru/trends/social/6308b2e59a7947f90dc1bcf8#types>
7. https://studopedia.ru/19_271167_mehanizmi-i-funktsii-stereotipov.html
8. <https://www.b17.ru/article/470147/>

ВЛИЯНИЕ ИНТЕРНЕТА НА ЛИЧНОСТЬ И ОБЩЕСТВА

Аскарова Гулрух

Преподаватель кафедры «Практическая психология»

Факультета «Педагогика и психология»

ТГПУ имени Низами

Азаркова Миланика

Студентка 2-го курса

Факультета «Педагогика и психология»

ТГПУ имени Низами

Личность – конкретный живой человек, обладающий сознанием и самосознанием. Структура личности – совокупность социально значимых психических свойств, отношений и действий человека, сложившихся в процессе его развития и определяющих его поведение.

В психологии принято подчеркивать именно общественный характер личности – ее возникновение и развитие возможно только благодаря жизни человека в обществе.

Общество – это определившийся в процессе исторического развития человечества, относительно устойчивый, универсальный способ организации социальных связей и отношений, обеспечивающий удовлетворение всех основных потребностей людей, самодостаточный, саморегулирующийся и самовоспроизводящийся [1].

Можно выделить, такие проблемы, связанные с развитием личности, как:

1. Технологии и интернет;
2. Множество возможностей;
3. Различие культур, мировоззрения, ценностей и убеждений, а также вероисповедания.

В современном мире развитие технологий и интернета достигли высокого уровня развития. Несомненно, что такое развитие имеет большие преимущества, но также есть недостатки. Одним из главных преимуществ современных технологий является возможность получать информацию и общаться с другими людьми на расстоянии. Интернет и мобильные телефоны позволяют нам общаться с друзьями и коллегами, находясь в любой точке мира. Кроме того, мы можем быстро получать новости, научиться новым навыкам и знаниям, искать работу и многое другое. Недостаткам здесь является отсутствие живой коммуникации (изоляция). Люди стали меньше видаться друг с другом, что отрицательно влияет на их восприятия, духовную жизнь, а также на ряд психологических аспектов. Человек привыкший общаться на расстоянии, соответственно будет испытывать трудности при общении в живую, может быть застенчив и может испытывать трудности в формулировке и передачи своих мыслей [4].

Технологии также помогают нам решать проблемы и улучшать качество жизни. Благодаря современным медицинским технологиям мы можем лечить болезни, сохранять жизни и улучшать здоровье. Технологии также позволяют улучшать нашу экологическую ситуацию, создавать энергоэффективные технологии и многое другое. Технологии также могут стать источником информационного шума и ненужной информации. Интернет переполнен информацией, и не все из нее являются полезными или точными. Многие люди также сталкиваются с проблемой зависимости от технологий и социальных медиа, что может привести к проблемам со здоровьем и психологическому состоянию. Также использование интернета вызывает деградацию, дети привыкли добывать информацию, через интернет.

Множество возможностей - это конечно очень хорошо, ведь у людей есть столько возможностей для развития и улучшения своей жизни, но это имеет свою негативную сторону. Как говорится в поговорке " Запретный плод сладок " в этом есть своя правда, люди перестали мечтать. Если раньше люди мечтали и стремились, то сейчас, когда предоставлены возможности, то это можно сравнить как "Жизнь на всем готовом", что убивает мотивацию.

Проблема во взаимодействии людей и их взаимоотношениях, так это различие культур, мировоззрения, ценностей и убеждений, а также вероисповедания.

М. Вебер подчеркивал необходимость освобождения экономических и социальных наук от ценностей, что позволит истине науки стать полноценной. Целый круг мыслителей аргументированно выступили «за» или «против» так называемого «усмотрения» ученого [3]. Представляет

интерес точка зрения Г. Маркузе, считавшего, что до любого размышления над какими-либо проблемами общества с их последующим исследованием ученый-обществовед с необходимостью принимает два «постулата» или оценочных положения: человеческая жизнь безусловно стоит того, чтобы быть прожитой; существующее общество можно усовершенствовать в интересах благополучия человека [5]. Внимания заслуживает и особая позиция М. Хайдеггера, который призывает «мыслить против ценностей», открывая для мысли просвет бытийной истины: «Всякое оценивание, даже когда оценка позитивна, есть субъективация. Оно предоставляет сущему не быть, а, на правах объекта оценивания, всего лишь считаться. Когда бога, в конце концов, объявляют “высшей ценностью”, то это — принижение божественного существа. Мышление в ценностях здесь и во всем остальном — высшее святотатство, какое только возможно по отношению к бытию». В силу вышесказанного следует отказаться от попытки установить универсальную иерархию и систему ценностей (первая — складывается спонтанно снизу, вторая — целенаправленно сверху) и не следует забывать об отличии истины от оценки (ценности). Однако это не означает, что следует отказаться от формирования общей системы ценностей [6].

Истина описания (отражения) устанавливает определенное соответствие между истиной бытия и истиной на уровне знания. Оценка же устанавливает соответствие между субъектом мысли и объектом. В первом случае речь идет о том, что слова должны соответствовать миру, во втором — мир должен соответствовать словам. В силу этого следует сопротивляться абсолютизации ценностного подхода, вместе с тем следует подчеркнуть, что вещь обладает потенцией к тому, чтобы быть оцененной. Человек — сторона ценностного отношения, обладающая способностью к ценению, что означает двойственное существование значимости, где вещь создает диапазон, а человек — направление и определение ценности. Ценность не является собственно предпочтением, а выступает в качестве основания предпочтения как некая структура сознания, создающая установку на действие, отражающее причастность человека к миру как на уровне предварительного, так и окончательного определения. Все сказанное следует отнести к мировоззрению, которое в моральном аспекте организовано от норм к ценностям, принципам и идеалам и наоборот. Причем несовпадение наличной практики и практики в рамках этической теории, не отменяющее значение и даже правоту последней, осознается зрелой личностью на основе приобретенного опыта мировоззренческий.

Опыт и есть сознание, которое расширяется за пределы и вновь возвращается в себя. Единство материи и жизни имеет внутреннее содержание, где человек представляет собой целое, и контекстовое существование, в котором человек является частью универсума [2]. С учетом сказанного следует признать, что противоречивость заложена в самой природе ценности: источником ценностей выступает разум, и одновременно человек действует в соответствии с изначальными экзистенциальными предпочтениями, следует имеющимся психологическим пристрастиям, т.е. во

многих случаях поступает ситуативно и эмоционально. Речь идет о том, что ценность, будучи данной или заданной, каждый раз заново открывается личностью или игнорируется.

Помимо этого, дает о себе знать несовпадение этического и практического аспектов, неоднозначность отношения этики норм и принципов и эмпирической этики, противоречивость процесса формирования этики ответственности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дьюи, Джон. "Личность и общество." Москва: Прогресс, 2002.
2. Вебер, Макс. Экономика и общество: Избранные сочинения. Санкт-Петербург: Алетейя, 2000.
3. Вебер, Макс. Рациональность и общество. Москва: Прогресс, 2002.
4. Мартин, Эмери С. "Социальная структура и личность." Москва: Издательство Московского университета, 2005.
5. Маркузе, Герберт. "Одномерное общество." Журнал "Studies in Philosophy and Social Science", 2004.
6. Хайдеггер, Мартин. "Как бытие влияет на человека." Журнал "Philosophy Today", 2010.

BOLANING IJTIMOIYLASHUVIDA OTA – ONA VA JAMIYATNING O‘RNI

Askarova Gulruh O‘rinbasarovna
Nizomiy nomidagi TDPU o‘qituvchisi
Abdullayev Rahmonjon Rustamjon o‘g‘li
Nizomiy nomidagi TDPU 4-kurs talabasi

Bolaning ijtimoiylashuvida tarbiyaning rolini ortiqcha baholab bo'lmaydi. Ta'lim bu - bolaning fe'l-atvori, qadriyatlarini, xulq-atvori va ko'nikmalarini shakllantiradigan jarayon bo'lib, u atrofdagi dunyo bilan muvaffaqiyatli muloqot qilishi va jamiyatning to'laqonli a'zosi bo'lishi mumkin [1]. Sotsializatsiya, o'z navbatida, shaxsning ijtimoiy standartlar, me'yorlar va qadriyatlarga moslashishiga olib keladigan jarayondir. Tug'ilgandan boshlab, bola ota-onalar, tarbiyachilar va boshqa oila a'zolari bilan o'zaro munosabatlar orqali ijtimoiy ko'nikmalarni o'rganishni boshlaydi. Bu sotsializatsiyaning dastlabki bosqichi bo'lib, unda aloqa, hissiy aloqa va atrofdagi dunyoni tushunish asoslari shakllanadi [2].

Biroq, sotsializatsiyaning asosiy qismi ta'lim orqali sodir bo'ladi. Bu jarayonda ota-onalar, o'qituvchilar, qarindoshlar, do'stlar va bola hayotidagi boshqa muhim shaxslar muhim rol o'ynaydi. Xulq-atvor qoidalari, axloq qoidalari, bag'rikenglik, boshqalarga va boshqa ko'plab jihatlarga hurmat ko'rsatish orqali bola jamiyatning faol ishtirokchisi bo'lishni o'rganadi. Ijtimoiylashuvga hissa qo'shadigan ta'limning asosiy elementlaridan biri bu kattalar tomonidan xatti-harakatlarni modellashtirishdir. Bolalar ko'pincha boshqalarning xatti-harakatlari va reaktsiyalarini nusxalashadi, shuning uchun kattalar o'zaro ta'sir va muammolarni hal qilishning ijobiy namunalari namoyish etishlari muhimdir.

Ta'limning muhim tarkibiy qismi ham rag'batlantirish va jazolashdir [2]. Yaxshi xulq-atvor va yutuqlar uchun ijobiy rag'batlantirish bolani kerakli xatti-harakatlarni takrorlashga undaydi, noto'g'ri xatti-harakatlar uchun jazo chegaralarni belgilashga yordam beradi va jamiyat qoidalari va me'yorlari to'g'risida tushuncha hosil qiladi.

Maktab ijtimoiylashuvda ham muhim rol o'ynaydi. Bu erda bolalar jamoada ishlashni, hamkorlik qilishni, nizolarni hal qilishni va boshqalarning fikrlarini hurmat qilishni o'rganadilar. Sinfdoshlar va talabalar bilan turli xil ijtimoiy muhitlardan muloqot qilish bolaning tajribasini boyitadi va unga fikrlar va madaniyatlarning xilma-xilligini tushunishga yordam beradi [3].

Bu jarayon jamiyatga muvaffaqiyatli moslashish uchun asos yaratadi, boshqa odamlarning muloqot, hamdardlik va tushunish ko'nikmalarini rivojlantiradi va jamiyat kontekstida individuallik va o'z taqdirini o'zi belgilashga yordam beradi. Ushbu Roldan xabardor bo'lish va bolalarning sog'lom rivojlanishi uchun qo'llab-quvvatlovchi va rag'batlantiruvchi muhitni yaratishga intilish muhimdir. Bolaning ijtimoiylashuvida tarbiyaning roli qadriyatlar va xulq-atvor normalarini shakllantirishdan tortib, adaptiv strategiyalar va fuqarolik javobgarligini rivojlantirishgacha bo'lgan ko'plab jihatlarni qamrab oladi. Bolaning muvaffaqiyatli ijtimoiylashuvi har bir bolaning individual xususiyatlarini hisobga oladigan va uning to'liq rivojlanishi va jamiyatga integratsiyalashuvi uchun sharoit yaratadigan ta'limga kompleks va tizimli yondashuvga bog'liqligini tushunish muhimdir. Shuni ham ta'kidlash kerakki, bolani tarbiyalash va ijtimoiylashtirish nafaqat oilada, balki maktab, bolalar bog'chasi, jamoat tashkilotlari va boshqalar kabi boshqa ijtimoiy institutlarda ham sodir bo'ladi. turli xil muhitlar va turli yoshdagi, madaniy va ijtimoiy mavqega ega odamlar bilan o'zaro munosabatlar ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirish va jamiyatga moslashishda ham muhim rol o'ynaydi [5].

Bundan tashqari, zamonaviy dunyoda ijtimoiy media va texnologiyalar ta'sirining kuchayishi bilan bolani tarbiyalash va ijtimoiylashtirish yangi jihatlarga ega bo'lmoqda. Ota-onalar va o'qituvchilar bolalarga tanqidiy fikrlash va ma'lumotni etarli darajada baholash ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam berishlari va internetning qadriyatlar va xatti-harakatlarning shakllanishiga ta'sirini hisobga olishlari kerak.

Binobarin, bolaning muvaffaqiyatli ijtimoiylashuvi oilada tarbiyalash, maktabda ta'lim olish, jamiyat bilan o'zaro aloqada bo'lish va zamonaviy tendentsiyalar va muammolarni hisobga olishni o'z ichiga olgan kompleks yondashuvga bog'liq. Ota-onalar, o'qituvchilar va boshqa kattalar ushbu jarayonning faol ishtirokchilari bo'lishlari, bolalar uchun jamiyatda rivojlanish va muvaffaqiyatli moslashish uchun sharoit yaratishlari kerak [4].

Kattalar tomonidan namuna va qo'llab-quvvatlanishi, bolaning ijtimoiylashuvida nafaqat murabbiy sifatida, balki xulq-atvor namunalari sifatida ham muhim rol o'ynaydi. Ularning harakatlari, munosabatlari va atrofdagi dunyo bilan aloqasi bolalarda xatti-harakatlarni modellashtirish uchun asos yaratadi. Shuning uchun kattalar o'z harakatlarida ongli va empatik bo'lishlari muhimdir, chunki ularning namunasi bolalarda ijtimoiy ko'nikmalar va qadriyatlarni shakllantirishga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Ijtimoiy muhit va ijtimoiy institutlar: bola o'sadigan muhit uning ijtimoiylashuviga ham ta'sir qiladi. Maktab, bolalar bog'chasi, jamoat tashkilotlari va boshqa muassasalar bolalarga turli xil odamlar bilan muloqot qilish, ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish va turli xil ijtimoiy-madaniy sharoitlarga moslashishni o'rganish imkoniyatini beradi [3].

Ijtimoiy integratsiyani qo'llab-quvvatlash: ota-ona tarbiyasi, shuningdek, bolaning jamiyatga integratsiyalashuviga, ijtimoiy jarayonlarda ishtirok etishiga va o'zini jamiyat a'zosi kabi his qilishiga yordam berishga qaratilgan. Bunga guruhda ishlash, madaniyatlarning xilma-xilligiga moslashish va fikr va e'tiqodlarning xilma-xilligini hurmat qilish qobiliyatini rivojlantirish kiradi.

Ta'lim orqali nafaqat muloqot va ijtimoiy o'zaro ta'sir ko'nikmalari, balki jamiyatda to'liq ishtirok etish uchun muhim bo'lgan qadriyatlar, axloqiy munosabat va o'zini o'zi aniqlash ham shakllanadi. Shuning uchun tarbiyaning ahamiyatini anglash va unga etarlicha e'tibor va kuch berish muhimdir.

O'z-o'zini boshqarish va hissiyotlarni boshqarish: ota-ona tarbiyasi bolaning o'zini o'zi boshqarish va hissiyotlarni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi, bu unga turli xil hayotiy vaziyatlar, nizolar va stresslarni samarali engishga imkon beradi. Bolaning ijtimoiylashuvida jamiyatdan oladigan tarbiyaning roli asosiy aloqa va o'zaro ta'sir ko'nikmalarini shakllantirishdan tortib, yuqori axloqiy va axloqiy qadriyatlarni rivojlantirishgacha bo'lgan ko'plab jihatlarni qamrab oladi [2]. To'g'ri tarbiya bolani jamiyatga muvaffaqiyatli moslashishi va uning jamiyatda faol ishtirok etishi uchun asos yaratadi. Shu sababli, ota-onalar, o'qituvchilar va boshqa kattalar bolalarda ijtimoiy kompetentsiyani shakllantirish mas'uliyatini tan olishlari va bu jihatga etarlicha e'tibor va kuch sarflashlari muhimdir.

Ijtimoiy modellashtirish va o'yin orqali o'rganish: o'yin orqali tarbiyalash bolalarda ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirishning samarali usuli hisoblanadi. Turli xil o'yin stsenariylari bolalarga turli xil rollar bilan tajriba o'tkazish, hamkorlik qilishni o'rganish, empatiya va boshqa odamlarning his-tuyg'ularini tushunishni rivojlantirishga imkon beradi. Shu sababli, o'yin faoliyati ijtimoiylashuv uchun muhim vositaga aylanadi, bolaning tajribasini boyitadi va uning ijtimoiy vaziyatlarga moslashishiga hissa qo'shadi.

Media va raqamli muhit kontekstida ijtimoiy ko'nikmalarni o'rgatish: zamonaviy bolalar madaniyati tobora ko'proq raqamli texnologiyalar va ommaviy axborot vositalari bilan to'lib-toshgan. Raqamli muhitda to'g'ri yo'naltirilgan ta'lim bolaga raqamli savodxonlikni rivojlantirishga yordam beradi, shuningdek, onlayn platformalar va ijtimoiy tarmoqlar orqali boshqalar bilan samarali va xavfsiz muloqot qilishni o'rganadi [4].

Ijtimoiy ko'nikmalarni mashq qilish uchun sharoit yaratish: ota-ona tarbiyasi bolaga real vaziyatlarda ijtimoiy ko'nikmalarni mashq qilish va rivojlantirish uchun imkoniyatlar yaratishi muhimdir. Bu oilaviy tadbirlar, guruh mashg'ulotlari, ko'ngillilar faoliyati yoki bolalarning ijtimoiy hayotda faol ishtirok etishiga yordam beradigan ijtimoiy loyihalarda ishtirok etish bo'lishi mumkin.

Tanqidiy fikrlash va tahliliy qobiliyatlarni rag'batlantirish: ta'lim orqali bola ma'lumotni tahlil qilishni, o'z fikrini ishlab chiqishni, o'z qarashlari haqida

bahslashishni va atrofdagi dunyoni tanqidiy baholashni o'rganadi [5]. Bu unga mustaqil fikrlovchi va ijtimoiy hayotning faol ishtirokchisi bo'lishga yordam beradi.

Ijtimoiy moslashuvni rivojlantirish: ta'lim bolaning turli xil ijtimoiy vaziyatlar va kontekstlarga moslashish qobiliyatini shakllantirishga qaratilgan. Bunga yangi guruhlarga, ijtimoiy vaziyatlarga moslashish qobiliyati, shuningdek, turli yoshdagi, jinsdagi, madaniyat va ijtimoiy mavqega ega odamlar bilan umumiy til topish qobiliyati kiradi.

Yetakchilikni rivojlantirishni qo'llab-quvvatlash: ota-ona tarbiyasi bolada boshqalarni ilhomlantirish va rag'batlantirish, muammolarni hal qilish, qaror qabul qilish va guruh faoliyatini samarali muvofiqlashtirish kabi yetakchilik fazilatlarini rivojlantirishga yordam beradi. Ta'limning ushbu jihatlari bolaning ijtimoiylashuvida muhim rol o'ynaydi, unga jamiyatga moslashishga, ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishga, shaxsiyatini shakllantirishga va ijtimoiy hayotning faol ishtirokchisiga aylanishiga yordam beradi. Shuni esda tutish kerakki, ota-onalar, o'qituvchilar va boshqa kattalar tomonidan doimiy e'tibor, qo'llab-quvvatlash va ishtirok etishni talab qiladigan uzluksiz va ko'p qirrali jarayondir.

ADABIYOTLAR

1. Mirziyoyev Sh.M. Xalqimizning roziligi bizning faoliyatimizga berilgan eng oliy bahodir. 2-jild. –T.: O'zbekiston, 2017.

2. Asqarova D.Q. “Bolalalarni maktab ta'limiga tayyorlash metodikasi” o'quv qo'llanma Toshkent-2020

3. Axmedova M. Maktabgacha yoshdagi bolalarning o'zlashtirish darajasini aniqlash va tahlil qilish . Bola shaxsini rivojlantirishning dolzarb muammolari mavzusidagi II xalqaro anjuman. – T.: 2009.

4. Abduqodirov A.A., Begmatova N.X. Maktabgacha ta'lim muassasalarida multimedia texnologiyasidan foydalanish uslubiyoti (o'quv-uslubiy qo'llanma). Qarshi: Nasaf, 2011.

5. Shaxs shakllanishida oilaviy munosabatlarning ahamiyati.ma Suyunova - Eurasian Journal of Academic Research, 2022 - in-academy.uz.

OILAVIY NIZOLAR PSIXOLOGIYASI

Eshchanova Nasiba Matnazarovna

Urganch innovatsion university, o'qituvchisi

Oila – jamiyatimiz tayanchi, qadriyatlar beshigi hisoblanadi. Oila inson uchun muqaddas maskan, kishilik jamiyatining ijtimoiy poydevoridir. Oilaviy turmushning asosiy maqsadi – bu farzand ko'rish orqali aholini qayta tiklash, avlodlar bilan ajdodlar vorisligi va davomiyligini hamda yer yuzida insoniyat tarixiy taraqqiyotini ta'minlashdan iboratdir. Afsuski, oila-nikoh munosabatlarining hozirgi davrga kelib zaiflashib borayotganligi dunyoning deyarli ko'pchilik mamlakatlarida: Amerika Qo'shma shtatlari, Angliya, Fransiya, Germaniya, Boltiq bo'yi davlatlari, Rossiya va boshqa qator davlatlarda yaqqol namoyon bo'lmoqda. O'zbek oilalari hayotida oila-nikoh munosabatlarining

zaiflashuvi va uning buzilishlari yuqorida qayd etilgan davlatlardagiga qaraganda ancha kam bo'lsa-da, afsuski ajralishning asoratlari oila a'zolari va qarindosh-urug'lar o'rtasida nihoyatda ayanchli oqibatlar, noxush holat va hodisalar keltirib chiqarayotganligi kuzatilmoqda. Oilada kelib chiqayotgan turli xil nizolar oqibatida ko'plab oilalar buzilib ketmoqda, bularning ichida yosh oilalarning ham borligi insonni qayg'uga soladi.

Muxokama va natijalar. Oilaviy nizolarning eng xarakterlilaridan biri bu er va xotin o'rtasidagi nizolardir. Yosh oilada er-xotinlarning o'zaro munosabatlari rivojlanishining o'ziga xos qonuniyatlari, ayniqsa, yosh o'zbek oilasida uning etnik, hududiy xususiyatlaridan kelib chiqqan holda yosh kelin va kuyovning yangi ijtimoiy sharoitlarga moslashishi jarayoni bilan bog'liq qiyinchiliklar er-xotin munosabatlarida nizoli vaziyatlar va nizolarni yuzaga keltirishi mumkin. Afsuski, bunday jarayonlar deyarli har bir oila uchun muqarrar bo'lgan va aksariyat yoshlar oila qurish arafasida o'z nikohlaridan kutmagan jarayonlardir.

Nizoli vaziyatlar har qanday oilada u yoki bu darajada yuzaga keladi. Oila qanday bo'lishidan qat'iy nazar nizolardan mutlaqo xoli (himoyalangan, kafolatlangan) bo'la olmaydi. Chunki oiladagi shaxslararo munosabatlar odatda nizosiz bo'lmaydi. Bu nizolar ma'lum darajada er-xotin munosabatlarini rivojlantiruvchi katalizator vazifasini o'taydi. Lekin nizoning nizodan farqi bor. Oilada yuzaga kelish ehtimoli bo'lgan nizo-janjallarning sabablarini aniqlash va ularning oldini olish masalalarini ijobiy hal qilish uchun birinchi navbatda ularni kimlar o'rtasida yuz berayotganligini farqlab olish maqsadga muvofiqdir. Oilaviy nizolarda kimlar ishtirok etayotganiga ko'ra ularni quyidagicha asosiy turlarga ajratish mumkin:

- er-xotin o'rtasidagi nizolar; qaynona-kelin o'rtasidagi nizolar; qaynona-kuyov o'rtasidagi nizolar; ovsinlar o'rtasidagi nizolar; ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi nizolar

Muvaffaqiyatli oilalardagi nizolar biriktiruvchi va muvaffaqiyatsiz oilalardagi nizolar esa ajratuvchi xarakterga ega. Shuning uchun ham psixologik adabiyotlarda nizolar shartli ravishda «konstruktiv» («biriktiruvchi») va «destruktiv» («ajratuvchi») nizolarga farqlanadi. Biriktiruvchi nizolarning yuzaga kelishiga asos bo'lgan muammolar va ularning hal qilinishi ham erning, ham xotinning, butun oilaning manfaatlariga qaratilgan bo'ladi. Agar ular hal etilsa, buning oqibatida oilaning umumiy manfaatlariga oid muammolar o'z yechimini topadi. Bunday nizolarga oiladagi tartib, intizom, ozodalik, oila budjetini yuritish, saranjomlik, tejamkorlik, isrofgarchilikka yo'l qo'ymaslik, bola tarbiyasi va boshqa shu kabi toifadagi nizolar misol bo'la oladi. Ular asosan er-xotin o'rtasidagina yuzaga keladi, ularning ishtirokchilari ham faqat er-xotinlarning o'zlarigina hisoblanadilar. Bunday nizolarning muvaffaqiyatli hal etilishida er-xotinlarning bir-birlarini yanada yaqinroq bilib, tushunib, bir-birlarining salbiy va ijobiy xususiyatlarini o'rganib borish, bir-birlariga moslashish, muammolarni hal etish borasida hamkorlik qilish kabi oilaviy hayot mustahkamligini ta'minlashga xizmat qiluvchi jarayonlar amalga oshadi.

Ajratuvchi nizolarda ularning yuzaga kelishiga asos bo'lgan muammo va uning yechimi er-xotinlardan birining manfaatiga qaratilgan bo'ladi. Bunday

nizolarda bir tomon manfaatining hal etilishi ko‘pincha, ikkinchi tomon manfaatining boy berilishi hisobiga amalga oshadi. Masalan, erni yoki xotinni shaxsan o‘zi uchun biron nima xarid qilishi, erning yoki xotinning ishi tufayli, o‘zbek oilasi uchun xarakterli bo‘lgan nizolardan bo‘lmish er yoki xotinning qarindosh-urug‘lari bilan bo‘ladigan munosabatlar tufayli yuzaga keladigan nizolar shular jumlasiga kiradi.

Yangi yuzaga kelgan oilalarda er-xotin munosabatlarining u yoki bu tarzda rivojlanishi oqibatida shartli ravishda to‘rt xil oilalar shakllanib boradi. Bular: o‘zaro munosabatlari mustahkamlangan oilalar; munosabatlari vaqtincha mustahkamlangan oilalar; yangi nizolar yuzaga kelib va takrorlanib turadigan (nizoli) oilalar; va nihoyat munosabatlar uzil-kesil buzilib ajralishib ketgan oilalar kabi guruxlarga bo‘lish mumkin. Psixologiyada nizolarni hal qilishning quyidagi variantlari keng qo‘llaniladi:

Raqobat usuli – muloqot jarayonidagi bir tomonning ikkinchi tomon ustidan hukmronligini namoyon qilgan holda muloqot vaziyatini boshqarishga va butun jarayonni o‘z qo‘liga olishga harakat qilishini anglatadi. Odatda, katta yoshlilar va kichiklar o‘rtasida, rahbar va unga tobe xodim munosabatlarida shunday manzarani kuzatishimiz mumkin. Bunda birinchi tomon o‘z ustunligidan foydalangani holda ikkinchisining ustidan o‘z erkini namoyon etadi.

Yon berish – yuqorida aytilgan holatga o‘xshashroq, biroq undan ko‘ra farqliroq holat hisoblanadi. Bunda shaxs muloqot jarayonida yon berishga majbur emas, lekin u yon berishga burchliman deb hisoblayd. Bunda kishi o‘zidan yoshi, mansabi, mavqeyi jihatdan katta kishi oldida o‘z manfaat va istaklarini to‘la ifoda etolmay o‘zini tobe his etadi. Agar yuqoridagi misolda tobelik o‘zga kishi tazyiqi ostida vujudga kelsa, yon berish pozitsiyasida shaxs o‘z ixtiyori bilan shu xil munosabat tarafdori bo‘ladi.

Passivlik – biron masalani hal etish lozim bo‘lgan vaziyatlardan shaxsning o‘zini olib qochishi, turli bahonalar bilan qarorni orqaga surishini anglatadi. Ko‘pincha bu xil harakat nizoli vaziyatlarni hal etish jarayonida namoyon bo‘lishi mumkin. Aytish mumkinki, passivlik – nizodan qochish emas, balki masalani uzil-kesil hal etishdan qochishdir.

Kompromiss – ya‘ni kelishuvchanlik. Bahsli vaziyatlarda “Sen ham yutqizma, men ham yutqizmay” qabilida ish tutish, munozarali vaziyatdan ikkala tomon ham xafa bo‘lmay chiqib ketish imkoniyatini izlashdan iborat bo‘lgan holdir.

Hamkorlik – bu holat muloqot jarayonida ishtirok etayotgan barcha ishtirokchilarning o‘zaro manfaatlarini hisobga olgan holda muloqotda bo‘lish va muammoli vaziyatni oxirigacha hal etishga intilishdir. Har qanday muloqot jarayonida hamkorlikka erishish uchun erishiladigan oxirgi natija ikkala tomonning ham manfaatlarining qondirilishi va ularning qiziqishlariga mos kelishi kerak. Oilaviy munosabatlar, ishxonadagi vaziyatlar va turli hollardagi insoniy munosabatlarda bu usul juda ko‘p qo‘llaniladi.

Xulosa va takliflar. Oila – jamiyatning bir bo‘lagi hisoblanadi. Oila sog‘lom bo‘lsa jamiyatimiz mustahkam bo‘ladi, jamiyat mustahkam bo‘lsa mamlakat barqaror bo‘ladi. Oila – har bir shaxsda yoshligidan boshlab

shakllanadigan insoniy fazilatlar, ezgu-istaklar, qadriyatlar takomil topadigan, ming yillar davomida shakllangan o'zbek xalqining qadriyatlari va ma'naviy merosi ravnaqini ta'minlovchi tarbiya maskanidir. Lekin hozirgi kunga kelib oilaviy nizolar tufayli ko'plab oilalar buzilib ketmoqda. G'arbning ko'pchilik davlatlarida oila-nikoh munosabatlari zaiflashib bormoqda. Afsuski, bu jarayon ko'plab o'zbek oilalarida ham kuzatilmoqda. Oilaviy nizolarni bir necha turga bo'lish mumkin. Bularning eng asosiysini er-xotin o'rtasidagi nizolar tashkil qiladi. Yangi turmush qurgan yoshlarimizning bir birlarini yaxshi tushuna olmasligi, nikoh natijasida o'zlariga yuklatilgan burj va mas'uliyatlarni to'g'ri anglash olmasligi natijasida oilada turli xil nizolar kelib chiqmoqda va bu nizolarning ko'pchiligi ajrashish darajasiga bormoqda. Bundan tashqari, qaynona-kekin, qaynota-kuyov, ovsinlar va boshqa eng yaqin qarindoshlar o'rtasidagi nizolar ko'plab oilalarning barbod bo'lishiga olib kelmoqda. Psixologiya fani ushbu nizolarni hal qilishda bir nechta variantlarni ko'rsatadi. Bular: raqobat usuli, yon berish usuli, passivlik usuli, kompromiss usuli, hamkorlik usuli va boshqalar. Ushbu tavsiyalarga amal qilib yashasak oilaviy nizolarni oldi olinadi va oila mustahkam bo'ladi. Mustahkam oila esa jamiyatimizning asosiy tayanchi hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Karimova V.M. "Oilaviy hayot psixologiyasi". O'quv qo'llanma. – T. 2006
2. "Oila psixologiyasi". O'quv qo'llanma. Shoumarov G'.B. tahriri ostida. – T. Sharq. 2000.
3. Davletshin M.G, Shoumarov G'.B. "Zamonaviy o'zbek oilasi va uning psixologik xususiyatlari"/O'zbek oilasining etnopsixologik muammolari: Respublika ilmiy-amaliy anjumani ma'ruzalari qisqacha bayoni. – T. 1993.
4. D.Abdullaeva, R.Yorqulov, N.Atabaeva "Oila psixologiyasi". O'quv qo'llanma. – T. 2015
5. Shoumarov G'.B. "Oila psixologiyasi". – T: Sharq, 2008.

GENDER STEREOTIPLARNING IJTIMOIYLASHUV JARAYONIGA TA'SIRI

*Majidov Jasur Baxtiyarovich,
Jizzax davlat pedagogika universiteti katta o'qituvchisi*

Bugungi zamonaviy jamiyatda moddiy va ma'naviy ishlab chiqarishning barcha sohalarida insonning u bajarayotgan faoliyatida alohida ahamiyat kasb etadigan natijalar dolzarblashib bormoqda. Mazkur jarayonda keyingi paytlarda ilmiy hamjamiyatlarda ko'p qo'llanilayotgan "gender" tushunchasi insonning nafaqat o'z-o'zini anglashi va idrok e tishida, ijtimoiylashuvida va kasbiy faoliyatida muhim rol o'ynab kelmoqda.

"Gender" tushunchasi birinchi marotaba 1963 yilda R.Stoler ishlarida paydo bo'lgan. Keyinchalik lingvistikadan kelib chiqqan (gender – tur) "gender" termini erkak va ayollarning jinsi – biologik – genetik, fiziologik va reproduktiv

xarakteristikalari yig'indisidan farqli o'laroq madaniy tavsiflarini sharhlash uchun qo'llanila boshlandi. "Gender" tushunchasi yordamida insondagi tabiiylikni o'rttirilgan (madaniylik)dan tuzilmaviy ajratildi. Tushunchaning kiritilishi XX asrning 30-yillarida M.Midning etnografiya bo'yicha ishlarida kiritildi. Gender bu:

- ijtimoiy jins bo'lib, u xususan shaxslilik va guruhviy xulq-atvor xususiyatlari va individning jamiyatdagi huquqiy va mavqe-ijtimoiy pozitsiyasini belgilashni taqozo etadi;

- biologik jins, morfologik va fiziologik xarakteristikalar majmuasi sifatida qatnashadi, erotik hissiyotlar va kechinmalar yo'nalganligi va namoyon bo'lishi bilan bog'liq individual xulqni ham aniqlaydi [1];

Umum qabul qilingan stereotiplar empatiya va emotsional sohadagi juda ko'p gender farqlar mavjudligi haqidagi g'oyani o'z ichiga oladi. Erkaklar va ayollar o'rtidagi tafovutlar haqida gapirganda biz ko'pincha ayollar erkaklarga qaraganda emotsiyalarini yaxshiroq ifodalaydilar va atrofdagilarga hamdardlik bildirishga ham moyilroqdirlar deb hisoblaymiz. Haqiqatan ham ayollar erkaklarga qaraganda hissiyotlarga beriluvchan degan fikrga ishonish gender stereotiplarni o'rganish mobaynidagi noyob topilmalardan biri hisoblanadi. Erkaklar va ayollar o'rtasidagi emotsionallik tafovutlari bir nechta darajalarda qarash mumkin Birinchi darajada biz boshqalarning emotsional holatini tushunish (empatiya) qobiliyati va bu tushunishni ifodalash malakasi (empatik ekspressiya) bilan to'qnash kelamiz. Boshqa bir darajada bizni insonning o'zi tomonidan o'z emotsiyalarini kechinishi (emotsional kechinmalar) va mana shu emotsiyalarni bildirish usullari (emotsional ekspressiya) qiziqtiradi.

S.Bem fikricha maskulinlik va femininlik yoki jinsiy rolli aynanlik global o'lchovlarini izlash – aniq illyuzor vazifalardandir deb ta'kidlaydi. "Erkaklar va ayollarni ajratib turadigan psixologik xususiyatlar va xulq-atvor tuzilmalari mazkur davrda va mazkur madaniyatda, nafaqat ko'p xil, balki turli ildizlarga ega bo'lishi va turli individlarda nisbatan bog'liq bo'lmagan holda o'zgarib turishi ham mumkin" [3].

Metodologik qiyinchiliklar ijtimoiy-psixologik xususiyatlardagi va kasbiy faoliyatda shaxs psixologik portretini tashkil etuvchi jinsiy tafovutlar psixologiyasini o'rganish dolzarbligini kamaytirmaydi, biroq ular bunday o'rganish albatta fanlararo miqyosda bo'lishi, ijtimoiy jinsiy rollar dinamikasi hamda sinaluvchilarning etnomadaniy xususiyatlarini hisobga olgan holda bo'lishini ta'kidlaydi.

1. Maskulinlik va femininlik tushunchalari erkaklarga (maskulinlik) yoki ayollarga (femininlik) "xolisona xos bo'lgan" (I.Konning ta'kidlashicha) ruhiy va xulq-atvorviy xususiyatlarni aks etadi.

2. Maskulinlik va femininlik tushunchasi turli ijtimoiy tasavvurlar, fikrlarni o'z ichiga oladi, erkaklar va ayollar qanday va ularga qaysi xususiyatlar maqbul ekanligi aniqlanadi.

3. Maskulinlik va femininlik tushunchalarida ideal erkak va ideal ayolning me'yoriy qoliplari o'z ifodasini topadi.

Shunday qilib, birinchi guruhdagi gender ustanovkalarini mardlik va latofatlik haqidagi tasavvurlar aksini topgan muayyan shaxsiy fazilatlar va

ijtimoiy-psixologik xususiyatlar yordamida erkaklar va ayollarni tasniflovchi ustanovkalar sifatida belgilash mumkin. Masalan, ayollarga passivlik, bog‘liqlik, emotsionallik, konformlik kabi xususiyatlar, erkaklarga esa – faollik, mustaqillik, kompetentlik, jahldordik va hokazolar xos. Ko‘rib turganimizdek, maskulinlik va feminlilik xususiyatlari qarama-qarshi qutblarga ega: faollik – passivlik, kuch – o‘jizlik. N.A.Nechaevaning tadqiqotlariga ko‘ra, ayolning an’anaviy ideali vafodorlik, sodiqlik, kamtarlik, nazokat, latofat, itoatkorlik kabi fazilatlarini o‘z ichiga oladi. U olib borgan so‘rovnoma ishtirokchilarining aksariyati erkak va ayollarni an’anaviy nuqtai nazardan ifodalovchi fazilatlar va xususiyatlariga yondashganlar, masalan, ayol – muloyim, latofatli, sadoqatli, erkak esa – faol, ishonchli, kuchli.

Gender ustanovkalarining ikkinchi guruhi oilaviy, professional va boshqa sohalarda muayyan ijtimoiy rollarni mustahkamlash bilan bog‘liq. Ayollarga, odatda, asosiy rollar sifatida oilaviy (ona, uy bekasi, turmush o‘rtog‘i) rollar, erkaklarga esa – professional rollar belgilanadi. I.S.Klesina ta’kidlashicha, “erkaklar o‘z kasb-korida erishgan yutuqlariga qarab, ayollar esa – oilasi va bolalari mavjudligiga qarab baholanadi”. Muayyan bir sohada (masalan, oilaviy) erkaklarga va ayollarga xos deb hisoblangan rollar majmui har xil. Yuqorida ta’kidlab o‘tilgan “Gender rollarni anglashga ta’sir ko‘rsatuvchi ijtimoiy omillar” tadqiqotida 18 yoshdan 60 yoshgacha bo‘lgan 300 kishi o‘rtasida so‘rovnoma o‘tkazilgan, natijada er-xotin o‘rtasida oilaviy majburiyatlarni taqsimlashda quyidagi differentsiatsiya paydo bo‘ldi. Jumladan, faqat ayollarga xos deb uyni tozalash, ovqat pishirish, kir yuvish va dazmol qilish, idish-tovoq yuvish kabi rollar ta’kidlangan. So‘rov ishtirokchilarining fikriga ko‘ra, oilada erkakning vazifasi pul topish, uyda ta’mirlash ishlarini bajarish, axlatni olib chiqishdan iborat. So‘rov qilinganlarning 90% ortig‘i oilada erkak va ayollarning vazifasi haqidagi an’anaviy tasavvurlarni aks ettiruvchi “Ayolning asosiy burchi – yaxshi rafiq va ona bo‘lish” va “Erkak – bu asosiy boquvchi, oilaning boshlig‘i” degan tushunchalarni qo‘llab-quvvatlaganlar. Mazkur tadqiqot doirasida olib borilgan guruh intervyu qatnashchilarining aytganlariga ko‘ra, ayolga ko‘pincha uy bekasi vazifasi yuklanadi, ya’ni, respondentlar fikricha, u “oilaning yaxlitligini ta’minlaydi” va “uyda sog‘lom muhitni yaratadi” deb hisoblashgani aniqlandi. Erkak esa “oila tayanchi” rolini bajaradi, va bu vazifa ko‘proq rahbar qilish xarakterga ega: erkak oilada “strategik maqsadlarni belgilash” bilan shug‘ullanadi, u “boshqaradi”, “ko‘rsatma beradi” va umuman hamma uchun namuna bo‘ladi. Shu bilan birga dam olish, hordiq chiqarish bilan bog‘liq rollar odatda ayollarga qaraganda erkaklarga mos deb hisoblanadi (do‘stlar bilan pivo ichib, muloqot qilish, divanda dam olib yotish, televizor ko‘rish va x.k. Bu hol, shuningdek, maktab darsliklarini o‘rganish bo‘yicha o‘tkazilgan tadqiqot natijalarida ham o‘z ifodasini topgan, ya’ni, erkak personajlar ayollarga qaraganda dam olish vaziyatlarida ko‘proq aks ettirilgan. Shu tariqa biz gender stereotiplarning gener ustanovkalar shakllanishiga ta’sirini ko‘ramiz. Gender ustanovkalarining uchinchi guruhi erkaklar va ayollar o‘rtasidagi farqlikni mehnatning muayyan turlari bilan shug‘ullanish jarayonida o‘z ifodasini topgan. Jumladan, erkaklarga, odatda ijodiy va yaratuvchanlik xarakteriga ega instrumental soha faoliyatidagi mashg‘ulot va

kasblar, ayollarga esa – bajaruvchi va xizmat ko‘rsatuvchi xarakteri bilan farqlanuvchi ekspressiv so‘halar xos deb hisoblanadi. Shuning uchun “erkaklarga xos” va “ayollarga xos”, deb ataluvchi kasblar mavjudligi to‘g‘risidagi fikr keng tarqalgan.

Xorijda gender stereotiplarni o‘rganishga ko‘plab tadqiqotlar bag‘ishlangan. Dastavval ular ustanovka tushunchasining o‘zini, ustanovkalarning namoyon bo‘lish shakllarini o‘rganishga yo‘naltirilgan. Keyinchalik mazkur tadqiqotlarda faoliyat ko‘rsatish va tushuntiruvchi chizmalarning mazkur jarayon yuzaga keladigan mexanizmlarini izlashga chuqur kirishildi. 1950-yillarda olib borilgan bu sohadagi ilk tadqiqotlar erkak va ayollarning bir-birlari to‘g‘risidagi odatdagi tasavvurlarini va ular asosida yuzaga keladigan ustanovkalarni aniqladi. Jumladan, o‘tkazilgan tadqiqotlarning natijalari shuni ko‘rsatdiki, ijobiy erkak qiyofasi ko‘pincha kompetentlik, faollik va omilkorlik, ayollarda esa – dilkashlik, mehribonlik va ruhiy qo‘llab-quvvatlash konnotatsiyalarida ifodalanadi. Bunda erkaklarga xos salbiy xususiyatlar qatorida qo‘pollik, avtoritarlik, ayollarda esa – passivlik, hissiyotlarga o‘ta beriluvchanlik va hokazo.

1970-yillardagi keyingi tadqiqotlar professional faoliyatning turli jabhalarida namoyon bo‘luvchi erkaklar va ayollar qobiliyatlarini nuqtai nazaridan stereotiplarni o‘rganishga qaratilgan edi. O‘tkazilgan tajribalarda ishtirokchilar erkaklarning qobiliyatlarini ayollarnikiga qaraganda yuqoriroq baholagani aniqlangan.

Atributsiya nazariyasi – bu insonlar boshqalarning xulq-atvorini qanday izohlashi, ular harakatlar sababini insonning ichki dispozitsiyalari (barqaror jihatlarga, sabablarga, qarorlariga) yoki tashqi hodisalarga bog‘laydilar yoki yo‘qmi ekanligi to‘g‘risidagi nazariyadir. Mazkur nazariyaga ko‘ra, ma‘lum bir faoliyatni amalga oshirishdagi yutuq yoki muvaffaqiyatsizlik odatda ikki turdagi omilga bog‘lanadi: barqaror (kutilgan) yoki barqaror bo‘lmagan (tasodifiy) omillar. Key Do va Tim Emsveyler tomonidan o‘tkazilgan tajribalarning birida ikki jins vakillari bo‘lgan talabalar yaxshi natijalarga erishgan erkak yoki ayollarni ifodalashgan. Talaba yigit va qizlar erkak muvaffaqiyatining sabablarini tushuntirib, uning yutuqlarini shaxsiy qobiliyatlariga, ayollar yutuqlarini esa butun guruh omadga bog‘lagan. Shunday qilib, erkaklarning professional yutuqlari bir muncha barqaror omillar (masalan, ularning fazilatlarini yoki qobiliyatlarini) bilan bog‘langan, chunki erkaklarning chuqur bilimiga egaligi “erkaklarga xos” yutuqlarga intilish xususiyatiga mos bo‘lgan kutilgan omil sifatida qabul qilinadi. Bu borada ayollarning muvaffaqiyatlari barqaror omillardan ko‘ra ko‘proq tasodifiy omil (masalan, omad yoki tasodifanlik) bilan izohlangan. Shirli Feldman-Sammers va Sara Kisler tadqiqotlarida muvaffaqiyatga erishayotgan ayol-vrachni so‘rov qilingan erkaklar uni yetarli darajada bilimiga ega emasligini, lekin shu bilan birga yutuqqa erishish uchun unda katta qiziqish borligini ta‘kidlaganlar. Ya‘ni, tajriba ishtirokchilarining fikricha, ayol-vrach yutuqqa o‘zining shaxsiy qobiliyatlaritufayli emas, balki shuni juda hohlaganligi uchun erishgan. Gender ustanovkalar ta‘sirining salbiy oqibatlarini Key Do va Djanet Teynor tadqiqotlarida ham aks ettirilgan. Ular tomonidan o‘tkazilgan tajribada so‘rov qilinganlar nufuzli stipendiyani olish uchun yigit va qiz talabalarning magnitofon tasmasiga yozilgan suhbatini eshitishgan. Bunda muvaffaqiyatli javob berayotgan erkakni so‘rov

qilinganlar xuddi shunday javob bergan ayolga nisbatan ko'proq bilimga ega deb hisoblaganlar. Lekin bo'shroq javob bergan erkakni, aynan o'sha guruh nomzod-ayolning xudi shunday javoblari bilan taqqoslaganda pastroq baholagan. Shunday qilib, olib borilgan tadqiqotlar gender stereotiplarning insonlar qobiliyatlarini baholashga bo'lgan ta'sirini ko'rsatgan. Ayni paytda ayollarning ham, erkaklarning ham qobiliyatlarini baholashga ular salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ikki jins vakillarining bir xil muvaffaqiyatlari erkaklarning bilimga ega ekanligi, ayollarning yutug'i esa uning qobiliyatlari bilan emas, balki uning bunga bo'lgan katta qiziqishi yoki shunchaki omad kelgani bilan e'tirof etiladi. Agar bu borada ayol yutuqqa erisha olmagan erkakka nisbatan muvaffaqiyat qozonmasa, unga katta ayb qo'yishmaydi. Gender ustanovkalarining shafqatsizligi erkaklarga muvaffaqiyatliroq bo'lishni talab qiladi, ayollar uchun esa ish doirasidagi yutuq mutlaqo shart emas.

Shunday qilib, ota-onalar o'z farzandlariga tarbiya berishda tayyor sxemalardan – gender stereotip foydalanadilar, - natijada ularning ta'sirida o'g'il va qiz bolalarda yoshligidan erkaklarga va ayollarga xos xususiyatlar to'g'risidagi tegishli me'yoriy tasavvurlar shakllanadi. I. Klesinaning fikricha, bu “o'g'il bolalarda – faollik, qat'iyatlik, farosatlilik, o'ziga ishonganlik, qiz bolalarda esa – yon bosishlik, passivlik, qaramlikdir». Olib borgan tadqiqotlarimizga ko'ra, qiz bolalarga odatda tarbiyali bo'lish, ozodalik, kamtarinlik, nazokatlik, uy-ro'zg'or ishlarini bajarish kabi xususiyatlarni singdiradilar. O'g'il bolalarda esa dadillik, aql-zakovat, mas'uliyatlik, mardlik, sobitqadamlik, o'zini himoya qila bilish va pul topish kabi fazilatlar rag'batlantiriladi. Ko'rinib turganidek, erkaklarga va ayollarga singdiriladigan xususiyatlar to'plami maskulinlik va feminlik to'g'risidagi an'anaviy tasavvurlarga (ustanovkalariga) to'liq mos keladi. Ular, aslida, o'g'il bola (erkak) yoki qiz bola (ayol) qanday bo'lishi kerakligi to'g'risidagi standart fikr-mulohazalarni aks ettiradi. Bu o'rinda xulq-atvorlarning turli shakllari mavjudligi va ularning mavjud bo'lishga bo'lgan huquqi kam hollarda hisobga olinadi.

Shunday qilib, stereotiplar – bu guruhlar, insonlar, hodisalar to'g'risidagi ayrim tasavvurlardir, bunday tasavvurlar haqiqatga yaqin bo'lishi, ayrim hollarda noto'g'ri yoki haddan tashqari umumlashtirilgan bo'lishi mumkin. Bir tomondan, ular dunyo manzarasini soddalashtiradi va olinayotgan ma'lumotlarni tez ishlashga ko'maklashadi, boshqa tomondan, ular haqiqatni buzib ko'rsatishi va hatoli umumlashmalarga olib kelishi mumkin. Shu jihatdan gender ustanovkalar nafaqat shaxsning o'z-o'zini anglash tendensiyasida, balki uning xulq-atvorini yo'naltirib turishda muhim vazifani bajaradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOILAR RO'YXATI

1.Краткий энциклопедический словарь-справочник / Под ред. Борцова Ю.С. Ростов на Дону: Феникс, 1997. - 608 с.

2.Меренков А.В. Социология стереотипов. – Екатеринбург: Изд-во Урал. Унита, 2001, с. 161.

3. Бэм.С. Линзы гендера: Трансформация взглядов на проблему неравенства полов. – Москва.: «Российская политическая энциклопедия» (РОССПЭН), 2004.-336стр.

4.Кон И.С. Социологическая психология -Москва — Воронеж 1999.—560 с

5. Гидденс Э. Социология. М.: Эдиториал УРСС, 1999
6. Берн Ш. Гендерная психология. - М.: Прайм-Еврознак, 2004. - 320 стр.
7. Клецина И.С. Гендерная социализация. Уч. пособие. Спб., 1998
8. Маджидов, Д. Б., & Шарофиддинов, А. (2017). Социальный интеллект как совокупность способностей, обеспечивающих адаптацию личности в обществе. In Актуальные вопросы современной психологии (pp. 22-24).

MAHALLA INSTITUTINI RIVOJLANTIRISH VA “MAHALLA YETTILIGI” ISHINI SAMARALI TASHKIL ETISH

Matkarimov Ikrom Muxtorovich

Xorazm viloyati hokimligi huzuridagi fuqarolarning o'zini o'zi boshqarish organlari xodimlarining malakasini oshirish bo'yicha O'quv kurslari direktori
Masharipov Azamat Azimbaevich

Xorazm viloyati hokimligi huzuridagi fuqarolarning o'zini o'zi boshqarish organlari xodimlarining malakasini oshirish bo'yicha O'quv kurslari o'quv-metodik va tashkiliy masalalar bo'yicha bo'lim boshlig'i

Mahalla - Vatan ichra kichik Vatandir. Uning obodligi, go'zalligi va ko'rkamligi uchun jon kuydirish har bir kishining muqaddas burchi hisoblanadi. **Mahalla** - O'zbekistonda ma'muriy hududiy birlik, o'zini o'zi boshqarishning xalqimiz an'analari va qadriyatlariga xos bo'lgan usuli. Mahalla kichik ma'muriy hudud bo'lishi bilan birga, turmush tarzi, qadriyatlar, an'analar, urf-odatlar umumiyligi bilan bog'langan kishilar jamoasi birligidir. Tarixning turli bosqichlarida davrlar, tuzumlar o'zgarishiga qarab mahallaning vazifalari ham o'zgarib turgan. So'nggi yillarda mamlakatimizda boshqa sohalar qatori mahalla tizimini takomillashtirishga ham alohida e'tibor qaratilmoqda. Bu bo'yicha zarur qonun hujjatlari qabul qilinib, amaliyotga joriy qilinmoqda. Jumladan, 2023-yil 21-dekabrda O'zbekiston Respublikasi Prezidentining “O'zbekiston mahallalari uyushmasi faoliyatini yo'lga qo'yish va mahallalarda boshqaruv tizimini takomillashtirishga oid qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida”gi 402-son qarori va “Mahalla institutining jamiyatdagi rolini tubdan oshirish va uning aholi muammolarini hal etishda birinchi bo'g'in sifatida ishlashini ta'minlashga qaratilgan chora-tadbirlar to'g'risida”gi PF 209-son farmoni qabul qilindi. Quyida mazkur farmonning mazmun-mohiyati haqida batafsil to'xtalamiz.

2023-yil 21-dekabrda 209-sonli prezident farmonining maqsadi - mahallalarni qo'llab-quvvatlashni yanada takomillashtirish, mahallabay ishlashga mas'ul bo'lgan shaxslar faoliyatini samarali tashkil etish va ularning hamkorligini ta'minlash hamda O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining 127-moddasiga muvofiq fuqarolarning o'zini o'zi boshqarish organlari faoliyatini amalga oshirishi uchun zarur shart-sharoitlar yaratish, ularga qonunda belgilangan vakolatlarini amalga oshirishda ko'maklashishdan iborat.

Ushbu farmoniga muvofiq respublika, Qoraqalpog'iston Respublikasi, viloyatlar, Toshkent shahar va tuman (shahar) mahallani qo'llab-quvvatlash

kengashlarini shakllantirish hamda O'zbekiston mahallalari uyushmasini (keyingi o'rinlarda -Uyushma), uning Qoraqalpog'iston Respublikasi, viloyatlar va Toshkent shahar boshqarmalari hamda tuman (shahar) bo'limlarini tashkil etish shuningdek Vazirlar Mahkamasining ijro etuvchi tuzilmasida 5 ta shtat birligidan iborat bo'lgan "Mahalla yettiligi" faoliyatini qo'llab-quvvatlash bo'limi tashkil etildi.

Mahallaning xalq bilan davlat o'rtasidagi "ko'prik" vazifasini amalga oshiruvchi mustaqil va xalqchil tuzilmaga aylanishiga ko'maklashish, mahallani jamoatchilik boshqaruvi va nazoratining tayanch bo'g'iniga aylantirish, uning jamiyatdagi o'rnini va rolini kuchaytirish, mahalla boshqaruvida aholining faol ishtirokini ta'minlash, har bir fuqaro o'zi va oilasining kelajagi, moliyaviy ahvoli va farovonligini ta'minlashda mas'uliyatni sezishi, boqimandalikka o'rganmaslik hissini yanada kuchaytirish bo'yicha targ'ibot va tashviqot ishlarini amalga oshirish, fuqarolarni o'z uyi va ko'chasini ozoda saqlashga, milliy qadriyat va urf-odatlarini hurmat qilishga chaqirish, ma'naviy va ma'rifiy ishlarda mahallaning o'rnini kuchaytirish, aholi o'rtasida o'zaro hurmat va hamjihatlik muhitini mustahkamlash choralarini ko'rish, "mahalla yettiligi" tomonidan mahallaning ichki resurslarini aniqlash hamda ularni ijtimoiy xizmatlar va yordam ko'rsatish uchun safarbar etishda ko'maklashish, mahallalardagi muammolarning o'z vaqtida va samarali yechilishida davlat organlari va tashkilotlarining mahallalardagi vakillarining sa'y-harakatlarini birlashtirish, muvofiqlashtirish va yo'naltirish, mahallaning moliyaviy imkoniyatlarini oshirish, kambag'al oilalarga ajratilayotgan byudjet mablag'lari va boshqa mablag'larning maqsadli va manzilli yo'naltirilishini ta'minlash, mahallalarning moddiy-texnika ta'minotini yaxshilash, ularga ajratiladigan mablag'larni markazlashgan tarzda taqsimlash, sohaga zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalarini joriy etish, mahalla mas'ullarining malakasini oshirish, ularda zamonaviy boshqaruv ko'nikmalari shakllanishiga ko'maklashish uyushmaning asosiy vazifalaridir.

Qolaversa, 2024-yil 1-martdan boshlab "Temir daftar", "Yoshlar daftari" va "Ayollar daftari" orqali ijtimoiy yordam ko'rsatish va subsidiyalar ajratishda byurokratiyadan xoli va mahallaning hamjihatligini aks ettiruvchi jismoniy shaxslarni daftarlarga kiritish, shuningdek, daftarlarda hamda Aholini tadbirkorlikka jalb qilish jamg'armasi, Bandlikka ko'maklashish davlat jamg'armasi hamda Hunarmandchilik va kasanachilikni qo'llab-quvvatlash jamg'armasi orqali ijtimoiy yordam ko'rsatish va subsidiyalar ajratish "Mahalla yettiligi"ning kollegial qarori asosida amalga oshiriladigan yangi tartib joriy etildi.

Farmonga muvofiq "Mahalla yettiligi"ning faoliyati asosiy samaradorlik ko'rsatkichlari (KPI) bo'yicha alohida baholanishi, shuningdek, ko'rsatkichlar mazkur xodimlarning ish beruvchilari tomonidan Uyushma bilan kelishilgan holda tasdiqlanishi tartibi o'rnatildi. Mahalla raislari hokim yordamchisi, yoshlar yetakchisi, xotin-qizlar faoli, profilaktika inspektori, ijtimoiy xodim va soliq inspektorlari faoliyatini KPI asosida baholashda 20 foiz ball berish huquqiga ega bo'ldi. 2024-yil 1-yanvardan boshlab "Mahalla yettiligi" a'zolarining ish haqini asosiy ish joyidan berish tartibi saqlab qolinganda KPI asosida baholash natijalaridan kelib chiqib, ular moddiy rag'batlantirilib borilishi belgilandi.

Shuningdek, 2024-yil 1-yanvardan boshlab barcha tuman va shaharlarda "Mahalla byudjeti" tizimi joriy etildi.

Ushbu Farmonga muvofiq "Mahalla yettiligi" uchun quyidagi vazifalar belgilandi: mahalla raisi – mahalla obodligini ta'minlash, sog'lom ijtimoiy-ma'naviy muhitni saqlash, mahalla hududida qonunchilik hujjatlari ijrosi ustidan jamoatchilik nazoratini o'rnatish; hokim yordamchisi – doimiy daromad manbaiga ega bo'lmagan ishsiz aholini kasb-hunar va tadbirkorlikka o'qitish hamda bandligini ta'minlash; yoshlar yetakchisi – Mahallalarda yoshlarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish, ishsiz yoshlar va maktab bitiruvchilari bandligiga ko'maklashish, davlat ko'magiga muhtoj "og'ir" toifadagi yoshlarning hayotda o'z o'rnini topishlariga ko'maklashish; xotin-qizlar faoli – "Sog'lom oila – sog'lom jamiyat" tamoyillarini targ'ib qilish, xususan, yaqin qarindoshlar o'rtasidagi va erta nikohning oldini olish, reproduktiv salomatlikni yaxshilash oilaviy qadriyatlarni mustahkamlash bo'yicha maqsadli chora-tadbirlarni amalga oshirish;

Ijtimoiy xodim – og'ir axvolga tushib qolgan va og'ir axvolga tushib qolish xavfi yuqori bo'lgan shaxslar va oilalarni aniqlash, ularning ehtiyojlariga qarab kompleks yondashuv asosida professional ijtimoiy xizmat ko'rsatish va yordamlarni tashkil etish; soliq inspektori – Tadbirkorlarga soliq xizmatini ko'rsatish, soliq bazasini kengaytirish, soliqlarni undirishva mahalla byudjetining daromadini shakllantirish; profilaktika inspektori – mahallada huquqbuzarliklarning oldini olish, jamoat tartibini saqlash va xavfsiz muxitni ta'minlash, fuqarolarning qulay atrof-muhitga bo'lgan huquqlarini amalga oshirishda ko'maklashishdan iborat.

Xulosa o'rnida shuni aytish lozimki, yuqoridagi farmonga ko'ra mahalla tizimiga kiritilayotgan o'zgarish va islohotlar kelgusida o'zining ijobiy natijalarini bermasdan qolmaydi. Mamlakatimizda amalga oshirilayotgan yuqoridagi islohotlar natijasida keyingi davrda mahallaning funktsiya va vazifalari sezilarli darajada o'zgarganligini va takomillashganligini ko'rishimiz mumkin. Zero, yurt ertasi, istiqboli va taraqqiyoti mahallalar obodligi hamda go'zalligi bilan chambarchas bog'liqdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Qonunchilik ma'lumotlari milliy bazasi, 25.12.2023-y., 06/23/209/0966-son
2. Qonunchilik ma'lumotlari milliy bazasi, 25.12.2023-y., 07/23/402/0967-son; 29.02.2024-y., 06/24/41/0166-son

OILA IJTIMOY TIZIM SIFATIDA

Usmonova Munira Sayfutdinovna

JDPU Umumiy psixologiya kafedrasi stajyor o'qituvchisi

Bugun biz uchun muqaddas hisoblangan oila ijtimoiy tizim sifatida «ota–ona va farzandlar», «er-xotin va qaynona-qaynota», «kelin-kuyov va ularning yaqin qarindoshlari» kabi munosabatlar majmuidan tarkib topgan bo'lib, nabiralar, kelin va quda-andalarga bo'lgan munosabatlar xarakteri tomonidan, oilaviy hayot tartibi, oilaviy an'analar va qadriyatlarga ega ekanligi, muloqot shakli, milliy odatlarga

rioya etilishi jihatlaridan etnomadaniy xususiyatlarni o'zida mujassamlashtiradi. Bu jihatlar esa xalqimizda, aholida milliy xarakter, milliy temperament, milliy orzu, milliy istak, milliy g'urur, milliy sharaf, milliy e'tiqod, milliy qadriyat va milliy xotira tarkib topishida muhim ahamiyat kasb etadi.

Komil insonni shakllantirishda oila ijtimoiy institut sifatida bajaradigan vazifalarni boshqa biron bir tuzilma bajara olmaydi. Shuning uchun, ma'naviy, ijtimoiy-psixologik jihatdan inson uchun oila birinchidan, yaxshi xulq namunalarini topib, ularni o'zlashtirishda o'ziga xos o'rin tutadi; ikkinchidan, yon-atrofdagilar bilan hamkorlik qilish maqsadida muloqotga kirish yo'llarini topish uchun imkon yaratadi; uchinchidan, farzandlarni mustaqil hayotga tayyorlashda turli mazmundagi axborotlarni jamlab, hayot tajribalarini o'rgatish o'chog'i sifatida xizmat qiladi. Aksincha bo'lsa, oila a'zolari orasida kelishmovchiliklar, ishonchsizlik va tushunmaslik holatlari yuz beradi va buning oqibatida ularning o'zaro munosabatlarida ziddiyatlar yuzaga keladi.

Keyingi yillarda keng jamoatchilik va olimlarning diqqatini o'ziga jalb qilib kelayotgan masalalardan biri shaxs va oila, oilaviy munosabatlar muammosidir.

Sharqda qadim-qadimdan oila muqaddas vatan sanalgan. Agar oila sog'lom va mustahkam bo'lsa, mahallada tinchlik va hamjihatlikka erishiladi. Binobarin, mahalla, yurt mustahkam bo'lsagina, davlatda osoyishtalik va barqarorlik hukm suradi. Zero, oila farovonligi milliy farovonlik asosidir»[1].

Inson ma'naviyatini shakllantirishning eng maqbul maskani oiladir. Oila qaysi millatga mansub bo'lsa, o'sha xalqning ma'naviyatini o'zida mujassamlashtirib, bir necha asrlik tarixga ega bo'lgan an'analarni, ma'naviyatni avloddan-avlodga yetkazadi. Agarda shaxsning shakllanishida biologik, tabiiy va madaniy muhit, ijtimoiy tajriba, odamlar bilan munosabat kabi omillar muhim ahamiyat kasb etishini inobatga olsak, bularning barchasi oilada mujassamlashgandir. Zero, shaxs ma'naviyati, uning dunyoqarashi, e'tiqodi, hayotiy tamoyillari, ideallari, qadriyatlari, ko'nikmalar majmui asosan oilada shakllanadi. Shu ma'noda, oila ma'naviyat qo'rg'oni hisoblanib, oila qaysi millatga taalluqli bo'lsa, o'sha millatning ma'naviyatini o'zida aks ettiradi. Sharq oilalarida tarbiyalangan farzandlar qat'iyatli, matonatli, maqsadga intiluvchan, mas'uliyatli va o'ziga nisbatan talabchanligi, mehnatsevar, do'stparvarligi bilan ajralib turadi. Ularga hissiyotlarni bir maromda tutish, mulohazalilik, sodiqlik, turli qiyinchiliklarga chidamli bo'lish, xushchaqchqlik, har xil sharoitlarga tez moslashish xususiyatlari xosdir. Aynan shu o'ziga xosliklar majmuasi etnopsixologik xususiyatlar sifatida e'tirof etilib, sharq oilalarini boshqa millatga mansub oilalardan ajratib turadi.

Markaziy Osiyo xalqlarining oila xususidagi qarashlari, fikr-mulohazalari Mahmud Qoshg'ariy, Yusuf Xos Hojib, Forobiy, Beruniy, Ibn Sino, Nasriddin Tusiy, Amir Temur, Alisher Navoiy singari mutafakkirlarning asarlarida o'z aksini topgan. Milliy psixologiya tarixida hududimizdagi ijtimoiy-psixologik fikrlar taraqqiyotida o'tmish mutafakkirlarimizning madaniy-ma'rifiy qarashlari muhim o'rin tutadi.

O'zbek oilasiga xos ijtimoiy-psixologik xususiyatlar, ilg'or urf-odat va an'analar asrlar davomida shakllanib, rivojlanib, taraqqiy topib kelgan. Oilaviy

shaxslararo munosabatlar barqarorligini ta'minlashga xizmat qiluvchi omillar orasida "Oilaning moddiy ta'minlanganligi" oldingi o'rinlarda belgilandi. Oilaning moddiy ta'minlanganligi - unda iqtisodiy-moliyaviy xo'jaligi faoliyatini to'g'ri va oqilona yuritish hisoblanadi. Oila a'zolarining uning daromadlarini rejali sarflashi kundalik turmush uchun zarur bo'lgan oziq-ovqat mahsulotlaridan tortib, to kiyim-kechak, hatto xo'jalik asbob-anjomlarigacha me'yor bilan xarid qilish, tejamkorlik bilan foydalanish, isrofgarchilikka yo'l qo'ymaslik uning ravnaq topishi va gullab yashnashi uchun imkon yaratadi. Aksincha bo'lishi esa oilada ziddiyatlarning kelib chiqishiga sabab bo'ladi.

Oilaviy shaxslararo munosabatlar barqarorligida "Oila a'zolarining onglilik va ma'naviy axloqiy mavqei" ham muhim o'rinda turishi qayd etildi. Albatta, oila a'zolarining onglilik va ma'naviy axloqiy mavqei undagi shaxslararo munosabatlarning barqarorligi uchun muhim ahamiyat kasb etadi. Har bir ongli inson u yoki bu narsaning mohiyatini, qadr-qimmatini, ahamiyatini to'g'ri anglaydi va uni munosib baholay oladi. Ushbu fazilat o'zaro munosabat me'yorlarini saqlashga asos bo'lib xizmat qiladi. Ma'lumki, oilaviy turmush munosabatlari oilaning o'tgan ijtimoiy tuzumlarga, hozirgi mavjud va kelajakdagi ijtimoiy hayotga bog'lanib ketganligi bilan ikkiyoqlama xususiyat kasb etadi. Barcha zamon va davrlarda, sinfiy jamiyatlarda oilaviy munosabatlarning ijtimoiy va individual, sinfiy-tabaqaviy, milliy-etnik xususiyatlarga, o'ziga xos belgilariga ega jihatlari mavjuddir. Bular esa oilaviy munosabatlarning psixologik va ma'naviy, ijtimoiy-iqtisodiy, madaniy-axloqiy aloqalari xususiyat-larini belgilashga asos bo'ladi. Oila, ta'bir joiz bo'lsa, kishining hayot yo'li, faoliyati boshlanadigan eng birinchi jamoa sanalib, inson ilk bor insonni shu yerda ko'radi, u haqda tushuncha, tasavvurga ega bo'ladi. Oilada, avvalo, bola uchun eng yaqin kishilar, uning ota-onasidir. Shuning uchun ham bolaning xulq-atvori, xarakteri, odat hamda ko'nikmalari oilada shakllanadi. Chunki oila o'z a'zolari bilan uzluksiz o'zaro ta'sir etib, uning faoliyati, yurish-turishini nazorat etib boradi.

O'zbek oilalaridagi o'zaro hurmat, ehtirom, ota-onaga e'zoz, farzandlarga mehr-shafqat va kichiklarga izzat-ikrom bu kishini barkamol inson, mukammal shaxs sifatida shakllantiradigan, axloqiy va ma'naviy jihatdan go'zal hamda yetuk qiladigan, insoniy fazilatlarni rivojlantiradigan qadriyatlar bo'lib hisoblanadi. Va bu qadriyatlarning mazmun-mohiyati farzandlar ongiga dastlab oilada singdiriladi.

Jamiyatda oila doim ham muhabbat asosiga qurilavermaydi. Urf-odat, sharoit taqozosi, ota-ona orzusi bilan ham oila tashkil topishi mumkin. Ota-onalar farzandlar orqali kelajak avlodning, naslning davomiyligini ta'minlaydilar, ya'ni oilaning reproduktiv funksiyasi namoyon bo'ladi. Ota-ona har qanday sharoitlarda ham farzandlari oldidagi o'z vazifa va majburiyatlaridan voz kechishlari mumkin emas.

Oilaviy munosabatlarda, umuman ijtimoiy munosabatlarda har bir shaxs guruhdagi o'z statusi, mavqei, maqomidan kelib chiqqan holda muomala, munosabatga kirishadi.

Oila jamoa shaklidagi ijtimoiy-psixologik tuzilma bo'lganligi bois, yozuvchi romanlarida o'zbek oilasining psixologik qiyofasini tasvirlab bera olgan. Shuningdek, asarlarda o'zbek oilasidagi shaxslararo munosabatlar ierarxik

tuzilishga ega bo‘lib, bu guruh a‘zolarining mavqeiga (statusiga), yoshiga bog‘liq ravishda amalga oshirilishi aks ettiriladi[2].

Ijtimoiy psixologiyada oilaga jamiyatning asosiy yacheykalaridan biri sifatida qaraladi. Shaxs shakllanishida oiladagi muhitning ta‘siri, ahamiyati yuqori ekanligi, shu bilan birga, oilada ixtiloflar, nizolarning yuzaga kelishi yoxud ijtimoiy-psixologik muhitning buzilishi shaxslararo munosabatlar xususiyatlariga ta‘sir qiladigan holat va vaziyatlarga olib kelishi mumkin.

Umuman olganda, o‘zbek xalqining oilaviy masalalar bilan bog‘liq uzoq davrlar mobaynida shakllangan milliy psixologik qiyofasi o‘z mazmunini turli motivlar ta‘siri doirasida namoyon qilaveradi. O‘zbek etnosining kundalik turmushida ham bu jihatlar kuzatiladi. Bu hol nafaqat badiiy adabiyot namunasida, balki bugungi kun real o‘zbek oilasini qurish bilan bog‘liq jarayonlarda ham gavdalanadi.

Oila shaxsning g‘oyaviy, siyosiy, iqtisodiy qarashlarini shakllantiruvchi, tevarak-atrofga, dunyoga munosabatlari tizimini, ya‘ni dunyoqarashi, e‘tiqodi, ehtiyojlari, qiziqishlari, ideallari, motivlari, hayotiy maqsadi yo‘nalishini belgilovchi jamiyatning eng kichik bo‘g‘ini sifatida muhimdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Ivanov P. I. Umumiy psixologiya. O‘zb. Fayl. Mill. jam. Toshkent -2008.
2. Umarov B. M. Psixologiya. Voris – nashriyoti. Toshkent-2012.
3. Shamshetova A. Umumiy psixologiya. Barkamol fayz media. Toshkent-2018.
4. P.I.Ivanov, M.E.Zufarova. Umumiy psixologiya. O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati. Toshkent -2008.
5. N.S.Safayev,N.A.Mirashirova. Umumiy psixologiya. Toshkent-2015.
6. Qodirova, M., & Nasimov, D. (2023). Psixologiyada qo‘rquv muammosining ilmiy tadqiq etilishi . *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, 3(1). извлечено от <https://phys-tech.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/7725>

ИМОМ БУХОРИЙНИНГ “АЛ-АДАБ АЛ-МУФРАД” АСАРИДА ОТА-ОНАГА БЎЛГАН МУОМАЛА ОДОБИ БОРАСИДА

Холназарова М.Х.

Гулистон давлат университети

“Педагогика ва психология” кафедраси профессори,

Инсон зоти борки ҳар бир ота-она ўз фарзандининг келажакдаги истиқболи, бахт-саодати ва келажакда мустақил ҳаёт кечириб, ҳар жиҳатдан баркамол авлод, етук инсон бўлиб етишишини орзу-ният қилади. Аммо фақат орзу-истакнинг ўзи билан бу мақсадларга эришиб бўлмайди. Бунинг учун албатта ота-онанинг ўзи оилада фарзандларга наъмуна бўлмоғи лозим.

Ҳар бир оиланинг ўзига яраша қонун-қоидаси ва тартиб интизоми мавжуд. Тартиб-интизом бўлган жойдагина қонун-қоида амал қилади.

Оилада тинчлик-хотиржамликнинг бўлиши, оила аъзолари орасида меҳр-оқибатнинг мавжудлиги, ота-она ва фарзандларнинг ўзаро самимий муносабатлари бу кичкина жамият деб номланган оиланинг ички тартиб-қоидалари ҳисобланади. Ушбу жамиятни бошқарадиган ва назорат қиладиган инсонлар ҳам ота-она ҳисобланишади. Ота-онага, жамиятга, элга хизмат қилиб, уларнинг розилиklarини олиш бутун бир бошли оила, қариндош-уруғ, хатто қўни-қўшни, ёру дўстлар жамоасини ўз ичига оладиган йиғма хизматлар мажмуаси десак хато бўлмайди. Чунки оят ва ҳадислардан шу нарса маълум бўлмоқдаки, ёшлар тарбияси, одоби борасидаги илк қадам оилада бевосита ота-онадан бошланади.

Оила аъзоларининг бирортасида ёмонроқ одат бўлса, ота-она фарзандига буни мулойимлик билан тушунтириши лозим. Оила аъзоларига тарбия беришдаги энг муҳим жиҳат, сўздан бошқа ортиқча ҳаракатларга эҳтиёж қолдирмасликдан иборатдир. Шу муҳитда тарбияланган фарзанд келажакда қобил фарзанд бўлиб вояга етади.

Шу ўринда Имом Бухорийнинг “Ал-Адаб ал-муфрад” асарида келтирилган ҳадисларга тўхталиб ўтсак. Ушбу асар мана неча йиллардирки ўз аҳамиятини йўқотгани йўқ ва фарзанд, ёшлар тарбиясида дастурил амал бўлиб келмоқда. Бугун мақоламизда ислом динида фарзанднинг ота-онасига бўлган муносабати ҳақида тўхталамиз. Асарнинг 1-бобида ота-онага эътибор ҳақида Жаноби раббил оламнинг: "Биз Ҳамма инсонни ота-онасига яхшилик қилишни буюрдик" (29:8) [Imom al-Buxoriy, Al-adab al-Mufrad.-Т.: O‘zbekitson.] деган ояти каримаси келтирилади.

Абдуллоҳ ибн Умар (р.а.)дан ривоят қилинди. У киши: "Аллоҳ таолонинг рози бўлиши отанинг рози бўлишига ва унинг ғазаби ҳам отанинг ғазабига боғлиқдир", дедилар. Ота шундай улуғ зот сифатида улуғланмоқдаки, ота рози бўлса Аллоҳ рози, агар ота ғазабига дучор бўлса Аллоҳ ғазабига дучор бўлиши таъкидланади.

Асарнинг 2-боби онани рози қилиш ҳақида бўлиб, унда “Баҳз ибн Ҳаким (р.а.) отаси ва бобосидан ривоят қилди, бобоси айтди: "Расулуллоҳдан: "Эй, Расулаллоҳ, мен яхшилигимни кимга қилсам бўлади?" - деб сўрадим. "Онангга", дедилар. Мен шу саволимни уч маротаба қайтарсам ҳам, Расулуллоҳ: "Онангга", деявердилар. Тўртинчи маротаба сўраганимда: "Отангга ва яқин бўлган қариндошларингга", дедилар. [Imom al-Buxoriy, Al-adab al-Mufrad.-Т.: O‘zbekitson.]

Ато ибн Ясор (р.а) айтдилар: "Абдуллоҳ ибн Аббос (р.а.) олдиларига бир киши келиб: "Мен бир хотинга совчи юбордим. У мени қабул қилмай, бошқа бир кишига тегиб кетди. Жаҳлим чиқиб, у хотинни ўлдирган эдим. Энди нима қилсам Аллоҳ таоло тавбамни қабул қилади?" - деб сўради. Шунда Абдуллоҳ: "Онанг барҳаётми?" - деб сўрадилар. У: "Йўқ, вафот этганлар", деган эди, Абдуллоҳ: "Ундай бўлса Аллоҳ таолога тавба қил ва тоқатинг борича тоат-ибодат қилиб, унга яқин бўлишга ҳаракат қил", дедилар". Ато ибн Ясор айтдилар: "Мен Абдуллоҳ ибн Аббосга бориб, сиз нима учун у кишидан онанг тирикми, деб сўрадингиз", деганимда, у киши Аллоҳ таолога онани рози қилишдек мақбулроқ ҳеч бир амал борлигини

билмайман. Шунинг учун онанг тирикми, деб сўраган эдим", дедилар". Яъни онаси тирик бўлиб, бола ҳақида дуо қилган бўлса, одам ўлдиришдек катта гуноҳ бўлса ҳам, ўз фазлу карами билан авф қилишидан умид қилардим, демокчи бўлса керак. [Imom al-Vuxoriy, Al-adab al-Mufrad.-Т.: О‘zbekitson.]

Бундан келиб чиқадики, демак онанинг боласи учун қилган дуоси бешак ижобат бўлмайди, ҳатто у огир гуноҳ қилган бўлса ҳам.

Асарнинг 4-боб Ота-она зулм қилса ҳам, уларга яхшилик қилавериш ҳақида бўлиб, Абдуллоҳ ибн Аббос (р.а.)дан ривоят қилинди. "Қайси бир мусулмон фарзанди савоб умиди билан эрталаб ота-онасини зиёрат қилса, Аллоҳ таоло унга жаннатдан иккита эшик очади. Агар улардан биттасини зиёрат қилса, унга жаннатнинг бир эшигини очади. Бола ота-онасидан қайси бирини хафа қилса, уни рози қилмагунча Аллоҳ таоло ундан рози бўлмайди", дедилар. Шунда бир киши: "Агарда ота-оналар болага зулм қилса, бола нима қилиши керак?" - деб сўради. Абдуллоҳ: "Агар улар болага зулм қилсалар ҳам бола уларни ранжитмаслиги керак", дедилар.

Яъниким, ота-онасини зиёрат қилиш орқали инсон жаннат эшиклари очилишига эъришар экан, ота-онани ранжитиш эса Аллоҳга хуш ёқмаслиги таъкидланади.

Абу Ҳурайра (р.а.) айтдилар: "Расулуллоҳ (с.а.в.): "Хор бўлсин, хор бўлсин, хор бўлсин!" - деб ўн мартаба такрор қилдилар. Шунда саҳобийлар: "Ё Расулуллоҳ, кимни айтаяпсиз?" - деб сўрашди. Расулуллоҳ (с.а.в.): "Ота-онасининг иккаласи ёхуд битталари кексайиб қолган вақтида (уларни рози қилмай) ўзини дўзахга тушишга мубтало қилган кишини", дедилар. [Imom al-Vuxoriy, Al-adab al-Mufrad.-Т.: О‘zbekitson.] Яъниким ота-онаси ва ёки улардан бири тирик бўла туриб уларни рози қилмаган инсон хорликка мубтало бўлмай.

Абу Ҳурайра айтдилар: "Расулуллоҳ (с.а.в.): "Уч тоифа кишиларнинг дуоси ҳеч шубҳасиз Аллоҳ таоло қошида мақбулдир: мазлум кишининг дуоси, мусофирнинг дуоси ва ота-онанинг дуоси", деганлар". Демак, ота-она дуоси шак-шубҳасиз ижобатдир.

Абу Ҳурайра (р.а.)дан ривоят қилинди. У киши: "Мен Расулуллоҳ (с.а.в.)дан қуйидаги ҳадисларни эшитдим: "Биби Марямнинг ўғиллари Ҳз. Ийсо (а.с.) билан Журайжга сўзлаган боладан бўлак ҳеч бир бола бешиқдалигида гапирган эмас", дедилар. Саҳобийлар: "Ё Расулуллоҳ, Журайж ва унга сўзлаган бола ким эди?" - деб сўрашганда, Расулуллоҳ (с.а.в.) ривоятни айтиб бердилар: "Журайж ўз ибодатхонасида ибодат билан машғул бир роҳиб бўлиб, ибодатхонаси атрофида бир подачи сигирларни ўтлатиб юрар эди. Шу ибодатхона жойлашган қишлоқда турадиган бир хотин подачи ёнига келиб-кешиб турарди. Журайж бир куни намоз ўқиб турган вақтида онаси чақирди. Журайж анча хаёлга чўмди: намозида давом этаверсинми ёки уни бузиб, онасига жавоб қилсинми? У ўйланиб-ўйланиб, охири онасига жавоб қайтармади ва намозида давом этаверди. Онаси иккинчи ва учинчи мартаба чақирганда ҳам у жавоб қайтармагач: "Аллоҳ таоло сени фоҳиша хотинларга йўлиқтирсин", деб дуойибад қилиб, қайтиб кетди. Шундан кейин ўша подачи олдига келиб юрадиган хотин бир бола

туғиб кўйди. Уни подшоҳ олдига келтириб сўроқ қилинганда: "Бу бола ибодатхонадаги роҳибдан бўлган", деб даъво қилди. Подшоҳ: "Унинг ибодатхонасини бузиб, ўзини менинг хузуримга олиб келинсин", деб буйруқ қилди. Подшоҳнинг буйруғига асосан ибодатхона бузилиб, Журайжнинг кўлини арқон билан боғлаб, подшоҳ хузурига келтирдилар. Уни олиб келаётганларида йўлда томоша қилиб турган фоҳиша хотинларга кўзи тушдида, бир кулиб кўйди, Кейин подшоҳ ундан сўроқ қилиб: "Бу хотин туғилган болани сендан бўлган, деб даъво қилаётибди", деди. Журайж хотинга қараб: "шундайми? - деди. Хотин: "Ҳа, шундай", деди. Шунда Журайж онанинг бағрида турган чақалоққа қараб: "Эй, бола, сенинг отанг ким?" - деб сўради. Чақалоқ тилга кириб: "Отам подачи", деб жавоб берди, унинг гапини ҳамма эшитди. Подшоҳ Журайжга узр айтиб: "Энди ибодатхонани биз янгидан куриб берамиз", деди. Журайж буни қабул қилмагач: "Бўлмаса кумушдан қурайликми?" - деди. Журайж буни ҳам қабул қилмай: "Уни аввалги ҳолига келтириб берилса кифоя", деди. Подшоҳ: "Хўш, менга айтчи, кўлингни боғлаб олиб келаётганларида нима учун кулдинг?" - деб сўраганда, у: "Юз берган воқеани кўзим билан кўриб кулгим қистади, у ҳам бўлса онамнинг менга қилган дуойибади эди", дедида, бўлган воқеани подшоҳга ва атрофдаги кишиларга ҳикоя қилиб берди.

Демак, ислом дини ота-онага яхшилик қилишни Оллоҳ таолога ибодат қилишдан кейинги ўринга қўйган ҳамда бутун мусулмон умматига ота-онага яхшилик қилишга, уларга ҳаргиз «уф» демасликка, ота-она олдида овозини кўтармасликка ва маъсиятдан (гуноҳ) бошқа ҳар қайси ўринда уларга итоат этишга буюрган. Оллоҳ таоло Куръони каримда шундай марҳамат этади. «Роббингиз сизларга ёлғиз унинг ўзига ибодат қилмоқлигингизни ҳамда ота-онангизга яхшилик қилишингизни амр этди.» (Исро 32)
Пайғамбаримиз с.а.в. ҳадиси шарифларида «ота-онангизга яхши муомалада бўлинг шунда фарзандларингиз сизларга яхши муомалада бўлади» деганлар.

АДАБИЁТЛАР

1. Imom al-Buxoriy, Al-adab al-Mufrad.-Т.: О‘zbekitson.
2. Oltin silsila: 1-jild: Sahihul Buxoriy.-Toshkent: “Nilol-nashr”, 2019.-3-4-betlar.
4. Sahiqi Buxoriy (Al-jomi’ as sahih) Т.: О‘zbekiston milliy ensiklopediyasi davlat milliy nashriyoti, 2009.-24-b.
5. Imom al-Buxoriy. Sahihul Buxoriy-1. “Nilol-nashr”, 2012.-179 betlar.
7. Холназарова, М. Х. (2015). Формирование творческих способностей личности в процессе социализации. *Austrian Journal of Humanities and Social Sciences*, 1(3-4), 109-111.
8. Нишонова, З. У., Камилова, Н. Ф., Абдуллаева, Д. У., & Холназарова, М. Х. (2017). Ривожланиш психологияси. *Педагогик психология-Тошкент-2017–йил*.
9. Холназарова, М. Х. (2015). Формирование творческих способностей личности в процессе социализации. *Austrian Journal of Humanities and Social Sciences*, 1(3-4), 109-111.

10. Холназарова, М., & Алибаева, Д. (2021). БОШҚАРУВ ҚАРОРЛАРИНИ ҚАБУЛ ҚИЛИШ ВА РАҲБАР ШАХСИНИНГ ИНДИВИДУАЛ-ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ. *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)*, 1(Special issue), 209-212.

ПРОБЛЕМА НЕПОЛНОЦЕННОЙ СЕМЬИ И ЕЕ ВЛИЯНИЕ НА ЛИЧНОСТЬ

Аскарова Гулрух

Преподаватель кафедры «Практическая психология»

Факультета «Педагогика и психология»

ТГПУ имени Низами

Шапранова Милана

Студентка 2-го курса

Факультета «Педагогика и психология»

ТГПУ имени Низами

Во все времена семья была важнейшим институтом для социализации личности. Именно семья является первым опытом социального взаимодействия. Семья — это особое социальное образование, где человек в первые получает представление об окружающем его социуме от элементарных знаний социальных норм и правил до присущего каждому чувства теплоты, любви, привязанности и доверия [1].

Семья в психологии рассматривается как важная социальная система, в которой происходит взаимодействие между ее членами и формируются ключевые аспекты психологического развития.

Понимание семьи как основного социального института позволяет психологам изучать динамику отношений между ее членами, влияние семейной среды на развитие личности, а также способы решения конфликтов и проблем внутри семьи [7].

В психологии выделяют несколько подходов к изучению семьи:

1. Системный подход: рассматривает семью как сложную систему, в которой каждый член взаимодействует с другими и влияет на функционирование всей системы. Изучение семейных ролей, коммуникации, структуры и динамики отношений основано на системном подходе.

2. Психодинамический подход: уделяет внимание бессознательным процессам, динамике внутрисемейных конфликтов и влиянию прошлых опытов на семейные отношения. Теории психоанализа и психодрамы используются для анализа динамики семейных отношений [3].

3. Когнитивно-поведенческий подход: сосредотачивается на изучении поведенческих моделей, коммуникационных навыков и способов решения конфликтов внутри семьи. Психологи помогают семьям развивать здоровые стратегии взаимодействия и общения.

Изучение семьи в психологии помогает выявлять факторы, способствующие здоровому развитию ее членов, а также помогает

разрабатывать методы работы с семьями, испытывающими трудности и проблемы [4].

Понятие "неполноценная семья" часто используется для описания семейной структуры, в которой отсутствует один из родителей или главный опекун, либо семья испытывает серьезные проблемы, включая конфликты, насилие, алкоголизм и другие негативные факторы. Важно отметить, что термин "неполноценная семья" может несколько устарел и негативно звучать, поэтому предпочтительнее использовать более нейтральные термины, такие как "неблагополучная семья" или "семья в кризисе" [6].

Семьи, которые можно охарактеризовать как неблагополучные или находящиеся в кризисе, могут столкнуться с различными проблемами, такими как:

1. Отсутствие одного из родителей: это может быть вызвано разводом, смертью, отсутствием или другими обстоятельствами. Одинокое родительство может создавать дополнительные вызовы и стрессы как для родителя, так и для детей.

2. Конфликты и насилие: семьи, в которых присутствуют конфликты и насилие, могут быть неблагополучными и негативно влиять на психологическое благополучие всех членов семьи.

3. Проблемы с зависимостью: алкоголизм, наркомания или другие формы зависимости могут серьезно повлиять на семейные отношения и функционирование семьи.

4. Эмоциональное или физическое запущение: семьи, где отсутствует поддержка, внимание и забота со стороны родителей, могут столкнуться с проблемами эмоционального и физического запущения у детей [4].

Психологическая помощь и поддержка могут быть важными для семей, находящихся в кризисе или испытывающих трудности. Психологи могут помочь семьям разрешить конфликты, развить здоровые стратегии общения и поддержки, а также научить родителей эффективным способам воспитания детей.

Семья играет ключевую роль в формировании личности человека. Влияние семьи на личность может быть огромным и охватывать различные аспекты жизни. Вот некоторые из основных способов, как семья влияет на личность [1]:

1. Социализация: Семья является первым и основным местом социализации человека. Здесь человек учится социальным нормам, ценностям, правилам поведения и общению с другими людьми. Отношения в семье могут сформировать базовые представления о мире и обществе.

2. Эмоциональное благополучие: Качество отношений в семье, поддержка, забота и любовь родителей могут оказывать значительное влияние на эмоциональное состояние и самооценку личности. Дети, выросшие в заботливой и поддерживающей семье, часто чувствуют себя увереннее и эмоционально стабильнее.

3. Ценности и убеждения: Взгляды на мир, ценности, убеждения и моральные принципы часто формируются под влиянием семейной среды.

Родители передают свои ценности детям через образцы поведения, общение и обсуждение различных жизненных ситуаций.

4. Образцы поведения: Дети часто копируют поведение и образ жизни своих родителей. Поэтому семейная среда может оказывать значительное влияние на формирование привычек, умений, интересов и стилей жизни личности.

5. Психологическое развитие: Взаимодействие с близкими в семье способствует психологическому развитию личности. Дети учатся решать конфликты, развивать эмпатию, строить отношения и развивать навыки коммуникации.

6. Самоидентификация: Через отношения в семье человек формирует свое представление о самом себе, своих качествах, способностях и ролях. Семья помогает человеку определить свое место в мире и самоидентификацию [5].

Итак, можно сказать, что семья является одним из основных факторов, определяющих личность человека. Важно создавать поддерживающую и заботливую семейную среду, чтобы обеспечить психологическое благополучие и положительное развитие личности. Проблемы неполноценной семьи в психологии могут быть разнообразными и влиять на развитие детей и взрослых [8]. Некоторые из основных проблем, связанных с неполноценной семьей, включают в себя:

1. Недостаток эмоциональной поддержки и внимания: дети могут чувствовать себя недооцененными и недостаточно любимыми, что может привести к развитию низкой самооценки и проблемам с эмоциональным благополучием.

2. Недостаток стабильности и безопасности: постоянные конфликты, отсутствие стабильности и предсказуемости в семейной жизни могут вызвать у детей чувство неуверенности и тревоги.

3. Отсутствие ролевых моделей: дети могут испытывать затруднения в формировании своей личности и понимании своего места в обществе без ярких ролевых моделей в неполноценной семье [9].

4. Социальная изоляция: неполноценные семьи могут испытывать трудности во взаимодействии с окружающим миром, что может привести к социальной изоляции и ограничению возможностей для развития.

5. Передача негативных образцов поведения: дети из неполноценных семей могут повторять негативные образцы поведения, которые видели у родителей, что может привести к формированию деструктивных отношений и проблем в будущем.

Изучение и понимание этих проблем помогает психологам и специалистам по семейной терапии разрабатывать методы помощи и поддержки для семей, испытывающих сложности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алексеева, Т.М. (2005). "Социальная психология семьи: Проблемы, методы, теории". Москва: Издательский центр "Академия".

2. Эриксон, Э. (1963). "Идентичность: юность и кризис". Нью-Йорк: Нортон.
3. Джонсон, Д. (2011). "Семейная терапия: Основные понятия". Сан-Франциско: Jossey-Bass.
4. Ковалева, Г.В. (2018). "Психологические особенности детей из неполных семей". Москва: Педагогика.
5. Уайт, М., и К. Лэйтон (2000). "Дети в разводе: Первые годы после разрыва брака". Лондон: Джессика Кингсли.
6. Хэдли, Р. (1997). "Социальная работа с неполными семьями". Лондон: Раутледж.
7. <https://dzen.ru/a/ZTvrR-dsKByJwx6C>
8. <https://moluch.ru/archive/294/66872/>
9. <https://www.informio.ru/publications/id6572/Rol-semi-i-ee-vlijanie-na-formirovanielichnosti-rebenka>

NOTO‘LIQ OILALARDA ONA VA FARZANDLARNING IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK MUNOSABATLARI

Rustamova Mo‘tabar Ravshanovna

Al-fraganus universiti

Pedagogika va psixologiya kafedrası o‘qituvchisi

Yoshi o‘n sakkiz yoshdan oshmagan bir yoki bir nechta bolasi bo‘lgan ota-onalardan faqat bittasini o‘z ichiga olgan oilaning bunday turi to‘liq bo‘lmagan oila hisoblanadi. To‘liq bo‘lmagan oila nikoh buzilganidan keyin, er yoki xotinning birining vafotidan keyin yoki nikohdan tashqari, istalmagan bolaning tug‘ilishi tufayli yuzaga kelishi mumkin. Ushbu sabablarga ko‘ra, to‘liq bo‘lmagan oilalarni: buzilgan, noqonuniy, ajrashgan va yetim qolgan kabi turlarga ajratish mumkin. Bundan tashqari, ular ota-onalardan qaysi biri bola bo‘lib qolganligi sababli ajratiladi, bunday to‘liq bo‘lmagan oilalar onali yoki otali to‘liq bo‘lmagan oilalar deb ataladi. Oilada avlodlar soniga ko‘ra bo‘linish ham mavjud bo‘lib, bunday oilalar quyidagilarga bo‘linadi: bir yoki bir nechta bolali ona yoki otadan iborat oddiy to‘liq ota-ona oilasi va to‘liq bo‘lmagan oila o‘z navbatida bolali ota yoki ona yoki bir nechta va qo‘shimcha ravishda boshqa qarindoshlardan iborat [2].

Jahonda noto‘liq oilalarning o‘sib borishi, noto‘liq oilada bola shaxsining shakllanishi dolzarb muammoga aylanmoqda. Respublikamizda oila institutining zaiflashishi, ajralish va uning asorati sifatida noto‘liq oilalar sonining ko‘payishi, voyaga yetmagan yoshlar va ayollarda og‘ir jinoyatchilik, yoshlar va ayollar orasida yakunlangan (o‘lim bilan tugagan) suitsid sonining keskin o‘sishi, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash bilan bog‘liq ijtimoiy-pedagogik, psixologik muammolar ortib borayotganligi, noto‘liq oilalarning katta qismi o‘z vazifalarini, ayniqsa tarbiyaviy funksiyasini talab darajasida bajara olmayotganligi dolzarb muammolardan hisoblanadi. Noto‘liq oilalar sonini ortib borishi va ulardagi bolalarni otasiz o‘sishi nafaqat O‘zbekistonda, balki barcha taraqqiy etgan va

rivojlanayotgan davlatlarda o'z ifodasini topadigan katta ijtimoiy-iqtisodiy, ijtimoiy-psixologik va pedagogik muammodir [3].

Onalar oilada qanday sharoit va qanday psixologik muhit hukmron bo'lmasin, aksariyat holatlarda o'z farzandlarini psixologik muhofaza qilish, ularni kelgusi hayotga sog'-salomat va bilimli qilib tayyorlashga urinadilar. Bu borada ulardagi o'z farzandining psixologik tomondan qanday jinsga oidligidan kelib chiqqan holda fe'l-atvorini yaxshi bilishi, ayniqsa, o'smirlik hamda ilk o'spirinlik yoshining o'ziga xos qonuniyatlaridan xabardor bo'lishi katta ro'l o'ynaydi. Bizning muhitimizda bu avvalo oilalarda farzandlar ko'pchilikni tashkil etishi, ona uchun boshqa oila a'zolarining (qaynona-qaynota kabilar) ham tashvishini qilish majburiyatlari bo'lgani uchun hayoli bo'linishi, bola psixik rivojlanishining eng mas'uliyatli davrida afsuski, uning boshqa tashvishlari ko'payib, o'smir va ilk o'spirin yoshidagi farzandi uchun kamroq vaqt ajratishi bilan izohlanadi. Lekin noto'liq oilalarda farzandlar kam bo'lgani bilan baribir ona boshqa ro'zg'or tashvishlari bilan bolasining psixologiyasiga kamroq e'tibor berishi ham aniqlangan. Shunga qaramay, bizda ota-onalar o'smirlik va ilk o'spirinlik davrida ham bolaga ota-ona tomonidan doimiy g'amxo'rlik ko'rsatishlari zarur, deb hisoblaydiganlar ham talaygina. Yolg'iz ona bilan o'tkazilgan suxbatlarda ko'p holatlarda yakka o'gli yoki qizining har bir xatti-xarakatiga o'zi ko'proq e'tibor berishi ma'lum bo'lgan [4]. Qolaversa, bizda bola mustaqil ro'zgor egasi bo'lganda ham ota-onaning bag'rida va g'amxo'rligi ostida bo'lishi lozimligi haqidagi tasavvurlar hanuz saqlanib qolgan va noto'liq oila vakilasi bo'lgan ona o'z hayotini farzandisiz umuman tasavvur qilmaydi. Lekin Sharq mentaliteti va o'zbekchilik tamoyillari shundayki, ota-onalar voyaga yetayotgan farzandining psixologiyasi, ayniqsa, taraqqiyot davrida biroz qiyin hisoblangan o'smirlik va ilk o'spirinlik yoshi psixologiyasi bilan ataylab, ilmiy adabiyotlar asosida shug'ullanmaydilar. Bunday psixologik savodsizlik esa ko'pincha oiladagi kattalar bilan o'smirlik va ilk o'spirinlik yoshidagi farzand o'rtasida nizolarni keltirib chiqarishi tabiiy. Nikohi barbod bo'lgan ona bilan uning ayni shu yoshdagi farzandi o'rtasidagi ziddiyat esa, bizning nazarimizda, murakkabroq va ko'prok qarama-qarshiliklar bilan ro'y beradi. Oxirgi holat esa farzandning istiqbolda oila va uning qadriyatlari to'g'risidagi tasavvurlari mazmunida salbiy tarzda aks etishi mumkin.

Noto'liq oiladagi onalar to'liq oiladagilarga nisbatan baribir bolasining individual va yosh xususiyatlariga ko'proq e'tiborli ekanlar. Zero, ular farzandlaridagi yoshga bog'liq o'zgarishlarni yaqqolroq tasavvur qiladi. Ya'ni, yolg'iz ona - ayol o'z bolasini diqqat markazidan kamroq qochirishga, undagi o'zgarishlarning guvohi bo'lishga ishtiyoqi boshqa toifalardagilardan yuqori bo'lishi mumkin. O'tkazilgan tadqiqotlarga ko'ra to'liq va noto'liq oilalarda tarbiyalanayotgan o'smir va ilk o'spirinlik yoshidagi bolalarning qanchalik qo'llab-quvvatlanishga nisbatan istagini o'rganishga qaratilgan uslub bo'ldi. "Qo'llab-quvvatlanishga nisbatan motivatsiyani o'rganish metodikasi" ning mantig'i shundan iboratki, uning yordamida shaxsning o'zini o'rab turgan yaqin insonlarining doimiy qo'llab-quvvatlovi, rag'batiga ega bo'lish va ularning ko'nglidagiday hatti-harakat qilishga moyilligi darajasini o'rganish mumkin.

Bunday moyillik bolalar psixologiyasiga, ayniqsa, o'smirlik va ilk o'spirinlik yoshidagi farzandlarga ham xos bo'lib, yaqin insonlarning maqtovini eshitish, amalga oshirgan sayi-harakatlarini qo'llab-quvvatlashga sazovor bo'lish, ular faoliyatining kuchli motivi hisoblanadi.

Birinchi, qanday oila bo'lishidan qat'iy nazar, o'g'il bolalar qizlarga nisbatan aynan o'smirlik va ilk o'spirinlik yoshida o'zgaralar tomonidan qo'llab-quvvatlanishga kuchliroq ehtiyoj sezadi, chunki bu davrda o'ziga xos "kattalik hissi" paydo bo'lishiga qaramay, ular o'zgaralarning psixologik madadiga muhtojroqdir. Lekin bu holat ko'proq noto'liq oila o'g'il bolalariga xos ekanligini ham e'tirof etish lozim. Noto'liq oilada tarbiyalanayotgan o'g'il bolalar yolg'iz ona bilan yashasa ham, unga suyanch va tayanch bo'lishni niyat qilgani bilan o'zgaralarning qo'llab-quvvatloviga ko'proq muhtojligini namoyon etganlar.

Ikkinchi, o'rtacha kuch ko'rsatkichlarida qo'llab-quvvatlovga muhtojlikni namoyon etganlar umumiy tanlovda ishtirokni tashkil etishiga qaramay, bu borada ham noto'liq oila vakillari bo'lgan o'g'il bolalarning ko'rsatkichlari hammanikidan yuqoriroq. Demak, bu holat ham yana bir marotaba noto'liq oiladagi o'smir, ilk o'spirin yoshidagi o'g'il bolalarning ijtimoiy qo'llab-quvvatlovga boshqalarga nisbatan ko'proq ehtiyoj sezishini isbotlagan. Ular to'liq oiladagi tengqurlaridan bu borada keskin ajralib turibdilar. Chunki past ko'rsatkichni ifoda etuvchi raqamlar noto'liq oila bolalarida anchagina kam.

Uchinchi, qizlar haqida fikr yuritiladigan bo'lsa, ikki toifa oila vakillarida tub farqlar bir qarashda ko'zga tashlanmasa-da, nisbatan olinganda to'liq oila qizlari ijtimoiy qo'llab-quvvatlovga ko'proq muhtoj ekanligi ko'rinadi. Masalan, bu toifa qizlar past ko'rsatkichdagi motivatsiyani namoyon qilgan, ularning tengqurlarida esa bunday motivatsiya balandligini bildirganlar. Bu holat noto'liq oila vakilasi bo'lmish qizlarning onasi ta'sirida ko'proq mustaqillikka intilishi va uni namoyon etishining belgisidir, deb xulosa qilishga asos bo'ladi.

To'rtinchi, yolg'iz onalik xususiyati, ya'ni uning oiladagi yagona tarbiyachi ro'lini bajarishi, mustaqilligi va o'zini dadilroq tutishi birinchi navbatda qiz bolalarga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. O'g'il bolaga ona ko'proq ishongani, unga suyangani bilan aslida o'g'il bola o'zi kimgadir suyanishga ko'proq ehtiyoj sezar ekan. Bu o'g'il bolaning otasi bo'lishini qiz bolaga nisbatan ko'prok xohlashining bir dalili, deb baholanishi mumkin.

Demak, har qanday holatda ham o'g'il bola qizlarga nisbatan oilada ota bo'lishini aynan o'smirlik hamda ilk o'spirinlik davrida ko'proq istaydi. Bunday xoxish, bizningcha, balog'at yoshiga o'tganda o'zgarishi mumkin. Ya'ni, qo'llab-quvvatlovga nisbatan motivatsiyaning kuchi amalda shaxsning o'ziga nisbatan ishonchi ortishi bilan to'g'ri proporsionaldir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YHATI

1. Akramova F.A. "Oilada muomalani tashkil etish psixologiyasi Toshkent "Shams ASA"-2006 yil
2. И.И.Рахимова, М.Рустамова "Тўлиқ бўлмаган оиланинг таърифи ва хусусиятлари" 2022 у.
3. Шаумарова З.А. "Нотўлиқ оилада бола шахси шакллантиришнинг самарадорлиги ва ижтимоий-педагогик тизими" 2020 у. 15-16 б.

4. Yunusova G.S. "To'liq va noto'liq oilalardagi ona shaxsining farzand ijtimoiy tasavvurlariga ta'siri" 2018 y. 78-80 b.

5. Мягкова М.А. "Психологическое сопровождение материнства в неполной семье" 2013 г.

6. Фонталова Н.С. "Самоотношение и его психолого-педагогическая коррекция у подростков из неполных семей" 2004 г.

QIZLARINI OILAGA TAYYORLASHNING DOLZARB MASALALARI

To'xtamatova Nargizaxon Abdullaevna

"ALFRAGANUS UNIVERSITY"

"Pedagogika va psixologiya" kafedrasi magistri

So'ngi yillarda oila institutini mustahkamlashda yoshlarni oilaga tayyorlash, xotin-qizlarning oiladagi o'rni, er-xotinning o'zaro bir-birini tushinishi, hissiy yaqinligi va shaxslararo munosabatlarining oilaviy munosabatlar mustahkamligiga ta'sir darajasini o'rganish bo'yicha ilmiy tadqiqotlar amalga oshirilmoqda. Insonlar hayotida oilaning barbod bo'lishi xolatlarining qayd etilish darajasi ortib borayotgan sharoitda oila institutini mustahkamlash ishiga alohida yondashuv asosida oilaviy munosabatlar psixologiyasi, oila qadriyatleri, oila qurish motivining etnopsixologik xususiyatlarini tadqiq etishga alohida amaliy, innovatsion hamda yangicha yondashuv orqali yechimlarini topishni, ilmiy tadqiqot ishlarini keng qamrovda olib borishni davr taqazo etmoqda. Shunday ekan, oilaviy munosabatlar, oiladagi shaxslararo munosabatlarning ijtimoiy-psixologik ta'siri va qizlarni oilaviy hayotga psixologik tayyorligini kompleks o'rganish, maxsus ilmiy tadqiq qilish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Mazkur mavzu MDX davlatlari pedagog-psixolog olimlari tomonidan batafsil o'rganilgan bo'lib, asosan yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda oilaga qo'yiladigan vazifalar, yo'nalishlar ustuvor sifatida ko'rsatib berilgan.

I.V.Grebennikov o'sib kelayotgan yosh avlodni oilaviy hayotga tayyorlashda quyidagi jihatlar bo'yicha yondashish lozim, deb hisoblaydi:

1. Ijtimoiy, davlat siyosatini oila-nikoh va demografiya doirasida ochib berish, bunda oilaning o'rni, oilaviy qadriyatlar, ota-onalar va er-xotinlarning ijtimoiy o'rni tushiniladi.

2. Odob-axloqiylik, tarbiyada quyidagi: boshqa jins vakiliga do'stona munosabat; o'zidan kattalarga hurmat va e'tibor; bolalar tarbiyasiga talabchanlik; mas'uliyatlilik, ishonch, halollik, yon berishlik; turmush o'rtog'i, bolalari oldidagi mas'uliyatni his qilish; nozik, ishqiy his-tuyg'ularga nisbatan madaniyat kabi axloqiy sifatlarni o'z ichiga oladi.

3. Huquqiy, nikoh va oila to'g'risidagi qonunchilik asoslari bilan tanishish; oilaviy holatdan kelib chiqib o'z haq-huquqlarni, er-xotinlarning biri-birilariga, bolalarga nisbatan va jamiyat oldidagi mas'uliyatlarini bilish;

4. Psixologik, nikoh va oilaviy hayot to'g'risidagi tasavvurlarni muloqotdagi malakani egallashda psixologik asoslarga tayangan holda shakllantirish.

5. Fiziologik-gigienik, ayol va erkak organizmlarining fiziologik xususiyatlari; jinsiy munosabat, shaxsiy gigiena va boshqalarni o'z ichiga oladi.

6. Pedagogik, oilaning bola tarbiyasidagi roli, uning pedagogik salohiyati, oilaviy tarbiyaning o'ziga xos xususiyati, ota va onaning tarbiyalash vazifalari, otalarning pedagogik madaniyatini oshirish yo'llari to'g'risidagi qarashlarning shakllantirilishini o'z ichiga oladi.

7. Xo'jalik-iqtisodiy, oila byudjeti, maishiy madaniyat, uy-ro'zg'or ishlarini olib borish to'g'risidagi bilimlar bilan qurollanganlik va boshqalar.

Uning bu talqini o'zbek psixologi G'.B.Shoumarov tahriri ostidagi "Oila psixologiyasi" qo'llanmasida berilgan oilaning asosiy funksiyalari bilan uyg'unlashadi.

V.A.Sisenko oilaviy hayotga tayyorgarlikni shakllantirishning qo'yidagi asosiy yo'nalishlarini ajratadi:

- 1) axloqiylik (nikoh, bolalar va boshqa qadriyatlarning anglanilishi);
- 2) psixologik (er-xotinlik munosabatlaridagi zaruriy psixologik bilimlarga egalik);
- 3) pedagogik (bolalarni tarbiyalash yuzasidan qobiliyat va malakaga egalik);
- 4) sanitar-gigienik (ro'zg'or va nikoh gigienasi);

Qizalarni oilaviy hayotga tayyorlashda oilaviy muammolarni o'rganish maqsadida olib borilgan tadqiqotlardan shu narsa ma'lum bo'ldiki, oilaviy muammolar o'zaro munosabatlardagi kelishmovchilik, o'zini tuta olmaslik, yoshlarda muomala madaniyatini shakllanmaganligi, turmush o'rtog'idan mamnun bo'lmaslik, zerikarli hayot, oilaviy burchlarning taqsimlanishi, janjalkashlik, o'ta manmanlik, xulq-atvordagi nomukamallik, moddiy qiyinchiliklar, jizzakilik kabi oila a'zolariga xos xatti-harakatlar va xarakter xususiyatlaridan kelib chiqar ekan.

O'zbek oilalarida juftiklar o'rtasida kuzatiladigan salbiy-axloqiy xususiyatlar o'rganilganda, er yoki xotinda uchraydigan besabrlilik, o'zgani tushunmaslik, e'tiborsizlik, qizg'anchilik, jizzakilik, uquvsizlik, bilimsizlik, beparvolik, loqaydlik, qo'pol muomala sababli yuzaga kelishini, ba'zi oilalarda betakalluflik, didsizlik, uyatsizlik, munofiqlik tufayli namoyon bo'lishini e'tirof etdilar. Afsuski, real hayotda salbiy sifatlarni (illatlarni) orttirgan yoshlar ham barcha fuqarolar qatorida oila quradilar. Yigit yoki qizdagi avvaldan orttirilgan salbiy-axloqiy illatlar oila barqarorligining o'zgarishiga, unda ziddiyatlar, kelishmovchiliklar yuz berishiga va hatto oilalarning buzilib ketishiga olib kelishi kuzatildi. Shaxslarda shakllangan salbiy-axloqiy sifatlarni ijtimoiy-psixologik asoslarini o'rganish, ularni kelib chiqish sabablarini aniqlash, rivojlanish qonuniyatlarini ilmiy nuqtai nazardan tahlil qilish oilada yuzaga keladigan kelishmovchiliklar va ziddiyatlarning oldini olishga, oilani buzilishlardan saqlab qolib, uni barqarorligini yanada mustahkamlashga yordam beradi.

F.Akramova, Z. Bilolovning "Yoshlarni mustahkam oilaviy munosabatlarga tayyorlashning ijtimoiy-psixologik yo'nalishlari" mavzusidagi tadqiqotlarda yoshlarni nikoh qurishdan avval oilaviy hayot asoslariga o'qitish borasida ko'plab rivojlangan xorij davlatlari tajribasi tahlil qilingan bo'lib, unga ko'ra, Latviyada nikoh qurishdan avval oilaviy hayotdan nimani kutish kerakligi, oila byudjetini rejalashtirish, bolalarni qanday qilib tarbiyalash, oilaga turli huquqiy aspektlarni joriy etish va nihoyat, sog'lom munosabatlarni qanday qilib

shakllantirish haqida 24 soatga mo'ljallangan bepul o'quv kurslari taklif etiladi. Mashg'ulotlarda mutaxassislar oila qurishga ahd qilgan juftliklarga oilaning barcha nozik jihatlari borasidagi bilim va ko'nikmalarni birgalikda o'rgatishadi. Latviyada bir necha yillardan buyon oilaning psixologik va ma'naviy-axloqiy jihatlari, shuningdek, to'g'ri jinsiy hayotni qurish bo'yicha darslarni o'z ichiga olgan bir nechta modullardan iborat dastur ishlab chiqish harakatidan bo'linmoqda. Biroq, bir biriga zid bo'lgan ko'plab bahs-munozaralarning kelib chiqayotgani tufayli ushbu dasturning hayotga joriy etilishi kechikmoqda. Singapur davlatida esa nikoh qurishdan avval oilaviy hayot asoslari bo'yicha dastlab bepul ta'lim beriladi, shuningdek, bu mavzudagi kengaytirilgan pulli o'quv kurslari ham mavjud. Amerika Qo'shma Shtatlaridagi maktab va kollejlarda oilaviy hayotni o'rgatish uchun o'quv dasturlari taklif etilgan bo'lib, ular asosan nikoh qurishga tayyorgarlik, homiladorlik mas'uliyati va jinsiy ta'lim masalalariga yo'naltirilgan. Bu o'rinda nikoh va yaqin munosabatlar haqidagi nazariy bilimlarning jamlanganligi, so'ngra amaliy ko'nikmalar va ularni amalda qo'llash ustuvor ahamiyat kasb etadi. Bu ishlarning mazmun-mohiyati, avvalo, muvaffaqiyatli oilaviy munosabatlarni yo'lga qo'yish uchun ko'nikmalarni rivojlantirish sifatida tavsiflanadi. Ya'ni:

- juftliklar o'rtasidagi o'zaro aloqalarni samarali shakllan-tirish;
- nizoli vaziyatlarni hal etishning noan'anaviy vositalarini o'zlashtirish;
- vafo, sadoqat tuyg'usini targ'ib qilish;
- yosh kelin-kuyovning shaxsiy hayoti haqida g'amxo'rlik qilish va ularni har tomonlama qo'llab-quvvatlash qobiliyatini rivojlantirish;
- yosh nikohlanuvchining o'z shaxsiy his-tuyg'ularini va fikrlarini samimiy, ochiq-oydin, erkin ifodalashi, shaxsiy e'tiqodini oqilona himoya qila olishi, oilada ziddiyatli vaziyatlarni keltirib chiqarماسlikka o'rgatish.

Rossiya Federatsiyasida yoshlarni oilaga tayyorlash mavzusida turli xil dasturlar ishlab chiqilgan bo'lib, rasmiy va fakultativ ta'lim shaklida hayotga joriy etilgan. Oilaviy hayot asoslarini o'qitish bo'yicha "Diniy madaniyat asoslari va dunyoviy axloq" deb nomlangan o'quv kurslari o'rta maktablar o'quvchilari o'rtasida davlat darajasida qat'iy yo'lga qo'yilgan. O'z navbatida, ba'zi o'quv muassasalarida o'quvchilarning boshqa yosh toifalarini oilaviy hayotga sifatli tayyorlashni ta'minlash uchun mualliflik dasturlaridan ham foydalaniladi. Xususan, kichik maktab yoshidagi bolalar uchun "Men nafaqat bolaman, men bo'lg'usi oila quruvchiman", "Mening baxtli oilam", katta sinfdagi o'quvchilar uchun "Bo'lg'usi oila quruvchini tarbiyalash", Oilaviy hayot etikasi va estetikasi" kabi dasturlar asosida mashg'ulotlar olib boriladi. Shuningdek, oila sohasini pedagogik jihatdan faol qo'llab-quvvatlash va nikohgacha tarbiyalash jarayonida Pravoslav cherkovi tomonidan "Ma'naviyat maktabi" uslubida yo'lga qo'yilgan "Oilaviy hayotning axloqiy asoslari" nomli kurslar katta ahamiyatga ega. Kasb-hunar kollejlari o'quvchilari uchun esa "Oila" ("Sem Ya"), "Ulg'ayish", alohida ixtisoslashtirilgan o'quv muassasalarida "Maxsus maktab-internatlarning 9-sinflari uchun etika va oilaviy hayot psixologiyasi", "Bolalar uyida bo'lg'usi oila quruvchini tarbiyalash" kabi o'quv mashg'ulotlarini olib borish yo'lga qo'yilgan. Rossiyada maktabgacha ta'lim davlat standartini amaliyotga tadbiq etishda bolalar

bogʻchalari oʻz tarbiyalanuvchilarining oilalari bilan uzviy aloqa qilgan holda taʼlim-tarbiya faoliya-tini olib borishadi. Bunda oilaviy tarbiyaning muvaffaqiyatli tajribalari ommalashtiriladi, taʼlim-tarbiyaning mazmun-mohiyati anʼanaviy oilaviy tadbirlar, qiziqarli tarixiy qadriyatlar, urf-odatlar bilan bogʻlanadi. Mazkur jarayonda ota-onalarning ishtirok etishi hamda ular faoliyatining samarador-ligiga alohida eʼtibor qaratiladi.

Maktablarda oilaviy qadriyatlarni shakllantirish yoʻnali-shida taʼlim berish darslar va darsdan tashqari faoliyat doirasida olib boriladi. 2012 yildan boshlab tarix va boshqa ijtimoiy fanlar doirasida yoʻlga qoʻyilgan “Diniy madaniyat va dunyoviy etika asoslari” modul kurslarida oila jamiyatning bir boʻlagi ekanligi haqida tushunchalar berilib, bolalarga oʻz oilaviy sulolalarini qanday qilib tuzish mumkinligi toʻgʻrisidagi bilimlar oʻrgatib boriladi.

Oliy oʻquv muassasalarida talabalar uchun oilaviy qadriyat-larni shakllantirib borish ijtimoiy sohaning asosiy yoʻnalish-laridan hisoblanadi. Xususan, oila anʼanalari va avlodlar maʼnaviy birligini mustahkamlash, oilaviy qadriyatlarni eʼzozlash, oila haqida ijobiy tasavvurni shakllantirish, maʼnaviy-axloqiy tarbiya boʻyicha chora-tadbirlar ishlab chiqilib, qator dasturlar amalga oshiriladi. Oʻquv kurslari doirasida oila institutining zamonaviy muammolari (oilaviy munosabatlar, norasmiy nikoh, toʻliq boʻlmagan oilalar, oilaviy anʼanalarni saqlash va boshqalar), Rossiya Federatsiyasi Oila kodeksida belgilangan normalar asosidagi “Oila huquqi” darslari oʻtiladi.

Taʼlim muassasalarida oʻtkaziladigan davra suhbatlarida uy xoʻjaligini yuritish boʻyicha amaliy tajribalar oʻrganilib, amaliyotga joriy etib boriladi. Iqtisodiy munosabatlar sohasida oilada ota-onalar, qarindosh-urugʻlar oʻrtasida burch va masʼuliyat hissini shakllantirish, bilim, malaka va koʻnikmalarga ega boʻlish, juftlik munosabatlari madaniyatini rivojlantirishga qaratil-gan yosh oilalar klublari samarali faoliyat yuritadi.

Rossiya Federatsiyasining shahar, tumanlar okruglaridagi yoshlar siyosati institutlari negizida yosh oila klublarining faoliyati tashkil etilgan. Ushbu klublar yoshlarni nikoh qurishga tayyorlash, boʻlgʻusi ota-onalarni sogʻlom turmush tarzi kechirish va oilani rejalashtirishga oʻrgatish, axborot-maʼrifat, axborot-maslahat, axborot-konsalting, targʻibot, psixologik va huquqiy yordam faoliyati bilan shugʻullanadi. Shunisi eʼtiborliki, Rossiyada davlat mukofoti sifatida "Ota-ona shuhrati" ordeni va medali taʼsis etilgan. Shuningdek, koʻp bolali otalarning farzandlarini munosib tarbiyalashi va oilaviy qadriyatlarni mustahkamlashdagi masʼuliyatini oshirish va xizmatlarini ragʻbatlantirish maqsadida “Ota jasorati” (“Отцовская доблесть”) mintaqaviy medali bilan mukofotlash qonun bilan mustahkamlab qoʻyilgan. Oilaviy qadriyatlarni asrab-avaylash va saqlash masalalarini targʻib etishda Rossiya ommaviy axborot vositalari katta rol oʻynaydi. Oila institutini mustahkamlashga qaratilgan davlat siyosati, koʻp bolali oilalarning maqomini yuksaltirish, hududlarda amalga oshirilayotgan loyihalar va oʻtkazilayotgan tadbirlar chuqur tahlillar asosida keng yoritib boriladi.

Shu bilan birga, Rossiya Federatsiyasida oilaviy hayot asoslari boʻyicha onlayn taʼlim berish tizimi keng tarqalgan. “Oila qurishning asosiy printsiplari” deb nomlangan sirtqi maktab faoliyat koʻrsatayotgan boʻlib, uning yordamida qisqa

vaqt ichida barcha masalalarda, jumladan, psixologik yo‘nalishda foydali ma’lumotlarni olish imkoniyati mavjud. Belarusiyada esa 10-11 sinf o‘quvchilari uchun “O‘quvchilarni oilaviy hayotga tayyorlash” fakultativ mashg‘ulotlar o‘quv dasturi faoliyati yo‘lga qo‘yilgan.

Qizlarimizni oilaviy hayotga tayyorlashda ularga oilaviy hayotning chiroyli taraflari bilan bir qatorda hayotning past-balandliklari ham mavjud ekanligini, turli xil murakkab vaziyatlardan shirin so‘z chiroyli muomala bilan yechim topish mumkinligi borasida bilimlarni ham berib borish lozim. Misol uchun ko‘pgina oilalarda uchrab turadigan muammolar bilan ham tanishtirib borilsa, o‘zlari katta hayotga qadam qo‘yganda qiyinchiliklarga duch kelishganda oqilona yo‘lini tanlab bu vaziyatdan chiqa olishlari mumkin bo‘ladi. Suningdek, bugungi kunda o‘zbek oilalarda qizlarning kasb-hunar egallashlariga va oliy ta’limda tahsil olishlariga sharoit yaratib berish ularni oilaviy hayotga tayorlashda muhim vazifalardan biri hisoblaniladi. O‘qimishli, hunarmand qiz o‘z kasbi, bilimi bilan dastlab ota-ona xonadonini obod qiladi, keyinchalik o‘zi qurgan oilasida kelajak avlod ta’lim va tarbiyasi bilan jiddiy shugullanishda mas’uliyat bilan yondosha oladi. Bu haqida Muhammad sallollohu alayhi vasallam shunday deganlar: “Farzandlaringizga ta’lim bering, chunki ular sizniki bo‘lmagan vaqt uchun tug‘ilganlar”. Demak har bir ota-ona bolaning o‘z zamonasining ilm-fanini egallashiga befarq qaramasligi kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Shoumarov G‘.B. Oila psixologiyasi: Akademik litsey va kasb- hunar kollejlari o‘quvchilari uchun o‘quv qo‘llanma. G‘.B. Shoumarov tahriri ostida - Toshkent: “Sharq”, 2008. - 296 b.
2. Akramova F., Bilolova Z. Yoshlarni mustahkam oilaviy munosabatlarga tayyorlashning ijtimoiy-psixologik yo‘nalishlari. Monografiya – T.; “Lesson-press” nashriyoti. 2021 y., – 128 bet.
3. M.Muhamedova Qizlar iffati – baxt suvrati. Toshkent -1997 y.
4. D.Turdiyeva. Adashgan nozik hilqat. Toshkent Mavraunnahr- 2016 y
5. A.Muxtorov. “Globallashuv sharoitida ma’naviy tahdidlarni bartaraf etish omillari” Toshkent Ma’naviyat -2015 y

OILADA SIBLING MUNOSABATLARNING NAMOYON BO‘LISHI

*Qurbanova Surayyo Tuynazar qizi
Toshkent amaliy fanlar universiteti
Psixologiya kafedrasida o‘qituvchisi*

So‘nggi yillarda psixologiyada aka-uka, opa-singil munosabatlari mavzusi sezilarli darajada yangilandi. Muammoning asosiy jihatlaridan biri bu integral oila tizimining elementlaridan biri sifatida birodarlar quyi tizimining o‘zaro ta’siri mexanizmlaridir. Bu masalaga qiziqish tabiiydir, chunki oila ijtimoiylashuvning boshlang‘ich instituti bo‘lib, u yerda shaxsning o‘zini o‘zi anglashining shakllanishi, ijtimoiy-madaniy me‘yorlarni o‘zlashtirish orqali sodir bo‘ladi, bu uning keyingi rivojlanishining asosiga aylanadi. O‘sib borayotgan shaxsning moslashuvchan qobiliyatlari qanchalik muvaffaqiyatli shakllanishi ko‘p jihatdan

oila tarkibining barcha quyi tizimlarining o'zaro uyg'unligiga bog'liq. Avvallari oila va ijtimoiy psixologiya asosan nikoh, er-xotin munosabatlarini, ota-ona va farzand munosabatlari, ular o'rtasidagi muammolarni hal qilishga qaratilgan bo'lsa, bugungi kunda shaxsning shaxsiy fazilatlarini shakllantirishda aka-uka munosabatlarining ahamiyati boshqa oila ichidagi munosabatlardan kam emasligini isbotlovchi tadqiqotlar tobora ko'payib bormoqda. Aka-singil munosabatlarining xususiyatlari bolaning kelajakdagi oilasi, turmush o'rtog'i haqidagi g'oyalarini shakllantiradi; va umuman olganda, jamiyatda barcha darajadagi xatti-harakatlar strategiyasini tanlashga ta'sir qiladi: shaxsiy, professional, do'stona va boshqalar.

Bolalikda sibling o'rtasidagi munosabatlarning o'ziga xos xususiyatlari va rolini faol o'rganish rivojlanish psixologiyasida taxminan bundan 30 yil oldin boshlangan. Biroq, tadqiqotchilarning asosiy e'tiborini dastlab aka-uka va opa-singillar o'rtasidagi munosabatlarning amaliy tomoni, xususan, raqobat va rashk muammolari va kichik bola tug'ilgandan keyin katta bolaning rolini kamaytirish jalb qilgan (Kraig, Bokum, 2006). Siblingning rivojlanishiga bag'ishlangan birinchi kitoblardan birining muallifi, amerikalik tadqiqotchi Judi Dan (Dunn, 1996) aka — uka va opa-singillar o'rtasidagi munosabatlarning xususiyatlarini tavsiflash uchun 5 ta asosiy xususiyatni aniqladi: raqobat, mehr, ishonch, yaqinlik va umumiy fantaziyalar.

Sibling munosabatlari inson hayotidagi eng uzoq va eng muhim jarayonlardan biridir. Marsel Rufoning ta'kidlashicha, sibling aloqalari "bolalar — ota-onalar" aloqalariga qaraganda uzoqroq davom etadi, ya'ni odatda ota-ona va farzandlarning o'zaro munosabatlaridan ko'ra birodar yoki opa-singil munosabatlari uzoqroq davom etadi. Barcha uzoq muddatli munosabatlar ichida ularga ta'sir qiluvchi ko'plab omillar mavjud, ammo sibling munosabatlarining o'ziga xos xususiyati shundaki, u juda yopiq tizimda boshlanadi, bunda bola siblingning qaysi jinsi va ota-onasidan qancha e'tibor olishini tanlash imkoniyatiga ega emas. Bundan tashqari, sibling munosabatlari umumiy ota-onalarning mavjudligi, yashash joyi va atrof-muhit asosida qurilgandir.[1]

Psixoanalitik yondashuvga asoslangan holda, M. Rufo boshqa yosh oralig'ini optimal farq sifatida ko'rsatadi (ya'ni 6-7 yoshlarni). Muallifning fikriga ko'ra, Edip kompleksi (yoki Edip sindromi, Zigmund Freyd tomonidan asos solingan psixoanalitik nazariyaga ko'ra, bolaning qarama-qarshi jinsdagi ota-onaga ega bo'lishga intilishi va bir jinsdagi ota-onasini yo'q qilish haqidagi his-tuyg'ulari, fikrlari, impulslari va fantaziyalarining yig'indisidir) davri o'zi bilan olib keladigan shaxsni tashkil etish bolaga o'zini qarindoshning roli bilan yanada ishonchli aniqlashga imkon beradi. Bundan tashqari, 6-7 yoshli bolada o'z oilaviy xotiralarini shakllantirish va yolg'iz bolaning pozitsiyasidan bahramand bo'lish davri hamda oiladan tashqarida do'stlar orttirish yoshi hamdir.

Uzoq vaqt davomida sibling munosabatlarning rivojlanishi uchun eng maqbul davr va yosh farqi haqida munozaralar bo'lib o'tdi. M.Kuzmina sibling munosabatlar 3-4 yillik farqni maqbul deb hisoblaydi. Shunday qilib, dastlabki 3 yil ichida ona va bola qaysidir ma'noda yagona va yaxlit butunlikni namoyon qiladi. 3-4 yoshida bolalar ongini sezilarli darajada qayta qurish sodir bo'ladi,

mustaqillikka moyillik paydo bo'ladi ("men xohlayman" va "men qila olaman"). Bu yoshda bola oilada yangi mas'uliyat va bu mas'uliyatni o'z zimmasiga olishga intila boshlaydi, hamma narsani o'zi qilishni xohlaydi, shuning uchun unga ukasi yoki singlisiga g'amxo'rlik qilish yoqadi.[2]

Sibling o'rtasidagi yosh farqi ta'sirining yana bir jihati M. Feynberg va T. Xeterington tomonidan o'rganilgan. Ushbu mualliflar sibling yoshidagi farqni bir vaqtning o'zida ishlaydigan ikkita ko'rsatkich — atrof-muhit o'xshashligi va farqlash jarayoni bilan bog'liq farqlar tufayli ularning o'xshashligi nuqtai nazaridan ko'rib chiqadilar. Ikkinchisi, har bir bola o'zi uchun o'z o'rnini topishga harakat qilayotgani va boshqalar (ota-onalar va boshqalar) ham siblinglarda turli xil xususiyatlarni ta'kidlashga harakat qilishlari bilan bog'liq. Mualliflarning ta'kidlashicha, siblinglarning yoshi qanchalik yaqin bo'lsa, farqlash jarayonining ta'siri tufayli ular shaxsiy fazilatlarini jihatidan bir-biridan shunchalik farq qiladi. Bu gipoteza umuman tasdiqlandi, lekin bir yillik farq mavjud bo'lgan sibling uchun emas. Ular umumiy muhitning ta'siri farqlash jarayonlarini yengib chiqadi degan xulosaga kelishdi.[3]

Siblinglar o'rtasidagi munosabatlarning tuzilishi. Sibling o'rtasidagi munosabatlar turli yo'llar bilan shakllanadi va shuning uchun ularning tuzilishi va tipologiyasi haqida savol tug'ilishi mumkin. Qarama-qarshi munosabatlar tipologiyasining uchta misolini ko'rib chiqamiz: ulardan biri jinsga bog'liq, ikkitasi esa empirik tarzda qurilgan.

Birinchi navbatda, sibling juftlarini jinsi bo'yicha uch turga bo'lish printsipli paydo bo'ladi: "aka-uka", "opa-singil". Dj.Liderning ta'kidlashicha, opa-singil juftliklar hissiy jihatdan eng yaqin, aka-uka esa raqobatdoshdir.[4]

Kattalar siblinglari o'rtasidagi munosabatlar tipologiyasini yaratish uchun R.Stivard va uning hamkasblari 500 dan ortiq kishi ishtirok etgan keng ko'lamli tadqiqot o'tkazdilar. Tasniflash mezonlari quyidagi fazilatlar: siblinglarning bir-biriga yaqinligi, raqobat, befarqlik, tanqid kabilar edi. Mualliflar o'zlari ishlab chiqqan so'rovnomadan (The Sibling Type Questionnaire) foydalanib, aka-uka va opa-singillar o'rtasidagi munosabatlarning 5 turini aniqladilar:

1.*qo'llab-quvvatlovchi* (qo'llab-quvvatlovchi guruh-umumiy namunaning 26%) bog'lanishning yuqori ko'rsatkichlari va raqobatning pastligi bilan ajralib turadigan munosabatlar;

2.*bir-biriga bo'lgan ehtiyojni boshdan kechirish* (longing group - 24%) — yuqori bog'lanish va jalb qilish bilan ajralib turadigan munosabatlar;

3.*befarq* (apathetic group-19%) —mehr-muhabbat darajasi past va befarqlik darajasi yuqori bo'lgan munosabatlar;

4.*dushmanlik* (hostile group — 16%) — munosabatlar past darajadagi mehr-muhabbat va tanqid va befarqlik bilan yuqori;

5.*raqobat* (raqobatbardosh guruh-namunaning 15%) — yuqori darajadagi raqobat bilan tavsiflangan munosabatlar.[5]

Umuman olganda, biz namunaning yarmi uchun sibling munosabatlari juda muhim, ya'ni kattalar hayotida muhim rol o'ynaydi deb aytishimiz mumkin. Mualliflarning ta'kidlashicha, kattalar davrida sibling o'rtasidagi raqobat zaiflashadi, kattalar aka-uka va opa-singillar o'rtasidagi befarq munosabatlar

bolalik yoki o'smirlik davriga qaraganda ancha keng tarqalgan. Shu bilan birga, u yoki bu turga mansublikda gender farqlari topilmadi. Eng yuqori darajasida faqat ikkinchi turda ayollar ko'proq, beshinchi turda esa erkaklar borligi qayd etilgan.

Alfred Adler opa-singillarni oilada "ahamiyatga intilish" deb bilgan va tug'ilish tartibi shaxsiyat rivojlanishining muhim jihati ekanligini his qilgan. O'zgartirish yoki almashtirish hissi ko'pincha katta birodarning rashkiga sabab bo'ladi. Darhaqiqat, bugungi kunda psixologlar va tadqiqotchilar tug'ilish tartibining, shuningdek, yosh va jinsning aka-uka munosabatlariga ta'sirini tasdiqlaydilar. Bolaning shaxsiyati uyda aka-uka raqobati qanchalik sodir bo'lishiga ham ta'sir qilishi mumkin. Ba'zi bolalar tabiiy ravishda o'zgarishlarni qabul qiladilar, boshqalari esa tabiiy ravishda raqobatbardosh bo'lishi mumkin. Biroq, tadqiqotchilar ota-onalarni farzandlar o'rtasida raqobatbardoshlik bor yoki yo'qligiga muhim ta'sir ko'rsatishga qodir deb qarashadi.

Devid Levi 1941-yilda "aka-uka raqobati" atamasini kiritib, katta birodar uchun "yangi tug'ilgan chaqaloqqa tajovuzkor munosabat shu qadar odatiyki, buni oilaviy hayotning umumiy xususiyati deb aytish mumkin".[6] Tadqiqotchilar bugun odatda bu ko'rinishi qo'llab-quvvatlamaydi.

Aka-uka raqobati ko'pincha bolalik davrida ko'proq davom etadi va ota-onalar uchun juda asabiy va stressli bo'lishi mumkin. O'smirlar xuddi shu sabablarga ko'ra kichik yoshdagi bolalar bilan janjallashishadi. Jismoniy va hissiy o'zgarishlar, bosimlar sababli ota-onalar va do'stlar bilan munosabatlarning o'zgarishi, ota-onalarning e'tiborini jalb qilish uchun birodarlar bilan kurashish o'smirlik davrida ko'payishi mumkin.

Oilaning bir qismi bo'lish hissi kuchli bo'lgan bolalar, ehtimol, aka-ukalarni o'zlarining kengaytmasi sifatida ko'rishadi. Biroq, Silviya Rimmning so'zlariga ko'ra, aka-uka raqobatini kamaytirish mumkin bo'lsa-da, uni yo'q qilish dargumon.

Xulosa qilib shuni aytishimiz mumkinki sibling munosabatlarda uchraydigan aka-uka va opa-singillar raqobatini kamaytirish uchun ota-onalar o'z farzandlarini o'zaro taqqoslamaslik orqali ulardagi raqobat imkoniyatini kamaytirishi mumkin. Bolalarga ota-onaning e'tiborni jalb qilishning ijobiy usullarini o'rgatish, birgalikda qiziqarli oilaviy tadbirlarni rejalashtirishni o'rgatishlari mumkin, shuningdek, ular har bir bolaga alohida e'tibor berishlari, jamoaviy ishlarni rag'batlantirishlari, bitta bolani boshqalarga namuna sifatida tutishdan bosh tortishlari lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Кузьмина М. Сиблинги, или Каин и Авель в одной квартире // Школьный психолог. 2000. № 17.
2. Руфо М. Братья и сестры, болезнь любви. Екатеринбург: У-Фактория, 2006.
3. Feinberg M.E., Hetherington T.M. (2000). *Sibling differentiation in adolescence: Implications for behavioral genetic theory*. Child Development, 71, 6, 1512—1524.
4. Leder. J.(1993). *Adult sibling rivalry*. Psychology Today, 26, 1, 56—63.

5. Steward, R.B., Kozak, A.L., Tingley, L.M., Casse, W. (2001). *Adult sibling relationships: Validation of a typology*. *Personal Relationships*, 8, 3, 299—324.

6. The Hostile Act David M. Levy (1941) First published in *Psychological Review*, 48, 356—361.

OILADAGI IJTIMOY MUHITNING O‘SMIR TARBIYASIGA TA‘SIRI

N.I.Toshtemirova

Andijon davlat universiteti tayanch doktoranti

Inson shaxsini tarkib toptirish oilaning ilk psixologik muhitidan boshlanadi, xususan boladan xarakter, iroda, odatlar, fe'l-atvor, xulq, tevarak atrofga munosabat e'tiqod qarashlar, qiziqishlar vujudga keladi. Ma'lumki oila-bu ijtimoiy-tarixiy belgiga ega bo'lgan muayyan tuzilishli sosial guruxning ko'rinishidir. Chunonchi, uning a'zolarini qarindosh urug'chilik, nikox, turmush sharoiti birligi odob-axloq umumiyliги ma'naviy extiyojlar mosligi muayyan yo`nalishning ustivorligi kabi aloqalar o`zaro bog`lab turadi.

Ma'lumki, oila ijtimoiy institut sifatida hozirgi paytda bir qator o'zgarishlarni boshdan kechirmoqda. U bugun juda ko'plab ta'sirlar qurshovida qolmoqda. Xususan, iqtisodiy, ijtimoiy, madaniy va ma'naviy sohadagi o'zgarishlar, oilaviy ajrimlarning ko'payishi va boshqalar oilaviy tarbiya ta'sirchanligining susayishiga olib kelmoqda. Bular o'z navbatida oilaviy muhitning buzilishiga, farzandlar tarbiyasidagi nuqsonlarning kelib chiqishiga zamin yaratmoqda. Oqibatda oilaviy tarbiyaga bog'liq bo'lgan bolalar va o'smirlarda hissiy zo'riqishlar natijasida stress holatlari va jinoiy ishlar ko'rsatgichi ortib bormoqda.

Tadqiqotchilarning ta'qidlashlaricha, bolalar va o'smirlar o'rtasida sodir etilayotgan jinoyatchiliklarning 60% dan ortig'i bevosita yoki bilvosita oilaviy muhitning nosog'lomligiga bog'liq holda sodir etilmoqda.

Oilalarda nosog'lom psixologik muhitning mavjudligi oilaviy munosabatlar noxushligi, oilaviy ajralishlar, ota-onalardan birini yo'qligi, oilaviy tarbiyadagi yo'l qo'yilayotgan kamchiliklar bolalar va o'smirlar tarbiyasida o'ziga xos muammolarni keltirib chiqaradi. Ma'lumki, oilaviy tarbiya bola hayotida muhim o'rin tutadi. Oilaning bolalarga tarbiyaviy ta'sir doirasi ijtimoiy ta'sir doirasi singari o'ta kengdir. Oila bolalarni Vatanga muhabbat, ota-ona va atrofdagilarga sadoqat, mehnat va xalq boyliklariga ongli munosabat, nuqsonlarga murosasizlik, yuksak axloqiy va ma'naviy sifatlarni shakllantirishda, turmushga, ijtimoiy faoliyatga nisbatan psixologik va amaliy jihatdan tayyorlashda katta imkoniyatlarga egadir. Biroq, keying yillarda oilada farzandlarimizni tarbiyalashda, ularni kamol toptirishda bir qator muammolar, nuqsonlarga duch kelinmoqda. Tabiiyki ushbu muammolar bolalar va o'smirlar xulq-atvoriga, shaxs sifatida shakllanishiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Kuzatishlarga qaraganda, keyingi yillarda oilalarda turli xil sabablarga ko'ra, xususan yurtimizda kechayotgan islohotlar, bozor munosabatlarga o'tish, kishilarda kundalik turmush tashvishlariga barham berish, qiyinchiliklarni yengib o'tish va kelajakka nisbatan

yangicha qarash layoqatining yetishmasligi va shu kabilar oilada farzandlar tarbiyasiga e'tiborning biroz susayishiga sabab bo'lib, ota-onalar farzandlari bilan kam muloqotda bo'lishga to'g'ri kelmoqda. Shu boisdan yurtimizda oiladan tashqarida farzandlar kamoloti, tarbiyasi bilan mashg'ul bo'ladigan turli xil mashg'ulotlarga, (sport, kasb-hunar) to'garaklarga nisbatan bo'lgan ehtiyojning ortib borayotganligi kuzatilmoqda. Shu o'rinda ta'kidlash lozimki, bu borada mamlakatimizda olib borilayotgan tadbirlar maqtovg'a sazavordir. Joylarda foydalanishga topshirilayotgan sport inshootlari, zamonaviy talablarga javob beradigan ta'lim maskanlarining bunyod etilishi, yoshlarimizning bo'sh vaqtlarida shug'ullanishlari uchun turli xil to'garaklarning barpo etilishi bu yo'nalishda amalga oshirilayotgan ishlarning namunasidir. Ammo bu sohada hali qilinadigan ishlar ham bisyordir.

Oilada yetarlicha tarbiya ko'rmagan bolalar turmush qiyinchiliklaridan qoqiladi. Turli xil nizoli vaziyatlarga duch keladi. Tarbiyasizlik o'smirni yaxshi o'rtoqlaridan, davralardan ayiradi. Oqibatda o'smir uchun birdan-bir yo'l nosog'lom xulqli o'smirlar davrasiga qo'shilib ketish bo'lib qoladi. Qarabsizki, o'smirda jinoyatchilik xulqining kelib chiqishi uchun shart-sharoit yaratiladi.

Bolalar va o'smirlarda hissiy zo'riqishlar va xulq og'ishining kelib chiqishiga sabab bo'luvchi oilaviy tarbiyaga bog'liq bo'lgan omillardan yana biri "oilaviy tarbiyada primitiv usullardan foydalanish" bo'lib hisoblanadi. Bunday tarbiya usulida tarbiya o'ta qattiqqo'llik, avtoretar, bolalarning fikr va qarashlarini inobatga olmaslik asosida olib boriladi. Bunday usulda bolalarni tarbiyalashning noto'g'ri ekanligini bugun hayotning o'zi ko'rsatib turibdi. Chunki, bugungi yosh mustaqil fikrlashga intiluvchan, o'z qarashlariga ega bo'lgan, aqlan yetuk yoshlardir. Bunday yoshlar bilan hisoblashish, ularning fikr va mulohazalarini eshitish, kerakli joylarda maslahat berish yaxshi natijalar berishligini unutmashimiz kerak.

Oilaviy tarbiyada qo'pollik, andishasizlik, haqorat, do'q-po'pisa va jismoniy jazolash singari usullardan foydalanish ko'pincha bolalar va o'smirlarning uydan qochishiga, biron ish qilib qo'yib ota-onasidan qo'rqqanidan ko'chalarda daydib yurishiga, qaerlardadir tunab qolishiga olib keladi. Bunday bolalar oila muhitiga nisbatan ijtimoiy psixologik dezadaptatsiyalanish jarayoniga duch keladilar. Oqibatda o'ziga ma'qul bo'lgan oiladan tashqari guruh yoki ko'cha muhitini qabul qiladi. Bu muhit o'zining xarakteriga ko'ra, bolaga salbiy yoki ijobiy ta'sir qilishi mumkin.

Oilaviy tarbiyada bolalar va o'smirlarning yosh va individual-psixologik xususiyatlarini inobatga olmasliklari holati ko'pincha ko'zlagan tarbiyada teskari natija beradi. Ma'lumki, balog'at yoshi hisoblangan (12-14 yosh davrida) o'smirlik davrida keskin psixofiziologik o'zgarishlar sodir bo'ladi. Ushbu o'zgarishlar o'smir ruhiyatiga ham o'z ta'sirini o'tkazadi. Bu o'smirda tajanglik, serzardalik, injiqlik, ta'sirlanuvchanlik holatlarining kelib chiqishiga sabab bo'ladi. O'smir ruhiy dunyosida paydo bo'lgan bunday o'zgarishlar balog'at davri o'tishi bilan bir me'yorga kelib qoladi.

Shuning uchun ota-onalar o'smirlar tarbiyasiga alohida e'tibor berishlari, ularda kechayotgan psixofiziologik o'zgarishlarni hisobga olishlari maqsadga

muvofiqdir. Ko‘pincha oilaviy tarbiyada bolalarning yosh va individual-psixologik xususiyatlarining inobatga olinmasligi ularning noto‘g‘ri, yomon yo‘llarga kirib ketishlariga sabab bo‘ladi. SHu boisdan ota-onalar oilaviy tarbiyada, farzandlari bilan bo‘ladigan shaxslararo munosabatlarda, ular bilan muomala qilishda shaxs va yosh davri xususiyatlarini hisobga olgan holda ish tutsalar oilaviy tarbiyaning samarasi yuqori bo‘lishligini ta‘minlagan bo‘lar edi.

Tadqiqot natijalaridan ma‘lum bo‘lishicha, ota-onalarda bolalarning yosh va individual psixologik xususiyatlari va oilada bolalarni milliy ruhda tarbiyalash to‘g‘risidagi bilimlarning yetishmasligi hamda tarbiya jarayonida milliy qadriyatlardan foydalanish borasidagi kamchiliklar bolalar tarbiyasida jiddiy nuqsonlarning kelib chiqishiga sabab bo‘ladi.

Oilada ota-onalar ko‘pincha farzandlari biron bir yomon ish qilib qo‘ysa, uni qattiq jazolash, taqiqlash va ularni uydan chiqarmay qo‘yish usullari orqali tarbiyalamoqchi bo‘ladilar. Farzandi o‘zlariga yoqadigan ishga qo‘l o‘rsa uni haddan ortiq maqtaydilar va mukofotlaydilar. O‘zlari qo‘llyotgan usullarni qay biri to‘g‘ri, qay biri noto‘g‘ri ekanligini anglab yetmaydilar. O‘zlaricha tarbiya shunday beriladi deb o‘ylaydilar. Natijada o‘zlari bilmagan holda bolalarining tarbiyasiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadilar. Shuning uchun ota-ona eng avvalo oilada bolalarni tarbiyalash to‘g‘risidagi nazariy va amaliy bilimlarga ega bo‘lishi lozim bo‘ladi.

Buning uchun esa ular tarbiya to‘g‘risidagi pedagogik va psixologik kitoblarni, gazeta va oynomalarni ko‘proq o‘qishlari zarur bo‘ladi.

Xulosa qilib aytganda, oilaning zimmasiga ulkan va zarur ijtimoiy missiya yuklangandir. Bola tarbiyasi eng og‘ir ijtimoiy vazifa ekanligi ayondir. Ota va onaning shaxsiy va ijobiy namunasi solih va soliha farzandlarning kamolga yetishi uchun garovdir. Ostona hatlab tashqi dunyoga qadam qo‘yilganida esa bolaga atrof-muhit va jamoatchilikning ta‘siri sezilarli bo‘ladi. Ta‘lim muassasalari va mahalla, umuman, ijtimoiy sfera muhiti inson farzandini to‘ hayotining so‘ngi daqiqasigacha ta‘qib qilib boradi. Shu boisdan, oilaviy munosabatlarda shaxsning umummadaniy dunyoqarashini shakllantirishga erishish, nafaqat shaxsiy hayotda, balki, mamlakatimizda yuz berayotgan ijtimoiy-iqtisodiy o‘zgarishlar va ularning taraqqiyoti jamiyatning ruhiy va ma‘naviy takomilida ham muhim o‘rin tutadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. B.M.Umarov – psixologiya fanlari doktori, professor. Bolalar va o‘smirlarda xulq og‘ishi va uni oldini olish yuzasidan maslahatlar. – Toshkent, 2011.

2. Игошев К.Е. Опыт социально-психологического анализа личности несовершеннолетних правонарушителей. – М.,1967, с.67-68.

3. М.Файзиева, А.Жабборов. «Оилавий муносабатлар психологияси». «Янги аср авлоди», 2007 йил

4.. www.uzedu.uz

SHAXS IJTIMOIYLASHUVI VA IJTIMOIIY USTANOVKALAR

Abduqahhorova Gulnoza Abdurasul qizi

*Qashqadaryo viloyati pedaglarini yangi metodikaga o'rgatish milliy markazi
Pedagogika, psixologiya va ta'lim texnologiyalari kafedrasini katta o'qituvchi
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

Har birimizning jamiyatdagi o'rnimiz, uning qachon va qanday sharoitlarda paydo bo'lgani, jamiyatga qo'shilib yashashimizning psixologik mexanizmlari fanning muhim vazifalaridan biridir. Bu jarayon psixologiyada ijtimoiylashuv yoki sotsializatsiya deb yuritiladi[1].

Demak, sotsializatsiya yoki ijtimoiylashuv - inson tomonidan ijtimoiy tajribani egallash va hayot - faoliyat jarayonida uni faol tarzda o'zlashtirish jarayonidir. Sodda til bilan aytganda, ijtimoiylashuv - har bir shaxsning jamiyatga qo'shilishi, uning normalari, talablari, kutishlari va ta'sirini qabul qilgan holda, har bir harakati va muomalasida uni ko'rsatishi va kerak bo'lsa, shu ijtimoiy tajribasi bilan o'z navbatida o'zgalarga ta'sirini o'tkaza olishi jarayonidir.

Ijtimoiylashuv eng avvalo odamlar o'rtasidagi muloqot va hamkorlikda turli faoliyatni amalga oshirish jarayonini nazarda tutadi. Tashqaridan shaxsga ko'rsatilayotgan ta'sir oddiy, mexanik tarzda o'zlashtirilmay, u har bir shaxsning ichki ruhiyati, dunyoni aks ettirish xususiyatlari nuqtai nazaridan turlicha sub'ektiv tarzda idrok etiladi. Shuning uchun ham bir xil ijtimoiy muhit va bir xil ta'sirlar odamlar tomonidan turlicha harakatlarni keltirib chiqaradi.

Ijtimoiylashuv jarayonlarining ro'y beradigan shart - sharoitlarini ijtimoiy institutlar deb ataymiz. Bunday institutlarga oiladan boshlab, mahalla, rasmiy davlat muassasalari (boqcha, maktab, maxsus ta'lim o'choqlari, oliygohlar, mehnat jamoalari) hamda norasmiy uyushmalar, nodavlat tashkilotlari kiradi. Bu institutlar orasida bizning sharoitimizda oila va mahallaning roli o'ziga xosdir. Insondagi dastlabki ijtimoiy tajriba va ijtimoiy xulq elementlari aynan oilada, oilaviy munosabatlar tizimida shakllanadi. Shuning uchun ham xalqimizda «qush uyasida ko'rganini qiladi» degan maqol bor. Ya'ni, shaxs sifatlarining dastlabki qoliplari oilada olinadi va bu qolip jamiyatdagi boshqa guruhlar ta'sirida sayqal topib, takomillashib boradi.

Bizning o'zbekchilik sharoitimizda oila bilan bir qatorda mahalla ham muhim tarbiyalovchi - ijtimoiylashtiruvchi rol o'ynaydi. Shuning uchun bo'lsa kerak, ba'zan odamning qaysi mahalladan ekanligini surishtirib, keyin xulosa chiqarishadi, ya'ni mahalla bilan mahallaning ham farqi bo'lib, bu farq odamlar psixologiyasida o'z aksini topadi. Masalan, bitta mahalladan yaxshi kelin chiqsa, aynan shu mahalladan qiz qidirib qolishadi. Ya'ni, shu mahalladagi ijtimoiy muhit qizlarning iboli, aqlli, sarishtali bo'lib yetishishlariga ko'maklashgan[2].

Yana bir muhim ijtimoiylashuv muhiti - bu mehnat jamoalaridir. Bu muhitning ahamiyati va o'ziga xosligi shundaki, bu yerga shaxs odatda ancha aqli pishib qolgan, ma'lum tajribaga ega bo'lgan, hayot haqidagi tasavvurlari shakllangan paytda keladi. qolaversa, egallangan mutaxassislik, orttirilgan mehnat malakalari va bilimlar ham juda muhim bo'lib, shu muhitdagi ijtimoiy normalar harakteriga ta'sir qiladi. Lekin baribir shaxsning kimlar bilan, qanday o'zaro munosabatlar

muhiti ta'sirida ekanligi uning yetuklik davridagi ijtimoiylashuvining muhim mezonlaridandir.

Shuning uchun ishga kirishdagi asosiy motivlardan biri - o'sha jamoaning qanday ekanligi, bu yerdagi o'zaro munosabatlar, rahbarning kimligi va uning jamoaga munosabati bo'lib, ko'p incha oylik - maosh masalasi ana shulardan keyin o'rganiladi. Shuning uchun mehnat jamoalarida yaxshi, soqlom ma'naviy muhit, adolat va samimiyatga asoslangan munosabatlar har bir inson taqdirida katta rol o'ynaydi.

Shaxs sotsializatsiyasi to'g'risida gap ketarkan, aytish kerakki, sotsializatsiya sof ijtimoiy-psixologik tushuncha bo'lib, u - individning ijtimoiy muhitga qo'shilishi, **ijtimoiy ta'sirlarni** o'ziga singdirishi va aktiv ravishda muloqot sistemasiga kirib borishi jarayonidir. Bu jarayon ikki tomonlama bo'lib, bir tomondan, shaxs aktiv ravishda ijtimoiy ta'sirlarni qabul qiladi, ikkinchi tomondan esa, ularni hayotda o'z xulq-atvorlari, munosabatlarida namoyon etadi[3].

Bu jarayon normal individda tabiiy tarzda ro'y beradi, chunki individda shaxs bo'lishga ehtiyoj hamda shaxs bo'lishiga imkoniyat va zaruriyat bordir. Shuning uchun ham bola tug'ilib, ijtimoiy muhitga qo'shilgan ondan boshlab, undagi shaxs bo'lishga intilishni, undagi shakllanish jarayonini kuzatish mumkin (masalan, chaqaloqlardagi bevosita emotsional muloqotga ehtiyojning borligi). Shaxs sotsializatsiyasi yoki shakllanishining o'z sohasi, bosqichlari va muassasalari mavjud.

Shaxsning shakllanishi asosan uch sohada amalga oshiriladi:

1) Faoliyat sohasi, ya'ni umri mobaynida shaxs turli faoliyatlarga bevosita yoki bilvosita jalb etilgan bo'lib, bu jarayonda faoliyatlar jabxasi, soxasi kengayib, boyib boraveradi. Har bir faoliyat turi individdan maxsus fazilatlarni, malaka va ko'nikmalarni, bilimlarni talab etadiki, ularni qoniqtirish yo'lidagi aktivligi unda o'ziga xos ijtimoiy-psixologik xususiyatlar kompleksini shakllantiradi;

2) Muloqot sohasi, ayniqsa maktabgacha yosh davrdagi va o'smirlik davrlaridagi muloqot sistemalari bolada bir qancha ijtimoiypsixologik xislatlarni paydo qiladiki, buning natijasida u faol hayotiy mavqega ega bo'ladi, jamiyatda o'z o'rnini tasavvur qilishga erishadi.

3) O'z-o'zini anglash sohasi, ya'ni "Men" obrazining yil sayin o'zgarib borishi jarayoni bo'lib, avval o'zini boshqalardan farqliligini, o'zicha mustaqil harakat qilish, mustaqil fikr yurita olish qobiliyatini anglash, so'ngra esa o'z-o'zini baholash, anglash, nazorat qilish xususiyatlari rivojlanadiki, ular ham faol shaxs psixologiyasining tarkibiy qismidir[4].

Shaxs ijtimoiylashuvi muammosi ko'tarilganda, ijtimoiy tajribaning u tomonidan qanday yo'l bilan va qay darajada o'zlashtirilganligi ijtimoiy ustanovka fenomeni orqali tushuntiriladi. Ma'lumki, ustanovka muammosi dastlab gruziyalik psixologlar, jumladan, **D.N.Uznadze** tomonidan fanga kiritilgan edi. Rus olimi **V.A. Yadov** o'zining dispozitsion kontseptsiyasini yaratib, unda ustanovkalarini to'rt bosqich va to'rt tizimli sifatida tasavvur qilgan.

I. elementar ustanovkalar (set) – oddiy, elementar ehtiyojlar asosida ko'p incha ongsiz tarzda hosil bo'ladigan ustanovkalar. Ularni o'zgartirish uchun moddiy

shart-sharoitlarni va odamdagi ehtiyojlar tizimini o'zgartirish kifoya.

II. ijtimoiy ustnovkalar (attitud) – ijtimoiy vaziyatlar ta'sirida ijtimoiy ob'ektlarga nisbatan shakllanadigan ustnovkalar. Ularni o'zgartirish uchun ijtimoiy shart – sharoitlar va shaxsning ularga nisbatan baho va munosabatlari tizimini o'zgartirish kerak.

III. bazaviy ijtimoiy ustnovkalar – ular shaxsning umumiy yo'nalishini belgilaydi va ularni o'zgartirish e'tiqodlar va dunyoqarashlarni o'zgartirish demakdir.

IV. qadriyatlar tizimi – ular avlodlararo muloqot jarayonining mahsuli sifatida jamiyatda qadr – qimmat topgan narsalarga nisbatan ustnovka. Masalan, sahih hadislar shunday qadriyatlardir, biz ularni tanqidsiz, muhokamalarsiz qabul qilamiz, chunki ular ham ilohiy, ham eng buyuk insonlar tomondan yaratilgan va avloddan avlodga o'z qadrini yo'qotmay kelayotgan qadriyatlardir.

Ijtimoiy ustnovka shaxs xulq-atvorining ichki, anglanmagan yoki qisman anglangan motivlariga kiradi. Masalan, bir kishiga badiiy adabiyotdan aynan bir guruh asarlar yoqadi. Lekin nima uchun xuddi shu asarlar guruhi yoki shu adib yoqishini tushunmaydi. O'sha guruhdan yangi bir kitob qo'lga kirganda u albatta yoqishi kerak degan tasavvurda bo'ladi. Shu ma'noda olib qaralganda, ijtimoiy ustnovka shaxsdagi anglanmagan munosabatlarga o'xshaydi. Lekin aslida uning tabiati juda murakkabdir. Chunki ijtimoiy ustnovka tushunchasida munosabatlar ham, shaxsiy ma'no ham, baholar sistemasi ham, bilimlar ham o'z ifodasini topadi. Ya'ni, ijtimoiy ustnovka shaxsning turli ijtimoiy ob'ektlarga nisbatan munosabat bildirishining ichki mexanizmidir, shu ob'ektlar bilan ishlashga, ularni baholashga hamda ma'lum tarzda idrok qilishga tayyorgarlik holatidir.

G'arb ijtimoiy psixologiyasida ijtimoiy ustnovkalarni o'rganish va uni tavsiflash uchun «*attitud*»- *attityud* tushunchasi qo'llaniladi. Xorijlik olimlar attityudga ta'rif berganlarida uning ijtimoiy xulqqa aloqador ekanligini, individning ilgarigi tajribasi ta'sirida u yoki bu vaziyatlarga reaksiya berishi holati ekanligiga ko'proq urg'u beradilar. Shundan kelib chiqib, attityudning to'rtta asosiy *vazifasi* mavjud ekanligiga e'tibor qaratilgan:

1) moslashtiruvchi – attityud sub'ektni uning maqsad va manfaatiga aloqador bo'lgan ob'ektlarga yo'naltiradi, moslashtiradi;

2) bilish funktsiyasi – konkret ob'ektga nisbatan mavjud vaziyatda anchagina qulay bo'lgan xulq-atvor shaklini tanlashga yordam beradi;

3) namoyon etish funktsiyasi – individni shaxs sifatida, muayyan qadriyatlarga e'tiqodi bor inson sifatida tutishini ta'minlaydi;

4) himoya vazifasi – shaxsning ichki ziddiyatlarini bartaraf etish va turli vaziyatlardan chiqib ketishiga imkon beradi.

Bu funktsiyalarni bajaruvchi attityud olimlar fikricha o'ziga yarasha **tizimga** ham ega bo'ladi. Amerikalik **M.Smit** attityudning uch komponentli tizimni farqlaydi:

I. Kognitiv komponent – bu ijtimoiy ustnovka ob'ektini anglash bilan bog'liq jihatlar;

II. Affektiv komponent – bu ob'ektga nisbatan hissiy munosabatlar, uni

emotsional baholash, yoqtirish-yoqtirmaslik bilan bog'liq sub'ektiv holatlar;

III. **Xulq-atvor komponenti (yoki konativ)** – ob'ektga nisbatan real xatti-harakatni tushuntiruvchi jihatlar.

Yadov yuqoridagi jabhalarga mos keladigan konkret vaziyatlarni va ularning individga ta'sir ko'rsatish darajalarini ham ajratadi. Masalan, *birinchi*, eng quyi bosqichdagi vaziyatlarda oddiy predmetli muloqot va tez o'zgaruvchan ehtiyojlarga aloqador holatlar namoyon bo'ladi. *Ikkinchisida* ko'proq guruh doirasidagi muloqot va undan orttirilgan tajriba nazarda tutiladi. *Uchinchisida* – nisbatan turg'un bo'lgan, xadeb o'zgarvermaydigan ish faoliyat turlari, maishiy ehtiyojlar, professional sohalarida ko'zga tashlanadigan ijtimoiy xulq nazarda tutilgan. Nihoyat, *to'rtinchi* vaziyatlar bosqichi muayyan ijtimoiy, iqtisodiy, mafkuraviy vaziyatlarda ko'pchilikda shakllanadigan qadriyatlarining namoyon bo'lishini taqozo etadi. Muallif yuqoridagi jabhalar, vaziyatlar va ularning shaxs individual va ijtimoiy tajribasida namoyon bo'lishini tushuntirish uchun ulargamos dispozitsiyalarni farqlaydi:

1) **Dispozitsiyalarning birinchi darajasi** shaxsdagi elementar, oddiy ustanovkalarni tushuntirib beradi. Bu D. Uznadze sxemasiga mos keladigan predmetli vaziyatlarda namoyonbo'ladigan oddiy qayd etiladigan ustanovkalardir;

2) **Dispozitsiyalarning ikkinchi darajasi** murakkabroq bo'lib, ular insonning bevosita kichik guruhlarda ro'y beradigan muloqoti, muomalasidan paydo bo'lgan ijtimoiy tajribasini tushuntiradi. Bu o'sha amerikaliklar ta'kidlagan attityuddir;

3) **Dispozitsiyalarning uchinchi darajasi** shaxs umumiy dunyoqarashi, qiziqishlari asosida hosil bo'ladigan ijtimoiy faolligini o'z ichiga oladi va uning professional yo'nalishi, ish faoliyati, dam olishi, bo'sh vaqtini qanday o'tkazishlarida ko'rinadigan asosli ustanovkalarida namoyon bo'ldai;

4) **Dispozitsiyalarning to'rtinchi yuqori darajasi** shaxsdagi mavjud qadriyatlar tizimi, turmush tarzi, yurti va Vatani taqdiriga, yurtdoshlaridagi qadriyatlar to'g'risidagi tasavvurlarga yaqin bo'lgan bilim, malaka va ko'nikmalari bo'lib, unda davrga, zamon va makonga aloqador tushunchalar aks etadi va ijtimoiy tajribaga asos bo'ladi.

Xulosa qilib aytganda taklif etilgan dispozitsiyalar nazariyasi shaxsning turli vaziyatlardagi munosabatlar tizimining muvofiqlashtirish va uning sabablarini tushuntirishga imkon beradi. Ijtimoiy psixologiyada shu kabi turli darajadagi ijtimoiy ustanovkalarni o'zgartirish muammosi muhim bo'lib, bu masala maxsus tadqiqotlar va tarbiya vositalarining ishlab chiqilishini taqozo etadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. X.X.Jabborov. Ijtimoiy va etnopsixologiya. Darslik. Toshkent – 2023. B.382.
2. E. G'oziyev. Sotsial psixologiya. O'quv qo'llanma. Toshkent – 2010. B.141.
3. V.M.Karimova. Ijtimoiy psixologiya. Darslik. Toshkent – 2012. B.172.

4. Жабборов Хазрат Хусенович. Психологические особенности идеологического влияния “массовой культуры” на человеческий разум. СОЦИАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ журнал для психологов. Основан в 2000 году в Ярославль. 2016 №2 (32). -С. 56-66.

GENDER PSIXOLOGIYASI VA UNING NAMOYON BO‘LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Qurbonova Shaxloxon Bahodirovna
Ma'mun Universiteti katta o'qituvchisi*

Gender farqlar psixologiyasi—bu psixologiyaning bir bir bo‘limi bo‘lib, turli xil insonlar o‘rtasidagi jinsiy tegishlilikni o‘rganishga qaratilgan. Gender psixologiya ilmiy bilimlarni asoslashda o‘z diqqatini psixologik xarakter, ijtimoiy roller va ularda erkak va ayol jinsi hulq-atvorining o‘ziga xos jihatlarini o‘rganadi. Jinsiy tafovutlar muammosining o‘rganilish tarixini 2 davrga bo‘lish mumkin: genderoldi va asl gender.

Genderoldi davr (G‘arbda 1980 yillargacha, Rossiyada-1990 yillar) jinsiy tafovutlar turlichaligi munozaralari bir-biriga alternative tarzda 2 ta paradigma: ijtimoiy-madaniy va ijtimoiy-biologik qarashlarga asoslandi[6].

Ijtimoiy-madaniy model bo‘yicha, jinsiy farqlanish aniq ijtimoiy rollarning o‘zlashtirilishi, madaniyat ko‘rinishi va ijtimoiylashuv yo‘nalish natijalariga asoslanadi. Ijtimoiy-madaniy faktorlar ana‘naviy ayol va erkak rollarini o‘rganishda kerakli shart-sharoitlarni ta‘minlaydi.

Ijtimoiy-biologik model doirasi jinsiy tafovutlarni-umumiy - 510 -alk iot jarayon bilan bog‘laydi, madaniyat faqat shakllantirish va tushuntirishda ishtirok etadi, deb hisoblaydi. Jinslar o‘rtasidagi anatomic-fiziologik turlar juda aniq bo‘lib, psixologik farqlar shartlidir, asosiysi biologic faktorlardir, deya baholashadi.

Keyingi davrda jinsiy farqlanishda psixologik omillar ta‘siri haqidagi qarashlar rivojlandi-jinsiylik ijtimoiy-madaniy - 510 -alk iot asosida talqin qilina boshlandi. Psixologlar - 510 -alk iot tarafdorlari sifatida jinsiy farqlar va ularning asosiy determinantlari ijtimoiy tur omillari ekanligini isbotlashga harakat qildilar. Ushbu nuqtai nazarni tasdiqlashda 2 ta tizim tadbiiq qilindi: birinchisi psixologik tadqiqotlar natijalari umumiy qabul qilingan jarayonlarni tahlil qilishga asoslansa, ikkinchisi, jinslar o‘rtasidagi psixologik farqlarni o‘rganishga qaratildi.

Gipotezaning ilmiy asoslari

Psixologlar tomonidan gender farqlarni o‘rganish XIX asrning oxirlarida boshlangan bo‘lib, 1970 yillarga qadar ularning - 510 -alk qismi erkak va ayollardagi munosabatda turli xil yondashuvlarni asoslashga urunishdi. Jinsiy farqlar sohasidagi aniq ifodalangan muammolardan biri bu miyani tashkil topishidagi jinsiy aloqa muammosi edi. Ba‘zi mualliflar jinsiy farqlarning mavjudligiga ishonishdi, ba‘zilari bu masalaga ehtiyotkorona yondashish kerakligini ta‘kidlashdi. Lekin aksariyat mualliflar, tadqiqot natijalariga ko‘ra, ayol miyasining funksional asimmetriyasi zo‘ravonlikka kamroq moyilligini ta‘kidlashdi. V.F.Konolov va N.A. Otmoxov tadqiqotlarida erkaklar va ayollarda o‘ng yarim sharning ixtisoslashuvi bir xil emasligini ko‘rsatishdi(1984). Springer,

Deych tadqiqotlariga ko'ra, miyaning funksional sohasiga ko'ra, erkak va ayollarda yarim sharlar o'rtasidagi vazifalarga ko'ra verbal va fazoviy funktsiyalarni taqsimlanishiga bog'liqligini ko'rsatdi (1983). Maccoby Jacklin ishlarida esa ayollar til bilish sohasida erkaklardan ustun ekanligi va erkaklar fazoviy muammolarni hal qilishda ayollardan ustun ekanligi dalillandi (1974).

Ko'pchilik tadqiqotchilar jinsiy tafovutlarni o'rganishda asosiy e'tiborni kognitiv sohadagi farqli jihatlarga qaratishdi, vazifalarni bajarishda og'zaki, raqamli yoki vizual-fazoviy holatlarda farqli jihatlarni asoslashga harakat qilishdi. Ushbu turdagi tadqiqotlar Makkobi va Djeklin monografiyasida o'z aksini topgan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, ayollarda og'zaki qobiliyatlar yaxshiroq rivojlangan bo'lsa, erkaklarda fazoviy va matematik qobiliyatlar rivojlanganligi dalillandi. Jinsiy farqlarga ko'ra, kognitiv sohada vaqt o'tishi bilan (20-30 yosh yakunlarida) ko'pchilik insonlarda silliqilanishga moyillik oshishi aniqlandi.

Bern tadqiqotlariga ko'ra, matematik qobiliyatlar, muammoni hal qilish qobiliyati erkaklar va ayollar o'rtasida ishonchli ijtimoiy farqlar mavjudligi belgilab o'tildi (2001):

- ayollarda o'zlarining matematik qobiliyatlariga ishonchlari komil emas va bu sohada muvaffaqiyatga erishishini unchalik kutishmaydi;

- qizlar matematikadagi yutuqlarni baholashda nomuvofiqlikdagi gender rolni qo'llab-quvvatlashishadi;

- ota-onalar va o'qituvchilar kamdan-kam hollarda qizlarga matematikani o'rganishni rag'batlantirishar ekan;

- maktabdan tashqarida esa qizlar hayotida matematik va muammolarni hal qilish bo'yicha ko'proq tajribaga egadir[4].

Shuningdek, erkaklar va ayollar kognitiv vazifalarni bajarishda turli xil strategiyalarni qo'llashlari aniqlandi. Masalan, ayollar mashina boshqarishda verbal sxemalarga murojaat qilsalar, erkaklar vizual sxemalarga murojaat qilishadi.

Empatiya darajasini o'rganish tadqiqotlarida esa quyidagi faktlar aniqlandi: erkaklar atrofdagilarga o'zlarini empatik tomonlarini ko'rsatishni hohlashmas ekan, chunki bu ularning gender roliga mos emas, deb baholasharkan. G'amxo'rlik va mehr ayollar gender rollarining muhim xususiyati hisoblanarkan.

Bern tadqiqot natijalariga ko'ra, erkaklar va ayollar teng emotsionallikka ega, ammo his-tuyg'ularni turli darajadagi intensivlik bilan ifodalashadi(2001).

Psixolog E.I.Rogov erkaklar va ayollar o'rtasidagi muloqotga ta'sir qiluvchi eng muhim omil ularning individual farqlari ekanligini ta'kidlaydi. Aytishimiz mumkinki, erkak va ayol o'z jinsini anglashida, tegishli javob va hatti-harakatlarni o'zlashtirishda ularga atrof-muhit ta'sirini baholash lozim. Chunki, bolalikda "yaxshi qiz bunday yo'l tutmaydi", yoki "haqiqiy erkak bunday qilmaydi" qabilida tarbiyalanadi.

Muammoning metodologik o'rganilishi. Ijtimoiylashuv jarayoni, bunda odam umumiy qabul qilingan me'yorlar bo'yicha o'ziga mos keladigan guruhdagi namunalarni tanlaydi va ularning xatti-harakatlariga taqlid qila boshlaydi. Smetan va Letourneau (1984) ma'lumotlariga ko'ra, gender doimiylik bolalarni o'z jinsiga mos keladigan xatti-harakatlarni o'rganish uchun ijtimoiy aloqalarni izlashga undaydi, deb ishonish uchun yaxshi asoslar mavjud. Bussey va Bandura (1992)

yosh bolalarning jinsiy roli xulq-atvori tashqi tomondan ijtimoiy bosim bilan boshqarilishini aniqladilar, ammo keyinchalik bola o'zining xulq-atvor standartlarini ishlab chiqadi[2]. Bu sodir bo'lgandan so'ng, bola o'ziga nisbatan qo'llaniladigan sanksiyalar yordamida xatti-harakatlarini nazorat qila boshlaydi. Ushbu xatti-harakatlar modeli gender o'zini o'zi boshqarishning ijtimoiy kognitiv nazariyasi bilan tavsiflanadi. Garchi bolalar ikkala jinsdan ham ma'lumot olsalarda, Makkobi va Jeklin tadqiqotlari shuni ko'rsatdiki, ular o'zlarining jinsiga mos keladigan xatti-harakatlar namunalarida qatnashadilar. Martin va Halverson (1981, 1983) va Perry, Bussey (1979)lar o'z tadqiqotlarida shuni aniqladilarki, bolalar erkaklar va ayollarning xatti-harakatlarida ma'lum harakatlar qanchalik tez-tez sodir bo'lishini kuzatadilar va keyin bu bilimlardan o'zlarining xatti-harakatlarini shakllantirish uchun foydalanadilar. Agar bola bu modelni gender rolida xulq-atvorini to'g'ri aks ettiradi deb hisoblasa, bola kattalarning xatti-harakatlariga taqlid qilish ehtimoli ko'proq bo'larkan[2]. Shuning uchun gender rolidan tashqariga chiqadigan narsalarni ko'rsatadigan ota-onalar farzandlari stereotipli xulq-atvor sifatida gender rollariga xos bo'lgan xatti-harakatlar modellarini qabul qilishi mumkin, ya'ni boshqalarni kuzatib, ular ota-onalarning xatti-harakatlari g'ayrioddiy, shuning uchun ular unga taqlid qilib bo'lmaydi, degan xulosaga kelisharkan. Natijalarga asoslangan holda aytish mumkinki, ota-onalar bola uchun yagona ijtimoiylashtiruvchi shaxslar emas, balki uning yagona namunasi ham emas. Shuni ta'kidlash mumkinki, gender rolining sotsializatsiyasi inson hayoti davomidagi jarayon bo'lib, u o'zgaruvchan sharoitlarni va yangi tajribalarni aks ettiradi. Hayot davomida jinsni yaratish uchun material ma'lum bir madaniyatda erkaklik va ayollik bilan bog'liq bo'lgan butun tizimdir (Lott va Maluso, 1993).

Bizning madaniy ma'lumotlarimiz ko'p yillar davomida har bir insonga erkaklar va ayollar turli xil mavjudotlar ekanligi va shunday bo'lib qolishi lozimligi haqidagi xabar tarzida sindirilgan. Shuni ham ta'kidlash mumkinki, ijtimoiy ma'lumotlarning yordamisiz atrofimizdagi dunyoni idrok qilish va unda mavjudlikni his qilish muammosi ham mavjud. Ba'zida aytib o'tilgan ma'lumotlar bizga bevosita boshqalardan keladi, ammo madaniy jihatdan buning uchun maxsus vositalar mavjudligini e'tirof qilish mumkin.

Erkaklar va ayollarning psixologik tipi haqidagi g'oyalar, afsonalar va dinlar, ertaklar va yozma adabiyotlarga singib ketgan. Qahramonlar va malikalar, haqiqiy yoki xayoliy obrazlar bir qator stereotiplarni o'z ichiga oladi, bu ularni erkak yoki ayol xususiyatlarini potentsial etkazib beruvchiga aylantirishi Williams va Best ishlarida o'z aksini topgan (1990).

O'rganilayotgan ma'lumotlarni kontent-analiz usulida aniqlagan Burlachuk L.F., Morozov S.Mlar fikricha, (Sankt-Peterburg: Peter, 1999) televideniyaedagi reklama roliklarining tahlili shuni ko'rsatdiki, ular ijodkorlari erkaklar va ayollarni tasvirlash bilan birga gender stereotiplardan ham keng foydalanadilar. Shunga o'xshash tadqiqotlarda, Bretl va Cantor (1988)lar hamda Lovdal (1989) kuzatishlariga ko'ra, reklamadagi ta'sirli ovoz har doim erkakka tegishli ekanligi aniqlangan va ayollar ishtirokidagi reklama roliklarining aksariyati uy-ro'zg'or buyumlari bilan bog'liq bo'lgan. Aytishimiz mumkinki, reklamalardagi jinsga

nisbatan ifodalanish ham gender his qilishni va rollarning qay darajada ifodalanishiga ta'sir ko'rsatadi, deya baholashga asos bo'ladi.

Chet el televideniylarida "Qanday qilib insonlar sizni sevib qolishi mumkin" mavzusidagi trening mashg'ulotlari uchun tayyorlangan reklama roliklari, erkaklar uchun darslar diapazoni ayollarnikiga qaraganda uch baravar kengroq ekanligi kuzatilgan. Tadqiqotchi Brett va Kantorning hisob-kitoblariga ko'ra, o'rtacha amerikaliklar haftasiga 714 ta reklama ko'risharkan. Ayni reklamadagi stereotik qarashlar yoki roller ular psixikasiga ta'sir o'tkazishi tahlil qilingan. Strate o'z tadqiqotlarida, (1992) pivo reklamasini har tomonlama tahlil qilib, bunday reklamalar haqiqiy erkak bo'lish uchun aynan nima qilish kerakligini (shu jumladan pivo ichishni) ko'rsatib, erkaklikning an'anaviy tasvirlaridan foydalanadi, degan xulosaga kelgan[3].

Tadqiqotlar televideniyaedagi gender tasvirlar o'zgarishlari haqida nima deydi? Atkin va uning hamkasblari (1991) fikrcha, ommaviy axborot vositalarida qaysi mavzuga ko'proq ahamiyat qaratilsa, shu jihatni namoyon bo'lishi kuzatilarkan. Xulosalarga ko'ra, 1980-yillarda genderlikka e'tibor qaratish teleboshlovchilar orasida ayollar soni ortishiga sabab bo'lgan. Qolaversa, stereotiplardan chetga chiqqan ayollar haqidagi ko'rsatuvlarning ko'pchiligi aynan ayollar tomonidan tayyorlanganini ta'kidlaydilar[1].

Tadqiqotchi Mur (1992) o'z ishlarida e'firdagi eng mashhur dasturlarda oilalar qanday tasvirlanganligi tahlilini o'tkazgan. Uning ma'lumotlariga ko'ra, 1950 yilda namoyish qilingan barcha oilalarda ularning atigi 3 foizi ishlaydigan onalar edi; 1980 yilga kelib bu ko'rsatkich 30% ga ko'tarilgan. 1950 yildan 1990 yilgacha oilaviy teleko'rsatuvlarni tahlil qilgan Mur erkak rolidagi haqiqiy o'zgarishlar televizor tomonidan haddan tashqari bo'rttirilgan degan xulosaga keldi, bu yolg'iz otalar mavzusining ko'payishiga va oilaviy mas'uliyatni ishdan ustun qo'yadigan erkaklarni shakllantirgan, degan xulosaga kelgan.

Tadqiqotchi Kimball (1986) ma'lumotlariga ko'ra, televizor ko'rayotgan bolalar ko'rmaydigan tengdoshlariga qaraganda ancha ko'proq gender me'yoriy munosabatda bo'lishini aniqlagan. Bir qator boshqa tadqiqotlarchilar Cobb (1982) Mc Ghee va Frueh (1980), Sleeves (1987)lar ommaviy axborot vositalarida gender stereotiplar bilan to'yingan mavzular ta'siri va stereotipik in'ikoslarning paydo bo'lishi, munosabat va xulq-atvor shakllari o'rtasida ijobiy bog'liqlik borligini aniqladilar. Boshqacha qilib aytganda, stereotipik munosabatda bo'lgan odamlar bir xil gender stereotiplarini targ'ib qiluvchi dasturlarni afzal ko'rishlari mumkin. Biroq, ota-onasi bunday dasturlarni ko'rishga ruxsat bergan bolalarga televizor ta'siridan emas, - 513 -alk iota-onalarning munosabati tufayli ularni ko'rishga ruxsat bermaydigan bolalarga qaraganda gender stereotiplar ko'proq ta'sir qilishi mumkinligini baholashgan (tadqiqotchilar buni baholashda uchinchi o'zgaruvchan muammo deb atashadi).

Xulosa

Tadqiqotlar erkaklar va ayollar o'rtasida ko'pgina belgilar bo'yicha sezilarli farqlar mavjudligini aniqlamasada, biz ular bir-biridan juda farq qilishiga ishonamiz. Bu qisman ayollar va erkaklar turli xil ijtimoiy rollarni egallashlari va natijada ular o'rtasida bu rollarni oqlaydigan farqlar mavjudligi haqida fikrlashga

sabab bo'lishi mumkin. Bizning jamiyatimizdagi insonlar tomonidan ham erkaklar va ayollar bir-biridan farq qilishlari va bir-biridan farq qilishi kerakligini haqida fikrlar bildiradilar. Bundan tashqari, hamma narsani toifalarga bo'lish va bu bo'linishlarga amal qilish kabi tug'ma kognitiv odatimiz ham gender farqlarni katta va dolzarb ekanligi haqidagi g'oyani davom ettirishga yordam beradi. Biz jinslar o'rtasidagi chegaralarni chizishga ko'proq moyil bo'lar ekanmiz va shu asosda o'zligimizni qisman jinsimiz asosida anglashni boshlaymiz. Bu esa qay darajada yaxshiyu, qay darajada salbiy ta'sir qiladi, bevosita shaxsning o'z pozitsiyasiga xosdir. Genderning ijtimoiy psixologiyasi bizning e'tiborimizni vaziyat va ijtimoiy kuchlarga qaratadi va shu orqali bizga gender tengligiga qanday erishish mumkinligi haqida ko'rsatma beradi. Aytishimiz mumkinki, gender rollar va stereotiplardagi o'zgarishlar uchun birgalikda sa'y-harakatlar qilinmasa, noaniqlik yuzaga keladi. Bu sa'y-harakatlar odatda ayollar tomonidan ko'proq ifodalanadi, agar an'anaviy rollar insonlar tomonidan qabul qilinmasa, zamonaviy jamiyat uchun mos emas, deb topiladigan bo'lsa, nafaqat ayollar, balki erkaklar ham bu boradagi o'zgarishlarni qabul qilishi yoki anglashi o'zgarishlarni tezroq sodir bo'lishiga zamin yaratar ekan.

FOYDALANILGAN ADABIYOLAR RO'YXATI

1. Atkin, O. J., Moorman, J., & Linn, C. A. (1991). Ready for prime-time: Network series devoted to working women in the 1980's. *Sex Roles*, 25, 677-685.
2. Bussey, K., & Bandura, A. (1992). Self-regulatory mechanisms governing gender development. *Child Development*, 63, 1236-1250.
3. Bretl, D. J., & Cantor, J. (1988). The portrayal of men and women in U. S. television commercials: A recent content analysis and trends over 15 years. *Sex Roles*, 18, 595-609.
4. Берн Ш. Гендерная психология/ Ш.Берн.-СПб., 2001
5. Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины/ Е.П.Ильиню-СПб., 2002
6. Котлярова Э.В. Гендерная психология: метод, рекомендации к курсу лекций/ -Могилев: МГУ им. А.А.Кушелова, 2007
7. Клецина, И.С. Психология гендерных отношений/ И.С.Клецина.-СПб., 2004

SHAXSLARARO MUNOSABATLARDA IMPERATIV MULOQOTNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK ASOSLARI

*Axmedova Latofat Kadirkulovna-
Aniq va Ijtimoiy fanlar Universiteti
Psixologiya 2-bosqich magistranti*

Muloqot - odamlarning birgalikdagi faoliyatlari ehtiyojlaridan kelib chiqadigan, turli faolliklari mobaynida bir-birlari bilan o'zaro munosabatlarga

kirishish jarayonidir. Ya'ni, har bir shaxsning jamiyatda bajaradigan faoliyatlari (mehnat, o'qish, o'yin, ijod qilish va boshqalar) o'zaro munosabat va o'zaro ta'sir shakllarini o'z ichiga oladi. Chunki har qanday ish odamlari bir-birlari bilan til topishish, bir-birlariga turli xil ma'lumotlarni uzatish, fikrlar almashinuvi kabi murakkab hamkorlikni talab qiladi. Shuning uchun ham har bir shaxsning jamiyatda tutgan o'rni, ishlarining muvaffaqiyati, obro'si uning muloqotga kirisha olish qobiliyati bilan bevosita bog'liqdir. Bir qarashda osongina tuyulgan shaxslararo muloqot aslida juda murakkab jarayon bo'lib, unga odam hayoti mobaynida o'rganib boradi. Biz hozir aytmoqchi bo'lganimiz, anashu muloqotning imperative shakli sanaladi. Imperativ muloqotda adolat va barqarorlik kabi qiymatlar o'rtasida o'zaro munosabatlar shakllanadi. Bu muloqot shakli odamlar o'rtasida adolat va barqaror munosabatlar, imperativ so'zlarni o'z ichiga olgan holda muloqotda bo'lishga olib keladi. Bu singari imperativ muloqotlar, boshqa insonlarga adolatli va barqaror munosabatlarni ta'minlashda katta rolini o'ynaydi. Muloqotning bu kabi shakllarini oydinlashtirishda bir nechta istilohlarga bevosita murojaat qilamiz. Shulardan biri makiavellizmdir. Ayni kunda «makiavellizm» tushunchasi turli ijtimoiy fanlarda tez-tez ishlatiladi. Makkiavelizm ilmiy kategoriya sifatida chet el psixologik tadqiqotlarida keng tarqalgan, ammo bizning psixologiyada amaliy jihatdan umuman qo'llanmaydi.

Makiavilizmni psixologik tushuncha sifatida tadqiq qilish, mazkur mavzu bo'yicha o'zbek psixologlari ishlarining yetarli emasligi bois, qiziqish uyg'otadi. Bu borada makiavellizmga bag'ishlangan bir qator izlanishlarni kuzatishimiz mumkin. Jumladan Leongardning qarashlariga ko'ra makiavellizmning: yaqqol namoyon bo'lgan aktsentuatsiyalar bilan (Leongardning xarakter aktsentuatsiyalarini aniqlash metodikasi bo'yicha); xulq-atvor turlari (T.Lirining shaxslararo munosabatlarni aniqlash metodikasi bo'yicha); o'zimiz uchun muhim hodisalar ustidan nazoratning eksternal/internal turlari bilan (J.Rotterning sub'ektiv nazorat darajasini aniqlash metodikasi bo'yicha); sinaluvchining qadriyatlar orientatsiyasi bilan (Rokichning «Qadriyatlar orientatsiyasi» metodikasi bo'yicha) aloqalari yuqori/quyi darajasini aniqlashga uringan kichik tadqiqotlarida yuqoridagi singari bir qator belgilarini ochiqdagan. Tadqiqot 19 dan 30 yoshgacha bo'lgan o'n nafar ishtirokchida o'tkazilgan. Barcha ishtirokchilar oliy (ijtimoiy yoik texnik) ma'lumotga ega (yoki ta'lim olish jarayonida). So'rovnomalar qayta ishlangandan so'ng olingan ma'lumotlar ishning nazariy qismida olingan natijalarga solishtirishga harakat qilindi. Natijada, makiavellizm boshqa kishiga shaxsiy manfaat yo'lida qurbon qilish mumkin bo'lgan vosita sifatidagi munosabatni anglatuvchi tushunchalardan biri sanaladi deb qaraldi.

Tarixiy jihatdan esa makiavellizm kelib chiqishi italiyalik alloma va davlat arbobi florentsiyalik Nikolo di Bernardo Makiaveli (1469-1527) ta'limoti bilan bog'liq, ammo aynan mazkur ta'limotga mos kelmaydi. Makiavellining boy, yorqin, shu bilan birga yetarli tizimlashmagan ta'limotida so'nggi to'rt yarim asr davomida teskari talqin qilib kelingan jihatlar borligi ma'lum bo'ldi.

Tarixan «makiavellizm» atamasidan avval frantsuz siyosiy yozuvchisi N. Frumento 1581 yili «Finanslar» asarida, keyin esa 1589 yili Angliyada T.Nesh o'z falsafiy asarlaridan birida qo'llagan «makiavelist» atamasi paydo bo'lgan. 17-asrda

«makiavellizm» atamasini qoʻllay boshlaganlar, italiyalik sotsialist-utopist T.Kampanella esa «Antimakiavellizm» deb nomlangan asar bitdi.

«Makiavellizm» tushunchasining mazmuni florentsiyalik yozuvchining alohida asarlarida qoʻllangan tushunchalar, keyinchalar koʻplab boshqa allomalarning ularga bergan taʼrifi asosida shakllandi va shaklan oʻzgardi. Bu maʼnoda uning Lorentso dei Medichiga bagʻishlangan «Hukmdor» asari juda qiziqarli. Asarda, Makiavelli oʻz oʻrnini uzoq va muvaffaqiyatli saqlab qolish istagida boʻlgan hukmdor maslahatchisi sifatida namoyon boʻlib, oliy maqsadlar yoʻlidagi hokimiyat uchun kurashda axloq qoidalarini buzish va istalgan, hatto shafqatsiz, munofiqona usullardan foydalanish mumkinligini bildiradi. «Barcha qurollangan paygʻambarlar gʻalabaga erishgan, hamma qurolsizlar halok boʻlishdi», – deb yozadi Makiavelli. Florentsiyalik alloma haqida gapirganda, unga nisbat beriladigan qarashlar oʻz hayotiga ega boʻldi va «makiavellizm», «antimakiavellizm» singari afsonaviy tarmoqlar bilan oʻsdi.

Shunday qilib, makiavellizmda siyosiy qarashlar mujassami sifatida quyidagi gʻoyalarni farqlash mumkin: Jamiyat hayoti dinamikasi va xususiyatiga aniqlik kirituvchi sifatida taʼsir etuvchi inson tabiatining muntazamligi va nomukammalligi haqidagi qarash; Davlat oʻz qiziqishlari bilan maqsad ekanligi haqidagi fikr; Siyosatda qudrat omilining hal qiluvchi ahamiyatini taʼkidlash; Siyosat va axloqning alohidaligi toʻgʻrisidagi qarash. Psixologik jihatdan esa bu tushuncha alohida odamga nisbatan qoʻllanganganda, makiavellizm shaxslararo munosabatlarda umumiy xulq-atvor strategiyasi, oʻz manfaati yoʻlida boshqalarni manipulyatsiya qilishga moyillikni anglatadi deya baholandi.

Pol Ekman “yolgʻon psixologiyasi” kitobida yolgʻonga shunday taʼrif bergan «Yolgʻon bu bir inson ikkinchi bir insonni bilib turib aldashi, oʻz maqsadi yoʻlida aldash haqida hech qanday iltimossiz oldindan ogoh qilmasdan va aldanayotgan tomondan rost aytish bilan bogʻliq boʻlgan taklifdir. Yolgʻonni ikkta eng asosiy shakli mavjud: indamaslik, haqiqatni berkitish va notoʻgʻri gapirish, yolgʻon axborotni yetkazish. Yolgʻonni yana bir boshqa koʻrinishari bor: hissiyotni haqiqiy sababini yashirish, rostni yolgʻon sifatida yetkazish, axborotni sizib chiqishi. Yolgʻon gapirgan odam oʻzi bilmagan holda axborotni berib qoʻyadi va yolgʻon mavjudligi haqida axborot, yolgʻonning xulq - atvori u yolgʻon gapirishidan dalolat beradi. Tayyor boʻlmaslik yoki tanlangan yoʻldan bora olmaslik xulqida, yolgʻon alomatlarini boʻlib, ular yolgʻonning qanday gapirishiga bogʻliq boʻladi. Har bir soʻzni oʻylab gapirish imkoniyatlarini oʻlchash va soʻzlarni ehtiyotkorlik bilan tanlash, pauzalarda, tinish belgilarida yana ham nozik belgilarida, mos holda qosh va qovoqlarni zoʻriqish holatlarida, qoʻl harakatlarida namoyon boʻladi. Soʻzlarning tanlab ishlatishi doim ham yolgʻon ishlatishdan dalolat bermaydi, ammo baʼzi bir holatlarda shunday boʻladi. Unda koʻp holatlar yashirin yoki qalbakilashtirish qiyin boʻlgan hissiyotlarni namoyon qilishda qoʻl keladi. Turli xil hissiyotlar yolgʻonga yoʻldosh boʻlishi mumkin, ammo koʻpgina yolgʻon bilan firibgarlar yoki uchtasi faranglar tirmashib ketadi: fosh etilishidan qoʻrqish, yolgʻon gapirishidan oʻzini aybdor xis qilishi, va yolgʻon gapirishda muvaffaqiyatga erishganda zavqlanishda quyidagilar aloxida eʼtiborga sazovordir.

Fosh etilishdan qoʻrqish hissi, quyidagi vaziyatlar juda kuchli boʻladi;

1. Agar aldanayotgan odam uni aldash qiyin deb aytishsa ; 2. Agar “o‘lja” bir nimadan shubhalansa; 3. Yolg‘onchining yolg‘on ishlatishda tajribasi bo‘lmasa; 4. Yolg‘onligi fosh etilishidan qo‘rqishga moyilligi; 5. Juda yuqori darajadagi yo‘qotish bilan bog‘liq harakatlar; 6. Mukofot va jazo bir kelganda: yoki ulardan bittasi bo‘lsa jazolanishdan qochish uchun bo‘ladi; 7. Yolg‘on o‘lja uchun mutlaqo manfaatsizligi; 8. Vijdon azobi quyidagi holatlarda kuchayadi; * O‘ljani uning xoxishiga qarshi aldashayotganda; * Yolg‘on juda xudbin xarakterga egadir: o‘lja yolg‘onda hech qanday manfaatga ega bo‘lmaydi balki yolg‘onchi egalik qilgandan ko‘ra ko‘proq yoqadi. * Yolg‘onga ruxsat berilmagan va vaziyat rostgo‘ylikni taqozo etadi * Yolg‘onchi uzoq vaqt yolg‘on gap ishlatmaganda; * Yolg‘onchi va aldanayotgan bir xil ijtimoiy qadriyatlarni qadrlaydilar; * Yolg‘onchi shaxsan aldanayotgan bilan tanish bo‘lganda; * Aldanayotgan qandaydir salbiy sifatlarda ortiqcha ishonganlikda ayblash qiyin bo‘lganda; * Aldanayotgan odam yolg‘on borligiga shubha qilishga sabab bo‘lganda yoki yolg‘onchi o‘z yolg‘onini gapirishni istamaganda; **Yolg‘ondan zavq olish kuchayadi qachonki...**

- Aldanayotgan odam uni aldash qiyin deb bilsa;
- Yolg‘onni o‘zi chaqiruv deb bilsa;
- Yolg‘onni mahoratini tushungan va qadrlaydigan tomashabinlar bo‘lsa;

Yolg‘onning belgilarini o‘zi mavjud emasdir, faqatgina o‘ylamay gapirilgan so‘zlar yoki boshdan kechirilayotgan xissiyotlar aytilayotgan so‘zlarga mos emasligini yolg‘on belgilari deb aytish mumkin. Aynan shu belgilar axborotni tarqalishiga sabab bo‘ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Madumarov Talatbek Tolibjonovich, & Gulomjonov Odiljon Rahimjon o‘g‘li. (2021). PREREQUISITES FOR THE DEVELOPMENT OF A LEASING MECHANISM IN PUBLIC - PRIVATE PARTNERSHIP. International Engineering Journal For Research & Development, 6(SP),5. <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/7MXR3>

2. Abdullayev Akmal Nasriddinovich (2020). THE FEATURES OF APPEARING FAMILY IN MODERN SOCIETY. European science review, (3-4), 69-72.

3. G‘oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.

4. G‘oziev E.G. Muomala psixologiyasi. T-2001.

5. Vedenskaya L.V, Pavlova L.A. Delovaya retorika: uchebnoe posobie dlya vuzov.- M.:IKS “MarT”, 2004-512 b.

6. Nemov R.S. Prakticheskaya Psixologiya Poznanie sebya: Vliyanie na lyudey: Posobie dlya uch-sya-M:Gumanit. Izd.Sentr VLADOS, 2003, - 320 b

7. Pol Ekman “Yolg‘on psixologiyasi”.

MILLIY GVARDIYA XODIMLARINING JAMOATCHILIK BILAN ISHLASH JARAYONINI TASHKIL ETISHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI

Bobirov Davron Bobir o`g`li
Qarshi davlat universiteti
Psixologiya kafedrası magistranti

Bugungi kunda rivojlanayotgan har bir davlat borki ijtimoiy muhit, davlat hamda jamiyat, aholi yashash tarzi va ko`plab sohalarda aholi tinchligi va osoyishtaligi birinchi masala bo`lib xizmat qiladi, xususan milliy gvardiya xodimlari psixologik ish psixologik texnologiyalardan foydalanish asosida huquqni muhofaza qilish faoliyati samaradorligini oshirishga, shaxs va xizmat jamoasining psixologik salohiyatini safarbar etishga, sharoitlarni optimallashtirishga qaratilgan tashkiliy va psixoamaliy chora-tadbirlar tizimi sifatida jamoatchilik bilan faoliyat yuritar ekan shaxsiy rivojlanish, kasbiy faoliyat, tashkiliy va boshqaruv jarayonlari uchun bir qancha psixologik bilim va amaliy ko`nikmalar majuiga ega bolishi kerak. Jamoatchilik bilan faoliyat yuritish doirasida jamiyatning turli bo`g`inlarida ishlovchi fuqarolarning osoyishtaligi va xavfsizligi uchun o`z funksiyalarini bajaruvchi ushbu xodimlarning asosiy vazifasi ham ayni masalalardan iborat bo`lib hisoblanadi.

Huquqni muhofaza qiluvchi organ vakillari vaholanki gvardiya xodimlarining ish uslubini tashkil etishda quyidagi nazariy psixologik yondashuvlarga tayanishini ko`rib chiqish lozim bo`ladi:

- Nazariy va uslubiy tamoyillar umumiy, ijtimoiy, huquqiy fundamental qoidalarga asoslanadi,

- psixologiya, mehnat psixologiyasi, shuningdek, mazkur bo'limidagi psixologik ish bo'linmalari faoliyatini tartibga soluvchi me'yoriy hujjatlar va hokazo.

Psixologik mehnat faoliyatini rejalashtirish va amalga oshirish psixologiyaning asosiy metodologik tamoyillari: determinizm, ongning faolligi, tashqi ta'sirlar va rivojlanishning ichki sharoitlarining birligi, psixika va faoliyatning birligi, tizimlilik va rivojlanishga asoslanadi. Psixologik ishning umumiy ilmiy metodologiyasi rivojlanishda nazariya va amaliyot o'rtasidagi munosabatlar haqidagi dialektik g'oyalar bilan belgilanadi; inson ongi, psixikasi va xulq-atvorining rivojlanish qonuniyatlari haqidagi zamonaviy ilmiy g'oyalar. Psixologik ishning o'ziga xos ilmiy metodologiyasi – ilmiy asoslilik, izchillik, uzluksizlik, operativlik o'z ichiga oladi. Bu bilimlarni amalda joriy etish esa xodimlarning jamoatchilik bilan birga faoliyatini yo`lga qo`yishdagi muhim dastur bo`lib ximat qilishi bejiz emas, masalan xodimlar asosan jamoatchilik shahar, xizmat ko`rsatish, dam olish va boshqa obyektlarda xavfsizlikni ta`minlash bir qatorda aholi bilan ham bevosita muloqotda bo`lishadi bunda yetarlicha psixologik bilimga ega bo`lgan xodim mavjud vaziyatni to`g`ri idrok qilgan holatda ma`lum bir darajada oqilona qaror chiqarishi buning kaliti hisoblanadi.

Xodimlarning mehnat faoliyatini psixologik jihatdan rejalashtirish va amalga oshirish psixologiyaning asosiy metodologik tamoyillari: determinizm,

ongning faolligi, tashqi ta'sirlar va rivojlanishning ichki sharoitlarining birligi, psixika va faoliyatning birligi, tizimlilik va rivojlanishga asoslanadi va bu borada xodim quyidagi psixologik omillarga tayangan holda faoliyatini tashkil etishi muhim sanaladi.

Psixologik profilaktika - bu noto'g'ri moslashish hodisalari, salbiy psixo-emotsional holatlar, xodimlarning stressdan keyingi reaksiyalari, o'z joniga qasd qilish xatti-harakatlari, "emotsional charchash", kasbiy shaxs deformatsiyasi va xodimlarning xatti harakatlarining og'ishining oldini olish. Psixologik profilaktikani amalga oshirish shakllaridan biri axloqiy-psixologik tayyorgarlikdir. U normativ-huquqiy hujjatlarida belgilangan tartibda tashkil etiladi va o'tkaziladi, organlarda (muassasalarda) ma'naviy va psixologik yordamning asosiy shakli bo'lib, xodimlarni o'qitishning mustaqil turi hisoblanadi. Psixologik ta'lim - xodimlarda psixologik bilimlarga bo'lgan ehtiyojni va undan kasbiy rivojlanish manfaatlarida foydalanish istagini rivojlantirish; xizmat ko'rsatishning har bir bosqichida ularning to'liq shaxsiy rivojlanishi uchun sharoit yaratish kabilar. Psixologik ta'sir ko'rsatish- bu bir shaxsning boshqa shaxs (guruh) psixikasiga ta'siri bo'lib, u o'zboshimchalik bilan ma'lum bir motivdan kelib chiqadi va qarashlarni, fikrlarni, munosabatlarni, munosabatlarni va boshqa psixologik hodisalarni o'zgartirish va mustahkamlash maqsadini ko'zlaydi. Ta'sir ikki munosabatlar tizimida amalga oshirilishi mumkin: sub'ekt-ob'ekt va sub'ekt-sub'ekt

Psixologik maslahat - bu xodimning o'zaro munosabatlarning maxsus turi bo'lib, unda mijozlarga mavjud kasbiy va shaxsiy muammolarini yoki psixologik xarakterdagi qiyinchiliklarni hal qilish uchun maxsus suhbat shaklida professional psixologik yordam ko'rsatiladi. Shu bilan birga, mijozlarni maslahat jarayoniga jalb qilish (faoliyati) uni amalga oshirishning ajralmas sharti hisoblanadi.

Psixologik tuzatish - bu xodimning har tomonlama rivojlanishi va faoliyatini ta'minlash uchun muayyan psixologik tuzilmalarga qaratilgan psixologik ta'siridan biri. Ijtimoiy-psixologik tayyorgarlik - bu faol ijtimoiy-psixologik tayyorgarlik usullari majmui bo'lib, uning davomida shaxsga transformativ ta'sir ko'rsatadi. Treningning asosiy tizim tashkil etuvchi komponenti - bu guruhning maxsus usullar orqali xodimning shaxsiyatiga psixologik ta'siri.

Psixologik diagnostika - bu zarur kasbiy vakolatlarning shakllanish darajasini aniqlash, shuningdek deviant, buzg'unchi xatti-harakatlar va salbiy xatti-harakatlarni o'z vaqtida aniqlash maqsadida rasmiy faoliyatning butun davri davomida xodimlarning shaxsiyatini chuqur ijtimoiy-psixologik o'rganish. psixo-emotsional holatlar. Psixologik diagnostika xodimlarni psixologik tanlash, tanlash va joylashtirishning bir qismi sifatida, shuningdek xodimlarning rasmiy faoliyatini qo'llab-quvvatlash jarayonida amalga oshiriladi.

Xodimlarning xizmatga professional psixologik tanlash ko'rsatilgan fuqaroning shaxsiy va ishbilarmonlik fazilatlaridan kelib chiqib, xodimning xizmat vazifalarini bajarish qobiliyatini aniqlash, shuningdek, xavf-xatarni aniqlash uchun amalga oshiriladi. deviant (ijtimoiy xavfli) xatti-harakatlar omillari. Psixologik tanlash jarayonida nomzodlarning kasbiy psixologik muvofiqligi toifalari aniqlanadi. Kategoriyalarni aniqlash mezoni xodimning xizmat

vazifalarini bajarish uchun zarur bo'lgan nomzodlarning shaxsiy va ishbilarmonlik fazilatlarini rivojlantirish darajasidan kelib chiqadi.

Psixologik xizmat - xodimlarga xizmat vazifalarini o'zlashtirish, ularni kerakli darajada bajarish, xizmat shartlariga ko'nikish va xizmatni muvaffaqiyatli yakunlashda psixologik qiyinchiliklarni mustaqil ravishda engib o'tishga yordam berishda ifodalangan amaliy faoliyat turi. Psixologik yordamni amalga oshirish shakllari har xil bo'lishi mumkin: psixologik yordam (ichki safarbarlikni rag'batlantirish); psixologik orientatsiya (psixologik ongini yaxshilash); psixologik yordam (to'g'ridan-to'g'ri qiyinchiliklarni bartaraf etishda psixologni jalb qilish) va boshqalar.

Gvardiya xodimlarining faoliyati ko'pincha xavf va xavf bilan bog'liq bo'lib, ekstremal sharoitlarda sodir bo'ladi, shuning uchun ham maxsus sharoitlarda tezkor topshiriqlarni bajarish uchun boshqa hududga jo'natilgan xodimlarga hamrohlik qilish va topshiriqlarni bajargandan so'ng xodimlarni psixologik reabilitatsiya qilish kerak. maxsus sharoitlarda, shuningdek, xodimlarning o'limi yoki qurol ishlatish bilan bog'liq hollarda. Xulosa qilib aytgan xodimlarning faoliyatini to'g'ri tashkil etish yuqoridagi omillar muhim ahamiyatga ega hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Shermatov F.T., Beknazarov A.A., "Ekstremal vaziyatlarda insonda stress holatlarining vujudga kelishi, ularni bartaraf etish yo'llari va usullari". // Monografiya. Hamburg (Gyermany). Lambyert Academic Publishing,
2. Psixoterapevtik entsiklopediya / ed. B. D. Karvasarskiy. Sankt-Peterburg, 2000. S. 607
3. Shermatov F.T., Beknazarov A.A., "Ekstremal vaziyatlarda insonda stress holatlarining vujudga kelishi, ularni bartaraf etish yo'llari va usullari". // Monografiya. Hamburg (Gyermany). Lambyert Academic Publishing,
4. Nishonova Z.T. Psixologik xizmat. - T. Fan va texnologiyalar markazi. 2006
5. Z.T. Nishanova, Sh.T. Alimbaeva. M.V. Sulaymonov Psixologik xizmat. 2014

GURUHIY ISHLASH METODLARINING MOHIYATI

Toshpulatova Sevinch

O'zbekiston Milliy universiteti Jizzax filiali talabasi

Guruh ishi - bu turli ko'nikmalar, bilim va kuchli tomonlarga ega bo'lgan shaxslar vazifa yoki loyihani amalga oshirish uchun birlashadigan hamkorlikdagi yondashuv. Bu ta'lim, kasbiy va ijtimoiy muhitda keng tarqalgan amaliyotdir, chunki u umumiy maqsadga erishish uchun turli iste'dodlar va g'oyalarni birlashtirishga imkon beradi. Guruh ishi bir qator afzalliklarni taqdim etadi, jumladan, a'zolar bir-biridan o'rganish, jamoada ishlash va muloqot qilish ko'nikmalarini rivojlantirish, muammolarni hal qilish va innovatsiyalar uchun jamoaviy aqldan foydalanish.

Samarali guruh ishi aniq muloqot, o'zaro hurmat va hamkorlikda rejalarni ishlab chiqish va amalga oshirish qobiliyatini talab qiladi. Guruh a'zolari o'z

rollarini tushunishlari, faol hissa qo'shishlari va fikr-mulohazalar va turli nuqtai nazarlarga ochiq qolishlari muhimdir. Bundan tashqari, aniq maqsadlar va muddatlarni belgilash va samarali loyihalarni boshqarish usullarini qo'llash guruh ishining samaradorligi va muvaffaqiyatini oshirishi mumkin.

Shuni ta'kidlash kerakki, ushbu bosqichlar umumiy asosni ta'minlasa-da, guruh ishining rivojlanishi har doim ham chiziqli emas va jamoalar a'zolikdagi o'zgarishlar, vazifaning murakkabligi yoki tashqi ishlar kabi turli omillarga asoslanib, bosqichlar o'rtasida oldinga va orqaga harakat qilishlari mumkin. Har bir bosqich o'z muammolari va imkoniyatlarini taqdim etadi va samarali yetakchilik va muloqot guruhni ushbu bosqichlardan muvaffaqiyatli hamkorlikka yo'naltirish uchun juda muhimdir.

Biroq, guruhlarda ishlash jarayonida fikrlardagi farqlar, tengsiz ishtirok etish va nizolar kabi qiyinchiliklar paydo bo'lishi mumkin. Ushbu muammolarni boshqarish faol yordam berish, nizolarni hal qilish va barcha a'zolar uchun inklyuziv va qo'llab-quvvatlovchi muhitni rag'batlantirishni o'z ichiga oladi.

Guruh faoliyatida guruh dinamikasi muhim o'rin tutadi. Guruh dinamikasi bir guruh shaxslar doirasida sodir bo'ladigan ijtimoiy jarayonlar va o'zaro ta'sirlar tushuniladi. U guruhdagi odamlarning bir-biri bilan munosabatda bo'lish, muloqot qilish, qaror qabul qilish va bir-birlarining xatti-harakatlariga ta'sir qilish usullarini o'z ichiga oladi. Guruh dinamikasini tushunish turli kontekstlarda, jumladan, ishchi guruhlarda, ijtimoiy klublarda, ta'lim muassasalarida va jamoat tashkilotlarida muhim ahamiyatga ega. Guruh dinamikasini samarali boshqarish hamkorlikni rivojlantirish, umumiy maqsadlarga erishish va shaxslararo ijobiy munosabatlarni saqlab qolish uchun muhimdir. Guruhning asosiy dinamikasini tushunib, muammolarni hal qilishlari, samaradorlikni oshirishlari va ijobiy va inklyuziv guruh muhitini yaratishlari mumkin.

Vazifaning xususiyatiga va guruh dinamikasiga qarab guruhda ishlashning bir necha samarali usullari mavjud: guruh rivojlanish jarayonida kamida to'rtta asosiy bosqichning mavjudligini ajratib ko'rsatishadi.

1. Yo'nalish berish va bog'liqlik bosqichi
2. Nizolar va ularni silliqlash
3. Hamkorlik va yo'naltirilgan faoliyat
4. Guruh faoliyatini yakunlash bosqichi

Guruh hamjihatlik - bu guruh faoliyati samaradorligining zaruriy sharti hisoblanadi. Faqatgina bir - biriga yaqin guruh ishtirokchilarigina o'z kechinmalarini tashqariga chiqara olishiga yordam beradi va fikrlarning ochiq bayon etishini ta'minlaydi

Guruhiy ishlash metodlar 2 xil individual va guruhiy. Guruhiy ishlash metodlarida aynan muommosi bir xil bo'lgan shaxslar ajratib olinadi. Ularning yosh xususiyatlari bir biridan unchalik katta bo'lmagan tafovvutlarga ega bo'ladi. Ko'pi bilan yosh. Jins xususiyatlari ham farqlanadi.

Guruhiy ishlashda bir birini tinglash, eshitish va hurmat qilish talab qilinadi. Asosan trener tomonidan nazoratga olinadi. Guruhiy ishlash hamjihatlikka, samimiylikka undaydi.

Guruhiy ishlashning yutuq tomoni, shaxsni muommolarini batafsil aytib berishiga yo'l ochadi. Nimaga deganda ko'pchilik oldida fikrini aytishga tortinadi lekin jamoa a'zolarini qullab quvvatlaganligini ko'rib, o'z muoammolarini baham ko'radi

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1.Yo'ldoshyev, S., & Sultonaliyeva, G. (2023). SUITSIDAL HOLAT VA UNING KELIB CHIQUISH SABABLARI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(1).

2. Usarovna, M. R., & Ibrahimovna, S. Z. (2019). Yuldoshev Sardor Asliddin oâ€™™ gli, Akhmedova Shokhida Mukhtarovna. THE EDUCATION OF TALENTED STUDENTS AS A PEDAGOGICAL PROBLEM. EPRA International Journal of Multidisciplinary Research (IJMR)-ISSN, 2455-3662.

3.Yuldashev, S., & Arakulov, G. (2023). ETHNOPSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF AGGRESSIVE BEHAVIOR IN FAMILY DISPUTES. International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research, (Special Issue), 81-88.

4.Yo'ldoshyev, S., & Bosimova, M. (2023). ZAMONAVIY PSIXOLOGIYANING PEDAGOGIKA BILAN UZVIY BOG 'LIQLIGI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(2).

5.Yo'ldoshyev, S., & Sultonaliyeva, G. (2023). O 'QUVCHI XULQ-ATVORNING PSIXOLOGIK KORREKSIYASI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(2).

6.Asiddin o'g, Y. L. S. (2022). PSIXOLOGIK ZO 'RAVONLIK VA KIBERBULLING. International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research, 62-66.

7.Yuldashev, S. (2021). THE PEDAGOGICAL ESSENCE OF THE PROFESSIONAL ACTIVITY OF A TEACHER IN MILITARY EDUCATION. International Journal of World Languages, 1(2).

XORIJIY TALABALARNING OLIY TA'LIMGGA IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK MOSLASHUVI DIAGNOSTIKASI

*Avazyazova Dilfuza Shavkatovna
Ma'mun universiteti psixologi*

Talabalarni oliy ta'limga moslashish jarayonini o'rganish orqali ushbu jarayonga ijobiy ta'sir qilish, ya'ni, uning yangi muhitga samarali kirishishiga, kasbiy bilimlarni egallashiga, ko'nikma va malakalarni shakllantirishiga ko'maklashish va didaktik qiyinchiliklarida yordam berish mumkin [1, B. 23]. Moslashish jarayoni talabalarning yangi muhitga qanchalik tez va samarali kirib borishini anglatib, birinchi bosqich talabalarining kasbiy va shaxsiy rivojlanishini, bu esa o'z navbatida mamlakatning kelajakdagi rivojlanishini belgilaydi [2, B. 37]. Ayniqsa, talabalarni oliy ta'limga moslashishi bilan bog'liq muammolarni hal qilish o'ziga xorijiy talabalarni ta'lim olish uchun jalb qilayotgan davlatlar uchun eng dolzarb va ahamiyatli mavzulardan biridir.

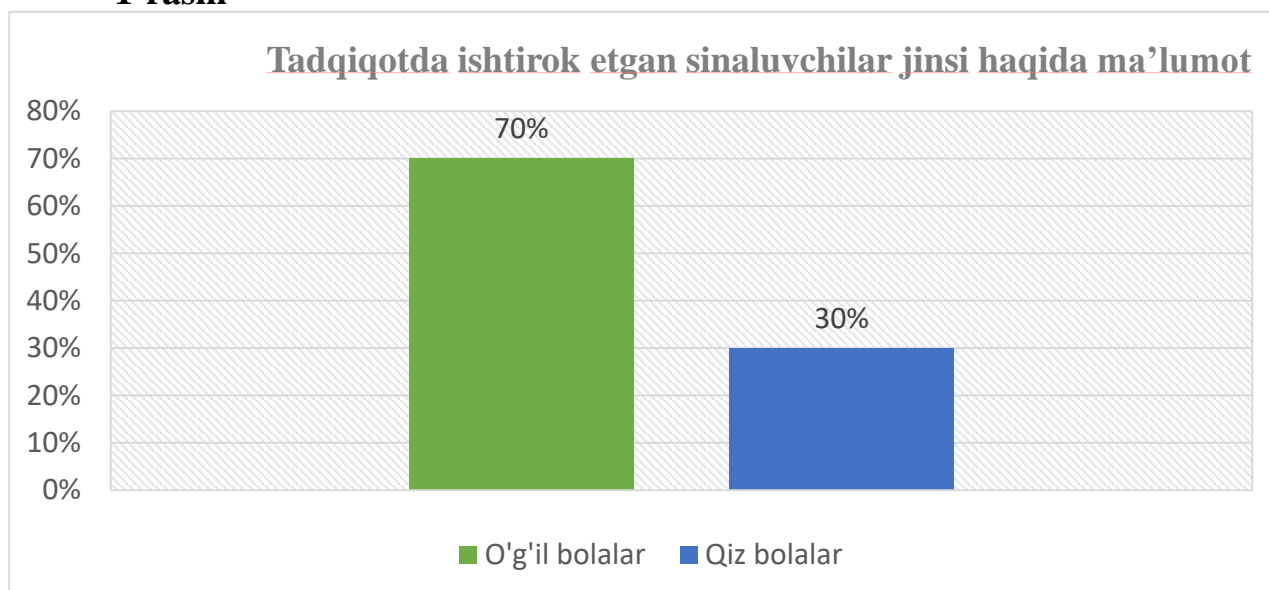
Xorijiy talabalarning oliy ta'limga moslashishi uchta asosiy komponentga, ya'ni, ijtimoiy, psixologik va didaktik kabi bir qator tarkibiy qismlarga ega bo'lib, ijtimoiy moslashuv talabani ijtimoiy rollaridagi o'zgarishlarni, universitetda shakllangan me'yorlar va an'analarni o'zlashtirishini aks ettirsa, psixologik moslashuv fikrlash, nutq, diqqat, xotira, vizual idrok, iroda va qobiliyatlarning qayta tuzilishini bildiradi. Didaktik, ya'ni, faoliyat komponenti o'quv ritmiga, usullari va shakllariga moslashishni, o'quv ishlari bilan tanishishni bildiradi.[3, B. 12]

Xorijiy talabalarning universitetga moslashish jarayonini o'rganish ushbu jarayonga ijobiy ta'sir qilish imkonini beradi, ya'ni, o'quv faoliyati va guruhiiy munosabatlar muhitiga samarali kirisha olishi, zarur fan asoslarini egallashi, kasbiy malaka va ko'nikmalarini shakllantirishga, didaktik qiyinchiliklarini yengishda zarur yordamni ko'rsatishni ta'minlaydi. [1, B. 26].

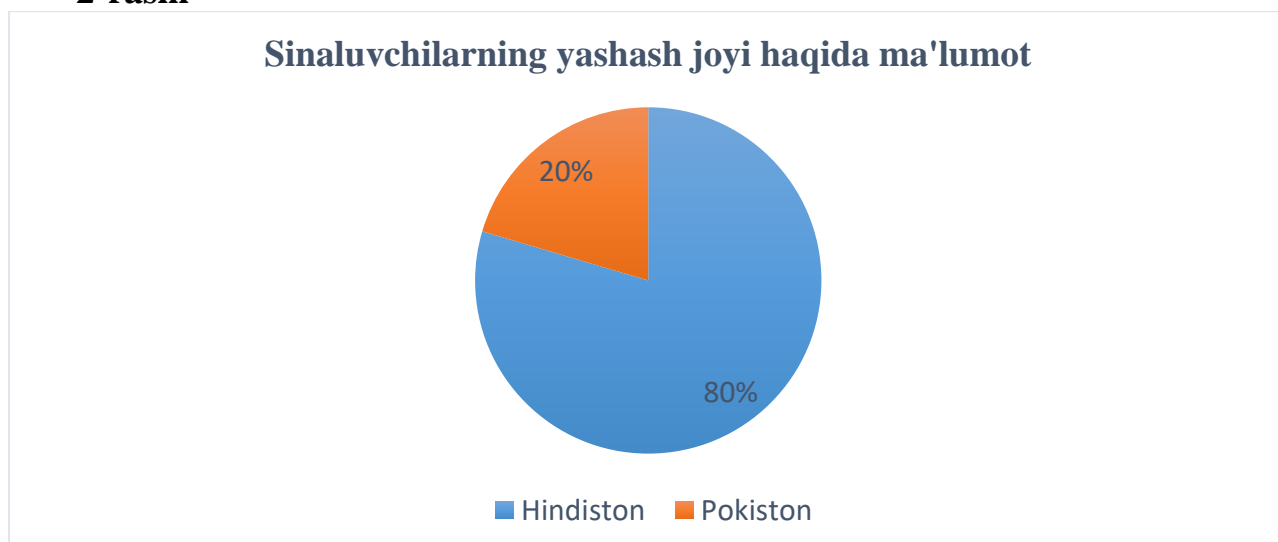
Bugungi kunda xorijiy fuqarolarni O'zbekistonda ta'lim olishga jalb qilishga qaratilgan tizimli ishlar amalga oshirilmoqda. Jumladan 2019 yil 8 oktyabrdagi PF-5847-son "O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida" gi Farmonida ta'lim eksportini oshirish, oliy ta'lim tizimini jahon standartlari darajasiga ko'tarish, xorijiy fuqarolarni respublikamizda ta'lim olishlari uchun keng imkoniyat va sharoitlarni yaratish kabi vazifalar belgilab o'tilgan. Shu boisdan yildan yilga xorijiy talabalarni O'zbekistonda ta'lim olish ko'rsatkichi oshib bormoqda.

Shulardan kelib chiqqan holda, o'z tadqiqotimizda xorijiy talabalarni oliy ta'lim tizimiga o'quv bosqichlari kesimida moslashish darajasidagi farqli jihatlarini o'rganishga harakat qildik. Ushbu tadqiqotda Respublikadagi tibbiyot oliygohlarida tahsil olayotgan 120 nafar birinchi va 120 nafar uchinchi bosqich xorijiy talabalar sinaluvchi sifatida jalb qilindi. (1 va 2 rasm)

1-rasm



2-rasm



Xorijiy talabalarda Daymond-Rodjersning “Ijtimoiy-psixologik moslashuvni o‘rganish” so‘rovnomasining A.K.Osnitskiy tomonidan moslashtirilgan varianti o‘tkazildi. Ushbu so‘rovnoma 101 ta ta’kiddan iborat bo‘lib, javob berishda yetarlicha tabaqalashtirilgan 7 ballik shkaladan foydalaniladi. Ushbu so‘rovnoma shaxsning tegishli shaxs xususiyatlari bilan bog‘liq holda 6 ta integral ko‘rsatkich yordamida shaxs ijtimoiy-psixologik moslashish jarayonini o‘rganish uchun mo‘ljallangan. Integral ko‘rsatkichlar quyidagilar:

1. Moslashish
2. Boshqalarni qabul qilish
3. Internallik
4. O‘z-o‘zini qabul qilish
5. Emotsional qulaylik
6. Dominantlikka intilish.[4, B. 45]

Ushbu metodikadan olingan natijalar Mann Uittni mezoni asosida tahlil qilinganda xorijiy talabalarining o‘quv bosqichlari kesimida o‘zaro tafovutlar mavjudligi aniqlandi. (1-jadval)

1-jadval

Ko‘rsatkichlar	Sinaluvchilar turi	O‘rtacha rang	U	p
Moslashish darajasi	1-bosqich	109,65	5898,000	,015*
	3-bosqich	131,35		
Boshqalarni qabul qilish darajasi	1-bosqich	135,57	5391,500	,001***
	3-bosqich	105,43		
Internallik	1-bosqich	114,47	6476,500	,178
	3-bosqich	126,53		
O‘z o‘zini qabul qilish	1-bosqich	135,03	5456,500	,001***
	3-bosqich	105,97		
Emotsional qulaylik	1-bosqich	112,59	6250,500	,077
	3-bosqich	128,41		
Dominantlikka intilish	1-bosqich	107,89	5686,000	,005***
	3-bosqich	133,11		

Izoh: * $p \leq 0,05$; *** $p \leq 0,001$;

Natijalarga ko'ra birinchi va uchinchi bosqich xorijiy talabalarining "Moslashish darajasi" shkalasi ($U=5898,000$; $p \leq 0,05$), "Boshqalarni qabul qilish darajasi" bo'yicha ($U=5391,500$; $p \leq 0,001$), "O'z-o'zini qabul qilish darajasi" ($U=5456,500$; $p \leq 0,001$), "Dominantlikka intilish darajasi" ($U=5686,000$; $p \leq 0,001$) shkalalari bo'yicha tafovutlar mavjudligi qayd etildi.

Tadqiqotimizda olingan dastlabki natijalardan kelib chiqib, xulosalar qiladigan bo'lsak, uchinchi bosqichda tahsil olayotgan xorijiy talabalarining moslashish darajasi birinchi bosqich talabalarinikiga nisbatan yuqori ko'rsatkichga ega. Shuningdek, uchinchi bosqich talabalarida boshqalarni qabul qilish darajasi birinchi bosqichdagilarga qaraganda pastligi, buning natijasi sifatida uchinchi bosqichlarda dominantlikka intilish shkalasi ko'rsatkichining yuqoriligini qayd qilish mumkin. Shu bilan birgalikda "O'z-o'zini qabul qilish" shkalasi bo'yicha birinchi bosqich talabalarining ko'rsatkichi yuqori ekanligini keltirishimiz lozim. Ushbu olingan xulosalar asosida tadqiqot ishining keyingi bosqichida tadqiqot doirasida qo'llanilayotgan metodika va so'rovnomalar orasidagi korrelyatsion bog'liqlikni aniqlash vazifasi belgilab olindi.

FOYDALANGAN ADABIYOTLAR

1. Степанова О.П. Психическая адаптация и психологическое сопровождение студентов-первокурсников на начальных этапах обучения: Дис. ... канд. психол. наук. – СПб., 2002. – 192 с

2. Дубровин Д.Н. Психологическая адаптация как фактор личностного самоопределения: Дис. ... канд. психол. наук. – М., 2005. – 135 с.

3. Смирнов А.А., Живаев Н.Г. Психология вузовской адаптации. – Ярославль: ЯрГУ, 2009. – 115 с

4. Осницкий, А. К. Определение характеристик социальной адаптации / А. К. Осницкий // Психология и школа. - 2004. - N 1. - С. 43-56

SOG'LOM SHAXS HAYOTIDA PSIXOLOGIK XIZMATNI O'RNI

Abdugapparova Sevinch Utkirovna

Toshkent amaliy fanlar universiteti talabasi

Kirish. Jahon psixologiyasida psixologik xizmatni tashkil etish muammosini o'rganishga alohida tadqiqot yo'nalishi sifatida e'tibor qaratilmoqda. Psixologik tadqiqotlarda pedagog psixolog shaxsning har tomonlama rivojlanishi uchun qo'lidan kelgan barcha ishlarni ijtimoiy psixologik xizmatni va uning o'ziga xos xususiyatlari o'rganilgan. Mazkur yo'nalishda psixologik xizmatni tashkil etishning turli usullari va zamonaviy texnologiyalarini ifodalovchi psixologik mexanizmlarni qo'llash hamda joriy etish masalasining muhimligiga e'tibor qaratilmoqda. Ayni vaqtda psixologik xizmatni tashkil etish personallardagi muammolarni bartaraf etish kabi holatlar dolzarb muammolar sifatida qaralmoqda.

Bugungi kunda ta'lim tizimlarida psixologik xizmatni joriy etish borasida olib borayotgan qator nazariy-ilmiy va amaliy-uslubiy ishlari psixologik xizmatni joriy etish va rivojlantirish uchun ma'lum darajada asos bo'lmoqda. Ayni paytda,

psixologik xizmat tizimining bugungi holati va uning amaliy faoliyat yo'nalishlarini har tomonlama, chuqur tahlil qiluvchi va shu tahlillar asosida psixologik xizmatning istiqbollarini ochib beruvchi maxsus tadqiqotlarning taqchilligi nihoyatda muhim muammo bo'lib qolmoqda. Demak, tabiiyki, mazkur muammoni bartaraf etish uchun, O'zbekistonda psixologik xizmatning joriy etilishi, bugungi holati va raqamli iqtisodiyotni rivojlantirish istiqbollarini o'rganishga, tahlil qilishga va izohlashga bag'ishlangan psixologik va ijtimoiy psixologik tadqiqotlarning olib borilishi davr taqozosidir. Shundan kelib chiqqan holda, bugungi ta'lim muassasalarida, mehnat jamoalarida bo'lajak kadrlarni har jihatdan tayyorlash bilan bog'liq psixologik xizmatning ilmiy-tashkiliy jihatlariga va ayniqsa, ijtimoiy-psixologik muhofaza imkoniyatlarini tadqiq qilishga oid maxsus o'tkazilgan tadqiqotlarning nihoyatda sust ekanligi; ijtimoiy psixologiya, psixologik konsultatsiya fanlarining zamonaviy yo'nalishlari fanlarida bugungi psixologik xizmat tatbiqini qamrab oluvchi vazifalarning aniq va batafsil belgilanmaganligini, ta'lim va mehnat muassasalarida tashkil etilgan psixologik xizmat tajribalari misolida o'quvchi va ishchi-xodimlar muvaffaqiyatli faoliyatini ta'minlashdagi ijtimoiy psixologik muhofaza imkoniyatlarini o'rganish va kamol toptirish bilan bog'liq bugungi O'zbekistonning o'z istiqbol va istiqbol yo'li, ijtimoiy - iqtisodiy taraqqiyoti talablariga javob beruvchi ilmiy-amaliy tavsiyalarning ishlab chiqilmaganligi kabilarni bugungi dolzarb muammolardan biri sifatida qayd etish mumkin.

Tadqiqot obyekti va qo'llanilgan metodlar. Psixologik xizmatning muvaffaqiyatli tashkil etilishi uchun muhim nazariy-ilmiy ahamiyat kasb etuvchi ijtimoiy psixologik vazifalarni aniqlashga qaratilgan tadqiqotlarni Andreeva G.M. Davletshin M.G., Zabrodin Yu.M.,Karnegi D., Karimova V.M., Parigin B.D., Shoumarov G'.B., G'oziev E.G'.; Bugungi psixologiya fani taraqqiyoti an'analari bilan bog'liq insonning amaliy psixologiyasini, uning jamiyatdagi ijtimoiy faolligi va ijtimoiy tabiatidan ajratib bo'lmaydi. Shu nuqtai nazardan, inson omillarini va uning jamiyatdagi ijtimoiy jarayonlarini to'g'ri va samarali boshqarish jarayoni jamiyatga va jamiyat a'zolariga psixologik xizmat ko'rsatish muqarrarligini talab qiladi. Bu borada iqtisod, xuquq, etika, etnografiya, tarix, sotsiologiya va shu kabi barcha fanlarning o'zaro mustahkam hamkorligi natijasida inson psixologiyasining amaliy muammolari hal etilishi lozim. Psixologik xizmat metodologiyasi esa ko'proq birinchi yo'nalish-"psixologik ijtimoiy psixologiya" asoslari zahirida tarkib toptiriladi. Har bir fanning rivojlanishi yangi dalillar asosida ilmiy yo'nalishni ochib beruvchi metodik qurilmalarning tuzilishi bilan bevosita bog'liqdir. Chunki, aniq metodologiya bo'lmagan sohada aniq amaliy natijalar ham bo'lmaydi. Zero, ijtimoiy psixologiya fanining yana bir muhim yangi (shakl jihatdan yangi, mazmun jihatdan esa azaliy-kursiv bizniki) vazifasi psixologik xizmat metodologiyasi bilan bog'liq nazariy, amaliy va empirik yo'nalishdagi tadqiqotlar ko'lamini belgilashning bugungi kungacha nechog'lik hal qilinayotganligini tahlil qilishga to'g'ri keladi.

Psixologik maxsus adabiyotlardan bizga ma'lum bo'lishicha, ijtimoiy psixologik xizmat metodologiyasining umumiy yo'nalishlari G'arb ijtimoiy psixologiya namoyandalari tadqiqotlarini quyidagicha izoxlash mumkin:

V.Vundtning 1900 yilda chop etilgan "Xalqlar psixologiyasi" nomli yirik (o'n tomlik) epik asari ijtimoiy psixologiya yo'nalishlarini yorqinlashtirishga xizmat qilib, inson ma'naviyati, madaniyati va mafkurasini o'rganishning murakkab tomonlarini ochib berdi.

Taniqli ingliz psixologi Vil'yam Makdugallning 1908 yilda yozilgan "Ijtimoiy psixologiyaga kirish" asaridagi "ijtimoiy xulq-atvor instinktlari" nazariyasi freydizmga qarshi o'laroq inson instinktlari va faoliyat uyg'unligini ta'minlash muammosini yoritishga ilk bor asos bo'lib xizmat qildi. B.M.Teplov, V.S.Merlin, V.D.Nebilitsin, E.A.Golubeva, B.R.Qodirov va ularning shogirdlari tomonidan olib borilgan empirik tadqiqotlar mazmuni ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy psixologik xizmat uchun muhim bo'lgan har bir shaxsning (individning) tabiiy va tug'ma sifatlarini, oliy nerv faoliyatining o'ziga xos qobiliyat elementlarini va unga ta'sir etuvchi ta'lim-tarbiya, tashqi muhit va faoliyatning nechog'liq tashkil etilish jarayonini mukammal o'rganish va uni ijtimoiy maqsadlar asosida rivojlantirish yo'llarini belgilash uchun katta imkoniyat yaratdi.

Mazkur imkoniyatlar avvalam bor insondagi u yoki bu faoliyatni bajarishga bo'lgan iqtidor kurtaklarini o'rganishni va shu asosda shaxs faolligini kamol toptirish uchun asos sifatida xizmat qilishi mumkin. Shunga muvofiq mahsus tadqiqotlar shuni tasdiqlayaptiki, faoliyatni muvaffaqiyatli tashkil etish uchun individual xususiyatlar, ayniqsa, har bir shaxs temperamenti va individual uslubiga ham bog'liq. Ayniqsa, mehnat va o'quv faoliyati jarayonida ushbu holatni kuzatish, tahlil qilish va rivojlantirish bilan bog'liq usullar majmuasining ishlab chiqilishi psixologik xizmatning muhim vazifasi ekanligidan dalolatdir. Jumladan, E.A.Klimovning empirik ma'lumotlari bir necha stanokda ishlashda asab tizimidagi "harakatchan tip"dagi ham, "harakatsiz tip"dagi xodimlar ham birdek yuqori darajadagi ishlab chiqarish muvaffaqiyatlariga erishish mumkinligini tasdiqlaydi. Buning asosiy sababi esa, bir xil mehnat vaziyatida turlicha harakat yo'nalishini tanlay bilish va amalga oshirishdir.

Umuman, yuqorida qayd etilgan olimlarning umumiy fikr-mulohazalariga ko'ra individual uslubning shaxsda darrov paydo bo'lmasligi, balki ko'pincha stixiyali tarzda (ya'ni, individual-hissiy asab sifatleri yordamida) paydo bo'lishi qayd etiladi. Demak, har bir shaxsga psixologik xizmat davomida o'z imkoniyatlari va faoliyat talabi uyg'unligini ta'minlash yo'llarini izlash asosida yondashilsa mazkur shaxs faoliyatidagi individual uslubning tarkib topishi tobora rivojlanib, takomillashib boradi. Bu esa, o'z navbatida shaxs va jamiyatning ijtimoiy taraqqiyotiga ijobiy ta'sir etmay qolmaydi.

K.K.Platonovning psixologik xizmat bilan bog'liq ijtimoiy psixologiya metodologiyasini yaratishdagi xizmati shundaki, u ijtimoiy-psixologik individuallik muammosini inson individual olami namoyon bo'lishining eng yuqori darajasi sifatida tadqiq qildi va psixologik xizmat moxiyatini tasavvur qilish uchun muhim bo'lgan shaxsni nafaqat o'zining individual xususiyatlari asosida, balki bu individual xususiyatlarning ijtimoiy mazmuni o'z-o'zini adekvat baholash va rivojlantirishga asoslangan shart-sharoitlarni yaratish bilan kamol toptirish muqarrarlitgini ilmiy jihatdan asoslab berdi.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Tadqiqot davomida mazkur qarorlarning va tadbirlarning maqsadidan kelib chiqib va shularga asoslanib O'zbekistonda psixologik xizmatni tashkil etish va rivojlantirishning dastlabki bosqichi quyidagi 7 yo'nalishlar asosida amalga oshirilishi mumkin, degan xulosaga kelingan:

1. Ta'lim tizimi muassasalarida psixologik xizmat;
2. Mexnat jamoalarida psixologik xizmat;
3. Oilaviy hayotni tashkil etish tizimi muassasalarida psixologik xizmat;
4. Transport muassasalarida psixologik xizmat;
5. Sog'likni saqlash tizimi muassasalarida psixologik xizmat;
6. Ichki ishlar, huquq- tartibot tizimi muassasalarida psixologik xizmat;

Demak, bugungi kunda mazkur 7 yo'nalish bo'yicha shaxs psixologiyasi va jamiyat uyg'unligini ta'minlashga qaratilgan ijtimoiy psixologik tadbirlar baholi qudrat amalga oshirilmoqda. Bu esa eng birinchi navbatda mazkur yo'nalishlarda faoliyat ko'rsatayotgan shaxslarning o'z- o'zini anglash, bilish va rivojlantirishga qaratilgan ijtimoiy-psixologik muxofaza imkoniyatlardan keng ko'lamda foydalana olishlariga, ya'ni ularning faoliyatida qamroq muvaffaqiyatsizlikka uchrashlariga va ko'proq samarali mehnat qila olishlariga katta yordam beradi.

Xulosa qilib aytganda, har bir davlatning faqat o'z ijtimoiy-iqtisodiy va siyosiy taraqqiyotiga mos tadbirlargina shu davlatda qo'llaniladi va kerak bo'lsa rivojlantiriladi. Shunga muvofiq, O'zbekistonda psixologik xizmatni rivojlantirish uchun malakali va yetuk mutaxassislar kamligini xisobga olib, dastlabki qadam maktabning eng ilg'or va iqtidorli o'qituvchilari orasidan amaliyotchi psixologlar tayyorlash tashabbusi bilan boshlandi. Bu borada o'rinli bir savol tug'iladi: Nima uchun " amaliyotchi -psixologlar " kursiga aynan tajribali o'qituvchilargina jalb qilindi? Darhaqiqat, kursga faqat yuqori malakali pedagoglarning jalb qilinishi bejiz emas. Chunki, maktabda psixolog bo'lish uchun, avvalo o'quvchi shaxsini, o'quv jarayonini ta'lim-tarbiya mezonlarini chuqur va to'g'ri tahlil qila olish malakasi va tajribasi bo'lishi shart, deb o'ylaymiz. Shuningdek, masalaning ijtimoiy tashkiliy tomonlari ham mavjud. Masalan, maktabda ishlab ma'lum tajribaga ega bo'lmagan shaxslar kursga qabul qilinsa, 4-5 oygina muddat ichida maktabdagi pedagogik-psixologik jarayonni to'g'ri va muvaffaqiyatli tahlil qila olish malakasiga ega bo'la olmaydilar. Boshqa tomondan esa, agarda, universitetlar va pedagogika institutlarida "amaliyotchi-pedagog-psixolog" mutaxassisligi bo'yicha fakul'tetlar tashkil qilinganda, kamida yaqin yillarda balki undan ham ko'proq kutishga to'g'ri keladi. Mabodo fakul'tetni tugatgan takdirda ham pedagogik tajriba bo'lmasa baribir pedagogik jarayonni psixologik tahlil qilish ishida bir muncha mushkullik tug'diradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Barotov Sh.R. Ta'limda psixologik xizmat. Oquv qo'llanma .Buxoro 2007 y.
2. Karimova V. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. Toshkent. 1999y
3. Tadjieva S.X., Sabirova D.G'. "Tanglik vaziyatida qolgan bolaga psixologik yordam ko'rsatish". T.: RBIMM, 2011 y. 142 b
4. Shirin Kamolova, PREEMSTVENNOST_FORMIROVANIYA

MIROVOZZRENIYA STUDENTOV NA OSNOVE
OB^ECHELOVECHESKIX SENNOSTEY , Jurnal Pedagogiki i psixologii v
sovremennom obrazovanii: № 1 (2021): Zamonaviy ta'limda pedagogika va
psixologiya fanlari

5. Shirin Kamolova, THE ROLE OF UNIVERSAL AND SCIENTIFIC
VALUES IN THE SPIRITUAL DEVELOPMENT OF FUTURE TEACHERS ,
Jurnal

6. Shirin Kamolova, O'QITUVCHI PEDAGOGIK QOBILİYATLARINI
SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI , Jurnal Pedagogiki i
psixologii v sovremennom obrazovanii: Tom 2 № 5 (2022): Jurnal pedagogiki i
psixologii v sovremennom obrazovanii (yanvar)

7. Shirin Kamolova, ISPOLZOVANIE INTERAKTIVNĖIX METODOV V
OBRAZOVANII YAVLYAETSYA TREBOVANIEM SEGODNYASHNEGO
DNYA , Jurnal Pedagogiki i psixologii v sovremennom obrazovanii: № 2 (2021):
Jurnal pedagogiki i psixologii v sovremennom obrazovanii (oktyabr)

8. Shirin Kamolova, AVESTODA AXLOQIY IDEAL VA UNING
IJTIMOIY-PSIXOLOGIK KO'RINISHLARI , Jurnal Pedagogiki i psixologii v
sovremennom obrazovanii: № 3 (2021): Zamonaviy ta'limda Pedagogika va
psixologiya fanlari (Noyabr)

JAMIYAT RIVOJIDA OILA MUHITINING TUTGAN O'RNI

Abdullaeva Aropat Rustamovna.

Farg'ona davlat universiteti

Psixologiya kafedrasida katta o'qituvchisi.

Oila har bir xalqning, millatning davomiyligini saqlaydigan, milliy qadriyatlarning rivojini ta'minlaydigan, yangi avlodni dunyoga keltirib, uni ma'naviy va jismoniy barkamol qilib tarbiyalaydigan, jamiyatning asosiy negizi hisoblanuvchi muqaddas maskandir shuningdek, oila tarbiyaning boshlang'ich emotsional, ijtimoiy munosabatlar shaxslararo ijtimoiy aloqalarni shakllantiradigan makon. Shuning uchun ham mamlakatimizda oila va uning muqaddasligini ta'minlash bilan bog'liq masalalar davlat siyosati darajasiga ko'tarilgan.

Milliy qadriyatlarning dastlabki nav-nihollari oilada yuzaga keladi, o'sadi va kelgusida o'z mevasini beradi. O'zbek oilasi azaldan sog'lom turmush tarzi, muomala madaniyatini saqlab kelgan. Bu o'z navbatida ota-ona va farzandlar munosabatlarida hamda uy-joyi, ro'zg'orni saranjom tutish, ozodalik tamoyillarini avlodlarga singdirib borishda o'z aksini topgan. Oilaning farzandga o'tkazadigan ta'sir kuchi nixoyatda ulkandir. Har bir oilaning mustahkamligi, oila a'zolarining tinch va farovon hayot kechirishi, o'zaro hurmat va izzatda yashashi bu yoshlarni kelgusi hayotga tayyorlashda muhim omildir.

Avvalo oila qurayotgan yoshlar ma'nan, ruhan, jismonan umuman har tamonlarga sog'lom bo'lishlari lozim, chunki sog'lom ota-onadan sog'lom farzand tug'iladi. Oilaviy turmush qurishga tayyorlanayotgan yigit va qizlar anglangan motivlar asosida o'z nikohlarini qurishlari va oilaviy munosabatlarni ijobiy fonda tashkil etish bo'yicha yetarli bilimlarga ega bo'lishlari, ular turmush qurishlaridan

oldin oila qurish sabablarini to'liq anglab yetishlari, muqaddas nikohni qadriyat sifatida ardoqlashishiga yordam beradi.

Nikoh oldi omillarining asosi ham — shu nikoh qurilishiga sabab bo'lgan nikoh motivlaridir. Ular turlicha talqin qilinsada, asosan sevgi tufayli oila qurish, ya'ni yoshlar oila qurishdan avval bir-birlarini sevib, ma'lum bir muddat sevib-sevilib yurganlaridan, so'ng shu o'zaro sevgining mahsuli sifatida bir-birlarining visoliga to'y qilib, oila qurib yetishadilar. SHuningdek, ikkinchi klassifikatsiyasi moddiy yoki o'zga manfaatdorlik tufayli oila qurish. Bunda yoshlar oila qurar ekanlar nimanidir hisobga olgan holda, ma'lum bir maqsadni ko'zlab oila qurishlari mumkin, masalan, boylikni, mansabni, moddiy yoki ijtimoiy manfaatdorlikni ko'zlagan holda o'zining ijtimoiy-iqtisodiy ahvolidan qutulish, «yolg'izlikdan qutulish» va boshqalar. Nikoh motivlari klassifikatsiyasidan yana biri — stereotip bo'yicha oila qurish deb ataladi. Bu toifa yoshlarda oldingi motivlarning ikkalasi ham kuzatilmashligi mumkin. Ular oila qurar ekanlar, stereotiplarga qaraydilar. Agar shu nikoh oldi omillarining oilani yuzaga kelishiga ta'siri noo'rin bo'lsa, u shoshilinch, bo'sh, qiyshiq qurilsa, uning ustiga o'rnatilgan oila imoratining devori ham qiyshiq va omonat bo'lib boraveradi va u shu imoratning bir kuni kelib qulashi, buzilib ketishi xavfini tug'diradi. Bunday poydevor ustiga qurilgan imorat qulab tushmagani, buzilib ketmagani taqdirda ham unda istiqomat qiluvchilarga xotirjamlik, tinchlik, quvonch baxsh eta olmaydi. Ular doimo qandaydir bir xavotirda, hadikda, noqulaylikda, xijolatda yashashlariga to'g'ri keladi.

Har qanday yigit va qiz oila qurar ekanlar ularda oilaviy hayot haqida ma'lum tushunchalar, dunyoqarash o'z ota-onalari oilasi, o'zi tig'ilib o'sgan oila, u yerda shakllangan urf-odatlar, an'analarga ko'ra shakllangan bo'ladi. Yangi barpo etilgan oilada esa mutlaqo boshqacha, ya'ni shu oilagagina xos bo'lgan dunyoqarash shakllana boshlaydi. Oila qurgan yoshlarning dunyoqarashi, tushunchalari qanchali yuqori bo'lsa, ularning bir-biriga moslashishi ham oson bo'ladi.

Oilaviy munosabatlarning mustahkamligiga ijtimoiy-psixologik, madaniy, jinsiy munosabatlarning mutanosibliygiga bog'liq.

Oila qurishning asosiy motivlaridan biri – bu oila insonning yangicha, hech kimga o'xshamaydigan benazir xususiyatlarini ko'rsatib beruvchi, rivojlantiruvchi omil hisoblanadi. Inson ma'lum paytda, ma'lum bir yoshga hamda imkoniyatga ega bo'lgach, oila qurishi lozimligini tushunib yetadi, his qiladi. Buni hamma qilishi kerakligi va qilayotgani uchun emas, balki ichki bir xohish tufayli, kerakligi uchun tushunadi. To'g'ri, ko'pchilik oila qurayotgan yoshlar buni ota-onasining, do'stlarining ta'zyiqi ostida, ota-onasidan holi yashash istagi asosida qiladilar.

Oila qurishning yana bir motivi – olishdan ko'ra ko'proq berish, ya'ni tur mush o'rtoqqa mehr-muhabbat, oilaviy tinchlik, baxt ato etish. Qizlar turmushga chiqar ekan, yigit kishidan himoyani, moddiy ta'minlanishni, farzand ko'rishni istaydi. Erkak kishi ham o'z navbatida oilaviy tinchlik-totuvlik, baxt va hokazolarni xohlaydi. Aslida turmush qurishdan ko'zlangan maqsad, nimagadir ega bo'lmoq ekan, demak buni tushuna oladigan hamda senga shu narsalarni bera oladigan insonni uchratish va u bilan oila qurish lozim bo'ladi.

Yana bir muhim omil – bu oilaviy munosabatlarda to‘g‘rilik, halollik, poklik hisoblanadi. Oila qurgan er va xotinning munosabatlaridagi to‘g‘rilik, halollik poklikni ko‘rgan, his etgan farzandlar buni o‘z hayotlarida tadbiiq etadilar. To‘g‘rilikni, halollikni inson avvalo o‘zidan boshlashi lozim, shundan keyin u donolik va aqllilikka erishadi. Ko‘pincha insonlarni yolg‘onchilikka, noto‘g‘rilikka yo‘l qo‘yishiga ma‘lum bir sirni ochilib qolishidan qo‘rqish, g‘ururini toptalishidan qo‘rqish turtki bo‘ladi..

Oilaviy motivlardan yana biri – farzand ko‘rish, farzandli bo‘la olish omilidir. Lekin farzand ko‘rishdan avval er va xotin bunga tayyor ekanligi juda muhim. Ya‘ni farzand oilada er-xotinning bir-biriga bo‘lgan muhabbati, bir-birini tushunishi, hurmat qilishi asosida dunyoga kelishi lozim. SHunday ekan, erkak har kuni, har soniyada o‘zida ijobiy sifatlarni shakllantirib borishi, farzand ko‘rishga ruhan tayyorgarlik ko‘rishi, tug‘ilajak farzandiga namuna bo‘la olishga harakat qilishi zarur, ayoli ham o‘z navbatida xuddi shunday ahloqiy sifatlarni o‘zida mujassam eta olishi shart, shundan keyingina bunday oilada dunyoga kelgan farzand haqiqiy baxtli, sevimli farzandga aylanadi.

Oilaning asosiy motivlaridan yana biri – jinsiy va emotsional munosabatlik, ya‘ni bir-biriga ushbu jihatga ko‘ra mos kelish yoki kelmaslik ham muhim ahamiyat kasb etadi.

A.B.Dobrovich turmush qurish anglanmagan motivlar guruhini ishlab chiqdi. Unga ko‘ra motivlar quydagilarni tashkil etdi:

- o‘zaro kelishilgan aktyorlik, romantik rollarni o‘ynash;
- umumiy qiziqishlar, qiziqishlarning mos tushishini qalblarning yaqinligi deb tushuniladi;
- intim omad, jinsiy munosabatdagi omadni yaxshi kafolatlangan oila qurish deb e’tirof etish;
- bir-biriga oson erishish imkoniyati, turmush qurish oldi munosabatlarda jalb qiluvchi motiv;
- raxm-shavqat, aybdorlik, qarzdorlik motivi, turmush qurishni o‘zining burchi deb bilib, hayot sahnasida oliyjanoblik rolini bajarish deb talqin qilinadi;
- tartiblilik, atrofdagilarning fikriga binoan turmush qurishga intilish, ma’suliyat xissi;
- foyda topish, turmush qurish evaziga uy, mablag‘li bo‘lish;
- qasd olish, xafa qilgan insonga nisbatan qassdan turmush qurish;
- yakka qolishdan qo‘rqish, o‘z muammolarini yechish, kelajakdagi hayotidan qo‘rqishdan xoli bo‘lish uchun oila quriladi.

Nikohga yetuklik tushunchasi o‘z navbatida o‘ta murakkab va nisbiy tushunchadir. CHunki odam doimo rivojlanib, takomillashib boruvchi, kasb-hunar faoliyatida yoki ma’naviy va axloqiy rivojlanishida muntazam yangidan yangi cho‘qqilarga yerishib boruvchi mavjudotdir. Agar odamni u yoki bufaoliyatga «to‘la yetukligi» haqida gapiradigan bo‘linsa, demak bu uning ma‘lum bir chegaraga erishgani va undan ortiq rivojlanish mumkin emasligini bildiradi. Shuning uchun ham odamning nikohga yoki biron-bir faoliyatga yetukligi haqida gapirilganda «etuklik» tushunchasi tom ma’noda o‘rinli bo‘la olmaydi. SHuning uchun ham odamning «etukligi», ayniqsa nikohga, oilaviy hayotga «etukligi»

haqida gapirilganda bu tushunchadan ma'lum bir umumqabul qilingan standart, o'rtacha me'yor, ma'lum bir shartli «o'lchov birligi», ko'rsatkichlar va shu kabilar sifatidagina foydalaniladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1.Т. В. Авдонькина. Мотивы создания семьи и прогнозирование
regionsar.ru/node/659

2. A.R.Abdullayeva //THE SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL INFLUENCE OF THE FAMILY ON THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE// International Journal of Education, Social Science & Humanities. FARS Publishers. Volume-11. Issue3. 2023. 670-674 pages.

4. A.R.Abdullayeva //PSYCHOLOGICAL FACTORS OF FORMING A HEALTHY LIFESTYLE IN THE FAMILY// ResearchJet Journal of Analysis and Inventions. Volume 4, Issue 3. March, 2023. 43-50 pages.

5. АбдулаеваАрофат Рустамовна //ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ КАПИТАЛ В СИСТЕМЕ ГОСУДАРСТВЕННОГО И МУНИЦИПАЛЬНОГО УПРАВЛЕНИЯ// UzbekScholarJournal. Volume-06, July, 2022. 26-29 pages.

7. А.Р.Абдуллаева, М.Р.Абдукаримова //ОИЛАДА АЖРИМЛАРНИ ОЛДИНИ ОЛИШДА НИКОҲ МОТИВЛАРИНИНГ ПСИХОЛОГИК ОМИЛЛАРИ// О‘ЗБЕКISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI. 14-SON. 20.12.2022. 1132-1138 betlar.

9.А.Абдуллаева, Н.Тошболтаева //ОИЛА ВА НИКОҲ МУСТАҲКАМЛИГИНИ ТАЪМИНЛОВЧИ ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИК ОМИЛЛАР// *INNOVATIVE DEVELOPMENTS AND RESEARCH IN EDUCATION*. Vol. 2 No. 13, 2023. 129-133.Pages

13...Шоумаров Ф.Б., Ҳайдаров И.О., ...Оила психологияси.Академик лицей ва касб-хунар коллежлари ўқувчилари учун ўқув қўлланма. Учинчи нашр «Шарқ» Тошкент — 2010 й., 120 б.

FARZAND TARBIYASI – SOG‘LOM TURMUSH TARZI GAROVIDIR

*Baratova Nasiba Turopovna
Qashqadaryo viloyat PYaMO‘MM
Pedagogika, psixologiya va ta’lim
menejmenti kafedrasi katta o‘qituvchisi*

Sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda bolada paydo bo‘lgan va bo‘ladigan qiyinchiliklarni bartaraf etishda ota-onalar ishtirokini muhokama etiladi.

Ota-onalar bilan ishlashning 3-bosqichida maslahat berish davrida individual ta'sir etishning vazifa va shakllari bir muncha o'zgaradi. Ushbu bosqichning asosiy vazifalari quyidagicha: ota-onalarda «Tarbiyaviy-korreksion qobiliyat»ni defektologik bilimlar va tasavvurlarni kengaytirish hisobiga shakllantirish: ota-onalarni o'z bolalari bilan korreksion jarayonlarda faol ishtirokchi sifatida jalb qilish. Individual tarzda olib boriladigan ishlar ko'rinishida eng samaralisi quyidagilardir: ota-onalar bilan korreksion ishlar natijalarini birgalikda muhokama qilish; bolaning nutqiy psixologik faoliyatidagi ayrim rivojlanishlar yo'lidagi

sabablarini taxlil etish: bolaning rivojlanishidagi salbiy holatlar oldini olishga oid tavsiyanomalarni birgalikda ishlab chiqish: ota-onalarni korreksion yo'llanmada bolalar bilan ishlashida individual amaliyotlar o'tkazish.

Turli xil qobiliyatlarga ega bo'lgan ota-onalarga maslahat berish takrorlab o'tilgan tamoyillar asosida olib borilib shakl va mazmuni ozgina o'zgartirilgan.

Turli xil qobiliyatdagi ota-onalar bilan guruhiy shaklda ish olib borilganda bolalar bilan ota-onalar orasida mavjud kelishmovchiliklar, tushunmovchiliklarni silliqlashga, tushuntirishga harakat qilindi.

Ota-onalar bilan guruxiy shaklda ishlashda o'ziga xos quyidagi tashkiliy tamoyillar nazarda tutildi: ota-onalar guruhida ish boshlash uchun kerak muddatni belgilashda ularni hamkorlik qilish uchun tayyorligini hisobga olish; guruhiy ishlarning ko'rinishini (shaklini) tanlashda ota-onalar qiziqish darajasini bilib olish; ota-onalar qiziqishidan kelib chiqqan holda turli bosqichda ish olib borish imkonini yaratish.

Ota-onalarning har bir guruhi bilan ish olib borishda ma'lum bir mavzu orqali tanlangan maqsad va vazifalar amalga oshiriladi. Darajasi past qiziqishi kam deb hisoblangan ota-onalar bilan guruhiy ish olib borishda quyidagilar asosiy vazifa deb hisoblandi: o'z bolalari psixologik rivojlanishini aks ettirib ota-onalarning o'zini korreksiya (tuzatish) ishlariga faol qatnashtirish; ota-onalarni o'z bolalariga bo'lgan munosabatini, nuqtaiy nazarini o'zgartirib ularni tarbiyaviy usullar bilan qurollantirish; ota-onalar qobiliyatini bolalari tarbiyasiga qaratishga undash maqsadida ularga defektologik amaliyotning eng oddiy ko'rinishlarini o'rgatish; biz ota-onalar uchun qator guruhiy maslahat mavzularni ishlab chiqdik. Ular quyidagilar: bolaning rivojlanishdan orqada qolish sabablari. Bolaning psixologik, jismoniy rivojlanish hususiyatlari. Boladagi nutq rivojlanish muammolari va bu muammolarni xal etishda ota-onalarga tegishli bo'lgan maslahat va tavsiyanomalar. Bolalarning bilish faoliyatini rivojlantirish va shakllantirish yo'llari. Bola xulq-atvorining buzilishi va uni tuzatish bo'yicha maslahat va tavsiyanomalar. Oiladagi ijtimoiy, psixologik muhit va uni yaxshilash muammolari. Bolalardagi asab buzilishlarini oldini olish yo'llari. Maktabgacha yoshdagi bolalarni maktabga tayyorlash yo'l-yo'riqlari.

Turli xil seminar, anjumanlarda qabul etilgan tavsiyanomalarni ota-onalarning faol ishtirokida muhokama qilish va uni amalga oshirish yo'llarini izlash muhim masala bo'lib hisoblanadi. Chunki seminar va anjumanlarda har bir muammo ko'p qirrali fikrga ega bo'lgan mutaxassislar tomonidan atroflicha muhokama etilib, eng dolzarb masalalar echimini topishga tavsiyanomalar, maslahatlar beriladi.

Bundan tashqari ota-onalarning bevosita ishtirokida seminar-anjumanlarni o'tkazib turish ham juda foydalidir. Shunday amaliy-seminarlarni o'tkazish o'z navbatida ota-onalar tomonidan keng ma'nodagi bilim olishga va amaliy tajribalarni o'rtoqlashishga yordam berdi. Chunki ushbu amaliy seminarlarda Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolaning rivojlanishi ustidan olib boriladigan nazorat tajribalari o'zaro muhokama etilib dunyoqarash kengayadi. Jumladan, logopediya ishidagi artikulyasiya mashqi, korreksiya (tuzatish) ishlaridagi rivojlantirish o'yinlari, asablashgan bolalar asabini yaxshilash bo'yicha

psixo-pedagogik usullar yozishga odatlantirish uchun bola qo'lini o'rgatuvchi mashqlar, turli xil ko'rgazmali vositalar yordamida bolalarda fazoviy tasavvurlar hosil etish va shu kabilar.

Saviyasi va qiziqishi yuqori bo'lgan ota-onalar bilan guruhli ishlarni olib borish uchun qo'shimcha tarzda quyidagi maslahat mavzui tavsiya etiladi: nutq o'stirish usullari va atrof muhit bilan yaqindan tanishtirish; nutq rivojlantirish mobaynida qo'l mushaklari mashqi; maktabga tayyorlash muammolari; maktabda o'qish davomida ota-onalar vazifalari; bolalarni savodga o'rgatish usullari.

Ota-onalar guruxini saviyasi, qiziqishi yuqori va past bo'lgan ota-onalardan tashkil etishi mumkin. Ikki xil saviyali ota-onalarning bir guruxda bo'lishlarining o'ziga xos ijobiy tomonlari ham bor. Masalan, saviyasi yuqori ota-onalar saviyasi past ota-onalarga yo'l boshlovchilik rolini o'ynashlari mumkin.

Shunday qilib sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalari bor ota-onalar bilan olib boriladigan ishlar ko'rinishi (shakli) quyidagilardir: defektolog tomonidan olib boriladigan dars mashg'ulotlarini onalar tomonidan konspekt qilib borish; uy vazifalarini o'z bolasi bilan birga bajarish; bizlar (defektologlar) tomonimizdan tavsiya etilgan maxsus adabiyotlarni onalarning o'zlari ham o'qishlari; onaning ijodiy fikr mulohazalarini o'z bolasi bilan amalga oshirish.

Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalari bor bo'lgan ota-onalar bilan olib borilgan o'qituv tajribalari asosida quyidagicha xulosa qilishi mumkin.

Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalari bor bo'lgan ota-onalar bilan ishlovchi defektolog ishini uch bosqichga bo'lish mumkin.

Birinchi bosqich ota yoki onani bolaning o'quv-ta'lim-korreksiya (tuzatish) jarayoniga jalb qilish. Defektolog ota yoki onani Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bola faqat ota va ona bilangina o'quv-ta'lim-korreksiya jarayonida tuzalishi mumkin ekanligiga ishontira olishi kerak.

Ikkinchi bosqichda ota yoki ona bolaning rivojlanish jarayoni bilan shug'ullanishi shakllanadi. Defektolog Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bola bilan ishlash mazmuni va usulini korreksiya ishining muhimligini tushuntiradi. Ota-onalar defektolog tomonidan beriladigan uy vazifalarini bajarishga o'rgatiladi.

Uchinchi bosqich ota-onalar oldida shaxsiy ijodiy mahoratini, bilimini, rivojlanishida katta tarbiyaviy ish olib borish mumkinligini ochib tushuntirib berishdan iborat.

Pedagogikada tarkib topgan va milliy asoslangan tarbiya tamoyillari tizimi tarbiyaning hayot bilan, shaxsiy, jamoada va jamoa orqali tarbiyalashni, tarbiyaviy ta'sirning izchilligini va davomiyligini, tarbiyalanuvchi shaxsiga nisbatan talabchanlik bilan hurmatning birligini, tarbiyaning bolalarning yosh va yakka xususiyatlariga mosligini, ta'lim va tarbiyaning bog'liqligini, tarbiyada atroflicha yondoshishi tamoyillarini o'z ichiga oladi. Tarbiyaviy ta'sirning tizimliliigi, uzluksizligi, hayot bilan, amaliyot bilan bog'liqlik tamoyillari tarbiyaviy tadbirlarning samarador bo'lishida zaruriy tamoyillardandir.

Tarbiya metodlari deganda har tomonlama barkamol shaxsni shakllantirish maqsadida sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolaning ongi, xis tuyg'ulari,

irodasi, xulq atvori va munosabatlari tizimiga ta'sir ko'rsatish metodlari tushuniladi.

Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalarni, bilimlarini oshirish va so'zlashuv vositasi sifatida fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirish, aqliy tarbiyaning asosiy maqsadi bo'lib xizmat qiladi. Aqliy tarbiya aqliy bilim olish bilan chambarchas bo'lgan holatda olib boriladi. Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalar bilim oladigan maxsus muassasalarda ta'lim va tarbiyalash jarayonida, zarur bilimlarni oladilar va shu bilan birga, olgan bilimlarini o'zgaruvchan xolatlarda ishlata bilish, taxlil qilish, taqqoslash va sintez qilish kabi aqliy bilimlarga ham ega bo'ladilar.

Aqliy tarbiya, nafaqat o'qitish yo'li bilan, balki olgan bilimlarini oilada, ot-onalar yordamlarda xam olib boradilar.

Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalar dasturini yaxshi o'zlashtirish bilan birga, olgan bilimlarini amaliyotda ham muvaffaqiyatli ishlata bilmog'lari va undan tashqari so'zlashuv qobiliyatiga ham ega bo'ldilar. Yuqoridagilarni inobatga olgan holda, bolalarni maxsus maktablarda aqliy tarbiya korreksion-rivojlantirish maqsadga yo'naltirilgan.

Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalar bilan olib boriladigan mehnat tarbiyasi vazifalari quyidagicha. Mehnat tarbiyasi bu - sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalarning turli faoliyatiga yo'naltiruvchi murakkab, ko'p qirrali jarayondir.

Mehnat tarbiyasining vazifasi o'sib kelayotgan avlodning ijtimoiy jamiyatga tayyorlash va Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalarning rivojlantirish xususiyatlarini o'z ichiga olgan ob'yektiv talablar asosida shakllanadi. Bunday vazifa asosida sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalar amaliy tomondan tayyorlash, birlamchi nuqson bilan bog'liqlik bo'lgan kamchiliklarni bartaraf qilish kabi masalalar har etiladi. Bu vazifalar bir biri bilan uzviy bog'liqdir.

Ularning yechimi sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalarni umumiy rivojlantirishni, foydali mehnatni faol ishtirokiga tayyorlashni o'z ichiga oladi.

Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalar xususiyatlarini hisobga olgan xolda mehnatga tayyorlashda kamchiliklarni bartaraf etishga ko'maklashadi. Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalarni ruhiy jihatdan tayyorlash jamoatchilik mehnatiga tayyorlash asoslari yotadi. Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalarni mehnatga amaliy tayyorlash, ularni mehnat jarayonida zarur bo'lgan bilim kunikma va malakalarni egallash uchun yo'naltirilgan bo'ladi. Ularga umummehnat ko'nikmalari tegishlidir (rejalashtirish, baholash, faoliyatni tashkillashtirish va boshqalar) va texnik bilimlar (kesish, arralash, qurish va boshqalar).

Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda bolalarni mehnat tarbiyasida birlamchi nuqsonni bartaraf qiluvchi korreksion vazifalar alohida ajratib ko'rsatilgan.

Ular nutqiy muloqatni mustahkamlash, nutqni rivojlantirish, shuningdek ularning rivojlanishidagi kamchiliklarni tuzatish ishlarini o'z ichiga oladi. Bunday usul bilan mehnat tarbiyasining vazifalari ijtimoiy hayotda yosh avlodni mehnatga

tayyorlash talablari ishlab chiqildi. Sogʻlom turmush tarzini shakllantirishda bolalar mehnat tarbiyasining tuzilishi, mehnatning turli koʻrinishlari maxsus darslarda, aqliy ish jarayonlarda ochib beriladi. Sogʻlom turmush tarzini shakllantirishda bolalar oʻquv mehnatini tashkil etish shartlari qoʻyidagilar boʻlib hisoblanadi: faoliyatining doimiy oʻzgaruvchi xarakteri; bajarilishi jarayonida soʻngra faol bajarilishida; keyinchalik faol mustaqil rivojlanishda; soʻngra esa ijodiy mustaqil rivojlanishida.

Sogʻlom turmush tarzini shakllantirishda bolalar bilan olib boriladigan mehnat bu koʻp tomonlama hayotidagi faoliyati bilan bogʻliq bulgan faoliyatdir. Oʻzining umumiy ahamiyatiga koʻra u maishiy ishlab chiqaruvchi xususiy jamoatchilik uchun foydali mehnatga boʻlinadi.

Maishiy - mehnat barcha bolalar jalb qilinuvchi sodda mehnat turidir. Maishiy mehnat bilan doimiy ravishda band boʻlishlari uchun ota-onalar bu mehnatni maksad va vazifalaridan yunalishlaridan xavardor bulishlari lozim.

Sogʻlom turmush tarzini shakllantirishda bolalar uchun maktab internatlarida ushbu mehnat turi bolalar jamoasida tashkil etiladi, uning natijalari jamoaga tegishli boʻladi va u maishiy mehnatga umumfoydali xususiyat beradi. Maishiy mehnat sogʻlom turmush tarzini shakllantirishda bolalar uchun mos hisoblanib ular uchun katta ahamiyatga egadir. U oʻquvchilarda narsalarga ehtiyotkorona munosabatni, oʻzaro yordam koʻrinishida shakllantiradi. Sogʻlom turmush tarzini shakllantirishda bolalar maktab internatlarda maishiy mehnat oʻz-oʻziga xizmat koʻrsatish sharoitini yaratib beradi.

Oʻz-oʻziga xizmat qoʻrsatish ishlarini tuzilishiga shaxsiy gigiena, kiyimlarni asrash, ozuqa tayyorlash, idishlarni yuvish, shaxsiy foydalanish narsalarini tayyorlash va taʼmirlash hamda oʻz-oʻziga xizmat koʻrsatish gigienik rejimni oʻz ichiga oladi. Jumladan, oʻz xonasining tozaligi va jihozlanishi haqida qaygʻurish, oʻsimliklarni, jonli tabiat burchagidagi hayvonlarni parvarishlash. Oʻz-oʻziga xizmat koʻrsatish boʻyicha mehnat qoʻl orqali, sodda va murakkab, individual, guruhli yokki jamoali boʻladi.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, sogʻlom turmush tarzini shakllantirishda bolalar mehnat malakasi oʻz-oʻziga xizmat koʻrsatish boʻyicha sinfdan tashqari mashgʻulotlarda chuqurlashtiriladi va kengaytiriladi. Ularda oʻquvchilarning kiyimlarini avaylash, ozuqa tayyorlash idishlarini tutish kabi qoidalar bilan oʻquvchilarni tanishtirib boriladi. Maishiy mehnatning tarbiyaviy ahamiyati shundaki, hayotining barcha jarayonlarini oʻz ichiga oladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR ROʻYXATI:

1. Pedagogika. /prof. M.X.Toxtaxodjayevaning umumiy tahriri ostida.- T.: "Oʻzbekiston faylasuflari milliy jamiyati" nashriyoti, 2010,- 400 b.
2. Mavlonova R. va boshqalar. Pedagogika T.: Oʻqituvchi. 2010 y.254-263b

QIZLARNI OILAGA TAYYORLASHDA ETNIK STEREOTIPLAR VA PSIXOLOGIK USTANOVKALARINING O'RNI

Djuxonova Noxida Xayotjonovna

Farg'ona davlat universiteti

Psixologiya kafedrası o'qituvchisi (PhD)

Respublikamiz aholisining 50 foizini xotin-qizlar tashkil etmoqda. Albatta bu xotin-qizlar jamiyat ijtimoiy-siyosiy, iqtisodiy, madaniy-ma'naviy yangilanishi va yuksalishini muhim sub'ektlaridan bo'lib, jamiyatda ro'y berayotgan murakkab jarayonlarga o'z ta'sirini o'tkazishda va taraqqiyotni harakatga keltirishda muhim rol o'ynaydi. Mustaqillik tufayli jamiyatimizda, ayniqsa, uning ma'naviy-axloqiy va ruhiy dunyoqarashiga sezilarli darajada ta'sir etayapdi. SHuning uchun hozirgi vaqtda oilada qizlarning ma'naviy-axloqiy va ruhiy olamini shakllantirish va rivojlantirishni chuqur va atroflicha tahlil etish ham ilmiy ham amaliy jihatdan katta ahamiyat kasb etadi. «Oila institutini mustahkamlash bo'yicha, eng avvalo, «Sog'lom oila - sog'lom jamiyat» g'oyasini hayotga tatbiq etishga yo'naltirilgan yagona davlat siyosatini yuritish...», «...Oila qanchalik mustahkam bo'lsa, jamiyat ham shunchalik barqaror bo'ladi»²⁰ tamoyiliga asoslanib, qizlarni oilaga tayyorlash ishlarini amalga oshirish hamda takomillashtirish yuzasidan ilmiy tadqiqotlarni chuqurlashtirishga qaratilgan yangicha nazariy yechimlarni topish imkoniyatlari yaratildi.

2022 yil 1 maydan 2022 yil 1 martdagi PF-81-son «Oila va xotin-qizlar bilan ishlash, mahalla va nuroniylarni qo'llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida» Farmonlar, 2018 yil 27 iyundagi PQ-3808-son «O'zbekiston Respublikasida oila institutini mustahkamlash kontseptsiyasini tasdiqlash to'g'risida»gi qarorlar, 2020 yil 31 dekabrda 820-son «Oila institutini yanada rivojlantirish va yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash chora-tadbirlari to'g'risida»gi Hukumat qarori hamda faoliyatga oid boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan keng ko'lamlı strategik chora-tadbirlarni amalga oshirishga xizmat qiladi.

O'zbek oilasiga xos ijtimoiy-psixologik xususiyatlar, ilg'or urf-odat va an'analar etnik stereotiplar asrlar davomida shakllanib, rivojlanib, taraqqiy topib kelgan. Ulug' adibimiz Abdulla Qodiriy qahramonlaridan birining «Bu xonadondan hech kim norizo bo'lib ketgan emas», deb aytgan gaplarida elimizga xos katta hayotiy falsafa mujassam». SHu bilan birga, Abdulla Qodiriy ham asarlarida, ayniqsa romanlarida oilaviy hayot haqidagi, uning o'ziga xos sharqona jihatlari xususidagi qarashlarini ilgari surganki, adibning bu haqdagi fikrlari hanuzgacha mukammal tahlil qilingan emas.

Adib romanlarida o'zbek oilasining o'ziga xos etnopsixologik xususiyatlari, milliy xarakter xislatlarining oiladagi shaxslararo munosabatlarda namoyon bo'lishi, turli oilaviy marosimlar, urf-odatlar, an'analarning ijtimoiy-psixologik mohiyati badiiy tarzda tasvirlab berilgan.

²⁰ <https://daryo.uz> 26.12.2020

Ma'lumki, oilaviy turmush munosabatlari oilaning o'tgan ijtimoiy tuzumlarga, hozirgi mavjud va kelajakdagi ijtimoiy hayotga bog'lanib ketganligi bilan ikkiyoqlama xususiyat kasb etadi.

Ilg'or g'oyaviy-siyosiy, ijtimoiy-psixologik qarashlarga ega bo'lgan yozuvchining shaxsiy hayot tajribasiga asoslangan mushohadalari, kechinmalari, xarakter xususiyatlari muayyan darajada asardagi ba'zi qahramonlar, asosan ijobiy qahramonlar tili orqali ifodalanadi, ularning turmush tarziga ko'chiriladi.

Ma'lumki, oilaviy hayot psixologiyasida oila qurish motivlarini uchta asosiy turga ajratishadi. Bular quyidagilar:

1. Sevgi-muhabbat hislari natijasida.
2. Stereotip asosida.
3. Manfaatli (hisobli) ravishda.

Abdulla Qodiriy ko'proq emotsional - qadriyatli, ya'ni sevgi-muhabbat asosida oila qurish haqidagi qarashlarini ilgari suradi.

Yozuvchi ma'lum davrlardagi jamiyat hayotidagi turg'unlik, jaholat har xil ijtimoiy tabaqa vakillari turmushiga ta'sirini ko'rsatib beradi. U qoloq jamiyat nafaqat zulmi bilan farqlanishini, balki davrga muvofiq qoloq urf-odatlar yaratib, kishilar psixologiyasida turg'unlashib qolgan belgilarni mustahkamlashini, bu urf-odatlar, turg'un psixologik belgilarning esa jamiyat o'tkazayotgan zulmni oqlashga xizmat qilishini aks ettiradi. Xuddi shunday qoloq jamiyat yaratgan qoloq urf-odatlardan biri qo'shxotinlik, xotin ustiga xotin olish edi.

Ko'rinib turibdiki, asar boshidanoq sevgi-muhabbat asosida oila qurish va qo'shxotinlik, feodalizm davrida xotin-qizlarga past nazar bilan qarash, ularga vahshiylarcha munosabatda bo'lishga nisbatan tutgan pozitsiyasi aniq-ravshandir.

Oila ta'bir joiz bo'lsa, kishining hayot yo'li, faoliyati boshlanadigan eng birinchi jamoa sanalib, inson ilk bor insonni shu yerda ko'radi, u haqda tushuncha, tasavvurga ega bo'ladi. Oilada, avvalo, bola uchun eng yaqin kishilar, uning ota-onasidir. SHuning uchun ham bolaning xulq-atvori, xarakteri, odat hamda ko'nikmalari oilada shakllanadi. CHunki oila o'z a'zolari bilan uzluksiz o'zaro ta'sir etib, uning faoliyati, yurish-turishini nazorat etib boradi.

O'zbek oilalaridagi o'zaro hurmat, ehtirom, ota-onaga e'zoz, farzandlarga mehr-shafqat va kichiklarga izzat-ikrom bu kishini barkamol inson, mukammal shaxs sifatida shakllantiradigan, axloqiy va ma'naviy jihatdan go'zal hamda yetuk qiladigan, insoniy fazilatlarni rivojlantiradigan qadriyatlar bo'lib hisoblanadi. Va bu qadriyatlarning mazmun-mohiyati farzandlar ongiga dastlab oilada singdiriladi.

Jamiyatda oila doim ham muhabbat asosiga qurilavermaydi. Urf-odat, sharoit taqozosi, ota-ona orzusi bilan ham oila tashkil topishi mumkin. Ota-onalar farzandlar orqali kelajak avlodning, naslning davomiyligini ta'minlaydilar, ya'ni oilaning reproduktiv funksiyasi namoyon bo'ladi. Ota-onaning har qanday sharoitlarda ham farzandlari oldidagi o'z vazifa va majburiyatlaridan voz kechishlari mumkin emas. Abdulla Qodiriy nazarida oila – muqaddas makon. Oilani tashkil etuvchi kishilarning dunyoqarashi, saviyasi, fikr-qiziqishlari, intilishlari bir-birlariga mos kelmay qolgan taqdirda ham oilani buzish katta gunoh hisoblanadi. CHunki bu o'z navbatida oiladagi farzandlar taqdiriga, baxt-saodatiga, ular

ruhiyatiga, shaxs kamolotiga salbiy ta'sir qiladigan ijtimoiy oqibatlarga olib kelishi mumkin.

Qizlarni oilaviy munosabatlarda, umuman ijtimoiy munosabatlarda har bir shaxs guruhdagi o'z statusi, mavqei, maqomidan kelib chiqqan holda muomala, munosabatga kirishadi.

O'zbek oilasi sharq oilalaridan biri bo'lib, ularga xos umumiy xususiyatlar va o'ziga xos milliy, hududiy ijtimoiy-psixologik belgilar bilan tavsiflanadi.

Tadqiqotimizning navbatdagi bosqichida respondentlarning, ya'ni o'zbek va qirg'iz qizlarining mustaqil oila qurishga tayyorlik darajalarini o'rganishga qaratdik. Bunda «**Turmushga chiqishga tayyormisiz?**» metodidan foydalandik. Metodda qizlarni mustaqil hayotga tayyorlik darajalarini aniqlash bilan birgalikda, har ikki millat qizlaridagi farqlar va o'xshashlik jihatlari aniqlandi. Unga ko'ra har ikki guruh vakillarida mustaqil oilaga tayyorlik darajalari bo'yicha farqlar ko'rindi va natijalar quyidagi jadvalda aks etadi. Metodikada 340 nafar o'zbek qizlari, 189 nafar qirg'iz qirg'iz respondentlari ishtirok etdi.

1.-jadval

«Turmushga chiqishga tayyormisiz?» testi natijalari (jadval)

	o'zbek	Qirg'iz	Farg'ona	andijon
O'rtacha	60,6	56,6	60,8	55,7
Dispersiya	158,1	129,4	160,8	112,2
n	356	182	381	157
t	3,76**		4,78***	

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Olib borgan tadqiqotimiz natijalarini dispersion jihatdan tahlil qilganimizda, o'zbek va qirg'iz qizlarida o'rtacha arifmetik qiymatlari o'rtasida statistik jihatidan ahamiyatli farq aniqlandi ($p < 0,5$; $t = 3,76^{**}$). Unga ko'ra, qirg'iz qizlarida oilani saqlash, farzand tarbiyasi bilan shug'ullanish istagi yuqori bo'lsa, o'zbek qizlarida esa o'z kasbini saqlab qolishga nisbatan harakat qilishlari biroz yuqoriroq ekanligi hamda mustaqil hayotga o'z imkoniyatlaridan foydalanishlari va kuch-quvvatlarini jamiyatdagi o'z mavqelarini saqlashga bo'lgan intilishlari ya'ni, nikohdan kiyingi hayotlarini mustahkam bo'lishi uchun oiladagi etnik madaniyatni saqlab qolishi hamda dunyoga keladigan farzand oiladagi rishtalarni bog'lovchi vosita ekanligi aniqlandi.

Navbatdagi hududlar bo'yicha olingan natijalarni dispersion jihatdan tahlil qilganimizda, Farg'ona va Andijon qizlarida o'rtacha arifmetik qiymatlari o'rtasida statistik jihatidan ahamiyatli farq aniqlandi ($p < 0,5$; $t = 4,78^{***}$). Unga ko'ra qirg'iz qizlaridan ko'ra o'zbek qizlarida turmush qurishga tayyorgarlik bevosita ularning yoshlariga bog'liqligini ya'ni, Andijon hududidagi qizlar 19-21 yoshni turmush qurishga tayyor deb belgilashgan bo'lsa, Farg'ona hududidagi qizlarning 21-25 yoshda turmushga chiqishini ma'qullashgan. Bunga qizlarning zamonaviy dunyoqarashlari, sog'lom fikrlashlari, oliy ma'lumotli bo'lishga intilishlari hamda kelajakdagi turmush o'rtoqlarini ham oliy ma'lumotli bo'lishlarini istashlari, ularning turmush qurishga ma'naviy, psixologik, jismoniy tayyorligining muhim omili ekanligi, oiladagi uy-ro'zg'or ishlarini mustaqil bajara olishlari, yuzaga

keladigan muammoli vaziyatlarga psixologik yondashishlari sabab bo'lishi mumkin.

Xulosa qilib shuni aytish lozimki, har ikki millatning yozuvchilari o'z ijodlari, asarlarida muhim ijtimoiy-siyosiy, ma'naviy muammolarni ko'tarib chiqar ekan, bu muammolar doirasida oila, ayollar masalasiga ham e'tibor beradilar va bunda o'tkir zakovatli, fahm-farosatli, yuksak ongli, ma'naviy dunyosi boy, iroda-e'tiqodi mustahkam ayollar timsoli hal qiluvchi, yetakchi o'rinlarni egallaydi. Ushbu muammolar asosida oilada qizlarni mustaqil hayotga tayyorlash ularni aynan millatga xos bo'lgan etnik stereotiplar va psixologik ustanovkalar zahirida tarbiyalashni o'z oldilaridagi maqsadlardan biri deb hisoblashgan.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

4. Mirziyoev SH.M. «Erkin va farovon demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz».- T.: «O'zbekiston»-2016 yil.

5. Mirziyoev SH.M. «Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz».- T.: «O'zbekiston»-2017 yil.

6. Musurmonova, Abduraximova "Mahallada qizlarning sog'lom turmush tarzi" T. 2008 y.

7. Avloniy Abdulla. Turkiy guliston yoxud axloq. – T.: O'qituvchi, 1992. – 160 b.

8. Azizxo'jaeva N.N. O'qituvchi mutaxassisligiga tayyorlash texnologiyasi. – T.: TDPU, 2000. – 52 b.

9. Djuxonova N. X., Mamajonova SH. Mahalla-qizlarni oilaviy hayotga tayyorlashning muhim omili sifatida //innovatsii v pedagogike i psixologii. – 2021. – T. 4. – №. 7.

10. Rustamovna A. A. et al. Ethnopsychological features of the preparation of student girls for family life //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2021. – T. 11. – №. 5. – C. 974-979.

11. Rustamovna, Abdullaeva Arofat, and Djukhonova Noxida. "Ethnopsychological features of the preparation of student girls for family life." ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal 11.5 (2021): 974-979.

GLOBALLASHUV TA'SIRIDA O'SMIRLAR XULQ - ATVORIDA YUZAGA KELADIGAN O'ZGARISHLAR

F.X.Sirojiddinova

*ADPI, Pedagogika va psixologiya
kafedrasi v.b.dotsenti*

Bugungi globallashuv davrida, shiddatli zamonda farzandlarning sog'lom turmush tarzida ta'minlashning o'zigina yetarli bo'lmay qoldi. Zamonga xos va mos yuksak ma'rifatli, bunyodkor, shijoatli avlodni tayyorlash zarurati jamiyat, eng avvalo, oila instituti zimmasiga g'oyat katta mas'uliyat yuklamogda.

Oilada inson, eng avvalo, sog'lom voyaga yetadi, yaxshi xulq namunalarini o'zlashtiradi, o'zida maksadga muvofiq shaxslararo munosabatlar ko'nikmalarini shakllantiradi. Shu bilan birga, oila farzandlarni mustaqil hayotga tayyorlashda

hayot tajribalarini o'rgatuvchi maskan sifatida betakror xizmat qiladi. Ammo bugungi globalashuv davrida, shiddatli zamonda farzandlarning sog'lom bo'lishini ta'minlashning o'zigina yetarli bo'lmay qoldi. Zamonga xos va mos yuksak ma'rifatli, bunyodkor, shijoatli avlodni tayyorlash zarurati jamiyat, eng avvalo, oila instituti zimmasiga g'oyat katta mas'uliyat yuklamoqda.

Hozirgi zamonda o'smirlar ongi, ruhiyatida ilgari kuzatilmagan qanday o'zgarishlar ro'y beryapti, mazkur o'zgarishlar qanday xarakterga ega (ijobiy yoki salbiy), agarda nojoiz ta'sirlarga berilayotgan yoshlar bo'lsa, buning sabablari nimada, ushbu ta'sirlarning oldini olish uchun nimalarga e'tibor qaratish lozim?" degan savollarga javob topish zaruriyati xam yuzaga keldi.

Bugungi kunda ko'pchilik axborot olish manbai sifatida murojaat qiladigan, hayotimizning ajralmas tarkibiy qismiga aylanib ulgurgan internet xususida ba'zan kishilar bir yoqlama fikr yuritayotganini kuzatamiz. Ayrimlar internetning ijobiy tomonlarini qo'llab-quvvatlasalar, boshqalar esa foydalanish jarayonida inson oladigan negativ, salbiy ta'sirlarga ko'proq e'tibor qaratadilar. Ayni nuqtai nazardan, internetning funksiyalari, vazifalari, imkoniyatlarini to'g'ri anglash va undan maqsadga muvofiq foydalanishni har bir fuqaro uddalashi lozim, deb o'ylaymiz. Ba'zi yoshlarning internetga mukkasidan ketishini esa sabab emas, oqibat sifatida baxolagan bo'lardik. Shuning uchun, ta'lim muassasalarida ta'lim va tarbiyani uzviy holda, birga olib borish zaruriyati haqida bot-bot gapirilmoqda ekan, ta'lim berish jarayonida maqsadga muvofiq tarbiyalab borish, tarbiyalash jarayonida ta'limga oid ma'lumotlar, usullardan o'rinli foydalanish har doim xam dolzarb ahamiyat kasb etib kelgan. Ta'lim muassasalari pedagogik jamoalarida oshkoralik, xayrixohlik, bag'rikenglik, tanqidiy-tahliliy mushoxadaga asoslangan o'zaro munosabatlar tizimini yo'lga qo'yishga alohida e'tibor qaratish lozim. Mazkur tizim pedagoglar va talabalarni destruktiv g'oyalar ta'siriga tushishdan saqlashda, ularning psixologik salomatligini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi.

Ayniqsa, yosh davrlari bilan bog'lik shaxs inqiroz holatlari mavjudligini otonalar inobatga olishlari, mazkur holatlar o'smirlar davrida alohida e'tibor talab qilishini bilishlari zarur. Chunki inqiroz davrida inson biron-bir yaqin kishisining maslaxati, ma'naviy qo'llab-quvvatlashiga ehtiyoj sezadi. Agar yonida shunday kishisi bo'lmasa, uning faoliyatida salbiy xususiyatlar, xulq-atvorida og'ishlar kuzatilishi mumkin. Ularda psixologik madaniyat, mafkuraviy immunitet yetarli darajada shakllangan bo'lsa, bu jarayon salbiy asoratsiz kechadi. Globalashuv sharoitda farzandlarimiz tarbiyasini virtual olam ixtiyoriga berib qo'yish esa yomon oqibatlarga olib kelishi mumkin.

Yana bir masala o'smirlardagi salbiy xulq-atvorni korreksiya qilish maqsadida umumta'lim maktablarida turli ijtimoiy, motivatsion psixologik trening mashg'ulotlar va olib borilsa amaliy-psixologik maslahatlar korreksion texnikalar va salbiy xulq-atvorni bosqichma bosqich o'zgartirish mumkin ya'ni, shaxsning o'zini-o'zi va o'z his-tuyg'ularini anglash, o'z shaxsini qayta baholash, hissiyotlar ustida ishlash, salbiy xulq-atvorni anglash, shaxslararo munosabatdagi qiyinchiliklar, kognitiv jarayonlarni rivojlantirish, barkamollikka intilish, ota-ona va pedagoglar bilan ishlash kabi mashg'ulotlar majmui qo'llanildi. Ijtimoiy, motivatsion psixologik treninglar majmuini xalq ta'lim muassasalari amaliyotiga

tatbiq etilishi orqali bola shaxsining pedagogik va psixologik jihatdan mukammal rivojlanishiga yordam beradi. Jumladan, maktab amaliyotchi psixologining ish rejasiga kiritilgan "Ijtimoiy psixologik muammolari mavjud bo'lgan o'quvchilarning salbiy burilish va og'ishlarining oldini olish"ga qaratilgan psixologik profilaktika, "Xulqida og'uvchanligi mavjud va moyilligi aniqlangan o'quvchilari bilan korreksiyalash ishlarini tashkil qilish" hamda "bolalar va o'smirlarning salbiy burilishi va og'ishlarining oldini olishda maktab pedagogik jamoasi va ota-onalarning hamkorligini takomillashtirish" kabi vazifalarini amalga oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa o'rnida shuni aytish joizki, intellektual asr talabiga javob beradigan har tomonlama taraqqiy qilgan dunyoqarashi keng o'smir o'quvchi shaxsini shakllantirishda muhim vosita bo'lib xizmat qiladi.

FOYDALANILGA ADABIYOTLAR:

1. Nishonova Z.T. va b.Rivojlanish psixologiyasi.pedagogik psixologiya .
2. O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati .Toshkent2018 y.
4. G'oziyev E. Ontogenez psixologiyasi . Noshir taxriri ostida Toshkent. 2010

IDENTIFIKATSIYA VA TAQLID QILISH MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR IJTIMOYILASHUVINING PSIXOLOGIK MEXANIZMLAR SIFATIDA

J.Zaynobidinov,

Farg'ona davlat universiteti dotsenti, psixologiya fanlari nomzodi

Ijtimoiylashuv – inson tomonidan ijtimoiy hayot tajribasini o'zlashtirish bilan bog'liq jarayon bo'lib, uning natijasida individ shaxsga aylanadi, ya'ni odamlar orasida yashash uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalarni o'zlashtiradi hamda o'zgaralar bilan muloqot va hamkorlik qilishni o'rganadi.

Ijtimoiylashuv natijasida inson atrof-muhit uchun ahamiyatli bo'lgan xulq-atvor normalari, ustanovkalar, qadriyatlar va munosabatlar tizimini o'zlashtiradi.

Ijtimoiylashuvning asosiy manbaalariga oila, maktabgacha ta'lim muassasasi, maktab, mahalla, ommaviy axborot vositalari, ta'lim tuzimini kiritish mumkin. Shuni ham qayd qilish lozimki, ijtimoiylashuv asosan insonlarning bin biri bilan muloqoti hamda birgalikdagi faoliyati orqali amalga oshadi.

Ishtimoiylashuvning alohida, ammo muhim mexanizmlaridan biri identifikatsiyadir. Identifikatsiya deganda biz insonning o'zini boshqa inson o'rnida tasavvur qila olish, o'zini unga tenglashtirish qobiliyatini tushunamiz. Bu qobiliyat asosida shaxs o'zga inson ma'naviy-axloqiy normalarini, qadriyatlarini, fazilatlarini o'zining ichki dunyosiga xuddi o'zinkiday qabul qila olish xususiyati yotadi. Identifikatsiya shaxslararo bir-birini tushunish jarayonini yengillashtirib, ijtimoiylashuvga katta ta'sir ko'rsatadi. Bolalar o'sish mobaynida ota-onalar, tengdoshlar, o'rab turgan odamlar xulq-atvori shakllari xususiyatlari, munosabatlari, har xil normalarini ko'proq o'zlashtira boradilar. Bola ular hayotiy tajribalari va nuqtai nazarlarini qabul qilayotib, o'zini ular bilan identifikatsiya

qiladi va shu jarayon orqali ijtimoiy hamda jinsiy fe'l-atvorning har xil turlarini o'zlashtiradi.

Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun ota-onalarni identifikatsiyaning asosiy manbai hisoblash mumkin. Keyinchalik bu safga tengdoshlar, tarbiyachi-o'qituvchilar, badiiy qahramonlar, boshqa kattalar qo'shiladi. SHunday qilib identifikatsiya ilk bolalikda boshlanib, insonning butun umri mobaynida davom etadi. Identifikatsiyaning ob'ekti bo'lib inson o'zi xohlagan, intilgan xulq-atvor va qadriyatlar sohibi bo'lgan boshqa shaxslar xizmat qiladi.

Identifikatsiyaning erkak va ayol shaxsi shakllanishiga ta'sir etuvchi jarayonlaridan biri sifatida ham ahamiyati katta. Bu jarayonda individda u bilan bir jinsga mansub insonlarga xos xulq-atvor rivojlanadi va bu vazifani asosan ota-onalar bajaradi. Chunki ular oilada bola uchun ma'lum jins vakili sifatida taqlid qilish uchun andoza vazifasini bajarishadi. Ota-onalar orqali bolalarga jinsga mos va xos ustanovkalar, talablar va xulq-atvor namunalari o'tkaziladi. Ular farzandlaridan kutayotgan jinsga xos fazilatlarga bolalarning o'ynayotgan o'yinchog'i, kiyayotgan kiyimi va namoyon qilayotgan fe'l-atvori shakllariga qarab rag'batlantirish va jazolash usullari orqali erishishadi. Bu har xil jins vakili bo'lgan bolalarga o'z jinsiga to'g'ri keladigan vazifalar taqsimlash hamda erkak va ayollarga taalluqli xulqni kutish va talab qilish vositasida amalga oshiriladi. Otalar, odatda, o'g'illarda erkaklarga taalluqli fazilatlar rivojlanishiga mas'ul bo'lsa, qizlarda ayollik fe'l-atvorini rivojlanishi bilan onalar shug'ullanishadi. Katta bo'lgan sari bola o'z jinsiga mansub kattalar (ota va ona) bilan ko'proq muloqot qilishga intiladi.

Ulg'aygan sari xuddi shunday talablarni bir-birlariga bolalarning o'zlari ham qo'ya boshlashadi. Bu ijtimoiylashuv jarayoniga kitoblar ommaviy axborot vositalari ham faol jalb etila boshlanadi va natijada bola 4-5 yoshlarga kelib o'z jinsiga monand xatti-harakat, nuqtai nazar va xulq-atvor shakllarini namoyon qilishga qobil bo'ladi.

Bir qator psixologik eksperimentlar natijasida bolalarning u yoki bu inson bilan o'zini identifikatsiya qilish mexanizm va omillari ochib berilgan. CHunonchi, bolalarga mehribon va xushmuomala bo'lgan kattalar bolalar uchun ko'proq identifikatsiya ob'ekti bo'ladi oilada ota lider bo'lsa, qizlar o'zlarini otadan ko'ra ko'proq u bilan identifikatsiya qilishadi. O'g'il bolalar uchun esa bunday oilalarda erkaklarga xos fazilatlar rivojlanishida ma'lum qiyinchiliklar vujudga keladi. ota yetakchi ro'l o'ynagan oilalarda aksi - qiz bolalar ko'proq otalariga o'xshashga harakat qilishadi. Shu bilan birga ularda onalarning xarakter hislatlari ham rivojlanadi.

Identifikatsiyaning muhim omillaridan biri – bolada o'zini ota-onalardan biriga aynan o'xshash deb idrok qilishidir. O'ziga o'xshash ota-onaga o'zini identifikatsiya qilish bu yoshda o'ziga o'xshamagan ota-onaga identifikatsiya qilishdan ko'ra kuchliroq namoyon bo'ladi.

Identifikatsiya havas qilishdan boshlanadi. Havas qilish esa bizning mentalitetimizga ko'proq mos keladigan mexanizmdir. Milliy qiyofimizda havas qilish orzu-umidlar, istiqboldagi hayotiy va professional rejalar bilan bevosita bog'liq bo'lib, shaxs shakllanishida katta ro'l o'ynaganligi sababli chuqurroq

o'rganishga loyiq fenomendir. Havas qilish ob'ektlari insonning yoshi, ehtiyojlari va psixik taraqqiyotiga qarab o'zgarib boradi. Havas bo'lishi uchun, albatta, ibrat, namuna bo'lish talab qilinadi. Havas ob'ekti istiqbolda identifikatsiya ob'ektiga aylanishi mumkin, ammo havas darajasida qolib ketishi ham ehtimoldan holi emas. SHaxsning havas ob'ektiga qiziqishi ortganda uning faolligi oshadi va keyingi psixologik omil-havas ob'ektiga taqlid qilish boshlanadi.

Taqlid qilish – bu individ tomonidan ongli yoki ongsiz tarzda o'zga odamlar tajribasi, hatta-harakati, fe'l-atvori, qiliqlari, nutq xususiyatlarini takrorlashdir. Bolalarda taqlid qilish chaqaloqlik paytidanoq boshlanadi. Kattalarda esa taqlid qilish ikkinchi darajali rol o'ynaydi desa bo'ladi. Kattalarga taqlid qilishni normal hodisa sifatida qabul qilish kerak – chunki inson shaxsining shakllanishida uning o'ziga xos o'rni bor. Agar taqlid qilish qobiliyati bolada sust bo'lsa, u ijtimoiy tajribani o'zlashtirishda qiynaladi va bu holat umuman, uning psixik taraqqiyotida nuqsonlar paydo bo'lishiga olib keladi. SHuning uchun taqlid qilish maktabgacha bo'lgan davrda mutaxassislar tomonidan keng rag'batlantirib borilishi zarur. Yosh ulg'aygan sari taqlid qilish ham mukammallashib boradi.

Albatta, shaxs ijtimoiylashuvida boshqa omillar ham mavjud. Ularning istiqbolda tadqiq qilishni oldimizga maqsad qilib qo'yganmiz.

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Бадалев А.А. Личность и общение. М. 1983 г.
2. Дубовская Е.М., Р.Л. Кричевский. Феномен идентификации в групповом лидерстве. Бюллетень Моск.университета, сер.14. психология, 1980, с. 48-58.
3. Журавлев А.Л.и др. Социальная психология, уч.пособие, М.2002.с.351.
4. Zaynobidinov J. Identifikatsiya bo'lajak o'qituvchilar professional-pedagogik yo'nalganligiga ta'sir ko'rsatuvchi omil sifatida. Samarqand davlat universiteti ilmiy axborotnomasi. 2021 yil 4-son (128). Gumanitar fanlar seriyasi, 101-106-betlar.
5. Фридман Л.М., Кулагина И.Ю. Психологический справочник учащихся, М. “Просвещение”. 1991. с. 125-171.

NIKOH MOTIVLARI

A.S.Komilova

O'zbekiston Milliy Universiteti Jizzax filiali katta o'qituvchisi Go'zal

Cho'tboyeva

3-kurs talabasi

Hech bir devor yoki uy poydevorsiz bo'lmaganidek, yangi quriladigan oilaning ham o'ziga xos poydevorlari bor. Ular shu oilaning yuzaga kelishiga asos bo'lgan nikoh oldi omillaridir. Nikoh oldi omillaridan biri esa oila qurilishiga asos bo'lgan nikoh motivlaridir. «Motiv» iborasi psixologiyada ma'lum bir xulq, faoliyatning yuzaga kelishiga asos bo'lgan kuch, turtki, manba, asosni bildiradi. Shu o'rinda haqli savol tug'iladi, oilalar qanday motivlar tufayli yuzaga kelishi mumkin? Psixologik adabiyotlarda bir necha o'nlab nikoh motivlari farqlanadi.

Lekin ular umumlashtirgan holda uchta klassifikatsiyaga farqlanadi. Bular: sevgi tufayli oila qurish, ya'ni yoshlar oila qurishdan avval bir-birlarini sevib, ma'lum bir muddat sevib-sevilib yurganlaridan so'ng shu o'zaro sevgining mahsuli sifatida bir-birlarining visoliga to'y qilib, oila qurib yetishadilar. Motivlarning ikkinchi klassifikatsiyasi moddiy yoki o'zga manfaatdorlik tufayli oila qurish. Bunda yoshlar oila qurar ekanlar, nimanidir hisobga olgan holda, ma'lum bir maqsadni ko'zlab oila qurishlari mumkin, masalan, boylikni, mansabni, moddiy yoki ijtimoiy manfaatdorlikni ko'zlagan holda: «Agar shu yigitga turmushga chiqsam, boy-badavlat yashayman» yoki «Shu qizga uylansam, uning ota-onasi yordamida ma'lum bir mansab, mavqega erishaman», — degan fikrlar asosida o'zining ijtimoiy-iqtisodiy ahvolini yaxshilash, «yolg'izlikdan qutulish» va boshqalar. Shu kabi hisobga olinadigan narsalarni ko'plab sanab o'tish mumkin.

Nikoh motivlari klassifikatsiyasidan yana biri — stereotip bo'yicha oila qurish deb ataladi. Bu toifa yoshlarda oldingi motivlarning ikkalasi ham kuzatilmasligi mumkin. Ular oila qurar ekanlar, stereotiplarga qaraydilar. Bunday yoshlardan nima uchun oila qurganliklari so'ralsa, odatda «Hamma tengdoshlarim uylanayotgandi, men ham uylandim!» yoki «Hamma dugonalarim turmushga chiqishayotgandi, men ham turmushga chiqdim!» qabilida javob beradilar.

Xozir biz yuqorida sanab o'tilgan uchala motiv: sevgi, moddiy yoki o'zga manfaatdorlik tufayli, stereotip bo'yicha qurilgan oilalarning qay biri mustahkamroq bo'ladi, ya'ni qaysi motiv nikoh oila mustahkamligini kuchliroq ta'minlaydi? Albatta, bu savolga yoshlarning aksariyati, birinchi motivni, ya'ni sevgi motivini tanlab javob berishadi. Chunki ular sevgi tufayli oila qurish nikoh mustahkamligini ta'minlovchi eng ishonchli, mustahkam poydevor deb hisoblaydilar. Haqiqatan ham, sevgining oila mustahkamligidagi o'rni beqiyosdir. Sevgi — bu o'ta qudratli kuchdir. U tufayli inson nimalarga qodir emas?! Insoniyat o'z taraqqiyotida erishgan eng yuksak cho'qqilar ham sevgi tufaylidir. Z.Freyd ta'kidlaganidek: «Sevgi — bu insoniyatni hayvonot olamidani sug'urib olgan kuchdir!». Inson yaratgan buyuk mo'jizalarning barchasi sevgi tufaylidir. Bu aytilganlardan ko'rinib turibdiki, sevgi tufayli oila qurish baxtli va mustahkam nikohning asosini ta'minlaydi. Albatta, sevishib turmush qurgan juftlarning aksariyati eng baxtli oilaviy hayot kechiradilar. Lekin statistik ma'lumotlarga qaraganda, oilalar ajralishining ko'pchilik qismi ham xuddi shu sevishib oila qurgan juftlarga to'g'ri kelar ekan. Xo'sh, nega endi sevishib oila qurgan juftlar oilaviy hayotlarida hamma vaqt ham baxtli bo'lavermaydilar? Nega kechagina bir-birlarini sevib, bir-birlarisiz yashay olmasligiga to'liq ishongan yoshlar bugun nikohlarini bekor qilish haqida sudga ariza berayaptilar? Ularning sevgisiga nima bo'ldi? Sevgi — o'zi nima? U bor narsami yoki yo'qmi? Bu o'rinda haqli ravishda «Sevgi oilaviy hayotning mustahkam bo'lishiga yordam beradimi yoki xalaqit qiladimi?», degan savol tug'iladi. Bu kabi savollar azal-azaldan yoshlarni, umuman insoniyatni qiziqtirib kelgan savollardir.

Bu haqda o'tmish mutafakkirlarimiz, olimu shoir, yozuvchilarimizning asarlaridan, xalqimizning dono ma'naviy meroslarida ba'zan bir-biriga qarama-qarshi bo'lgan ko'plab misollarni ko'rishimiz mumkin. Sevgi, agarda u haqiqiy bo'lsa, sevishganlar bir-birlarini hurmat qilib, tushunib, bir-birlarini e'zozlab,

avaylab, kerak bo'lsa biri ikkinchisining baxti, shodligi, quvonchi, manfaati uchun o'z manfaatidan voz kechib, o'ta nozik bo'lgan tuyg'u sevgini har doim asrab yashasalar, bu sevgi ularning munosabatlari yanada yaqinlashishiga, oilaviy hayotining mustahkamlanishiga va birgalikdagi hayotlarida eng oliy zavq-shavqlarni his qilishlariga asos bo'lishi mumkin. Bu esa albatta, yoshlardan sabr-toqat, chidam, o'z sevgisini saqlab qolish va uni yanada rivojlantirish uchun tinimsiz izlanish, mehnat qilishni talab qiladi. Keyingi motiv moddiy yoki o'zga manfaat tufayli oila qurishdir. Bu motivning oila mustahkamligiga ta'siri uning keyinchalik qay darajada amalga oshirilishiga bog'liq. Oila qurishdan oldin yoshlarning hisobga olgan, ko'zda tutgan narsalarining hammasi ro'yobga chiqaversa, bu motiv ma'lum darajada nikoh mustahkamligini ta'minlashga xizmat qilishi mumkin. Afsuski, oilaviy hayotda hamma narsa ham yoshlar kutganidek bo'lavermaydi. Shu o'rinda L.N.Tolstoyning: «Badiiy asarlarda, romanlarda, kinolarda syujet, voqealar rivojlanib-rivojlanib borib, oxirida hammasi to'y bilan, yaxshilik bilan tugaydi. Hayotda esa aksincha, hamma narsa to'ydan keyin boshlanadi», — degan fikrini ta'kidlash maqsadga muvofiq. Shuning uchun ham oilaviy hayotda kutilgan hisobga olingan narsalarga hamma vaqt ham erishib bo'lavermaydi. Nimanidir hisobga olib oila qurgan yoshlarning oilaviy hayotda ana shu hisobga olganlari amalga oshmay qolsa, unda ularning oilaviy hayoti g'urbatga, nizo-janjalgaga aylanadi. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, yuridik jihatdan eng mustahkam, turg'un oilalar stereotip bo'yicha oila qurgan juftlarga to'g'ri kelar ekan. Bunday oilalarda ajrashishlar miqdori oldingi ikki motiv asosida qurilgan oilalarga qaraganda juda kam ko'rsatkichni tashkil qiladi. Chunki ular «hamma qatori» oila qurishgan. Qarashsaki, «hamma binoyidek yashayapti» — bular ham yashayverishadi. Bu motiv asosida qurilgan oiladagi er-xotinlar o'ta baxtli ham, o'ta baxtsiz ham bo'lmaydilar. Lekin birgalikdagi hayot tufayli er-xotin o'rtasida bir-birlariga moslashish, bir-birini tushunish, bir-biriga nisbatan mehr-oqibat yuzaga kelib, ular rivojlanib yuqorida aytganimizdek, sevgi-muhabbat darajasiga o'sib yetishi ham mumkin. Bunday holatlar, shubhasiz, bu toifa oilalarni nafaqat rasmiy, yuridik jihatdan, balki emotsional, psixologik jihatdan ham turg'un bo'lishini ta'minlashi mumkin.

Xulosa qilib aytganda yuqorida aytib o'tilgan masalalarni oila qurib bo'lgandan keyin o'ylagandan ko'ra hozir yaxshilab o'ylab, eng maqbul bir fikrga kelib olgan ma'qul. Chunki bu masalalar va bu savollarning yechimi topish uchun imkon bor. Agar o'zingizning bo'lajak oilangizga oid muammolarni hozirdan to'g'ri hal etib borishga o'rganishingiz va ularning eng maqbul javoblarini topishingiz kelgusida sizni o'zingiz va yaqinlaringizni taqdirini hal qilinishida muhim ahamiyatga ega. Bu masala nafaqat siz uchun shaxsiy ahamiyatga ega bo'lgan, balki jamiyat, davlat, xalq, millat ahamiyatiga ega bo'lgan masaladir. Har bir odam u xoh ona bo'lsin, xoh ota bo'lsin, o'z farzandlariga ularning otasini, onasini sevishdanda ortiqroq meros qoldira olmaydi. Farzandlaringizga qanday meros qoldirishni hozirdanoq, hali o'zingiz farzand ekanlik vaqtingizdanoq, qat'iy o'ylab oling.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Shavkat Mirziyoyev. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta'minlash 2017-yil 26-oktabr
2. Shavkat Mirziyoyevning "Yangi O'zbekiston Strategiyasi" 2021-yil 9-sentabr
3. Bondarchuk AI Oila psixologiyasi: ma'ruzalar kursi / MAUP. - M., 2001 yil.
4. Braun J. Kristensan D. Oilaviy psixoterapiya nazariyasi va amaliyoti. - Sankt-Peterburg: Pyotr, 2001 - 352s.
5. Grebennikov I. V. Oilaviy hayot asoslari - M.: Ta'lim, 1991. - S. 24 - 26.
6. Kravets V.P. Oilaviy hayot psixologiyasi: ("Amaliy psixologiya" ixtisosligi bo'yicha pedagogika universitetlari uchun darslik) / M. o. V. - M., 1995. - S.
7. Sunatullaevna, K. A., & Axmedovich, R. O. (2022). Internet is a depression. The benefits and harms of cyberspace on the human psyche. *Eurasian Scientific Herald*, 5, 69-73.
8. Комилова, А. С., & Равшанов, О. А. (2022). TALABALARDA O 'ZIGA BO 'LGAN ISHONCH VA PSIXOLOGIK MADANIYATNI OSHIRISH: Komilova Aziza Sunatullaevna, Mirzo Ulug 'bek nomidagi O 'zbekiston Milliy Universitetining Jizzax filiali "Psixologiya" kafedrasida katta o 'qituvchisi Ravshanov Olim Axmedovich, Mirzo Ulug 'bek nomidagi O 'zbekiston Milliy Universitetining Jizzax filiali "Psixologiya" kafedrasida katta o 'qituvchisi. *Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал*, (4), 267-270.
9. Тошпулатова, Н. Х., & Комилова, А. С. (2016). Психолого-педагогическая работа по организации самовоспитания подростков. *Молодой ученый*, (10), 1306-1308.
10. Комилова, А. (2021). Роль родителей в подготовке молодежи к семейной жизни. *Общество и инновации*, 2(10/S), 437-441.
11. Жуманова, Н. Ш., Тошпулатова, Н. Х., & Комилова, А. С. (2016). Развитие инновационных систем в образовании. *Молодой ученый*, (4), 777-778.
12. Алимкулов, С. О. У., Мелибоев, А. Р., Комилова, А. С., & Туракулов, Л. Т. (2016). Решение разных проблем в образовании с помощью 3D-технологии. *Проблемы педагогики*, (12 (23)), 12-13.
13. Sunatullaevna, K. A. (2022). KITOBXONLIK MADANIYATINI SHAKLLANTIRISH. *International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research*, 518-521.
14. Sunatullaevna, K. A., & Qudratovna, N. F. (2022). INTERFAOL METODLARNI QO'LLASHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI. *International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research*, 521-525.
15. Komilova, A., & Adilova, M. (2023). SHAXS EMOTSIONAL INTELLEKTINING PSIXOLOGIK VA PSIXOFIZIOLOGIK JIXATLARI. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, 3(2).

16. Komilova, A., & Adilova, M. (2023). AGRESSIYA–OSMIRLARDA YUZAGA KELADIGAN TAJOVUZKORLIK RIVOJLANISHIGA TASIR ETUVCHI FENOMEN SIFATIDA. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 3(1).

17. Komilova, A., Husenova, M., & Xidirova, M. (2023). O‘SMIR YOSHIDAGI O‘QUVCHILARNI KASB HUNARGA YO‘NALTIRISHNING ASOSIY XUSUSIYATLARI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 3(1).

18. Aziza, K., & Xurshida, M. (2023). TA‘LIM-TARBIYA JARAYONINI TASHKIL ETISHNING O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI. International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research, 419-422.

19. Aziza, K., & Mohinabonu, H. (2023). TA‘LIM SIFATINI OSHIRISHDA PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALARNING O‘RNI. International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research, 87-89.

20. Komilova, A. S. (2023). O‘QUV TARBIYA JARAYONINI SAMARALI TASHKIL ETISHDA INDIVIDUAL YONDOSHUV. *GOLDEN BRAIN*, 1(31), 126-133.

SOXTA DINIY AXBOROTLARNING O‘SMIR RUHIYATIGA PSIXOLOGIK TA‘SIRI

Bekkiyeva Nargiza Rajabboyevna

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti NTM o‘qituvchisi

Berdiyeva Gulrux Adilovna

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti talabasi

Din uzoq muddatli, ko‘p xususiyatli jarayon bo‘lib, ularning kelib chiqishi turli madaniyatlarda turlicha kechgan. Bu jarayon ijtimoiy omillar ta‘siri bilan bevosita bog‘liq. Ayrim dinlar ijtimoiy tartibni belgilasa, boshqalari insonning ichki kechinmalari va ruhiyatini tartibga solishni ko‘zlaydi. Bugungi kunda jamiyat hayotidagi ijtimoiy o‘zgarishlar nafaqat yoshlik davridagi insonlar balki, o‘smirlik davridagi yoshlar tarbiyasiga ham yuqori talablarni qo‘ymoqda. Ayni vaqtdagi ko‘pchilik oilalardagi psixologik muhit talabga javob bermaydigan tarbiyaviy ta‘sirga ega bo‘lmoqdaki, buning natijasida milliy qadriyatlarining buzilishi, bolalar xulqida noijtimoiy, ular ruhiyatiga zarar yetkazuvchi jarohat beruvchi ijtimoiy omillarning ta‘sirini kuchayishiga olib kelmoqda.

Sir emaski, jamiyatimizda turli yot g‘oyalar ta‘siriga tushib qolayotgan o‘smir yoshlar tez-tez uchramoqda. Ular beqaror axloqli, irodasi bo‘sh, diqqati tarqoq turli psixologik ta‘sirlarga beriluvchan yoshlardir. Ular maktab va undan tashqarida (oilada, ko‘cha, dam olish va boshqa joylarda) barcha narsalarga loqayd, beparvolik bilan qaraydilar. Bunday o‘smirlar doimo ham jamoat e‘tibor markazida bo‘lavermaydi.

Din so‘zi – e‘tiqod ma‘nosini anglatadi. Har bir din diniy dunyoqarash, diniy marosim, diniy tuyg‘u va sig‘inish obyektlarini o‘z ichiga oladi. Har qanday jamiyatda din ma‘lum ijtimoiy, ma‘naviy ruhiy vazifalarni bajaradi. Uning ijtimoiy hayotga ta‘siri kuchlidir. Har bir din dindorlarini o‘z ta‘limoti doirasida saqlashga

harakat qiladi. O'z g'oyalarini ilgari suradilar. Din jamiyatning hukmron kuchlari davlati siyosati darajasiga ko'targan, ya'ni o'z yo'lida foydalanishga bo'lgan kuchdir.

Ma'lumki, o'smirlik bu balog'atga yetish davridir. Barcha sohalarning to'xtovsiz ravishda rivojlanib borayotganligi, o'sib kelayotgan har bir yosh organizmga o'z ta'sirini ko'rsatadi. Ilgari, o'smirlarda balog'atga yetish davri qizlarda 12-15 yosh o'g'il bolalarda 13-16 yoshlarga to'g'ri kelgan bo'lsa, hozirda esa 10-11 yoshdan 14-15 yoshgacha bo'lgan davrni o'z ichiga oladi. Bu davrning xarakterli xususiyatlari shundan iboratki, endokrin bezlardan gormonlar ko'p ajrala boshlaydi, markaziy nerv sistemasining qo'zg'aluvchanligini oshishiga sabab bo'ladi. Bu esa o'smir ruhiyatining o'zagarishiga sabab bo'ladi. Shuning uchun ham oldinlari yuvosh, intizomli, muloyim bo'lgan bola balog'atga yeta boshlagach, birdaniga o'jar, qaysar, tez jahli chiqadigan bo'lib qoladi. O'smir o'z fikrini maqullaydigan, boshqalar fikriga qo'shilmaslik alomatlari yuzaga keladi. Uni hurmat qilishlarini, mustaqil xatti-harakatlariga to'g'ri baho berishlarini talab qila boshlaydi.[2,7]

Ayni paytda turli mafkuraviy tahdidlar aholining ma'lum bir qatlamlilar ayniqsa, yoshlarning qarashlarini o'zlariga ma'lum bo'lgan yo'nalishda o'zgartirish, diniy ekstrimizm ahloqsizlik kabi buzg'unchilik g'oyalarni sindirishga urinishdek ko'rinishlarda sodir bo'lmoqda. Yaqin o'tmishda sodir bo'lgan voqeani olsak, 2002-2003 yillarda bir necha terrorizm guruhlarida esa o'sha davrda bo'lgani kabi internet yoki kompyuter sohasi uncha rivojlanmagan vaqtlarda yoshlarning ongini, mafkurasini o'zlarining qarashlari bilan o'zgartirishga harakat qildi. Yoshlarning ongini egallash, ularni o'z tomonlariga og'dirish uchun ular o'zlarining diniy kitoblarini, varaqlarini tarqatib, yoshlar ongini zaharlashga ulardagi dunyoqarashni o'zgartirishga intilishdi. O'smirlardagi axborotga bo'lgan taqchillikdan, foydalangan soxta diniy oqimlar o'z g'oyalarini olg'a surdilar. Har bir davrda bo'lgani kabi yoshlarimizni qiziquvchanligi tufayli, ularda soxta diniy axborotlarning rivojlanishiga sabab bo'ldi. Soxta diniy oqimlarga qo'shib qolib, o'z vataniga, xalqiga jabr ko'rsatgan yoshlarimiz ham afsuski bor edi. Buni anglab yetganimizda juda kech edi, chunki ko'p yoshlarimiz yo'ldan og'ishgan edilar. Ayrim yoshlarimiz ortga qaytishga kech bo'lganligidan, ular ruhiyatida salbiy o'zgarish sodir bo'lgandi. Ular o'zlarini to'g'ri yo'lda ekanligini bot-bot takrorlaganlar. Lekin ayrim yoshlarimiz ularning tazyiqi ostida turganligini o'zi bilmagan tushunmagan holda borganligi anglaganda esa kech bo'lgandi. Soxta dinga qo'shib qolganlarga ijtimoiy, ruhiy ko'mak berish masalalari o'sha davrda ancha sust edi.

Soxta diniy oqimlarda bir mezonning yo'qligi, undagi buzg'unchi g'oyalar, yoshlarda qiziqish uyg'otadi. Islom dinida yoki boshqa dinda birorta ozor yetqazish yoki qonun qoidani buzish jismoniy yoki ruhiy tazyiqlar yo'qligi uchun yoshlardagi bunday xohish istakni boshqa soxta diniy oqimlar amalga oshirishga yordam beradi. Soxta diniy oqimlarda shaxidlik, terakt uyushtirish, jinsiy zo'ravonlikni targ'ib qilish oson kechgan. Balog'atga yetib keladigan o'smir yoshlarda psixologik, ruhiy ongida kechayotgan jarayon bunga bo'lgan tobelikni yanada kuchaytiradi. Soxta diniy oqimlar ruhiyatni, psixologik holatni yaxshi

bilgani sababli yoshlarni ko'proq jalb qiladi. Hozirgi kunga kelib esa bu harakat juda jadallashgan. O'smir yoshlarni himoya qilish maqsadida ularda yot g'oyalarni, maqsadlarini anglashga, to'g'ri fikr yuritishga ko'maklashmoqdalar. Har bir o'smir bilan individual psixologik yondashgan holda suhbatlar tashkil etilmoqda.

Ilmiy tadqiqotlar va hayot tajribalari ayrim axloqiy tushunchalarni noto'g'ri tushinib, shaxsning ba'zi fazilatlarini noto'g'ri baholab, mustaqillikka intiladigan o'z irodasini namoyish qilishga harakat qiladigan o'smirlar o'zlarida salbiy sifatlarni o'stirishga urinishni ko'rsatdi. Hatto ular o'zlarida shakllangan ijobiy hislatlarni yo'qotishga ham harakat qiladilar. O'qituvchi va ota-onalarning asosiy vazifasi ularning noto'g'ri qarashlariga zarba berish va o'smirlarning adashishlariga yo'l qo'ymaslikdir.[1]

Xulosa. Dunyo bo'ylab ko'plab soxta diniy oqimlar borki, ular o'z ildizini yoyish uchun hozirgi vaqtda ham yoshlarni ruhiyatini buzishga, o'zlariga og'dirishga harakat qiladilar. Ular o'z chiqishlarini internet saytlarida har xil roliklarda, soxta diniy oqimlarda yovuzlikni kuchaytirishga harakat qiladi. Yoshlar ongidagi psixologik o'zgarishlar soxta diniy oqimlarni aldamchi ekanligini anglab yetishga halaqit beradi. O'smir yoshlardagi bunday psixik ruhiy holat buzilganda davlat va jamiyat katta zarar ko'radi. Bunday vaziyatda muammoni oldini olish, hal qilish, ommaviy kurash kerak. Tobelikdan chiqarish uchun avvalom bor, yoshlarning oilaviy muhitini o'rganish, ularning ijtimoiy-ruhiy holatini bilish, din haqidagi bilimlarni to'g'ri va aniq o'rgatish ulardagi muammoni yechish imkonini beradi. Ular bilan suhbatlashganda keskin fikr bildirmaslik, bosiqlik bilan ruhiy holatini o'zgartirish uni hoxish istaklariga hurmat bilan qarash uning ruhiyatini yaxshilaydi. Shundagina rivojlanish yoki psixologik ongdagi jarayonlarda o'zgarish bo'lish mumkin.

FOYDALANIGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI.

1. Xodjayeva Ozoda Rustam qizi Ota-onalar bilan ishlashda psixokorreksion faoliyatning o'rni [file:///c:/users/admin/downloads/94-98%20\(1\).pdf](file:///c:/users/admin/downloads/94-98%20(1).pdf)
2. X.Узоқов, Э.Ғозиев, Л.Орипова Оила ахлоқи ва одоби. Тошкент “Ўқитувчи” 1995 7-б
3. “Ўқитувчи” 1995 7-б Z.T.Nishanova, G.K.Alimova. Psixologik xizmat. Psixokorreksiya. Toshkent “Ijod press” nashriyoti, 2019. [1.6,286]
4. Ш.Р.Баротов Психологик хизмат *дарслик* “Наврўз” нашриёти.

TALABA YOSHLARDA NIHOH OLDI YETUKLIKNI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOIIY PSIXALOGIK JIHATLARI

Normamatova Nazira Alijon qizi

Guliston davlat universiteti tayanch doktoranti

Oila bu muqaddas makon sanaladi, shuningdek «oila qasri» ning mustahkamligi shu qasrning poydevori bo'lmish nikoh oldi omillari xususiyatlariga, ularning qay darajada to'g'ri va mustahkam qo'yilishiga bog'liq. Agar shu poydevor yetuk, mustahkam bo'lsa, uning ustida qurilgan imorat

ham ko'rkam, yorug', unda istiqomat qiluvchilarga qulaylik, xotirjamlik, tinchlik, huzur-halovat bag'ishlaydigan bo'ladi.

Hech bir devor yoki uy poydevorsiz bo'lmaganidek, Sizning qurajak oilangizning ham o'ziga xos poydevorlari bor. Ular shu oilaning yuzaga kelishiga, qurilishiga asos bo'lgan nikoh oldi omillaridir. Agar shu nikoh oldi omillarining oilani yuzaga kelishiga ta'siri noo'rin bo'lsa, u shoshilinch, bo'sh, qiyshiq qurilsa, uning ustiga o'rnatilgan oila imoratining devori ham qiyshiq va omonat bo'lib boraveradi va u shu imoratning bir kuni kelib qulashi, buzilib ketishi xavfini tug'diradi. Bunday poydevor ustiga qurilgan imorat qulab tushmagani, bo'zilib ketmagani taqdirda ham, unda istiqomat qiluvchilarga xotirjamlik, tinchlik, quvonch baxsh eta olmaydi. Ular doimo qandaydir bir xavotirda, hadikda, noqulaylikda, xijolatda yashashlariga to'g'ri keladi. Shu sababli oila qurish arafasidagi yoshlarda oilaviy hayot borasidagi qarashlarini, nikoh qurish shartlaridan har tomonlama chuqur bilimga ega bo'lishi, kelajakda jamiyatimiz farovonligiga xizmat qiluvchi oilani qolaversa yosh avlodni shakllantirishiga sabab bo'lishi omillaridandir. Oila kichik guruh sifatida, emotsional munosabatlar tizimining ahamiyatligi bo'yicha va ijtimoiy institut sifatida shaxs psixologiyasi fanida, ijtimoiy psixologiya fanida va sotsiologiya fanida ham o'rganiladi. Bola va ota-ona munosabatlari, tarbiya stili, bolaning oilada rivojlanishi yosh davrlari va Oila psixologiyasi ning asosiy o'rganish predmeti hisoblanadi. Oila ichidagi o'zaro aloqalar boshqa har qanday guruh ichidagi o'zaro aloqalarga qaraganda boshqacha bo'lib – u qarindoshlik rishtalari bilan bog'langandir. Er-xotin o'zaro munosabati tahlil qilinar ekan, sotsiologlar diqqat markazida nikoh tendentsiyalari, ajralishlar, oila siyosati tahlili tursa, oila psixologlari esa, nima sababdan odamlar bir-birlarini yoqtirib qolishadi, qanday qilib bir-birlari bilan kelishib, moslashib yashab ketishadi degan muammolarni tadqiq qilish turadi. Individning shaxsiy hayoti sotsial psixologga qaraganda oila psixologini ko'proq qiziqtiradi. Shaxsni tadqiq qiluvchi psixologlar o'z diqqatlarini individlarning farqlari va ularning ichki individual mexanizmlari esa oila tizimida paydo bo'lgan va o'sib rivojlanayotgan individga o'z diqqatlarini to'playdilar.

XXI asrga kelib insoniyat oldida qanday qilib o'z yolg'izligini engishi, o'zga kishi bilan qanday qilib mustahkam, garmonik, ittifoq tuzish va qanday qilib bu ittifoqni uzoq yillar, butun umr davomida saqlash kabi muammolar keskin turibdi. Bu haqda S.L.Rubinshteyn to'g'ri fikrni aytgan: "Inson hayoti asosini, o'zagini o'zga kishi, odamlarga bo'lgan munosabat tashkil qiladi. Inson "yuragi" uning boshqa odamlarga bo'lgan munosabatlaridan to'qilgan; uning bahosi, baholanishi odam qanday insoniy munosabatlarga intilishiga qarab, odamlarga va o'zga kishiga qanday munosabat o'rnatishiga qarab aniqlanadi. Insonning boshqa odamlarga bo'lgan munosabati asosida inson hayotini tahlil qilish psixologiyani asosiy yadrosini tashkil etadi". Oilani o'rganish bo'yicha psixologlar tomonidan kiritilayotgan ko'pgina tendentsiyalar, nazariy takliflar, nikoh va oila modeli mohiyatini yaratishga intilishlar oila psixologiyasini psixologik bilimlar tizimida tutgan o'rni va uni dolzarb ekanligini chuqurroq o'ylab ko'rishni taqozo etadi.

Oila haqida alohida fan yo'q. Lekin oilaning turli jihatlarini o'rganish bilan 10 dan ortiq fanlar shug'ullanadi. Bu fanlar quydagilarni o'z ichiga oladi.

Etnografiya - nikoh oila munosabatlarini xalqlar turmush tarzining bir tabaqasi sifatida o'rganadi.

Aholishunoslik - demografiya - aholining hamda uning asosiy bo'g'ini bo'lmish, oilaning turli xil muammolarni siyosiy-ijtimoiy, iqtisodiy va tarixiy jarayonlar asosida o'rganadi.

Iqtisod fani bilan statistika fani, oila byudjeti oila ishlab chiqarishi, oilaviy iste'molni, mehnat taqsimotini, oiladagi xo'jalik iqtisodiy munosabatlarni tadqiq etish bilan shug'ullanadi.

Psixologiyaning vazifasi - asosan nikoh-oila munosabatlarida namoyon bo'ladigan hissiyot, tasavvur urf-odatlarini ruhiy hodisalarning ijtimoiy tabiiy manbalarini o'rganishdan iborat.

Oila pedagogikasi - oilaning bolalarga ko'rsatadigan ta'sirini oiladagi tarbiya qonuniyatlari, vositalarini ota yoki onaning bolaga ta'siri, oila va uning boshqa tarbiya muassasalarining o'zaro munosabatini aniqlashdir.

Tibbiyot fani - nikohning fiziologik jihatlarini va ularning oqibatlarini, oilaning oila a'zolari sog'ligiga ta'siri tadqiq qiladi.

Huquqshunoslik - oila nikoh va oila to'g'risidagi qonunlarni va oilaning ijtimoiy hayotga munosabatini o'rganib xuquqiy qoidalarni asoslab beradi.

Oilaning mustahkam bo'lishidagi asosiy mas'uliyat oila boshlig'i zimmasida, deb bilgan Sohibqiron: "O'g'illarim, nabiralarim va yaqinlarimni uylantirmoq tashvishida kelin izlamoqqa e'tibor berdim. Bu ishni davlat yumushlari bilan teng ko'rdim. Kelin bo'lmishning nasl – nasabini, yetti pushtini surishtirdim. Odamlar orqali salomatligini, jismoniy kamolotini aniqladim, odob - axloqi, sog'lom va baquvvatligi bilan barcha qusurlardan holi bo'lsagina el-yurtga katta tomosha berib, kelin tushirdim" - deydi. Shuningdek, sarkardaning quyidagi so'zlari yanada ibratli: "O'g'illarim, nabiralarim va yaqinlarimga biron tomchi sharob ichib, xotinlariga yaqinlashishni man etdim. Zero, sharobning ta'siri bunyodidan kelgan farzand nasl-nasabning buzilishiga ta'sir etgay, debon shu pokiza yo'lni tutdim". Demak, Amir Temur nafosatshunoslikni manbai pokizalik, tartib-intizom oila kuch-qudratini yuksaltirib, jamiyatga poydevor bo'lishini yaxshi bilgan. Buyuk sarkarda boboklonimiz ham turmush qurish arafasidagi farzandlariga juft tanlashda bir qancha omillarni hisobga olgani, shundan keyingina turmush qurishlari lozimligini aytgani sog'lom oilani garovi ekanligini takidlaganli bu jarayonning qanchalik muhimligini ko'rishimiz mumkin.

Muhokama: Hozirgi zamonda ko'pchilik oila qanday muqaddas makon ekanligini anglamay qo'yishdi. Arzimagan sabab bilan oilalar ajralishib ketmoqda. Er-xotin bir-birini tushunmay qo'yishdi. Mening fikrimcha ayollar erlaridan bir pog'ona pas turib, hop deyishsa hammasi yaxshi bo'lib ketadi. Erkaklarimiz esa ko'chadagi begona ayollarga qaramasdan o'zlarining jufti haloliga bor e'tiborini berishlari kerak. Shunda oilalar mustahkam bo'ladi.

Xulosa: Xulosa o'rnida shuni aytishimiz mumkinki, bugungi kunda mamlakatimizda yoshlarga, ularning ilm olish va kasb-xunar egasi bo'lishi uchun ko'gina imkoniyatlar yaratilmoqda. Shuningek yoshlarimizga, oilaviy hayot qurish

va uni tashkil etish yuzasidan psixologik bilim va tushunchalarni keng va yetarlicha ma'lumot berish davr talabiga aylanib bormoqda. Chunki sog'lom psixologik muhit qaror topgan oiladagina barkamol va yurt ravnaqiga xizmat qiladigan kelajak avlodni shakllantirish mumkin. Shu nuqtai nazardan kelib chiqib, bu masalaga e'tibor qaratishimiz davr talabiga aylanib o'z dolzarbligini amaliy hayot tajribasida ko'rsatmoqda.

FOYDALANGAN ADABIYOTLAR:

- 1.Oila psixologiyasi: ShoumarovG'.B, Oila psixologiyasi. —T.: «Sharq»,2015.
- 2.Miraxmedov U.M., Raxmatov B.R. Jinsiy tarbiya masalalari, -T.: Ibn Sino nomidagi nashriyot, Matbaa birlashmasi, 1994.
- 3.Oynisa Musurmonova. Oila ma'naviyati-milliy g'urur.-T.: "O'qituvchi", 2000.
4. Umumiy psixologiya fanidan o'quv uslubiy majmua: Guliston davlat pedagogika intituti pedagogika kafedrasi: Guliston 2023.

VOYAGA YETMAGAN O'SMIRLAR XULQ-ATVORINI SHAKLLANTIRISHGA QARATILGAN FAOLIYATNING PSIXOLOGIK MOHIYAT ZIDDIYATLARI

Muborakxon Ganiyeva

Qo'qon universiteti dotsenti

Ilyosjonov Shahboz

Qo'qon universiteti

Psixologiya (amaliy psixologiya)

yo'nalishi talabasi

Mustaqillikning ilk illaridan davlatimiz rahbariyati o'smir yoshlarning har tomonlama yetuk, sog'lom va kamol toptirishga e'tiborini qaratdi. Shu o'rinda xuquq-targ'ibot organlari o'smir yoshlar o'rtasida jinoyatchilikka qarshi kurashish emas, balki jinoyatchilikning oldini olish, profilaktik chora-tadbirlar ko'rishga e'tibor qaratdilar. Bunday dolzarb muammoni hal qilishda respublikamiz psixologlari ham bir qator amaliy ishlarni amalga oshirib kelmoqdalar. Biz ham o'z tadqiqotimizda voyaga yetmagan o'smirlarning xulq-atvorini shakllantirishning psixologik jihatlarini o'rganishni maqsad qilib qo'ygan ekanmiz, bunda biz o'smirlar tarbiyasidagi salbiy og'ishga olib keluvchi omillar va ushbu omillarga nisbatan ularning ijobiy hamda salbiy javoblarini o'rganamiz. Chunki inson umri o'rganilgan sari, undagi ko'pgina yangidan-yangi ma'lumotlar aniqlanaveradi. Shu sabab o'smirlardagi o'zgaruvchanlik xususiyati psixologlar oldidagi asosiy muammolardan biri bo'lib kelmoqda.

Bugungi globallashuv davrida doimo huquqiy muammo bo'lib kelgan huquqbuzarliklar nafaqat ijtimoiy muammo, balki psixologik muammo hamdir. Voyaga yetmaganlar o'rtasidagi huquqbuzarliklarga oid qonunlar uzoq vaqtdan beri shakllangan bo'lsa-da, ular ham vaqti-vaqti bilan o'zgartirilib boriladi. Hozirgi kunda dunyoning barcha ilg'or va sivilizatsiyalashgan davlatlarida voyaga yetmaganlar jinoyati to'g'risidagi qonunlar o'zgartirildi. Bundan tashqari, bugungi

kunda huquqbuzarlik jinoyatdan ko'ra noto'g'ri xatti-harakatlar, ijtimoiy noqulaylik sifatida qaralmoqda. Voyaga yetmaganlarning jinoyati deganda voyaga yetmaganlar tomonidan sodir etilgan jinoiy harakatlar tushuniladi. Ya'ni 18 yoshgacha bo'lgan bolalar va o'smirlar tomonidan sodir etilgan jinoyatlar shular jumlasiga kiradi. Turli mamlakatlarda maksimal yosh chegarasi va huquqbuzarlikning ma'nosi farq qiladi. Ammo har doim 18 yoshdan kichik bo'ladi, bu huquqbuzarlik uchun qonuniy yosh hisoblanadi.

O'smirlik - shaxsiyatning eng jadal rivojlanishi yoshi - o'zini muhim sifat jihatidan intrapersonal yangi shakllanishlarda namoyon qiladi va ko'plab ichki nizolar bilan bog'liq. Neyropatologiyada o'smirlik uning eng xarakterli ichki qarama-qarshiligi bilan bog'liq bo'lib, u obsesif nevroz, obsesif-kompulsiv nevrozda uchraydi. A.I.ning so'zlariga ko'ra. Zaxarovaning so'zlariga ko'ra, o'smirlik davridagi eng aniq ichki ziddiyat - bu O'zlik birligining ziddiyatlari, "his va burch o'rtasidagi ziddiyat, psixikaning hissiy va oqilona tomonlari". O'smirlikdagi ichki ziddiyatning hissiy tarkibiy qismi muallif tomonidan "o'zingiz bo'lmaslik" qo'rquvi sifatida tavsiflanadi. Ushbu g'oya rivojlanish psixologiyasining qoidalariga mos keladi, bunda o'smirlik davrida shaxsiyatni rivojlantirishning markaziy muammolaridan biri o'ziga xoslik muammosi, ya'ni o'ziga mos ravishda yashash, o'z shaxsiyatiga mos kelish qobiliyatidir.

Voyaga yetmagan o'smirlar xulq-atvorini shakllantirishning psixologik jihatlarini o'rganish borasida respublikamiz psixologlari tomonidan ham bir qator ilmiy tadqiqot ishlari amalga oshirilgan. Jumladan, M.Davletshin, E.G'oziev, M.Vohidov, V.Karimova, N.Safiev, F.Haydarov, Sh.Do'stmuhamedova, L.Nazirova, N.Komilova kabi olimlar tomonidan o'smir psixologiyasi, voyaga yetmaganlar psixologiyasi, o'smirlar xulq-atvorining o'ziga xosligi, o'smirlardagi og'ishishlar, tarbiyasi og'ir o'smirlar, voyaga yetmaganlar jinoyatchiligi, o'smirlar xulq-atvorini o'zgarishiga ta'sir etuvchi omillar kabi masalalar o'rganilgan. O'smirlik davrini inqirozli davrga aylantirib qo'yadigan sabablar juda ko'p (bolalarning jinsiy etilishi, ularda kattalik hissining paydo bo'lishi va rivojlanishi, mustaqillikka bo'lgan ehtiyojning kuchayishi va h.k.). bunday sabablarning tahliliga bag'ishlab qator maqolalar, risolalar yozish mumkin. Biroq farzandining —tilini topa olmayotgan, u bilan psixologik aloqa o'rnatishga qiynalayotgan har birorta-onani farzandidagi o'zgarishlarning sabablaridan ko'ra shunday vaziyatlarda qanday yo'l tutishi kerakligi, nima qilish mumkinligi ko'proq qiziqtiradi. Shu tufayli ushbu bo'limda asosiy urg'u o'smir yoshdagi bolalar va ota-onalar o'rtasidagi psixologik aloqani, muloqotni yaxshilash uchun nimalar qilish maqsadga muvofiqligiga qaratildi. Ushbu bandeda farzand tarbiyasida qo'l keladigan tayyor —retseptlar yo'q, unda barcha vaziyatlarga birdek mos keluvchi tavsiyalar ham uchramaydi. Ota-onalarga farzandi bilan qanday muloqot qilishni o'rgatish niyati ham ko'zlanmaydi. Zero, har bir oilada bu borada o'ziga xos tajriba, an'ana va qoidalar borligi hech kimda shubha uyg'otmaydi. Demak, bundan ko'zlangan bosh maqsad —mutaxassislarning amaliy tavsiyalarini (ko'rsatmalarini emas, aynan tavsiyalarini) o'quvchiga yetkazish, uni jonli mushohada va mulohazaga undashdir.

Freydning izdoshi K.Xorni Freydning ichki konfliktlar haqidagi kontseptsiyasining pessimistik xususiyatini ta'kidlab, o'z nazariyasining cheklanishini asosiy konfliktni muqarrar, ichki ziddiyatlarni esa, printsiptial jihatdan hal qilib bo'lmaydigan deb bilishida ko'rdi. Freyd nuqtai nazaridan, konfliktlarni hal qilishda eng ko'p qilinishi mumkin bo'lgan narsa ular ustidan yaxshiroq nazoratga erishish yoki eng yaxshi holatda ularni "sublimatsiya qilish".

S.Freyddan farqli o'laroq, K.Xorni o'zining ichki ziddiyatlar nazariyasini konstruktiv deb belgilab, u insonning butun umri davomida samarali o'zgarish salohiyatiga ishonch hosil qilganligini, bu ichki ziddiyatlarni hal qilish qobiliyatiga asos bo'lib xizmat qiladi. K.Xorni o'z nazariyasida shaxs ichidagi konfliktni "odamlar tomon harakatda", "odamlarga qarshi harakatda" va "odamlardan harakatlanishda" namoyon bo'ladigan shaxsning uchlik shaxslararo munosabatlari sifatida belgilaydi. Ichki ziddiyatning asl, umumiyroq sababini, uning harakatlantiruvchi kuchini topishga urinib, K.Xorni bazal konfliktning harakatlantiruvchi kuchini "libido"ning majburiy (obsesif) harakatlantiruvchi kuchi deb hisoblagan Freydgga ergashgan yo'ldan boradi. , tabiatan instinktiv, faqat qoniqishga qaratilgan va umidsizlikdan azob chekmaydi. K.Xorni tushunchasiga ko'ra, shaxs rivojlanishining harakatlantiruvchi kuchi bo'lib ko'rinadigan "obsesif drayvlar" "libido" energiyasi emas, balki tug'ma "bazal tashvish" hissi natijasidir. Shaxs ichidagi mojarolar, K.Xorning fikricha, "yakkalanish, nochorlik, qo'rquv va dushmanlik tuyg'ularidan tug'iladi". Insonning bu his-tuyg'ulariga qaramasdan dunyo bilan kurashish usullari, birinchi navbatda, zavq olishga emas, balki xavfsizlikka erishishga qaratilgan; "ularning obsesif tabiati ularning orqasida turgan tashvish bilan bog'liq".

Atrof-muhit o'smir shaxsining rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Birinchidan, bu oila. Boladagi ziddiyatning namoyon bo'lishida yaqinlar bilan munosabatlarning xususiyatlari, oilaning hamjihatligi, bolalar va ota-onalar, aka-uka va opa-singillar o'rtasidagi yaqinlik, oilaviy tarbiya uslubi muhim rol o'ynaydi. Afsuski, atrof-muhit bolalarning o'sishiga ijobiy ta'sirdan ko'ra ko'proq salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bolalarga nisbatan zo'ravonlik holatlari tobora ko'payib bormoqda, jismoniy jazo qo'llanilmoqda, haddan tashqari homiylik va majburiy itoatkorlik, ruxsat berish, bolalarning fikrini qabul qilmaslik va hokazo. Ko'p oilalarda salbiy mikroiklim kuchayishiga olib keladi yuqori darajadagi nizolar, xulq-atvorning buzilishi, qo'pollik, befarqlik, turli sabablarga ko'ra boshqa o'smirlarga nisbatan dushmanlik, boshqalarning xohishiga qarshi, boshqalarga nafratlanish uchun biror narsa qilish istagi kabi salbiy ko'rinishlarni bartaraf etish. Bularning barchasi tajovuzkorlikka olib keladi, o'qituvchilar, tengdoshlar, do'stlar bilan nizolarga olib keladi va ularning ijtimoiylashuviga to'sqinlik qiladi. Boshqalar bilan munosabatlardan tashqari, o'smirning konfliktli xulq-atvorining xususiyatlariga uning shaxsiy xususiyatlari ham ta'sir qiladi: temperament, xarakter, o'zini-o'zi hurmat qilmaslik, yuqori tashvish, shaxsiy beqarorlik (tez-tez kayfiyat o'zgarishi, tanadagi fiziologik o'zgarishlar bilan bog'liq "portlash").), va boshqalar. O'smir o'zida ziddiyatlarni boshdan kechiradi, chunki... Aynan shu yoshda o'z-o'zini anglash va tanqidiy fikrlashning intensiv rivojlanishi sodir bo'ladi. Bu o'z-o'zini imidjini o'zgartirish uchun asos bo'lib xizmat qiladi va o'zidan keskin norozilikda,

shuningdek, takabburlik va noaniqlik, qo'pollik va sezgirlikning kuchayishi, shafqatsizlik va qo'rqqoqlik kabi qarama-qarshi fazilatlarning kombinatsiyasida namoyon bo'ladi. Shunday qilib, adabiy manbalar tahlili shuni ko'rsatdiki, o'smirlik davrida konflikt kuchayadi, bu ushbu yosh davrining o'ziga xos xususiyatlari bilan bog'liq.

O'smirlarda tajovuzkorlik va ziddiyat darajasi oshadi, ularning ko'pchiligi konfliktidagi xatti-harakatlarning etarli strategiyasiga ega emas. Shu bois maktab ta'lim jarayonida o'smirlar bilan ishlashda nizolarning oldini olish, oldini olish va bartaraf etish choralarini joriy etish zarur. Har kim ham o'z mojarosini mustaqil ravishda hal qila olmaydi. Bunday holda, ko'pchilik o'smirlarga diqqatli va mehribon o'qituvchi, do'st va ehtimol psixoterapevt va psixolog kerak.

Xulosa qilib shuni ta'kidlashni lozimki, o'smirning mojarosi ko'pincha uning ehtiyojlarini qondirish istagidan kelib chiqadi, ularning asosiysi kattalar va tengdoshlar tomonidan tan olinishidir. Axir, o'smir endi bola emas, lekin hali kattalar emas. U kattalar kabi o'ylaydi, lekin bola kabi harakat qiladi, shuning uchun unga yordam kerak: nizolarning oldini olish qobiliyatini rivojlantirish, ta'lim muhitida va oilada qarama-qarshilik sabablari paydo bo'lmaydigan sharoitlarni yaratish. oyaga yetmaganlar o'rtasida nizolarni hal yetishni hamda jinoyatchilikni sodir etmaslikni ularga o'rgatish kerak. Voyaga yetmaganlar o'rtasida nizoli vaziyatlar har doim paydo bo'ladi, faqat uni ijobiy hal etilgan yondashishni bilishimiz kerak. Chunki ular o'smir yoshidagi o'quvchilar bo'lib, o'tish davrini og'ir damlarini boshdan o'tkazayotgan davrdir. Milliy an'analarimizga, maqollarga asosan: Kattani hurmat qil, kichikni izzat, Odobli bola elga manzur, Ustoz otangdek ulug', Har qilsang hurmat ko'rasan, Oltin olma duo ol, duo oltin emasmi kabi ibratli so'zlarga suyangan holda nizolarni hal etishni, ba'zan yon berishni o'rganishni farzand go'dakligidan oila dargohida o'rgatish lozim. Qush uyasida ko'rganini qiladi deganlaridek ibratli oilaning farzandlari ham ibratli bo'lishi kerak. Odob-axloq masalalari, shuningdek, urf-odatlarimiz, milliy an'analarimiz, qadryatlarimiz, buyuk ajdodlarimizning pand-nasihatlarini, noyob asarlariga amal qilsak, voyaga yetmaganlar o'rtasida salbiy xulq-atvor ko'rinishlari kuzatilmaydi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Zamonaviy o'smir psixologiyasi [Matn]/ D.I.Feldshteyn tomonidan tahrirlangan.- M.: Pedagogika, 1987.- 240 b.
2. Z. Nishanova, g. Alimova, bolalar psixologiyasi va uni o'qitish metodikasi
3. <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-konfliktov-u-podrostkov>
4. https://psyjournals.ru/journals/chp/archive/2006_n3/Novgorodtseva
5. <https://bestpublication.org/index.php/pedg/article/view/2286/2162>

O‘ZBEK OILALARIDA ER-XOTIN O‘RTASIDAGI NIZOLAR, UNING SABAB VA OQIBATLARINING PSIXOLOGIK TAVSIFI

Omonova Orzudil Shuhrat qizi
Qarshi davlat universiteti
Psixologiya kafedrası magistranti

O‘zbek xalqi azaldan milliyligini, o‘zligini birinchi o‘ringa qo‘yishni oila degan muqaddas dargohni har narsadan ustun qo‘yishni afzal ko‘ruvchi xalq hisoblanadi. Oila bizning jamiyat oldidagi ko‘zguyimiz sanaladi, ammo bugungi kunda oilaviy nizolar juda keng tarqalgan bo‘lib ular o‘rtasida yuqori hissiy o‘zaro ta‘sir kabi o‘ziga xos xususiyatlarga ega. Boshqa tomondan, ko‘pchilik oilaviy munosabatlar bu kelishmovchiliklarning ta‘siriga dosh berishga qodir kishilarning o‘zaro kelishuvda faoliyat yuritishi deb tushinishi tabiiy. Ba‘zida ushbu nizolar boshqa sabablarga qaraganda ko‘proq vaqt talab etadi. Ushbu maqolada oiladagi nizolarning turlari va ularni psixologik tavsifi yortib berishga qaratilgan.

Ikki yoki undan ortiq tomonlar o‘rtasida kelishmovchilik hissi yoki ifodasi mavjud bo‘lganda nizo yuzaga keladi. Ular kundalik hayotimizning turli jabhalarida muntazam ravishda paydo bo‘lishi mumkin va agar ular to‘g‘ri hal qilinsa, ular ijobiy bo‘lib, yaxshi tomonga va muloqotning yangi qirralarini boshlashi mumkin. Er va xotin o‘rtasidagi ziddiyatning sabablari ko‘pchiligimiz uchun qiyinchiligi shundaki, biz nikoh munosabatlarida tur xil insonlarning ko‘rsatmalariga e‘tibor qaratish va anglanmagan va to‘g‘ri yondashilmagan an‘analarga moyilligimizdir. Aksariyat erkaklar rafiqasining boshlig‘i bo‘lishga va unga bo‘ysunishni talab qilishga jasorat bilan intiladilar, chunki ular ayollarga bergan ko‘rsatmalarini yaxshi bilishadi. Nikoh kelishuv asosidami yoki sevgi asosida tuzilgan bo‘ladimi, hech kim er va xotin o‘rtasida ziddiyat bo‘lmaydi, deb ayta olmaydi. Nikohdan oldin va keyin juda ko‘p farqlar mavjud. Er-xotin birinchi marta uchrashganda, ular ikkita alohida joyda yashaydilar. O‘sha paytda faqat sevgi va zavq kabi hissiyotlar bor. O‘sha paytda oila muhiti va boshqa narsalar ham ishtirok etmaydi. Ammo nikohdan keyin hamma narsa o‘zgaradi. Ko‘p mas‘uliyat va boshqa ko‘plab sabablar er-xotinlar o‘rtasidagi nizolarga sabab bo‘ladi. Oilaga yangi a‘zo kelganda vaziyat o‘zgaradi. Qizlar turmushga chiqqandan keyin ota-ona uyini tark etishga majbur. Ular har xil fikrlash, odatlar va xatti-harakatlarga ega. Ba‘zi narsalarni moslashtirish mumkin, ammo ba‘zilari bo‘lmasligi mumkin. Birinchi yil nikoh hayotida juda muhimdir. Ko‘pincha ajralishlar nikohdan bir necha oy o‘tgach sodir bo‘ladi. Bu orada ikki yosh o‘rtasida o‘zaro aloqalarga turli sabab va hodisalar tufayli sovuqchilik tushishi mumkin. Buning psixologik jihatlarini hisobga oladigan bo‘lsak er va xotinning yosh tafovutlari xarakter xususiyati, tempramenti, ijtimoiy kelib chiqishi va oilalarning ichki psixologik muhiti muhim omil hisoblanadi, avtoritar boshqaruvga asoslangan oilada asosan lider shaxsning fikrlari va qarashlari asosiy ustanovka sifatida qabul qilinadigan qarorning mazmuniga kiritiladi, bunda qaynona va qaynota bilan yashaydigan yosh oilalarda asosli ravishda oila boshlig‘ining fikri bilan ish yuritiladi. O‘zbek oilalarida asosan oila ajralib ketmaydi va birgalikda umr kechiradilar, yevropa mamalakatlarida esa bu holatning teskarisi bo‘lib oila mustaqil yoshlarning

qarashlari va xoxish istaklari asosida quriladi, o`zbek oilalarida bu qadriyat sirasiga kirmasdan balki birgalikda yashash prinsipi yosh oilaning moddiy va ma`naviy jihatdan qo`llab quvvatlash va buni oila davomchilariga yetkazishdan iboratdi. Bugungi rivojlanayotgan davrda oila munosabatlari ham zamonaviylashgan bo`lib unda sodir bo`ladigan nizolar ham asosan “zamonaviy nizolar” ko`rinishida tus olmoqda, bunday nizolarning asosiy sabablaridan biri ham bu albatta gadjetlar, ijtimoiy tarmoqlar yevropa madaniyati va nosog`lom turmush tarsi hisoblanadi.

XX asr boshlaridan tarixga nazar tashlaydigan bo`lsak ikkinchi jahon urushi vaqtida yurtimizda ko`pchilik oilalar o`z boshchisidan ayrilib yolg`izlikda mehnat qilgan va bu davrda o`z oilasini saqlab qolib farzandlarini voyaga yetqazgan, shuning bunda oiladagi ayollarning irodaviy sifatlari yaxshi rivojlanganligini qolaversa ularda sadoqat kabi his-tuyg`ularning yaxshi tarkib topganini psixologik jihatdan tahlil qilsak bo`ladi.

Jahon sog`liqni saqlash tashkiloti statistikasiga nazar tashlaydigan bo`lsak bugungi kunda ko`pchilik oilalarda go`daklar ma`lum kasallik bilan dunyoga kelmoqda bu esa o`z navbatida oilaning psixologik muhitiga o`z ta`sirini o`tkazmay qolmaydi, chunki oiladagi turmush o`rtoqlar orasida tug`ilgan farzand oila a`zolarida shubha, gumon, asabiylik va ishonchsizlik kabi bir qancha qarashlar bilan nizoning kelib chiqishini ta`minlaydi. Bunday nizolarning kelib chiqishi asosida oila ajralish, o`zaro muloqotning sovishi antipatiya va hokazolarni rag`batlantiradi. Er va xotin sevgi nikohida bir-birlari bilan yaxshi tanish bo`lishlari mumkin. Ammo qaynona-qaynota haqida ko`p narsa bilmaydi. Qaynona yoki qaynota o'z harakatlarini cheklab, unga hukmronlik qilishga harakat qilsa, bu ham er va xotinning mojarosiga aylanadi.

O'zaro munosabatlarda uchinchi shaxsning ishtiroki;

Turmush o`rtoqlarning sobiq qiz do'sti va yigiti yoki nikohdan tashqari aloqasi bo'lishi mumkin. Xotin yoki er hech kimga ko'rsatmasdan bir-birini aldayotgan bo'lishi mumkin. Ammo ikkalasi ham xatti-harakatlari, xatti-harakatlari va nimanidir yashirishlari tufayli shubhalanishlari mumkin. Nikohdan tashqari munosabatlar er-xotinlarning aksariyat ajralishlarining asosiy sababidir. Er yoki xotin xarid qilish, sayohat qilish yoki biror ehtiyoji to`liq bajarilmasa. Ba'zida er yoki xotin talab yoki tanlovni tan olmagan yoki bajara olmagan vaziyatga aylanadi.

Iqtisodiy muammo;

Er-xotinlar ko'proq iqtisodiy barqaror bo'lganda baxtliroq bo'lishadi degan sterotip mavjud. Agar er yoki xotin o`z ishini yo'qotsa, biznesda muvaffaqiyatsizlikka uchrasa, pul yo'qotsa yoki etarli daromadga ega bo'lmasa, iqtisodiy jihatdan hayot qiyin kichadi, uy-joy xarajatlarini to'lay olmaydilar. Pulsiz hayot juda qiyinlashadi va kundalik muammolarni tug'diradi. Aloqa etishmasligi;

Bir kishi gaplashmasa, gapirmasa va muammolarni baham ko'rmasa, ikkinchi odam nima istayotganingizni qanday biladi? Aytaylik, turmush o`rtoqlar orasida ma`lum bir aloqa yetishmasligi ham bir tomondan olib qaralganda muammoni asl sababiga aylanishi mumkin. Bu borada olimlarning izlanishi shuni ko`rsatadiki hozirgi yosh oilalarning 40% foizga yaqini aloqaning kamligi ya`ni ijtimoiy tarmoqlarga bog`lanib qolganini bilish mumkin. Ijtimoiy tarmoqlarda yoshlar o`zaro birgalikda real olamdan tashqari bir qancha munosabatlarni amalga

oshiradi, shuning uchun ham bu borada o`rinli psixolog maslahatlari yetakchi rol o`ynaydi.

Xulosa o`rnida shuni ta`kidlash joizki o`zbek oilalarida er va xotin mojarosining yechimi ikkala tomon ham muammolarni va mojarolar sabablarini o`rganish. Xulosalarga ko`ra, ajralish uchun maslahatchi yoki ikki tomon hayoti uchun eng yaxshi odamdan maslahat olish. Turmush o`rtog`iga vaqt ajratish va ish va hayot o`rtasida muvozanatni saqlash. Birinchi tomonni aybi bo`lsa, ikkinchi tomon bilan bahslashishdan chekinish. O`zaro munosabatlaringizda sodiq va halol bo`lish.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O`zbekiston Respublikasining Oila Kodeksi 1998 y.
2. Jabborov I. "O`zbeklar turmush tarzi va madaniyati" Toshkent: 2003. - B. 6795. - 208 b.
3. Эйдемиллер Э.Г "Юстеский В.В. Семейная психотерапия" - Л., 1989. - 192с. 614
4. Xolmatova M., Muravyeva N. "Yoshlar oilaviy xayot bo`sag`asida" - Toshkent: O`zbekiston, 2000

AXBOROT MUHITI VA GLOBALLASHUV SHAROITIDA IJTIMOYIY-XULQ -ATVOR NORMALARI MODELINING PSIXOLOGIK JIHLTLARI

Vaxabova O`g`ilxon Tolibjonovna

Andijon davlat pedagogika instituti v.b. dotsenti

Yoshlarning turli muassasalar va tashkilotlar bilan o`zaro munosabati jarayonida ijtimoiy ma`qullangan xulq-atvorlarning tegishli bilimlari va tajribasi, shuningdek, ijtimoiy ma`qullangan xulq-atvorga taqlid qilish tajribasi va ijtimoiy normalardan nizo yoki ziddiyatsiz qochish tajribasi ortib borayotganligi o`tkazilgan psixodiagnostik bloklarda yaqqol ifodalandi.

Zamonaviy axborot muhitida ayniqsa bugungi kun yoshlari faol vaqtini o`tkazayotgan ijtimoiy tarmoqlar orqali muayyan xulq-atvor shakllari ularga yaqqol tarzda transformasiyasi aniqlandi. O`z vaqtida faylasuf va ijtimoiy psixolog Erich Fromm ijtimoiy normaning shakllanishida muvofiqlik(konformlik)ning avtomatlashtiruvchi roli (inglizcha automation conformity) ga katta e`tibor qaratgan.

Konformizm, uning fikriga ko`ra, zamonaviy jamiyatda keng tarqalgan xulq - atvorning himoya shaklidir. Konformizmdan foydalanadigan odam o`z menligini yo`qotadi, madaniyat modellari unga taqdim etadigan shaxsiyat turini to`liq o`zlashtiradi va butunlay boshqalar kabi bo`ladi. Frommning fikricha, bu odamga yolg`izlik va xavotir tuyg`ularini his qilmaslikka imkon beradi, ammo u buni "Men"ni yo`qotish bilan to`lashi kerak.

Axborot muhitining asosiy "qahramoni" "indivud va uning hamfikrlari" mikroguruhi bo`lib, yangi bilimlarni olishning asosiy texnologiyasi ijtimoiy faktlarni "qor to`pi" tamoyili bo`yicha talqin qilishdir. Juda muhim holat shundaki, har bir mikro guruhda "ijtimoiy normalar" qayta ko`rib chiqiladi, bu umumiy qabul

qilinganidan sezilarli darajada farq qilishi mumkin, chunki har bir guruhning o'z rahbarlari va tobelari mavjud.

Bunday fikrlovchilarning axborot muhitida muloqot qiladigan yoshlar o'zining ijtimoiy normalarini butun jamiyatga ekstrapolyatsiya qilishni boshlaydi. Yoshlar guruhning fikri yagona ijtimoiy qadriyatlar tizimining zaiflashishi fonida muhim ahamiyat kasb etadi.

Axborot muhiti namoyishkorona xulq-atvor normasini yaxshilash uchun asosiy maydonga aylanmoqda. Nufuzli joyda qimmatbaho narsalar bilan fotosuratlar yordamida statusini namoyish qilish, aqlli sharhlar va postlarni nashr qilish orqali bilimlarni namoyish qilish, kulgichlar yordamida his-tuyg'ularni namoyish qilish va boshqalar. Bu ijtimoiy norma o'zining tashqi qiyofasini nafaqat bo'yanish va narsalar yordamida, balki tubdan - plastik jarrohlikda o'zgartirish istagida namoyon bo'lishi mumkin.

Internet aloqalarining faol yosh foydalanuvchilari e'tiborni jalb qilish uchun tez-tez selfi olishadi, shu jumladan haddan tashqari xavfli joylarda jarlikdagi selfi, balandlikda, parvozda, transport vositasini boshqarish paytida va boshqalar. Yana ko'pincha ular o'zlarining mahoratini namoyish etish uchun ovqat, tayyorlangan taomning fotosuratlarini, shuningdek ko'ngil ochish jarayonlarini joylashadi.

Axborot muhitida namoyishkorona xulq-atvor normasini shakllantirish uchun yaxshi maydonga aylanmoqda: nufuzli joyda qimmatbaho narsalar bilan fotosuratlar yordamida statusni namoyish qilish, aqlli sharhlar va postlarni nashr qilish orqali bilimlarni namoyish qilish, kulgichlar yordamida his-tuyg'ularni namoyish qilish va va boshqalar. Onlayn jamoalar tomonidan o'z-o'zini namoyish qilishni rag'batlantirish narsisistik fazilatlarining oshishiga olib keladi. Bu xulq-atvor normasi o'zining tashqi qiyofasini nafaqat bo'yanish va boshqa vositalar yordamida, balki tubdan - plastik jarrohlikda o'zgartirish istagida namoyon bo'lishi mumkin (o'ziga xos moda tendentsiyasi kattalashtirilgan lablar bilan shaxsiy fotosuratlarini nashr etishda kuzatilgan). Internet-muloqotning faol yosh foydalanuvchilari ko'pincha e'tiborni jalb qilish uchun o'z-o'zini, jumladan ekstremal suratlarda ham suratga olishadi (qoyada, balandlikda, parvoz paytida, haydash paytida va hokazo); tez-tez o'z mahoratini namoyish qilish uchun oziq-ovqat, pishirilgan taomlar fotosuratlarini joylashtirish normalari shakllanmoqda.

Ijtimoiy talabchanlik normasi o'zini eng yaxshi tomondan ko'rsatishga intilish, ijtimoiy ma'qullangan javoblarni tanlashdan iborat. Internet aloqalari yordamida odamlar hamma narsani ketma-ket nashr etmaydilar, o'zlarining shaxsiy sahifalarida ular katta auditoriya, shu jumladan notanishlar uchun o'zlari haqida ma'lum taassurot yaratish imkoniyatiga ega. Tashqaridan bunday baholash tufayli foydalanuvchi ijtimoiy jozibali imidj yaratishda ko'proq tanlab oladi va bizning zamonamizning moda tendentsiyalarini o'zida shakllantiradi. Ushbu norma fonida boshqalarning fikriga bog'liqlik yoki guruh fikriga e'tibor kuchayishi, muvofiqlik va ijtimoiy ma'qullangan xulq-atvorlar yotadi.

Axborot muhitining faol yosh foydalanuvchilari ko'proq yordam guruhlarida (virtual va real), tadbirlarda (shu jumladan xayriyalarda), volntyorlikda qatnashadilar. Ayni paytda O'zbekistonda sog'lom va faol turmush tarzi targ'ib qilinayotganligi sababli, bu moda deb hisoblanadi, buni virtual hamjamiyatlarda

faol foydalanuvchilar - sog'lom ovqatlanish (havolalar, postlar va sog'lom taomlarning ko'plab fotosuratlari), sport tadbirlarida qatnashish (fotosuratlar) namoyish etadi. estafeta poygasidan, sport buyumlari , yangi nanoshoes, uzoq masofali poygalar, marafonlar).

Muloqotning qadr-qimmatini insonning xilq-atvor tarzida namoyon bo'ladi, bu hayotning real sharoitida afzalroqdir. Virtual aloqaning ommalashishi bilan bu qiymat foydalanish qulayligi tufayli yanada jozibador bo'ladi. Internet aloqalari yordamida siz har doim "muloqotda" bo'lishingiz mumkin; inson turli aksiyalarda, ovoz berishda, forumlarda qatnashib, o'zini faol pozitsiyaga ega bo'lgan faol fuqaro sifatida his qilishi mumkin.

Ijtimoiy qulaylashtirish ta'siri boshqa odamlarning mavjudligi faktiga qarab shaxsning xulq-atvor normalarida namoyon bo'ladi. Shunday qilib, boshqa odamlarni topish sharoitida odam oddiy vazifalarni bajarishda eng yaxshi ko'rsatkichni namoyish etadi va aksincha, murakkab ishlarni bajarishda eng yomonini ko'rsatadi. Virtual dunyo bu ta'sirni faqat kuchaytiradi, deb taxmin qilinadi. Smartfon yoki boshqa gadjetlar foydalanuvchisi istalgan vaqtda hayotidan bir lahzani suratga olishi va nashr etishi mumkin, bu bilan u yolg'iz bo'lsa ham, boshqalarning borligi haqidagi illyuziyani yaratadi. Ba'zi oddiy amallarni bajarib, masalan, tort pishirish orqali, virtual hamjamiyatlarning faol ishtirokchisi uni yanada muvaffaqiyatli qilishi (yoki uni shu tarzda taqdim etishi) mumkin, chunki u o'zining tayyor mahsulotini suratga olish va uni ommaga namoyish etish va baholashni rejalashtirmoqda. Bundan tashqari, bu ta'sir jamoatchilikning umidlarida yashirin bo'lishi mumkin: foydalanuvchi har bir kunning lahzalarini faol nashr qilganda, uni yanada qiziqarli, boyroq qilishga harakat qiladi, lekin shu bilan birga, foydalanuvchi "tinch" vaziyatda. uning hayotida hech narsa sodir bo'lmaydi degan tuyg'uni yaratish xavfi mavjud. Shunday qilib, virtual hayot foydalanuvchini boshqacha harakat qilishga undaydigan shafqatsiz doira paydo bo'ladi va boshqacha harakat qilsa, virtual hayotda buni baham ko'rish istagi paydo bo'ladi. Bu ta'sir baholashdan qo'rqish yoki aksincha, qadrsiz bo'lishga olib keladi (etarli darajada bo'lmagan "layk" olish). Doimiy g'amxo'rlik va hayotdan lahzalarni muntazam nashr etish haqiqiy muhitga e'tiborni kamaytiradi (haqiqiydan ko'ra virtual dunyoni afzal ko'radi) va osonlikcha yordam beradi.

Virtual olamning rivojlanishi bilan ommaviylik hodisasi kuchayib bormoqda. Mashhurlik yanada qulayroq bo'ladi, shuning uchun mashhur shaxslarning shon-shuhratiga taqlid qilish (ularning jamoat hayotini kuzatish) kuchayadi.

Internet-muloqotning faol foydalanuvchisi tarmoqda nashr etish va tomoshabinlarni hayratda qoldirish uchun o'zining haqiqiy vaqtini atipik tarzda to'ldirishi mumkin, shu bilan birga auditoriya sifati muhim emas. Bu g'ayrioddiy yoki mashhur qiymat joylarga tashrif buyurishda o'zini namoyon qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Karimova.V.M. Ijtimoiy psixologiya.T.:Universitet.2000.

2. Z.T.Nishanova, Sh.T.Alimbaeva, M.V.Sulaymonova. Psixologik xizmat.

Toshkent, 2013

BO‘SH O‘ZLASHTIRUVCHI O‘QUVCHILAR BILAN ISHLASHDA MAKTAB PSIXOLOGINING ROLI

Qodirova Zebo Odilovna

Oqdaryo tumani 19-maktab psixologi

Hozirgi paytda zamon shiddat bilan rivojlanmoqda. Fan, texnika, adabiyot, san'at sport va boshqa bir qancha sohalarning rivojida buni isbotini ko'rishimiz mumkin. Har bir sohaning gullab yashnatgan yetuk mutaxasis kadrlari maktablarda tahsil oladi va o'sha maskanda bilim va dunyoqarashini poydevorini quradi. Maktablarimizda zamon talablari va fan texnika sohasini namunali darajada o'zlashtirayotgan o'quvchilar va aksincha o'zlashtirishda orqada qolayotgan, bo'sh o'zlashtiruvchi o'quvchilar ham uchrab turadi. Ular bilan ishlashda pedagog va psixologlardan mohirlik, o'z kasbini ustasi bo'lishni va bunday o'quvchilar boshqa o'quvchilarning o'zlashtirishiga o'z ta'sirini o'tkazmasligini ta'minlashni talab etadi. Maktab psixologlaridan eng avvalo bo'sh o'zlashtirish psixodiagnostikasini o'tkazish talab etiladi. Bunda avvalo bo'sh o'zlashtirishni kelib chiqish sabablari aniqlab olinadi. Bunday sabablarga:

-Bolaning perinatal rivojlanishidagi travmalar (mikrosefaliya, gidrosefaliya, makrosefaliya, turli xil sindromlar, vitaminlar yetishmasligi, cherepnoy qon bosimi, turli xil anomaliyalar);

-Bolaning tug'ilish jarayonidagi travmalar (gipaksiya, asfeksiya, bosh miya qisilishi);

-Bolaning tarbiyalanish jarayonidagi travmalar (qo'rqitish, uyaltirish, jazolash, kamsitish, past baho berish, bolaga e'tiborsizlik);

-Genetik sabablar

-Bolaning temperamentidan kelib chiqqan holda (melanxolik temperamentidagi bolalarda tormozlanish reaksiyasining qo'zg'alish reaksiyasidan ustunligi natijasida).

Bunday o'quvchilar bilan ishlashda maktab psixologidan o'quvchining ehtiyojlarini anglab yetishiga ko'maklashish va shu asosda unga to'g'ri motivatsiyalar berib borish talab etiladi hamda bolada o'z-o'ziga ishonch , qo'rquvni yengishiga o'rgatib boriladi. Bunday ishlar bir yoki ikki marta ishlash bilan bartaraf etilib qolmasdan balki bir qancha uzoqroq muddatni talab etadi. Maktab psixologi bo'sh o'zlashtirishning etiologiyasidan kelib chiqqan holda har bir bolaga individual ota ona, o'qituvchi va bola uchun etalon hisoblangan guruh bilan hamkorlikni yo'lga qo'ygan holda faoliyat olib borishi, bunday faoliyatni olib boorish jarayonida ham bolani o'rtoqlari oldida uyalib qolishi mumkin bo'lgan holatlardan ehtiyot bo'lishi talab etiladi. Aks holda bolada agressivlikni shakllanishi holatlari ham yuzaga kelib qolishi, bunday holat esa psixologga bolaning ishonchi pasayib ketishiga olib kelib qolishi mumkin.

Pedagoglardan esa dars jarayonida interfaol metodlardan foydalanib o'quvchini mustaqil fikrlashga o'rgatib boorish va uni eshitishi, bolaga sen yaxshi o'qimaysan degan salbiy munosabat emas, aksincha seni fikring biz uchun muhim

degan hissiyotni shakllantirish va bola shaxsini hamisha hurmat qilayotganligini unga anglatib borish talab etiladi. Ayrim holatlarda o'quvchining past o'zlashtirishiga o'qituvchilarning bolaga uning individual holatidan kelib chiqmasdan yondoshishi va bolada o'ziga ishonch va qo'rquv shakllanib qolishiga sabab bo'lish holatlari ham uchrab turadi. Bunday holatlarda maktab ma'muriyatidan bolaning o'qituvchisini almashtirish ham yaxshi samara beradi. Maktab psixologi esa o'qituvchiga, ota onaga hamda maktab ma'muriyatiga vaziyatdan kelib chiqqan holda tavsiyalar ishlab chiqishi lozim.

Taniqli psixolog Deyl Karnegi "Dunyoda odamlarni nimadir qilishiga undaydigan bir usul bor, bu usul odamni nimadir qilishga majburlash demakdir"- deydi. Mashhur Amerikalik faylasuf va pedagog D. Dyuning fikriga ko'ra "Inson tabiatiga xos bo'lgan eng asosiy intilish – bu ahamiyatli, qadrlil bo'lish istagidir" – deydi. Kichik maktab yoshida faoliyatni, xulq-atvorni motivlashtirish o'ziga xos xususiyatga ega. O'qituvchi va ota onalar bolaga to'g'ri munosabat bildirsa ham bunday muammoni yechimi osonlashadi. Bo'sh o'zlashtirish faqatgina kichik maktab yoshi davrida emas balki o'smirlik davrida asosan o'g'il bolalarda ko'proq uchraydi. Sababi bunday yoshda bola o'z ichki his tuyg'ularini angalaydi va o'rtoqlari bilan o'zini solishtiradi. Hattoki bu yoshda bolaning kiyadigan kiyimi ham bolaga o'z ta'sirini o'tkazmasdan qolmaydi. Bolaga bu davrda tengdoshlaridan biroz oddiyroq kiyim kiyishi, oddiy qo'l telefonidan foydalanib yurishi, o'rtoqlarining maktab oshxonasidan qanday ovqatlanishi ham o'smir yoshdagi bolada o'ziga nisbatan bahoning pasayishi va agressiyaning kuchayishiga hamda bolada norozi kayfiyat shakllanishiga olib keladi. Bu ham bolaning maktab darsliklarini past o'zlashtirishiga va negativ kayfiyatni shakllanishiga sabab bo'ladi. Bola o'z qobig'iga o'ralgan holda fikr yurita boshlaydi. Baribir o'qiganimni foydasi yo'q, ota onam menga be'etibor degan his tuyg'u bilan yuradi. Bu davrda esa sinf rahbari, maktab psixologi, maktabning ma'naviy-ma'rifiy ishlari bo'yicha o'rinbosarlari to'g'ri targ'ibot va tashfiqot ishlarini olib borishi hamda maktabda bunday bolalar bilan hamkorlikni to'g'ri tashkil etilishini talab etadi. Maktab psixologi o'quvchilar bilan individual suhbat jarayonida psixoprofilaktik va psixokorreksion ishlarni olib borishda bolani eshita olishi va uni muammolarini vaqtincha ekanligi va bunday holatda unga nimalar qilishi lozimligini o'ziga reja tuzdirgan holda bartaraf etishga ko'maklashsa, bolada taym menejmentdan qanday foydalanish ko'nikmalari shakllantirib borsa, bolaning qiziqish va qobiliyatlarini to'g'ri baholab unga kasb tanlashga yordam bersa bu davrda muammoni bola bir muncha yengilroq yengib o'tadi.

O'smir yoshda qizlarning o'rtasida past o'zlashtirishning uchrashi yuqoridagi sabablar bilan birgalikda o'zi yoqtirgan kishisining unga e'tibor bermasligi oqibatida va o'zida kechayotgan fiziologik o'zgarishlardan uyalish, o'zining his-tuyg'ularini anglab yetish jarayonida darslarga emas, aksincha o'zining fiziologiyasiga diqqatning haddan ziyot ko'p qaratilishi, bunday o'zgarishlarni qabul qilishga qiynalishi oqibatida kelib chiqadi. Bunday holatlarda psixolog va maktab hamshirasi bolaning onasi bilan hamkorlikni yo'lga qo'ygan holda qiz bolaga to'g'ri tushuntirish ishlarini olib borishi talab etiladi. Ma'lum muddatdan so'ng bunday holatdan chiqib ketiladi.

Genetik sabablardan kelib chiqqan holatdagi past o'zlashtirish holatlari ham ko'p uchrab turadi. Bunday holatlarni ham hozirda yangi pedagogik texnologiyalar va psixokorreksion mashg'ulotlar yordamida mashg'ulotlar tashkil etilib yengillashtirilmoqda. Idrok va diqqat patologiyasi holatlarida esa maktab psixologidan to'g'ri psixodiagnostika qilish va maxsus soha vakillariga yo'naltirish talab etiladi. Bo'sh o'zlashtirishning kelib chiqmasligiga maktabdagi barcha pedagogik jamoa mas'ulligini unutmashimiz lozim.

Maktablarda o'quvchilar o'rtasida bo'sh o'zlashtirishni oldini olish va psixokorreksiya qilish ham yurt ravnaqiga, ham bir inson taqdiriga juda ham katta ta'sir ko'rsatadi. Bir insonning, bir oilaning tinch va farovon yashashiga o'qituvchilar va psixologlar yordam bergan bo'ladi. Farzandlar yurtimiz kelajagi. Yurt kelajagi esa ustoz va murabbiylar qo'lida. Temirchi pir parcha temirdan turli ishlovlar berib buyum yasasa, ustoz-murabbiylar o'zlari ta'lim berayotgan o'quvchilardan kelajak kasb egalarini shakllantiradi.

THE IMPACT OF ADVERTISING ON THE HUMAN PSYCHE

A'lokhon Ruziboeva

the 1st year Master's degree

Ferghana state university

Sometimes it seems that advertising follows us everywhere. We watch a sports report and see advertisements on the walls of the stadium, on the scoreboard, and increasingly pay attention to the fact that athletes themselves serve as walking advertisements for skis, sneakers, etc. Advertisements can be found everywhere: in the parking lot, in the elevator, on the highway, in newspapers, on radio and television.

Advertisers strive to reach people with their commercial appeals in any setting they deem appropriate. Quite often, when talking about the psychological impact of advertising on its consumers, they are often called victims, and not unreasonably. The victims of advertising are not necessarily those who suffered damage from it by buying an unnecessary thing. Advertising is a means of manipulating people. Its task is to make a person suggestible, malleable, and deprive him of his own opinion. The most powerful psychomechanisms are involved in advertising, so the science of psychology cannot but pay attention to how advertising affects the human psyche.

The basic principle of any advertising campaign is the regularity and frequent repetition of commercials. Many of us are annoyed by the display of commercials on television during a movie, we are also annoyed by the same commercials that repeat constantly, after a certain period of time.

The main psychomechanism of the impact of advertising on the human psyche is suggestion. Suggestion is a psychological effect on a person's consciousness in which an uncritical perception of beliefs and attitudes occurs [1]. Suggestion can lead to the appearance in a person, in addition to (and sometimes against) his will and consciousness, a certain state (for example, cheerfulness, confidence), a feeling (for example, fear), an attitude (to an object, to himself, to

his condition), or a craving for a person to commit an act that is not directly The following is one of the norms and principles of activity adopted by him.

The object of suggestion can be an individual, as well as groups, collectives, social strata (the phenomenon of mass suggestion). The psychological mechanisms of suggestion largely lie in the realm of the unconscious. Especially increased susceptibility to suggestion is noted in children. They are easily infected by a certain opinion. This is due not only to the lack of their own experience and childish credulity: a greater role of imagination than logical thinking, high emotionality and impressibility. In this regard, advertising of children's toys in some is allowed only in the evening and at night. Younger children are characterized by showing interest in commercials, they can follow the advertisement with a fascinated gaze, especially those broadcast on television [2].

The focus in the production of advertising began to shift towards children. When the child grows up, he will remain loyal to the brand to which he has been attached since childhood. This is to ensure future profits for producers of goods and services. Children also influence their parents' shopping preferences, for example, when going to the store. This is what manufacturers need.

Thus, advertising forms consumer habits necessary for new market relations.

Advertising experts know that the best advertising is the one that makes a person who does not use a certain product feel inferior and offended.

Advertising not only forms a consumer stereotype, but also imposes an unnatural lifestyle. For example, young people who come to work, and exclusively to the office, to take a break and have a snack with yogurt or take a nap, because their immune system is constantly reduced.

Advertising – information about the consumer properties of goods and types of services provided in order to create demand for them, popularize works of literature, art, etc. Advertising is a variety of events, the purpose of which is to notify about something, to make popular and attractive what is being notified. The main psychomechanism of the impact of advertising on the human psyche is suggestion, which is a psychological effect on human consciousness, leading to an uncritical perception of beliefs and attitudes.

There are the following advertising techniques that affect the human psyche to one degree or another:

- use of messages related to pleasant feelings;
- addressing fear as a warning of undesirable consequences in the future;
- the use of subconscious perception through short-term advertising during, for example, a movie or the use of branded goods by the main characters within the framework of a movie, literary or artistic work contributes to the perception of these goods as desirable;
- exposure to bright signs, pleasant scenes and sensual undertones;
- comparison of several products;
- message about the quality of the product;
- using the color scheme;
- sound effects.

LITERATURE:

1. Modern dictionary of psychology / Comp. V.V. Yurchuk. Minsk: Elaida, 2000.
2. Yuldashev, F., & Yuldasheva, M. (2021). Prospects of the educational system in Uzbekistan. Рецензенты сборника, 308.

TALABALARDA LIDERLIK QOBILYATLARINI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Sobirov Feruzbek Eshbolta o'g'li

Toshkent Amaliy Fanlar Universiteti talabasi.

Xusanbayeva Ziyoda

TAFU psixologiya kafedrasi o'qituvchisi

Jamiyatda biz boshqalar bilan o'zaro munosabatimiz uzluksiz ravishda rivojlanib boradi. Umumiy maqsadlarga ega bo'lgan odamlar guruhlariga, jamoalarga birlashadilar. Asosan ilmiy adabiyotlarda yetakchilik qobiliyatini shakllantiruvchi omillar fiziologik (chiroyli tashqi ko'rinish, ovoz, sog'liq, yuqori ishchanlik va boshqalar), psixologik (shaxs sifatida xususiyatlari: mustaqillik, mardlik, ijodkorlik va boshqalar), intellektua va shaxsiy (tartiblilik, tashabbuskorlik, rostgo'ylik, moslashuvchanlik tasniflanadi)¹. Liderlik qobiliyatini tadqiq qilish dastlabki tadqiqotlarda tarixda bo'lgan buyuk shaxslarini ommadan ajratib turadigan fazilatlarni aniqlashga harakat qilingan². Tadqiqotchilarning fikriga ko'ra, rahbarlar vaqt o'tishi bilan o'zgarmagan noyob fazilatlarga ega shaxslar hisoblanadi. Shunga asoslanib, olimlar yetakchilik fazilatlarni aniqlashga harakat qilishdi, ularni qanday o'lchashni o'rganishdi va ulardan liderlarni aniqlashda foydalanishdi. Yosh liderlarni tarbiyalashda va ularni qo'llab quvvatlash O'zbekistonning bosh strategik maqsadi 2030 yilga borib 50 ta yetakchi mamlakatlar qatoriga kirishida muhim rol ni o'ynaydi. Shu bois, insonlarning liderlik qobiliyatini o'lchash va ularga ta'sir ko'rsatuvchi omillarni aniqlash hamda baholash bugungi kunda yosh avlod liderlarini shakllantirishda dolzarb masala hisoblanadi³. Bizning tadqiqotimiz aynan talabalarda liderlik qobiliyatining shakllanishiga ta'sir ko'rsatuvchi omillarini tahlil qilishga yo'naltirilgan.

Ma'lumki, har qanday guruh, tashkilot, jamoada, bo'linmada tan olingan obro'-e'tiborga ega bo'lgan shaxs mavjud bolib, u mazkur tashkilotning faoliyatiga bevosita ta'sir o'tkazadi, bu o'zini boshqaruv harakatlari sifatida namoyon qiladi. Buni Amir Temurning "Azmi qat'iy, tadbirkor, hushyor, mard va shijoatli bir kishi mingta tadbirsiz va loqayd kishidan afzaldir", degan fikri ham tasdiqlaydi. Bugungi kunda biz bunday shaxslarni liderlar deb ataymiz.

Lider so'zi inglizcha "leader" - yetakchi, boshliq, rahbar biror siyosiy partiya yoki tashkilotning rahbari, yo,lboshchisi ma'nolarini anglatadi. Liderlik (inglizcha: *leader* - yetakchi, *boshlovchi* so'zidan) – umumiy bir ishni bajarishda boshqalarning yordami va haraktini birlashtiruvchi ijtimoiy ta'sir jarayoni. Lider qanday xususiyatlarga ega bo,lishi kerak? Yetakchilikning ya'ni liderlikning asosiy xususiyatlari quyidagilar: mas'uliyatli va qiyin qarorlarni qabul qilish qobiliyati, ular uchun tegishli javobgarlikni o'z zimmasiga olish istagi;

Shaxsiy manfaatlar uchun emas, balki odamlarning umumiy manfaatlari va manfaatlari haqida qayg'urish; odamlarni butunlay ixtiyoriy asosda boshqarish qobiliyati; xarizma va tabiiy ta'sir kuchiga ega bo'lish; guruh tomonidan etakchiga bo'lgan ishonch va kuchli hokimiyat mavjudligi; xatolarni tan olish qobiliyati va mag'lubiyat uchun javobgarlikni o'z zimmasiga olish, bundan shaxsiy xatolarni qidirish. Bir qarashda liderlik rahbarlik kabi ko'rinishi mumkin. Qisman to'g'ri, ammo ularning o'zaro farqli jihatlari mavjud.

Birinchi, lider har doim parda ortida va o'z-o'zidan aniqlanadi, rahbar esa rasmiy ravishda tayinlanadi. Ikkinchi, rahbar u bilan chambarchas bog'liq bo'lgan ma'lum bir guruh vakili bo'lib, yetakchi, aksariyat hollarda, guruhdan ajraladi. Uchinchi, liderning asosiy sohasi - bu shaxslararo munosabatlar, rahbar esa rasmiy munosabatlardir. Ammo rahbarning ixtiyorida juda ko'p tashqi ma'lumotlar mavjud, qonuniy sanksiyalarni qo'llash mumkin, ya'ni u rasmiy shaxs. Ilmiy tilda guruhga kuchli va ta'sirchan ta'sir ko'rsatadigan rasmiy rahbar, ya'ni uning ta'siri pozitsiyaga bog'liq bo'lsa, "bo'ysunuvchilar" ga ta'sir qiladi. Norasmiy rahbar - bu kompaniyada egallagan joyidan qat'i nazar, yetakchilikni ta'minlaydigan shaxs. Uning harakatining mohiyati ijtimoiy bo'lib, u "izdoshlariga" qaratilgan bo'ladi. Yuqorida sanab o'tilgan xususiyatlar shaxsda yillar mobaynidagi tajriba va tug'ma iste'dod asosida shakllanib boradi.

Liderlik qobiliyatini o'rganish 1950 yillardan rivojlanib boshladi. Liderlik tushunchasining mehnat taqsimoti va ierarxiyaga asoslangan modeli Rosch va Cazatomonidan o'rganilgan. V.Velsor va Wrightlar liderlik qobiliyatiga darsdan tashqarifaoliyat turlari: sport, dam olish va ta'lim kabilarning ta'sirini tadqiq qilgan. Talabalar uchun liderlik standartlari dastlab 1986 yilda AQSHning Ta'limstandarti agentligi ishlab chiqdi. Kornives va Smedicklarning fikricha standartlarni qo'llash orqali talabalarning liderlik qobiliyatini samaraliroq o'lchash imkoniyati.

Talabalarda liderlik qobiliyatlarini shakllantirish uchun ularda erkin, mustaqil bo'lishlariga sharoit yaratib berishimiz kerak. Kreativ, ijodiy fikrlashga undashimiz kerak. Talabalarda liderlik qobiliyatini rivojlantirish uchun mamlakatimizda barcha sharoitlar yaratilgan. O'zbekiston Respublikasi "Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risida"gi qonuni "Ta'lim to'g'risida"gi onunlarda o'z aksini topganliida ko'rishimiz mumkin. Ushbu normalarni amalyotga tadbiiq etish yoshlarda liderlik qobiliyatlarini rivojlanishida muhim ro'l o'ynaydi.

ADABIYOTLAR

1. K.Turayev Yoshlarda liderlik qobiliyatini rivojlanmtirish. Yangilanayotgan jamiyatda yoshlarning ijtimoiy faolligi: muammo va yechimlari. Respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi maqolalar to'plami.

2. Maxmutov M.I. Maktabda muammoli ta'limni tashkil etish. M., 1983 yil.

3. Matyushkin A.M. Fikrlash va o'rganishdagi muammoli vaziyatlar. M., 1984 yil.

4. Savenkov A.I. Ta'limga tadqiqot yondashuvining psixologik asoslari. M., 2006 yil.

5. Eich, D. (2008). A grounded theory of high-quality leadership programs: Perspectives from student leadership development programs in higher education. *Journal of Leadership and Organizational Studies*, 15(2), 176-187

SHAXSLARARO MUNOSABATLARDA NAMOYON BO‘LADIGAN IJTIMOIY XULQGA DOIR PSIXOTIPLAR TALQINI

Soliyev Farxod Sodiqovich

Farg‘ona davlat universiteti

Psixologiya kafedrasida katta o‘qituvchisi (PhD)

Jahonda ko‘plab yangi texnologiyalarning rivojlanishi bilan bir qatorda jamiyat uchun zarur bo‘lgan kasblar soni ham ortib borishi hozirgi kunda har bir kasb egasidan kasbiy mahoratga ega bo‘lish talab etilmoqda, bunda kommunakabellik, stresslarga bardoshlilik yoki analitik fikrlash kabi xususiyatlardan tarkib topganligi muhimdir. Axborot texnologiyalarning jadal rivojlanishi ijtimoiy va iqtisodiy sohada faoliyat yuritayotgan shaxs psixologiyasiga ham o‘z ta‘sirini ko‘rsatib, shaxs psixotipini ma‘lum darajada o‘zgarishiga sabab bo‘lmoqda. Butunjahon HRD Kongresining doimiy faoliyat ko‘rsatishi bugungi kunda kadrlar tanlashning yechilishi lozim bo‘lgan muammolari ko‘pligidan dalolatdir. Bu borada, ijtimoiy munosabatlarda shaxs psixotipi va uning xulq modelini anglash uchun yangi psixologik texnologiyalarni o‘z ichiga olgan yondashuvlardan bo‘lgan, vizual psixologik tashxis usullarini ishlab chiqish va amaliyotga tadbiiq etish masalalari ilmiy tadqiqot etish dolzarb muammolardan bo‘lib kelmoqda.

Respublikamizda so‘nggi yillarda ijtimoiy-iqtisodiy jabhalarda faoliyat yurituvchi xodimlarni zamon talablariga mos texnologiyalar bilan qurollantirish hamda zarruriy huquqiy–me‘yoriy asoslari yaratildi. «Ijtimoiy sohani rivojlantirishning ustuvor yo‘nalishlari»ning «Ta‘lim va fan sohasini rivojlantirish» bo‘limida qayd etilgan «ilmiy-tadqiqot va innovatsiya faoliyatini rag‘batlantirish, ilmiy va innovatsiya yutuqlarini amaliyotga joriy etishning samarali mexanizmlarini yaratish...» ga doir masalalar yangi rivojlanib kelayotgan sohalarni amaliyotga joriy etishga keng yo‘l ochib beradi hamda shaxslararo munosabatlarda ilmiy va innovatsion yutuqlarni o‘z ichiga olgan vizual diagnostika usulini amaliyotga joriy etishni dolzarb muammo sifatida qaralishini ko‘rsatadi.

Zamonaviy gumanitar fanlarda shaxs madaniyatini vizual o‘rganish bilan bog‘liq muammoga qiziqish ijtimoiy psixologiya yo‘nalishiga bevosita ta‘sir ko‘rsata boshladi. Ijtimoiy psixologiyadagi tarixiy- madaniy ilmiy izlanishlar natijasida verbal nutqni o‘rganish vizual ma‘lumotlarni talqin qilish bilan birga tadqiq etila boshladi. Postmodern davri madaniyatining vizual transformatsiyasini davom etishi ijtimoiy psixologiyada vizual tadqiqotlarning olib borilishiga asosiy turtki bo‘lib kelmoqda.

Ijtimoiy-psixologik diagnostikaning mohiyati jamiyatdagi odamlarning yashash sharoitlari bilan yuzaga keladigan sabab-oqibat munosabatlarini aniq belgilashdan iboratdir [28, 6]. Chunki, ijtimoiy diagnostika zarur bilimlarni

beruvchi metodologik vosita bo'lib, ular asosida turli ijtimoiy prognozlar va loyihalar ishlab chiqiladi, jamoatchilik fikri va jamiyatdagi ma'naviy-psixologik iqlim o'rganiladi. Bizning tadqiqotimizda shaxslararo munosabatlarda vizual diagnostika mezon hamda ko'rsatkichlari samaradorligini aniqlash uchun izlanishlar olib borilgan.

Noverbal psixodiagnostika – insonni kuzatuvchi tomonidan ko'rib idrok etish asosida uning psixologik holatini aniqlash (identifikatsiyalash). Boshqacha aytganda, psixologik axborot to'plashning qandaydir test yoki instrumental usullaridan foydalanmay turib diagnostika qilishdir. Shunday qilib, kuzatuvchining o'zi – psixometrik asbob hisoblanadi va har qanday asbob singari muayyan tarzda kalibrlashtirilishi va sozlanishi lozim. Kuzatuv usuli bilan psixologik axborotni idrok etish va to'plash xususiyatlarini bilish ana shunday sozlash hisoblanadi. Ma'lumki, kuzatuv – avvalo muayyan tarzda tashkil qilingan idrok bo'lib, u kuzatuvchi oldida turgan vazifa hamda ko'rib chiqilayotgan hodisaning mohiyati bilan bog'liq, ya'ni kuzatuv maqsadga qaratilgan faoliyat hisoblanadi [82, 258-266].

Zamonaviy shaxsning individualligi va murakkab darajada rivojlanganligi psixologlarning kasbiy mahoratini oshirishni talab qilmoqda. Shu bois psixologlardan o'z kasbiy faoliyatida zamonaviy psixologik usul va metodikalardan foydalanish borasidagi kasbiy mahoratlarini doimiy ravishda oshirib borishlarini zarurati mavjud. Shu jumladan, ijtimoiy psixologiyada vizual psixodiagnostika usullaridan foydalangan xolda xizmat ko'rsatish professionallikni talab etadi. Amaliyotchi psixolog shaxslararo muloqotda foydalaniladigan noverbal komponentlarni anglash hamda yuborilayotgan signallarini munosabat va mazmun darajasida to'g'ri talqin qila olish malakalariga ega bo'lishi lozim.

Muloqot psixologiyasida suhbatdosh shaxsini tushunish bilan bog'liq holda interpretatsiyalash an'anaviy hisoblanadi. "Interpretatsiya" iborasi asosan harakat, turli ekspressiv tuzilma elementlari, noverbal xulq haqida gap borganda qo'llaniladi.

Ma'lumki, inson o'zining fikri, dunyoqarashi, boshqalar haqidagi fikrlarini erkin baholaydi. Bu boshqalar haqidagi fikrlarni har doim ham erkin ifodalash mumkin degani emas. Hayotda har doim ham o'z fikrlarimizni boshqalar oldida ifoda eta olmaymiz. Kishilik jamiyatining har qanday holatlarida ham erkin va dadil bo'lish uchun insondan muomala san'atini bilish talab etiladi. So'z san'atining rivojlanishi shaxs tajribasi bilan bog'liq bo'ladi.. Muloqot jarayonida doimo ishtirok etish, so'zlovchining nutq madaniyatidan boxabar bo'lishni hamda o'z fikrini ravon, dadil bayon etishni ta'minlaydi.

Insonni qanday ishlarga qodirligini ijtimoiy diagnostika tarkibiga kiruvchi turli xil metodlar yordamida, tarmoqlarga bo'lingan xolda, ya'ni o'ziga xos so'rov tarzida, xatti-harakatlarga va xulq-atvor xususiyatlarining namoyon bo'lishiga qarab, tug'ilgan joyi, oilasi, genologik kelib chiqishiga ko'ra qanday insonlar tipiga kirishini ma'lum miqdorda aniqlab berishi mumkin.

V.M.Karimova muloqotning noverbal vositalarning o'ziga xos jihatlarga egaligini milliy hamda hududiy xususiyatlar bilan bog'lab tadqiq etgan.

Shuningdek, muloqotdagi fazoviy joylashuv va uning jinsiy differentsiyallashuvi mavjudligini ta'kidlaydi.

A.A.Usmonova, A.N.Norboevlarning "Yuridik psixologiya" o'quv qo'llanmasida so'roq davomida tergovchi va ayblanuvchi o'rtasida ma'lumotlar almashuvi jarayonida namoyon bo'ladigan noverbal signallar klassifikatsiyasi umumiy tarzda berilgan.

Noverbal muloqotning asoslari bo'lgan kinetika belgilar tizimi, proksemik belgilar tizimi, vizual kontakt tizimlari haqidagi ma'lumotlarni M.Maqsudovanning izlanishlarida ko'rish mumkin. U kenetik tizimning o'ziga xos tomonlarini muloqotdagi ahamiyati, asosiy hududlarning namoyon bo'lishi va masofaviy farqlarini yoritib bergan.

Shaxs xulqi ekspressiyasining interpretatsiyasi muammosi borasida respublikamizning bir qancha psixolog olimlari o'z ilmiy izlanishlarini taqdim etganlar.

E.Yu.Agzamova, F.A.Shigakovalar "Axborotning ishonchliligini baholashda profayling texnologiyasi va poligrafning ahamiyati" nomli o'quv – metodik qo'llanmasida vizual diagnostika yordamida jinoyatchi shaxsining noverbal belgilari asosida fosh etishning bir qancha usullarini, jumladan, kongruentlikka rioya qilmaslik, vegetativ asab tizimining jinoyatchi emotsional holatiga ta'siri, tana harakatlarining mazmuni asosida jinoyatchi shaxsining analog signallarini fosh etish va to'g'ri anglash qoidalari borasida to'xtalganlar.

Shaxs xulqi ekspressiyasining interpretatsiyasi bo'yicha ma'lumotlar psixologiya va filologiya fanlariga oid adabiyotlarida hamda ushbu fanlarning tadqiqotlar predmeti va ob'ekti sifatida uchratish mumkin. Psixologiya sohasida shaxsning tashqi ko'rinishi va uning ekspressiv xulqi orqali uning o'ziga xos individual va ma'lum guruhga aloqador xususiyatlarini aniqlashning nazariy va amaliy usullari ijtimoiy psixologiya, psixodiagnostika va profayling yo'nalishlarida nisbatan ko'proq o'rganilgan. Shuningdek, qisman umumiy psixologiya, psixokoreksiya, ijtimoiy trening yo'nalishlarida ma'lumotlar berilgan.

Ijtimoiy psixologiyada transformatsion tarzda joriy etilib kelinayotgan ijtimoiy munosabatlarda shaxsning vizual diagnostika qilish uzoq tarixga ega bo'lishiga qaramay, uning yangi bosqichi hozirgi kunda psixologiya sohasining yangi bir rivojlanib kelayotgan qiziqarli hamda amaliy ahamiyatga ega bo'lgan tarmog'idan biridir. Uni muammo sifatida nafaqat ijtimoiy psixologiya fani, shuningdek falsafa, pedagogika, mantiq, yurisprudensiya, etika va filologiya fanlari tizimida ham o'rganilib kelinmoqda. Biroq, bugungi kunda respublikamizda shaxs tashqi ko'rinishi asosida uning psixotipini aniqlash sohasi, uning metodologiyasi, texnika va ob'ektlarini ilmiy tadqiq etish yetarli darajada yo'lga qo'yilmagan. O'zbekistonda bu sohadagi aksariyat ilmiy izlanishlar nisbatan ijtimoiy psixologiya, ichki ishlar va bojxona xodimlari xizmatida qo'llanilib kelinmoqda. Ta'lim, iqtisod, tibbiyot va boshqa sohalarda esa, bu yo'nalish yetarli darajada rivojlanmagan. Ushbu sohada keng qamrovli ilmiy-amaliy muammolar o'z yechimini topmagan.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI.

1. Mirziyoyev Sh.M. “Konstitutsiya – erkin va farovon hayotimiz, mamlakatimizni yanada taraqqiy ettirishning mustahkam poydevoridir” mavzusidagi O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi qabul qilinganining 25 yilligiga bag‘ishlangan tantanali marosimdagi ma’ruzasi. // “Halq so‘zi” gazetasi, 8 dekabr 2017 yil.
2. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob halqimiz bilan birga quramiz. – T.: O‘zbekiston, 2017. – 488 b.
3. Равенский Н. Как читать человека. Черты лица, жесты, позы, мимика. Минск. 2011. – 221 с.
4. Rajabov M., Soliyev F. Ishochni shakllantirish texnikasi va axborot yetkazivchiga bog‘lanib qolish. O‘zbekiston psixologlar uyushmasi. O‘zbekistonda psixologik xizmatning dolzarb muammolari. Toshkent 2010.
5. Rasulov A.I. Psixodiagnostika. O‘quv uslubiy qo‘llanma — T.: O‘zMU. 2009. — 32 b.
6. Роль среды и наследственности в формировании индивидуальности человека / Под ред. И.В.Равич-Щербо. - М.: Педагогика, 1988. — 330 с.

SHARQ VA G‘ARB TA’LIM TIZIMIDA YOSHLAR MAS’ULIYATIGA DOIR IJTIMOIIY-FALSAFIY QARASHLAR DEFINITSIYASI

Sultonov Og‘abek Sultan o‘g‘li

Ma‘mun universiteti Falsafa kafedrasida o‘qituvchisi

Shaxs erkinligi demokratik qadriyatlar tizimida alohida o‘rin tutadi. Erkinlik-insonning intellektual-ma’naviy kamolotga erishuvining zarur sharti, anglanganligidir. Erkinlik tufayligina inson yaratuvchanlik qobiliyatini namoyon etadi, shaxsiy mas’uliyat va insoniy mas’uliyatini to‘la his etadi. Insondagi ixtiyor erkinligi zaruriyat talabi bilan oqilona, aqlga bo‘ysundirilgan ravishda, ideal va me‘yorlarga mos tarzda cheklanadi. Ixtiyor erkinligi tufayli inson har qadamda axloqiy tanlov muammosiga duch keladi. Bu muammo kishida mas’uliyat hissi mavjudligidan dalolat beradi. Mas’uliyatni, o‘zgarlar va o‘z vijdoni oldida mas’uliyatni sezmagani kishi xohlagan ishga qo‘l urishi mumkin - uni o‘z qilmishining oqibati qiziqitmaydi, u faqat manfaat ustuvorligini tan oladi, xolos. Unday odamni axloqsiz deb ataydilar.

Mas’uliyat muammosiga fanda azaldan erkinlik va zarurat kategoriyalarining o‘zaro nisbati, shaxs xulq-atvori va faoliyatining ijtimoiy-axloqiy jihatidan yondashib kelinadi. Shu ma’noda mas’uliyat tushunchasi falsafiy, axloqiy, psixologik, yuridik, ijtimoiy, iqtisodiy sohalarga xos ko‘plab masalalarning murakkab majmuyini qamrab oladi. Umuman olganda bu tushunchalarni mashxur turkman shoiri Maxtumlulning “Savol-javob” she‘ridan va Durdi shoirning ushbu she‘rga javob shaklida keltirgan to‘rtlikdan mas’uliyatning islom dinining asosiy erkinlik tushunchalari bilan insonlarning orasidagi o‘zaro amal qilinishi kerak bo‘lgan yuksak axloqiy munosabatlarni bildirgan.

Maxtumquli - U nimadir, yemadilar - to‘ydilar?

U nimadir, ulug‘ kunga qo‘ydilar?

Ul kim edi tovonidan so‘ydilar?

Shoir bo‘lsang, shundan bizga xabar ber!

Durdi shoir - U diydordir, yemadilar - to‘ydilar,

U namozdir - qiyomatga qo‘ydilar,

Nasimiyini tovonidan so‘ydilar,

Bizdan salom bo‘lsin, javobimiz shu!

Ushbu satrlarni Abdulla Sher va Bahodir Xusanov o‘zlarining “Axloq Falsafasi.Nafosat Falsafasi” nomli kitoblarida quyidagicha sharhlaydi: Shunday qilib, ushbu misolda uch xil tanlovni, uch xil mas’uliyatni va ixtiyor erkinligidan uch xil foydalanishni ko‘rdik. Demak, har bir insonning bu dunyoda axloqiy tanlov sinovidan o‘tmasligi mumkin emas.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya.

Mas’uliyat tushunchasi ko‘plab axloqiy kategoriyalar bilan bog‘liq hisoblanadi. Mas’uliyatni quyidagi ahloqiy kategoriyalar bilan qo‘llanilishini ko‘rishimiz mumkin: muhabbat- insoniy mohiyatning erkin tarzda namoyon bo‘lishidir, u zo‘ravonlik yoki zo‘rmazo‘rakilik bilan chiqisha olmaydigan hodisa. U me‘yorlar, an‘analar, qonunlarga bo‘ysunmaydi, lekin yuksak axloqiylik ifodasi tarzida insonga ulkan mas’uliyat yuklaydi, uni jasoratga chorlaydi, u - insonni tashqi va transsendental olam bilan bog‘laydigan, uni yolg‘izlikdan olib chiqadigan buyuk kuch. Bu hol inson va ijtimoiy borliq mohiyatining murakkabligi va rang-barangligi bilan belgilanadi.

Mas’uliyat. Mas’uliyat, mohiyatan, jamiyat, davlat va shaxslarga nisbatan muayyan individdagi munosabat, ular oldidagi majburiyat. U, yuqorida aytganimizdek, vijdon, e‘tiqod, mas’uliyat kabi tushunchalar bilan mustahkam bog‘liq. Har qanday odam o‘zi uchun muhim biron bir maqsadga erishish yo‘lida harakat qilish usulini tanlashda o‘z tabiatiga ko‘ra erkin ekaniga qaramay, uning shaxsiy hayoti butun jamiyat hayoti, boshqalar oldidagi mas’uliyati bilan uzviy bog‘liqdir.

Vijdon. Vijdon - Zigmund Froyd ta‘biri bilan aytganda, alo men, men ustidan nazorat o‘rnatib, uni boshqarib turuvchi ikkinchi bir, yuqori darajadagi men. Agar uyat hissi insonning tashqi, jamiyatga bog‘liqligidan kelib chiqsa, vijdon uning ichki o‘z-o‘ziga bog‘liqligini namoyon etadi. Vijdon, eng avvalo, o‘zgalarga nisbatan mas’uliyat va mas’uliyatni taqozo etadi. Jamiyat esa o‘z-o‘zini asrash va rivojlanish uchun muayyan ichki tartibni shakllantirib, o‘z a‘zolarining nomaqbul qilmishlarini amalda cheklashga majbur. Bugungi kunda hayolilik alohida ahamiyatga ega. Vatanga, xalqqa bo‘lgan hurmat, muhabbat, ishonch tuyg‘usi muayyan umumiy manfaatlar, maqsadlar asosida shakllanib, kishilar qalbidan chuqur o‘rin oladi, faoliyatiga ta‘sir qilib, ularni mas’uliyatli vazifalarni bajarishga safarbar etadi. Turli sivilizatsiyalarning o‘zaro aloqalari, ba‘zan esa omuxtalashuvi, urbanizatsiya, modaparastlik singari zamonaviy hodisalar o‘zbek oilasidagi an‘anaviy haellilikka ma‘lum ma‘noda salbiy ta‘sir ko‘rsatayotir, ayniqsa xotin-qizlar va yoshlarning o‘zini tutishida, muomalasida, kiyinishida bu ta‘sirni yaqqol sezish mumkin. Shu sababli oiladagi va maktabdagi tarbiyada hayolilik

xulqiy go‘zallik, nazokat; behayolik esa xulqiy xunuklik va qo‘pollik ekanini uqtirish shaxs erkinligining doimo o‘zgaralar oldida mas’uliyat bilan bog‘liqligini izchil ravishda tushuntirib borish muhim vazifalardan biri. Shunday qilib, odamlarning xulq-atvor me‘yorlari bilan mas’uliyat uzviy aloqadadir.

Bu holat jamiyatning barcha a‘zolari bir-biri va jamiyat oldida ma’lum majburiyatlarni ongli yoki ongsiz ravishda qabul qilishi, shuningdek, zarur hollarda ularni ro‘yobga chiqarishga tayyorligida namoyon bo‘ladi. Tarixdan ma’lumki, hokimiyatning barcha bo‘g‘inlari barqaror va mas’uliyatli bo‘lmasa, jamiyat izchil rivojlanishi va taraqqiy etishi mumkin emas. Bunga yaqqol misol qilib Jon Styuart Millning ijtimoiy liberalizm qarashlarini keltirish mumkin. Uning fikriga ko‘ra, davlatning ko‘pchilikdan iborat bo‘lgan kuchli hukumati umuman jamiyat uchun to‘g‘ri emasligiga ya’ni kuchli ozchilik, kuchsiz ko‘pchilikni terror qilishi mumkin degan fikrni noto‘g‘riligini isbotlagan. Sababi ko‘pchilik ozchilikni ezishi mumkin. Jamiyatning turli institutlari, ularning ijtimoiy tartib va jamiyatning yashovchanligini qonun kuchi bilan ta’minlashga mas’uliyatli bo‘lgan xizmatchilari zimmasiga yuklatilgan mas’uliyat alohida ijtimoiy ahamiyat kasb etadi.

Muhokama

Chunki aynan boshqaruv xodimlari jamiyatga qarab mo‘ljal oluvchi shaxslar sifatida shakllanadi. Bunda jamiyat va davlat ta’sirida xizmatchilarning muayyan ijtimoiy intizomi va javobgarligi (siyosiy, huquqiy, axloqiy mas’uliyat) shakllanadi. Boshqarish tizimida mas’uliyat muammosi davlat va fuqarolik jamiyatining ichki jarayonlari bilan uzviy bog‘liq. Milliy davlatchilikni mustahkamlash, islohotlarni izchil davom ettirish, jamiyatda barqarorlikni ta’minlash lozim bo‘lgan hozirgi sharoitda turli jabhalardagi jarayonlarda mas’uliyatni oshirishning ahamiyati tobora ortib bormoqda. Bu jarayonda mas’uliyat, avvalo, samarali davlat va mahalliy boshqaruv hamda kadrlar bilan ishlash siyosatini olib borishning muhim omili bo‘lishida namoyon bo‘ladi.

Bizning mas’uliyatimiz butun insoniyatga taalluqli, taxmin qilganimizdan ancha katta. Biz o‘zimiz uchun ham, hamma uchun ham javobgarmiz va o‘zimiz tanlagan muayyan inson qiyofasini yaratamiz; o‘zimizni tanlash bilan biz umuman insonni tanlaymiz Sartrning fikriga ko‘ra, inson eng avvalo, subyektiv kechinmalar orqali yaralgan loyihadir. Bu loyihagacha hech narsa mavjud emas, aql bovar qiladigan samovotda hech narsa yo‘q; borlig‘ining loyihasi qanaqa bo‘lsa, inson ham shunaqa. Agar mavjud bo‘lish haqiqatan ham mohiyatdan avval tursa, unda inson o‘zining borligi uchun mas’uldir. Shunday qilib, ekzistensiyachilik, birinchi navbatda, har qanday insonning hukmiga uning borligini havola qiladi va mavjudligi uchun to‘liq mas’uliyatni uning o‘ziga yuklaydi.

Monaviylikda “Avesto”dagidek insondan hayvonlarga, nabototga axloqiy munosabat shafqat va e‘zoz talab qilinadi, barcha jonzoqlar oldida odam zotining alohida mas’uliyati borligi ta’kidlanadi. Koshifiy mas’uliyat haqidagi qarashlari ham e’tiborga molik. U mas’uliyatni Tangri oldidagi o‘z qarzini bajarish, ilohiy mas’uliyat deb tushunadi. Lekin bu mas’uliyat, ayni paytda, muhtojlarga xayr-ehsonni, yaratgan va banda oldidagi pokizalikni ham o‘z ichiga oladi. Mas’uliyatni anglab yetish esa, faqat bilim (bilish) orqali ro‘y beradi. Kirkegaard asarlarida

ma'naviy hayotning qo'rquv, xavotir, umidsizlik, notinchlik singari negativ tomonlari tadqiq etiladi. Lekin bu xususiyatlar shunchaki emas, balki shaxsning o'z mas'uliyatini chuqur his qilishi uchun tahlilga olinadi. Bu mas'uliyat esa o'z ifodasini tanlovda topadi. Shu bois ba'zan Kirkegaard axloqiy ta'limotini tanlov axloqshunosligi ham deb atashadi. Insonni shaxsiy tanlov huquqiga ega mavjudot tarzida talqin etdi - bunda insoniy qadr-qimmat g'oyasi mas'uliyat g'oyasi bilan omuxtalashib ketdi. Kirkegaard bu bilan eng yangi davr Falsafasidagi ekzistensiyachilik oqimining ibtidosida turadi. Erix Fromm muhabbat muammosiga ham juda katta e'tibor beradi. Muhabbat, bu - har biri o'zligini saqlagan holatdagi ikki kishining birlashuvi. Muhabbat, bu - harakat, orom emas, faollik - kuzatish emas. Sevishtirish - olish emas, berish. Sevgida inson o'zi uchun eng bebaho bo'lgan hayotining bir qismini - hissiyoti, bilimi, kechinmalarini o'ziga bag'ishlaydi. Buni u o'rniga nimadir olish uchun qilmaydi, ana shu "bag'ishlash"ning o'zi nafis bir lazzatdir.

Alloma faylasuf, yuqorida ta'kidlaganidek, muhabbatni g'amxo'rlik, mas'uliyat, hurmat va ilm unsurlaridan iborat deb bilar ekan, mas'uliyatga o'zgacha e'tibor bilan qaraydi. Fromm mas'uliyatni odatda qabul qilinganidan boshqacharoq tarzda talqin etadi. Odatda mas'uliyat deganda, chetdan yuklangan, ya'ni odamga boshqa kishilar, jamiyat va hokazolar tomonidan taklif etilgan, uqtirilgan yoki majburan bo'yniga qo'yilgan qandaydir bir narsa tushuniladi. Fromm esa mas'uliyatni mohiyatan qalbning xohishi bilan bog'liq erkin holat, deydi. Mas'uliyatni his etish, bu - boshqa mavjudotning ehtiyoji va talabiga «labbay» deb javob berishga tayyor turish.

Natijalar

Shunday qilib, mas'uliyat kimgadir g'amxo'rlik qilish bilan bog'liq. Boshqa tomondan faylasuf mas'uliyatni hurmat bilan bog'laydi. Hurmat, bu - qo'rquv yoki qo'l qovushtirish emas, u insonni qanday bo'lsa, shunday qabul etishni talab etadi. Ekzistensiyachilik axloqshunosligining eng ko'zga ko'ringan namoyandalaridan yana biri Jan-Pol Sartr (1905-1980). Sartrning fikriga ko'ra, inson eng avvalo, sub'yektiv kechinmalar orqali yaralgan loyihadir. Bu loyihagacha hech narsa mavjud emas, aql bovar qiladigan samovotda hech narsa yo'q borligining loyihasi qanaqa bo'lsa, inson ham shunaqa. Agar mavjud bo'lish haqiqatan ham mohiyatdan avval tursa, unda inson o'zining borligi uchun mas'uldir. Shunday qilib, ekzistensiyachilik, birinchi navbatda, har qanday insonning hukmiga uning borligini havola qiladi va mavjudligi uchun to'liq mas'uliyatni uning o'ziga yuklaydi. Bu borada fikr yuritib, Sartr shunday deb yozadi: "Biroq biz insonni mas'uldir, deganimizda, bu - faqat uning o'z shaxsiyatigagina javobgar, degani emas. U barcha odamlar uchun mas'uldir. Biz, inson o'zini-o'zi tanlaydi, deganimizda, har birimizning o'zini-o'zi tanlashini nazarda tutamiz, biroq, shu bilan birga, biz o'zimizni tanlar ekanmiz, barcha odamlarni tanlaymiz, degan gapni ham aytishni xohlaymiz"²¹. Zero, o'zimizni tanlashimiz, qanday holda bo'lmasin, biz hech qachon yovuzlikni tanlamaymiz,

²¹ Сартр Ж.П. Экзистенциализм теорисиди. А.Шер таржимаси. «Жаҳон адабиёти» журнали, 1997, 5-сон, 182-б.

ayni paytda, bu tanlov tanlovimizning qadriyatini barqaror etishni taqozo qiladi. Bizning tanlovimiz esa ezgulik bo'lishi shubhasizdir.

Xulosa

Lekin, shuni aytish kerakki, hamma uchun ezgulik hisoblanmagan narsaning biz uchun ezgulik bo'lishi mumkin emas. Bizning mas'uliyatimiz butun insoniyatga taalluqli, taxmin qilganimizdan ancha katta. Biz o'zimiz uchun ham, hamma uchun ham javobgarmiz va o'zimiz tanlagan muayyan inson qiyofasini yaratamiz; o'zimizni tanlash bilan biz umuman insonni tanlaymiz. Sartr havotir hissi haqida batafsil to'xtaladi. Yolg'on gapirayotgan odamlar baribir xavotirlanib turadilar. Chunonchi, ko'pincha odamlar o'zlarining harakatini faqat o'zlarigagina taalluqli deb o'ylaydilar, ulardan agar hamma shunaqa qilganda, nima bo'ladi, deb so'rasalar, hamma ham bunday qilavermaydi-ku, deya javob beradilar. Lekin «Hamma shunaqa qilsa nima bo'ladi?» deb doimo so'rash o'rinli. Bu savoldan faqat yolg'on ishlatibgina qochish mumkin, ya'ni, aldayotgan kishi, hamma shunday qiladi-ku, deb o'zini oqlashga urinadi, o'z vijdoniga xilof yo'l tutadi. Zero, sodir etilgan bu yolg'on yolg'onga universal qadriyat darajasi berilayotganini bildiradi. Yolg'onni sodir etgan odam, garchand, havotirini yashirsa-da, uning mavjudligini sezib turadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Абдулла Шер, Баходир Хусанов. АХЛОҚ ФАЛСАФАСИ. НАФОСАТ ФАЛСАФАСИ. -: Т, 2008. 20 Б
2. Махтумқули. Танланган асарлар. Т. Ўзбадий нашр, 1960, 167-б.
3. Абдулла Шер, Баходир Хусанов. АХЛОҚ ФАЛСАФАСИ. НАФОСАТ ФАЛСАФАСИ. -: Т, 2008. 21-б
4. Сартр Ж.П. Экзистенциализм теорисиди. А. Шер таржимаси. «Жаҳон адабиёти» журнали, 1997, 5-сон, 182-б.

TALABALARNI PSIXOLOGIK HAYOTGA TAYYORLASHNING PEDAGOGIK- PSIXOLOGIK IMKONIYATLARINI KENGAYTIRISH

Jaxongir Maxamadjonov

Psixologiya yo'nalishi 3-kurs talabasi

Jahon ta'lim va ilmiy-tadqiqot muassasalarida hamkorlik pedagogikasi asosida talabalarni psixologik hayotga tayyorlash jarayonini innovatsion yondashuv asosida loyihalash, bo'lajak o'qituvchilarni muayyan kasbiy faoliyatga tayyorlash texnologiyalarini rivojlantirish, kasbiy yetuklikka erishish jarayonida pedagogik, psixologik qadriyatlarni tatbiq etish bo'yicha ilmiy tadqiqotlar olib borilmoqda. Global axborot oqimlari jadallashuvi, fan-texnika rivojlanishi, talabalarning kasbiy layoqatini rivojlantirish, bo'lajak pedagoglarni innovatsion kasbiy faoliyatga tayyorlash, pedagogik hamkorlik modellarini takomillashtirish, talabalarni psixologik hayotga tayyorlashning pedagogik-psixologik imkoniyatlarini kengaytirish bo'yicha ilmiy-tadqiqotlarga alohida e'tibor qaratilmoqda.

Respublikamizda so'nggi yillarda zamonaviy pedagogik va axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish orqali hamkorlik

pedagogikasining ilg'or uslublarini joriy etish asosida talabalarni psixologik hayotga tayyorlash jarayonlarini takomillashtirish, xalqaro hamkorlik va korporativ xizmatlarda ishtirok etishini ta'minlashning me'yoriy asoslari yaratilmoqda. "Yoshlarni vatanparvarlik, fuqarolik tuyg'usi, bag'rikenglik, qonunlarga, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga hurmat ruhida, zararli ta'sirlar va oqimlarga qarshi tura oladigan, hayotga bo'lgan qat'iy ishonch va qarashlarga ega shaxs sifatida tarbiyalash. Yoshlarning huquqiy ongi va huquqiy madaniyati darajasini yuksaltirish" ustuvor vazifalar etib belgilandi. Natijada, hamkorlik pedagogikasi asosida talabalarni hozirgi kun talabiga to'la javob bera oladigan yetuk salohiyatli shaxslar etib tayyorlash bo'yicha ilmiy tadqiqotlar olib borish imkoniyatlari kengayadi.

Hozirgi kunda talabalarni intellektual va psixoemotsional rivojlantirish, mediatexnologiyalarni joriy etish orqali talabalarda ijodiy-tanqidiy fikrlashni rivojlantirish mexanizmini takomillashtirish, ta'lim jarayonini boshqarishni avtomatlashtirish ijodkorlikni rivojlantirishning intellektual tizimlarini loyihalash, kompetentli yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy pedagogik ijodkorligini rivojlantirish, mustaqil fikrlash, masalalarni ijodiy yechish, ta'lim jarayonini pedagogik psixologik loyihalash, intensiv hamda integrativ texnologiyalar asosida rivojlantirishga oid ilmiy tadqiqot ishlariga katta e'tibor berilmoqda. Bularning barchasiga talabalarning hamkorlikda o'qitish, jamoaviy ishlash ko'nikmasini rivojlantirish orqali erishiladi.

Hamkorlikdagi ta'lim jarayonida o'qituvchi bilan talabalarning do'stlashishi, bir-birini tushunishi, muloqotga kirishishlari uchun zamin hozirlashi kerak. Talabalar o'zaro baland ovozda gapirmasliklari, bir-biriga nisbatan yaxshi munosabatda bo'lish, zarur vaziyatlarda o'zlarini tuta bilish va xatti-harakatlarini nazorat qilishni ta'minlashi muhim. Talabalarda hayotiy tajribaning etishmasligi tufayli ular orasida ishchan, do'stona muloqot o'rnatish murakkab kechadi. Bunda o'qituvchi talabalarni hamkorlikdagi faoliyatga jalb etish chora-tadbirlarini ishlab chiqishi va qo'llashi, ularning individual xususiyatlarini chuqur tahlil qilishi va har tomonlama o'rganishi kerak [4].

Hamkorlikdagi pedagogik vaziyatni vujudga keltirishda o'qituvchi, birinchi navbatda o'yin usulidan samarali foydalanishi lozim. Buning uchun o'qituvchi ham, talabalar ham zarur shaxsiy sifat va ko'nikmalar bilan qurollangan bo'lishlari kerak. Shunda ular vaziyatlarga ijobiy yyechim topa oladilar.

Pedagogik hamkorlik jarayonida talabalarda xush kayfiyat, tabassum, rahmdillik, ko'tarinkilik, quvonch, do'stona munosabatlar, muloqotga kirishuvchanlik, qiyin daqiqalarda birbirlariga ko'maklashish, kechira olish, mas'uliyatlilik, haqgo'ylik, bag'rikenglik, toqatlilik, tushunish kabilar kuzatiladi. Mashg'ulotlar yakunida talabalar bir-birini yaxshi bilganliklari, yaqindan do'stlashganliklari, o'zlari haqidagi ma'lumotlarga ham ega bo'lganliklari, yaxshi sifatlarni namoyon qilganliklari, atrofda gilarining o'zlariga bo'lgan munosabatlarini aniqlaganliklari, o'zlariga tashqaridan baho berish imkoniyatiga ega bo'lganliklari, ijobiy hamkorlik muhitiga ega ekanliklari, o'zlari va sinfdoshlariga nisbatan ishonch hissini tuyganliklarini kuzatish mumkin.

ADABIYOTLAR TAHLILI

O'qituvchi ta'lim jarayonida hamkorlikda o'qitishning zamonaviy va innovatsion metodlaridan foydalanishi uchun ushbu texnologiyaning o'ziga xos xususiyatlariga oid bilim, ko'nikma va malakalarni, talabalarning mustaqil ishlari, o'quv bahsi va munozaralarni samarali tashkil etish yo'llarini egallagan, talabalarda esa darslik, ilmiy-ommabop adabiyotlarning mazmuni ustida mustaqil-ilmiiy va ijodiy ishlash, mazkur mazmun haqida o'z fikrini doimiy ravishda qisqa va zamon talabiga mos aniq bayon etish, fikrlarni to'laqonli asoslash ularni aniqlash to'g'risida dalillash, mazkur jarayon to'g'risida mantiqiy fikr yuritish, faoliyatga doir o'quv bahsi hamda munozaralarda faol va tahliliy tanqidiy qatnashish ko'nikmalari shakllangan bo'lishi kerak.

Hamkorlik pedagogikasi asosida ta'lim-tarbiya sifati samaradorligini oshirishning konseptual masalalari, hamkorlikka asoslanilgan o'qitish jarayonini tashkil etishning ayrim texnologik jihatlari Sh.A.Abdullayeva, N.G'.Dilova, Q.Inaqov, B.Xodjayev, O.Balashov, O.Gataulina, Yu.Kostinko, V.Petrova, S.Shibayevalarning tadqiqot ishlarida yoritilgan.

Shuningdek, xorijlik E.Aronson, N.Blaney, C.I.Barnard, R.Jonson, H.B.Lewis, J.B.Maller, M.Mead, C.W.Park, S.Sharan, R.Slavin kabi olimlar tomonidan talabalar o'rtasidagi hamkorlik muammolari tadqiq etilgan.

Ta'lim jarayonida qo'llashni tavsiya etayotgan hamkorlikda o'qitishning zamonaviy texnologiyalaridan biri jamoada o'qitish:

Jamoada o'qitishda (R.Slavin)[7] talabalarning teng sonli ikkita yoki bir nechta jamoaga ajratiladi. Ajratilgan jamoaga bir xil topshiriq beriladi. Jamoaning har bir a'zosi berilgan topshiriqni hamkorlikda zamonaviy usullarni qo'llab bajaradi, har bir talaba mavzuning nazariy qismida ko'zda tutilgan bilim, ko'nikma va malakalarni integratsion o'zlashtirishiga e'tiborni to'laqonli qaratadi.

Talabalarning kichik guruhlardagi o'quv faoliyati o'yin (turnir, musobaqa) shaklida, individual tarzda ham tashkil etilishi mumkin.

Hamkorlikda o'qitishning "birgalikda o'qiymiz" metodi. Sinf talabalari 3-5 kishidan iborat kichik guruhlarga ajratiladi. Har bir guruh darsda bajarilishi lozim bo'lgan topshiriqning ma'lum qismini bajaradi. Guruhlar topshiriqlarni to'liq bajarishi natijasida o'quv materialining yaxlit o'zlashtirilishiga erishiladi. Mazkur metodning asosiy prinsiplari – komandani taqdirlash, talabalarga individual yondashish, muvaffaqiyatlarga erishish uchun bir xil imkoniyatlarni vujudga keltirish sanaladi[1]. Kichik guruhlarda ishlash jarayonida ijodiy hamda izlanishni samarali tashkil etish metodi. Bu metodni qo'llash jarayonida ko'proq talabaning ya'ni talabalarning mustaqil, mantiqiy va ijodiy fikrlashiga urg'u qaratiladi.

TAHLIL VA NATIJALAR

O'zaro hamkorlikning muhim vazifalaridan yana biri – talabalarni muayyan faoliyatga yo'naltirish va bosqichma-bosqich tayyorlashdan iborat. Hamkorlik jarayoniga jalb etilmagan yoki hamkorlikka kirishishi murakkab kechadigan talabalarda muvozanatsizlik, hissiy tushkunlik, hadiksirash, ishonchsizlik va xavotirga tushish holatlari kuzatiladi. Talabalar orasida hamkorlik muhitining vujudga keltirilishi ularning o'quv faoliyatidagi muvaffaqiyatlarini ta'minlash imkonini beradi. Chunki, bunday hamkorlik jarayonida talabalar bilmagan

narsalarini bir-birlaridan o'rganadilar va o'zlari uchun ma'lum bo'lgan axborotlarni guruhdoshlariga etkazadilar. O'quv-tarbiya jarayonida amalga oshirilayotgan muloqotning qanday kechishi va kimning ko'proq ta'sir ko'rsata olishi jarayon sub'ektlari bajaradigan rollarga bog'liqdir. O'quv jarayonining birinchi sub'ekti bo'lgan o'qituvchida talabalarga muayyan darajada ta'sir ko'rsatish maqsadi mavjud. Bu maqsadni amalga oshirish uchun o'qituvchi zarur pedagogik vositalardan foydalanadi.

O'qituvchi va talabalarda tarkib topgan bir-birlarini tinglay olish ko'nikmalari o'zaro hamkorlik jarayonining samaradorligini ta'minlash bilan bir qatorda o'qituvchi-talabalar hamda talabalar orasida o'zaro do'stona muhitni vujudga keltirishga xizmat qiladi. SHuning uchun ham talabalarda o'z suhbatdoshini diqqat bilan tinglash ko'nikmasini tarkib toptirish muhim ahamiyatga ega. Buning uchun talabalarni o'zaro muloqot va hamkorlik jarayoniga jalb qilishga xizmat qiladigan usullar va metodlardan samarali foydalanish kerak. Talabalarda o'zaro muloqot o'rnatish, hamkorlikda ishlash ko'nikmalarini shakllantirish maqsadida psixologik pedagogik xarakterga ega bo'lgan treninglardan samarali foydalanish muhim.

Pedagogik hamkorlik jarayonida talabalarda pedagogik-psixologik vaziyatni to'g'ri tashkillashda xush kayfiyat, tabassum, rahmdillik, ko'tarinkilik, quvonch, do'stona munosabatlar, muloqotga kirishuvchanlik, qiyin daqiqalarda bir-birlariga ko'maklashish, kechira olish, mas'uliyatlilik, haqgo'ylik, bag'rikenglik, toqatlilik kabilarga e'tibor qaratish muhim sanaladi. Shundagina har bir mashg'ulot yakunida talabalar bir-birlarini yaxshi bilganliklari, yaqindan do'stlashganliklari, o'zlari haqidagi ma'lumotlarga ham ega bo'lganliklari, yaxshi sifatlarini namoyon qilganliklari, atrofda gilarining o'zlariga bo'lgan munosabatlarini aniqlaganliklari, o'zlariga tashqaridan baho berish imkoniyatiga ega bo'lganliklari, ijobiy hamkorlik muhitiga kirishganliklari, o'zlari va guruhdoshlariga nisbatan ishonch hissini tuyganliklarini kuzatish mumkin. Pedagogik hamkorlik ko'pgina didaktik va psixologik imkoniyatlarga ega. Bu o'z navbatida, talabalarni har tomonlama rivojlantirishda alohida ahamiyat kasb etadi. Har bir talabada o'z guruhining muvaffaqiyatidan quvonish, kamchiliklari uchun javobgarlik hissi qaror topadi.

Hamkorlikda ishlash jarayonida olingan natijalar muntazam tarzda o'qituvchi tomonidan tahlil qilinishi lozim. O'zaro hamkorlik muhitini tashkil etishda "o'qituvchi-ta'lim oluvchi-talabalar guruhi" ning hamjihatlikdagi faoliyatiga asoslaniladi. Talabalarga insonparvarlik asosida yondashish ular orasidagi ziddiyatlarning o'ziga xos jihatlari tushunish va bartaraf etish imkonini beradi. Talabalar orasidagi ziddiyatlarning o'ziga xos xususiyatlarini aniqlash va ularni bartaraf etish quyidagi omillar bilan bevosita bog'liqdir: talabalarning yosh xususiyatlari; hamkorlikdagi ta'lim jarayonini tashkil etishning o'ziga xos jihatlari; talabalarning ziddiyatlarga munosabati, ularning o'ziga xos jihatlari va rivojlanishi haqidagi tasavvurlari; ziddiyatlar vujudga kelgan holatlarda talabalarning harakatlari kabilar. O'qituvchining faoliyati, birinchi navbatda, ziddiyatlarga ijobiy yechim topishga qaratilishi kerak. Bu, o'z navbatida, o'qituvchining pedagogik ziddiyatlarning vujudga kelishi, rivojlanishi va ularning yechimini topish haqidagi bilimlarni nechog'li chuqur egallaganligiga bog'liq. Ziddiyatli vaziyatlarda

talabalarda o‘zaro munosabatlarga kirishish va hamkorlik qilish tajribasining shakllanishida turli ichki qarama-qarshiliklarni birgalikda bartaraf etish muhim o‘rin egallaydi. Bunday tajribaning shakllantirish uzoq davom etadigan jarayon hisoblanadi. Bu talabalarni rivojlantirishga yo‘naltirilgan vaziyatlarni o‘z ichiga oladi. Har bir vaziyatda talabalarda bir qator sifat o‘zgarishlari vujudga keladi.

Oliy o‘quv yurti va psixologik-madaniy muhitning ta’lim resurslarini integratsiyalash hamrohlik qiluvchi faoliyatining bosh yo‘nalishi hisoblanadi va u keng ko‘lamli psixologik-psixologik-pedagogik ish usullari va shakllaridan kompleks ravishda foydalanishga imkon beradi. Talabalarning o‘quv guruhida moslashuviga pedagogik hamrohlik qilishda talabalarga asosiy psixologik-psixologik hamda pedagogik yordam berish va qo‘llab-quvvatlash, birgalikdagi faoliyatni tashkil etishda an’anaviy axborot berish shakllari, tarbiyalovchi vaziyatlar, dolzarblashtirish, mustahkamlash va boyitish, ko‘maklashish va ijodni loyihalash usullarini hamda individual va guruhli suhbatlar, munozaralar, jamoaviy-ijodiy ishlar, vaziyatli o‘yinlarni keng qo‘llash ijobiy samara beradi. Ta’lim-tarbiya jarayoni sifat va samaradorligini oshirishda yordam ko‘rsatishi, mavjud muammolarni birgalikda hal etish va o‘zaro hamfikrlilik muhitini tashkil etishni talab etadi. Hamkorlik pedagogikasining g‘oya va tamoyillarini amalga oshiruvchi pedagog-novatorlarning konseptual g‘oyalarini tahlil etish ularning talabalarning ta’lim-tarbiyasiga yondashuvi yangi, insonparvar tizimga egaligini alohida qayd etishni taqozo etadi.

REFERENCES

1. Aronson E., Blaney N., Stephan C., Sikes J., Snapp M. The jigsaw classroom / E.Aronson, N.Blaney, S.Stephan, J.Sikes, M.Snapp. – Beverly Hills: Sage Publications, 1978. – 197 p.
2. Asqarova O‘., Usmonboyeva M., Raxmatova X., Ehsonova F., Asqarova F. Pedagogika. Izohli lug‘at. “Navro‘z” nashriyoti– Toshkent: 2014.
3. Mead M. Cooperation and Competition Among Primitive People / M.Mead. – McGrawHill, 1997.
4. Park C.W. The cooperative system of education. An account of cooperative education as developed in the College of Engineering, University of Cincinnati. – Washington: Government Printing Office, 1916. – 48 p.
5. Slavin R.E. Student teams and comparison among equals: Effects on academic performance and student attitudes. / R.E. Slavin. – Journal of Educational Psychology, vol. 70, 1978. – P. 532-538.
6. Hoshimov K., Nishonova S., Inomova M., Hasanov R. Pedagogika tarixi. – T.: O‘qituvchi, 1996. – 93 b.
7. Sharan, S., Sharan Y. Small group-teaching / S. Sharan, Y. Sharan. – Englewood Cliffs, NJ: Educational Technology Publications, 1996. – 237 p.

XOTIN-QIZLAR HUQUQLARINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK STRATEGIYALARI.

Nomozova Roziya Omonovna
O'zbekiston-Finlandiya pedagogika
institutining psixologiya kafedrası o'qituvchisi

Ayollar huquqlariga intilish tarix davomida ijtimoiy taraqqiyotning asosiy jihati bo'lib kelgan. XX asr oxiri va XX asr boshlaridagi suffraget harakatidan tortib, gender tengligi uchun zamonaviy kurashgacha, ayollar huquqlarini himoya qilish murakkab va ko'p qirrali ish bo'ldi. Ayollar huquqlarini himoya qilishda huquqiy va siyosiy o'zgarishlar hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'lsa-da, psixologiyaning munosabat, xulq-atvor va jamiyat normalarini shakllantirishdagi rolini e'tibordan chetda qoldirib bo'lmaydi. Psixologik strategiyalar gender tengsizligini davom ettiruvchi chuqur ildiz otgan tarfkaqlik, stereotiplar va kuch dinamikasini bartaraf etish orqali ayollar huquqlarini shakllantirish va rivojlantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Advokatlar individual e'tiqodlar va ijtimoiy tuzilmalarga ta'sir ko'rsatadigan psixologik mexanizmlarni tushunib, kamsitish amaliyotlariga samarali qarshi turishlari, shaxslarning imkoniyatlarini kengaytirishlari va gender tengligini targ'ib qilishlari mumkin. Ushbu munozarada biz ayollar huquqlarini himoya qilish uchun ishlatilishi mumkin bo'lgan asosiy psixologik strategiyalarni o'rganamiz, jumladan, o'z-o'zini samarali qilish orqali imkoniyatlarni kengaytirish, ta'lim orqali munosabatni o'zgartirish, empatiya va tushunishni shakllantirish, stereotiplar va noto'g'ri qarashlarga qarshi turish, inklyuzivlik va kesishishni rag'batlantirish. Ushbu strategiyalarni advokatlik sa'y-harakatlari, ta'lim tashabbuslari va siyosat aralashuvlariga integratsiyalash orqali biz ayollar teng huquqlarga, imkoniyatlarga va vakillikka ega bo'lgan yanada adolatli va adolatli jamiyatni yaratishga harakat qilishimiz mumkin. Inson huquqlari umumjahon deklaratsiyasi shunchaki asosiy tamoyillarni belgilaydi, Ammo faqat shuning o'zi bilan ayollar va qizlarning huquqlarini haqiqiy ta'minlashga erishib bo'lmaydi. Birlashgan Millatlar Tashkiloti tomonidan ushbu bo'shliqni to'ldirish uchun qilingan qadamlardan biri 1979 yil 18 dekabrda qabul qilingan Xotin-qizlarni kamsitishining barcha shakllariga barham berish to'g'risidagi konvensiya (CEDAW) edi. Ayollar huquqlari to'g'risidagi konvensiya sifatida tanilgan ushbu hujjat, uni ratifikatsiya qilgan davlatlarga madaniyat, jamiyat, ta'lim, siyosat va qonunchilik sohalarida ayollarning kamsitilishini bartaraf etish majburiyatini yuklaydi. O'zbekiston Respublikasi ayollar huquqlarini har doim ta'minlashga alohida e'tibor beradi. O'zbekiston Markaziy Osiyoda birinchilardan bo'lib, 1995 yil 6 mayda BMTning Xotin-qizlarni kamsitishining barcha shakllariga barham berish to'g'risidagi konvensiyasiga qo'shildi. Shuningdek, Onalikni himoya qilish to'g'risida, Mehnat va kasb sohasidagi kamsitish to'g'risidagi konvensiyalari va boshqa xalqaro hujjatlarni ratifikatsiya qilgan. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining 58-moddasida Xotin-qizlar va erkaklar teng huquqliligi, Davlat xotin-qizlar va erkaklarga jamiyat hamda davlat ishlarini boshqarishda, shuningdek jamiyat va davlat hayotining boshqa sohalarida teng huquq va imkoniyatlarni ta'minlagshi

belgilangan. Yangi O'zbekistonda ayollarning jamiyatdagi o'rni va nufuzini oshirish, ayollar bandligini ta'minlash, ularga munosib mehnat sharoitini yaratish yuzasidan keng qamrovli chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. "Mamlakatimizda xotin-qizlarni ish o'rinlari, uy-joy bilan ta'minlash, ularga tibbiy xizmat ko'rsatish sifatini yaxshilash masalalariga alohida e'tibor berilmoqda. Bu borada ayollarni kasb-hunarga qayta o'qitish markazlari joriy etilgani, arzon uy-joylar dasturi amalga oshirilayotgani muhim ahamiyatga egadir". Aholining, xususan, xotin-qizlarning intellektual salohiyatini yuksaltirish muhim ijtimoiy masala sifatida ularning mehnat bozorida faolligini oshirishga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Xotin-qizlar huquqlari uchun kurash tarixiy, ijtimoiy, siyosiy va psixologik omillar ta'sirida shakllangan uzoq va mashaqqatli yo'l bo'ldi. Xotin-qizlar huquqlarini shakllantirish va rivojlantirishga ko'maklashish uchun ularning imkoniyatlarini kengaytiradigan, munosabatlarni o'zgartiradigan va gender tengligini ta'minlaydigan psixologik strategiyalarni tushunish va ulardan foydalanish juda muhimdir.

1. O'z-o'zini samaradorlik orqali imkoniyatlarni kengaytirish: Xotin-qizlarni o'z qobiliyatlari va kuchli tomonlariga ishonishga undash xotin-qizlar huquqlarini shakllantirish uchun muhim ahamiyatga ega. O'z-o'zini samaradorligini oshirish orqali odamlar harakat qilishlari, o'z huquqlarini himoya qilishlari va kamsitish amaliyotlariga qarshi chiqishlari mumkin.

2. Ta'lim orqali munosabatni o'zgartirish: Ta'lim gender tengligi haqidagi qarashlar va e'tiqodlarni shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Ta'lim o'quv dasturlariga feministik nuqtai nazar va tanqidiy fikrlash qobiliyatlarini kiritish orqali shaxslar xotin-qizlar huquqlari muammolarini chuqurroq tushunishlari va o'zgarishlar tarafdori bo'lishlari mumkin.

3. Empatiya va tushunishni shakllantirish: Empatiya xotin-qizlar huquqlarini himoya qilishda kuchli vositadir, chunki u odamlarga boshqalarning tajribalari va kurashlari bilan bog'lanish imkonini beradi. Empatiyani rivojlantirish orqali odamlar gender tengligini qo'llab-quvvatlashlari va adolatli jamiyat yaratish yo'lida harakat qilishlari mumkin.

4. Stereotiplar va tarafkashliklarga qarshi kurashish: Gender stereotiplari va tarafkashliklariga qarshi kurashish va ularga qarshi kurashish xotin-qizlar huquqlari uchun kurashda muhim ahamiyatga ega. Ushbu noto'g'ri fikrlardan xabardorlikni oshirish va tanqidiy fikrlashni rag'batlantirish orqali shaxslar gender tengligi yo'lidagi to'siqlarni yo'q qilishga harakat qilishlari mumkin.

Xulosa:

Ushbu psixologik strategiyalarni advokatlik sa'y-harakatlari va ta'lim tashabbuslariga qo'shish orqali biz ayollar huquqlarini shakllantirish va barcha uchun gender tengligiga erishish yo'lida harakat qilishimiz mumkin. Doimiy o'zgarishlarni yaratish va hamma joyda xotin-qizlar uchun yanada adolatli va adolatli dunyoni targ'ib qilish uchun individual va jamiyat darajasida shaxslarni jalb qilish juda muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Mo'minov A.R Tillaboyev M. A Inson huquqlari. Ayollar huquqlari va erkinligini xalqaro huquqiy himoya qilish. //T . : Adolat. 2013.- B.368.B.368.

2.Odilqoriyev X.T Davlat va huquq nazariyasi (darslik). Toshkent “Adolat”, 2018, 287-b

3.Saidov A.M "Ayollar huquqlari bo'yicha bo'yicha xalqaro va milliy qonun hujjatlari rivojlanishining asosiy yo'nalishlari",Toshkent 1999 b-82

4.Tajixanov U.B, Saidov A.M Huquqiy madaniyat nazariyasi 1-tom.Toshkent. 1998, 11-b

5.Zakirova S.A “ Xotin-qizlarning huquqiy madaniyatini oshirishda nodavlat notijorat tashkilotlarining o'rni va roli”. // Fuqarolik jamiyati. 2017, №4, 49-b

OILAVIY NIZOLARNING O‘SMIR SHAXSI ONGIGA TA’SIRI

Xursanov Omadbek

Qo‘qon universiteti ta’lim kafedrası o‘qituvchisi

O‘zbekiston Respublikasining fuqarolik jamiyati qurish jarayonlarida oilani mustahkamlash, unda sog‘lom ma’naviy muhitni barqarorlashtirishga qaratilgan siyosati ijtimoiy sohani isloh qilishda katta tarixiy ahamiyatga molik sa’y-harakatlardandir. Zero, davlatimiz birinchi prezidenti Islom Karimov yozganlaridek, “Oila sog‘lom ekan – jamiyat mustahkam, jamiyat mustahkam ekan – mamlakat barqarordir”²². Oila muhitining sog‘lomligi uni tashkil etuvchi a’zolar – er-xotin, ota-ona – bola, qaynona-kelin, qaynota-kuyov kabi murakkab o‘zaro munosabatlarning qay darajada muvofiqlashganligiga bog‘liq bo‘lganligi bois, ushbu munosabatlarning tabiati va ularni boshqarish yo‘llari ijtimoiy psixologiya tomonidan o‘rganilishi lozim.

Psixologiyaning O‘zbekistonda tobora rivojlanib borayotgan tarmog‘i bo‘lmish ijtimoiy psixologiya oilani mustahkamlash, yosh avlodni jismoniy va ruhiy sog‘lom qilib tarbiyalash muammolariga e’tibor berar ekan, bu orqali ushbu ijtimoiy institutni jamiyatning ravnaq topishidagi tutgan o‘rni va ishtirokini yanada oshirish, oilalarning huquqiy, ijtimoiy, iqtisodiy, ma’naviy-ahloqiy manfaatlari va farovonligini yaxshilashni davlat tomonidan qo‘llab-quvvatlashni kuchaytirish va izchil ta’minlash borasida aniq maqsadlarga yo‘naltirilgan ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqishni o‘z oldiga maqsad qilib qo‘yadi.

SHuni alohida ta’kidlash joizki, oila deb atalmish ijtimoiy institut va unda hayot kechirayotgan insonlar o‘rtasidagi muloqot har doim ham samimiy, ijobiy bo‘lavermaydi. Oila o‘z hayot tsiklida hamisha to‘liq, tekis davom etmaydi. Oila a’zolari o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlarning qanday kechishiga qarab, oilani mustahkam yoki ziddiyatli, to‘liq yoki ziddiyatli kategoriyalarga bo‘lish mumkin. Mentalitetimizda ziddiyatli oila modeliga nisbatan turfa xil fikrlar borki, ularning aksariyati bunday oila modelining farzandlar tarbiyasiga ko‘proq salbiy ta’sir ko‘rsatishi, ikkinchi tomondan, bunday oiladagi ota-onaning ijtimoiy psixologik maqomida ko‘plab shaxslararo ziddiyatlar mavjudligi e’tirof etiladi.

Qadimgi sharq mamlakatlarida yashagan, ijod qilgan va avlodlarga o‘zlarining nodir ma’naviy meroslarini qoldirgan allomalar qaysi yo‘nalishda ilmiy

²² И. А. Каримов. Юксак маънавият – энгилмас куч. –Т.: Маънавият, 2008. 58 Б.

izlanish bilan shug'ullangan bo'lmasinlar, ulardan qolgan ma'naviy merosda, eng avvalo, oila, oila tarbiyasi va shaxsni sog'lom munosabatlar muhitida tarbiyalashning ahamiyatiga bag'ishlangan qarashlar o'z ifodasini topgan.

SHarq allomalari orasida shaxs va jamiyat rivoji xususida o'lmas g'oyalar sohibi bo'lgan Abu Nasr Forobiy, Ibn Sino, Alisher Navoiy qarashlari muhim o'rin tutadi. "Al-muallim as-Soniy" - "Ikkinchi muallim", SHarq Aristoteli deb nom olgan Abu Nasr Forobiy (873-990 y.y.) o'zining "Fozil odamlar shahri" "Fuqarolik siyosati", "Baxt-saodatga erishuv haqida" kabi asarlarida olijanob jamiyat, adolatli tuzum, fozil, Ahloqan pok insonlar haqida fikr-mulohazalarini bayon qilib, o'z davri uchun izchil ta'limot yaratdi. U har tomonlama yetuk, barcha aholini baxt-saodatga, ilm-ma'rifatga olib boruvchi ideal jamoa va unga munosib insonlar haqidagi g'oyalarni ilgari surdi. Uning ta'limotidagi fozil insonlar bir-biriga hurmatda bo'ladi. Ota-ona va farzand, ustozu shogird o'rtasida sharqona nazokat, mehr va ehtirom bo'ladi. Bu fikr sog'lom insoniy munosabatlarning barkamol va fozil shaxs tarbiyasidagi muhim ahamiyatini yana bir marotaba tasdiqlaydi.

Maishiy hayotda oilalarni "baxtli oila" va "muammoli oila" kabi turlarga bo'lish urf bo'lgan. Rus adibi Lev Tolstoy "Anna Karenina" asarining so'z boshisi uchun yozgan "Barcha baxtli oilalar bir xil baxtli, barcha baxtsiz oilalar o'zicha baxtsizdir", degan fikri hamisha psixolog olimlarni ularni o'rganish, kerakli ilmiy xulosalar chiqarish va tavsiyalar ishlab chiqish orqali jamiyatda baxtiyor oilalar sonini ko'paytirishga undaydi.

To'liq va ziddiyatli oilada tarbiyalanayotgan o'smir va ilk o'spirin yoshli bolalarning istiqboldagi hayot va oilaviy qadriyatlar to'g'risidagi ijtimoiy tasavvurlarini o'rganish uchun oila psixologiyasida tadqiqotlar mavzusiga aylangan oila turlari va ularning xususiyatlariga bag'ishlangan ishlarni nazariy jihatdan tahlil etamiz.

Aslida "baxtli", "normal oila" tushunchasining o'zida muayyan shartlilik va sun'iylik bor. CHunki har qanday oila – bu oilaviy munosabatlar majmui bo'lgani bois, unda turli hil muammolar, shaxslararo ziddiyatlar, murakkablik borligi psixologlar tomonidan allaqachon isbotlangan. SHunday bo'lsa-da, olimlar normal o'zaro munosabatlar barqaror bo'lgan oila mavjudligidan kelib chiqib, bunday oilaga ta'rif beradilar: masalan, rossiyalik olim V.N. Drujinin normal oilani "oila farovonligi, a'zolarining ijtimoiy muhofazasi va rivojlanishi, farzandlarning esa ijtimoiylashuvi jarayonida psixologik hamda jismoniy yetukligini talab doirasida ta'minlaydigan" deb ta'riflagan. An'anaviy qarashlarga ko'ra esa, masalan, Margaret Mid normal oila deb, oila doirasidagi barcha ishlarga to'laligicha ota javobgar bo'lgan oilani tushungan. Shu tamoyillarga javob bermaydigan oilani olimlar anomal yoki muammoli oila, deb ta'riflashga urinadilar.

Aslida jamiyat paydo bo'lib, unda oila deb atalmish ijtimoiy institut shakllangandan buyon insoniyat qanday oilani ideal deb atash mumkin, degan savolni o'rta tashlab, uni asosan jamiyatda qabul qilingan Ahloqiy qadriyatlarga qanchalik mos kelishi, javob berishi nuqtai nazaridan baholab kelganlar. Lekin shunisi ham borki, bir madaniy-ma'naviy muhitda ideal hisoblangan oilaviy munosabatlar boshqa bir madaniy muhitda unday sifatga ega bo'lmasligi ham mumkin.

Masalan, bunga asos shunday bir dalilki, ota-onasining roziligisiz turmush qurish qadriyat sifatida bizning SHarq madaniy muhitida qabul qilinmaydi, lekin ayrim G'arb mamlakatlarida bunga juda normal holat deb qarash bor. Demak, ideal va normal oila formulasiga tushadigan qadriyatlarning milliy-madaniy o'ziga xoslikka, etnopsixologik qonun-qoidalarga egaligini unutmasligimiz kerak.

Anomal oila o'rganilganda, tadqiqotchilar, avvalo, real oilaga murojaat qiladi va bunda ideallikka yaqinlik tamoyili nazarda tutilmaydi. Faqat shu muammoning mohiyatidan kelib chiqib, muammoning sabablari, masalan, ajrim bo'lgan oiladagi qaysi munosabatlar a'zolar o'rtasida ajralishga undadi, degan savolga javob qidirishadi. Ya'ni, o'zaro munosabatlar va ulardagi hamjihatlik (garmoniya)ning mavjudligi yoki yo'qligi masalasi oilaning qaysi toifaga kirishini belgilashda asosiy mezondir. SHu nuqtai nazardan olib qaralganda, oilaviy munosabatlar xususiyatlariga asoslanib oilani anomal deb ta'riflashimkoniyatini tadqiq etish bo'yicha ko'plab olimlarning olib borgan izlanishlarini umumlashtirib, oiladagi shaxslararo munosabatlar buzilishining quyidagi sabablarini ajratdik:

a) nikohdan qoniqmaslik (intim munosabatni ajratdik, hamda shaxslararo o'zaro muloqotdan qoniqmaslik);

b) ota-onasi oilasida olgan tajribaning yaxshi emasligi, ya'ni, er-xotinlardan birining (balki ikkalasining ham) o'z ota-onasi oilasida qondirilmagan qandaydir ehtiyojlari, ruhan olgan jarohatlari ta'sirining yangi oilada namoyon bo'lishi;

v) nikohga kirishda kelin va kuyovlarning tanlovidagi xatoliklar, ya'ni, kelin yoki kuyov (balki ikkalasi ham) bironing tazyiqi ostida turmush qurgan yoki aynan shu inson bilan turmush qurishga tasodifiy holatlar va vaziyatlar tufayli majbur bo'lgan;

g) ota-onasi oilasidagi munosabatlar sxemasining ongli-onsiz tarzda qaytarilishi natijasida taqlidchanlik asoratlari munosabatlarning sog'lom bo'lishiga halaqit berishi. Bunda nikohdagi sherik o'z turmush o'rtog'i bilan bo'layotgan munosabatlarida shaxsan o'z munosabatini emas, balki yoshligida ko'rgan-kechirganlari, otasining onasiga yoki aksincha munosabatlarni qaytarishga urinaveradi;

d) erlik yoki xotinlik rolga kirishda real vaziyatlardan kelib chiqib emas, balki o'z otasi yoki onasining er va xotin sifatidagi rollariga identifikatsiya qilishi oqibatida rollarning sun'iylik va sherigiga ma'qul bo'lmasligi tufayli kelib chiqadigan nizolar. Bu holatni S.Kraxotvil "Erkak va ayol o'rtasidagi munosabatlarning muvofiq tarzda kechishi ularning ota-onasi oilasi o'rtasidagi bir xillik va muvofiqlikka bog'liqdir" deb hisoblaydi;

e) er-xotinlik munosabatlarining qanday kechishini avvalgi oilasida aka-ukalar va opa-singillar orasida qanday mavqeda bo'lganligi orqali tushuntirish ham mavjud, lekin bu holatning qanchalik nizoli ekanligini o'z muhitimiz sharoitida o'rganish lozim.

O'zbekistonda ushbu masalani o'rgangan V. Karimova boshqa millatlar tadqiqotlarida kam uchraydigan holatni keltiradi: "Ayrim hollarda ota-onaning yoshlar hayotiga aralashuvi shu qadar bevosita xarakterga ega bo'ladiki, bu yoshlar bilan ota-onalar o'rtasidagi nizolarga ham sabab bo'ladi, qaynona va kelin, qaynота va kuyov o'rtasida nizolar ham ana shunday aralashuvning ko'pligidan kelib

chiqadi. Ya'ni ota-onaning farzandi balog'at yoshiga yetib, mustaqil hayotga qadam qo'ygandagi aralashuvlari, g'amxo'rliklari ham ijobiy, ham salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin" Buni ham anomal oilaga olib keluvchi holat deb baholash mumkin.

Xulosa qilib shuni aytish lozimki, oila, undagi o'zaro munosabatlar, er-xotin munosabatlarining oilaviy muhitga ta'siri, boladagi oilaviy qadriyatga oid ijtimoiy tasavvurlarga bag'ishlangan SHarq allomalarining fikrlari, xorijlik hamda yurtimiz psixologlari tomonidan olib borilgan ilmiy izlanishlar mavjud bo'lib, ular bizga metodologik tamoyillarni belgilashga yordam beradi. Zero, ularda turli tasnifli oila muhitida ustuvor qadriyatlar va ularning o'smirlik va ilk o'spirinlik yoshdagi bola ijtimoiy tasavvurlarida aks etishiga oid ma'lumotlar qisman bo'lsa-da mavjuddir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Mirziyoev Sh.M. «Erkin va farovon demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz».- T.: «O'zbekiston»-2016 yil.
2. Mirziyoev Sh.M. «Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz».- T.: «O'zbekiston»-2017 yil.
3. Avloniy Abdulla. Turkiy guliston yoxud axloq. – T.: O'qituvchi, 1992. – 160 b.
4. Akramova F.A. Main problens of providing psychological service to the family // Ilim ha'm ja'miyet, Hykyc, 2020 № 4. -P.105-107 (19.00.00. № 2).
5. Akramova F.A. The divorce factors of families and psychological service to the family. //International Scientific Journal ISJ Theoretical & Applied Science Philadelphia, USA issue 01, volume 81, 325-328. published January 30, 2020. (19.00.00. № 3).
6. Akramova F.A. Socio-psychological problems early marriage in Uzbekistan // Theoretical & Applied Science International Scientific Journal, Year: 2020 Issue: 06 Volume: 86 Published: 30.06.2020 p. 405-415. (19.00.00.№ 3).
7. Akramova F.A. Main requirements psychological service for families// European Journal of Research and Reflection in Educational Science, Great Britain Progressive Academic Publishing. [Electronic resource]. 2020, October, 8 (10), Part II, 16-18.(19.00.00.№2).

O'SPIRINLARDAGI AYBDORLIK XISSINING SHAXSLARARO MUNOSABATLARGA TA'SIRI

Mamasadikova Nodira Olimovna

*University of Business and Science nodavlat oliy ta'lim muassasasi
erkin tadqiqotchisi*

Insonning yuksalishi va jamiyatning barqaror rivojlanishi undagi shaxslarning o'zaro munosabatlariga bog'liq. Shaxslararo munosabatlar har bir jamiyat a'zosiga aylanayotgan insonning taqdiriga poydevor yaratib beradi. Inson voyaga yetar ekan o'zining ehtiyojlarini qondirish yuzasidan muloqotga kirishadi. Muloqot jarayonida turli yosh va jinsdagi, toifadagi shaxslar bilan munosabat o'rnatadi. Munosabat jarayonida muloqotga kirishish o'zaro axborot

almashinish, bir-birini idrok etish, tushunish, ta'sir etish va hamdardlik bildirish kabi psixologik holatlar ro'y beradi. Natijada esa shaxslar bir-birlarining umumiy va o'xshash tomonlarini, ajralib turuvchi jihatlarini, qobiliyatlarini aniqlashadi, ularni rivojlantirishga ham erishishadi. Ayniqsa bu o'spirinlik davrida muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

O'spirinlik davri bu-shaxsning ijtimoiy jihatdan yetilishi hamda o'z taqdirini o'zi hal qilish davri hisoblanadi. Mazkur davrda o'spirinlar ijtimoiy rollarni bajarishga kirishishda atrofdagi insonlarga bo'lgan munosabatlarida ham sezilarli o'zgarishlar kuzatiladi.

Aybdorlik xissi bir vaqtning o'zida shaxsga ham ijobiy ham salbiy holatlarni yuzaga keltiradi. Shaxsdagi aybdorlik xissining ijobiy tomonlari uni ro'y berishi mumkin bo'lgan yomon holatlarning oldini olishga, qo'yadigan qadamini o'ylab, mulohaza qilib, xatolaridan xulosa chiqarib ish qilishga, o'zini ustida ishlab shaxsiy va kasbiy rivojlanib jamiyatda o'z o'rnini topishiga sabab bo'lsa, salbiy jihatida insondagi domiy tushkun kayfiyat, apatiya, o'zini doimiy past baholash, maqsadlarini amalga oshirishdagi qo'rquvlar, hayotga, yashashga bo'lgan, faoliyatga, munosabatlarga qiziqishning yo'qligi, turli xil psixik va somatik kasalliklar va xattoki deviant va addiktiv xulq-atvorning ham yuzaga kelishiga olib keladi.

O'spirinlarda aybdorlik xissi qanday holatlarda yuzaga keladi:

1. Jamiyat, din va oilaviy qadriyatlarga zid bo'lgan ishlarni behosdan bajarib qo'yganida. Bunga kiradi o'g'rilik, zo'ravonlik, talonchilik, tajovuz, birovning joniga suiqasd qilish, tovlamachilik va jinsiy ehtiyojni qondirish. Mazkur holatda aybdorlik xissi faqatgina birinchi marotaba sodir etilayotgan bo'lsa va bu shaxs yaxshi tarbiya topgan oilaning farzandi bo'lsagina yuzaga keladi.

2. Shaxslararo munosabatlarda yaqinlari, do'stlari yoki yoqtirgan insoni bilan bo'ladigan munosabatlarda ularni xafa qiladigan, shaxsiyatiga tegadigan gaplarni gapirganida, yaqinlarini bir-biri bilan urushtirib, orasiga sovuqchilik tushurib, U sabab uzoqlashib ketganida aybdorlik xissini xis qilishi mumkin.

3. Kelajak uchun qo'yilgan maqsadlar, belgilangan rejalar va harakatlarni amalga oshira olmaganida. Masalan, o'qishga kira olmasa, ishida omadsizlikka uchrasa, qandaydur loyihalari omadsizlikka uchrasa, pulsizlikdan qiynalayotgan bir vaqtda yaqinlariga va atrofdagilarga sovg'alar olishiga, ularni xursand qilib yordam qilishiga to'g'ri kelganda ham aybdorlik xissini xis qiladi.

4. Jismoniy nuqsonlar yoki tanasidagi yoshga doir xususiyatlarning o'spirin istaganidek emasligi. Ya'ni bo'yining pastligi, yuzidagi husnbuzarlar, qomatining tengdoshlari va o'zi belgilagan me'yorlar (yelkalari, mushaklari baquvvat emasligi, to'laligi, oyoqlarining tekis emasligi va h.k) kabi risoladagidek emasligi.

5. O'spirinlik davridagi qurilgan nikoh, oilaning barbod bo'lishi yoki nikohsiz munosabatlar sabab tug'ilgan farzand dunyoga kelganida. Noto'g'ri juft tanlagani uchun, jufti bilan to'g'ri munosabat o'rnata olmagan uchun, yangi hayotga, oilaga, insonlarga moslasha olmagan uchun, yigit kishi bo'lsa erkakligini, ayol bo'lsa ayolligini namoyon qilolmagan uchun, farzandiga ota yoki onalaik qilolmagan uchun, ajrashadigan bo'lsa ajrashib ketgani uchun, odamlarning ko'zi oldida obro'si tushgani, ajrashgan degan nom olgani uchun va yangi oilasida

ajrashishiga sabab qilib uni qanday ayblar bilan ayblashgan, tanqid va haqorat qilishgan bo'lsa shu bilan ham o'zini ayblaydi.

6. Nosog'lom xissiy manipulyatsiya sabab yuzaga keladigan aybdorlik xissi. Bolaligidan ota-onasi yoki yaqinlari tomonidan nosog'lom xissiy manipulyatsiya ta'sirida voyaga yetgan shaxs bundan halos bo'lmagan bo'lsa o'spirinlik davrida ham unga tobe bo'ladi. O'spirinning (manipulyatorning) irodasi, ma'lumoti, roziligisiz, ko'magisiz va xatto nazoratisiz qaror qabul qila olmasligi, har bir ishini unga maslahat qilib, manipulyatorning fikrlari, tuyg'ulari, tushunchalari va xatti-harakatlariga qarab yo'naltirishi bu nosog'lom xissiy manipulyatsiga uchraganini ifodalaydi. Agarda o'spirin o'zi mustaqil qaror qabul qiladigan bo'lsa va bunda xatolikka yo'l qo'ysa "maslahatgo'yi (manipulyatoriga) ga bildirmagani yoki uning fikrlariga amal qilmagani uchun o'zini aybdor sanashni boshlaydi. Manipulyatsiya ta'sirida harakat qilayotganini nafaqat o'spirin, balki juda ko'pchilik yetuk yoshdagi shaxslar aksariyat holda bilmaydi ham.

Nosog'lom xissiy manipulyatsiyani va manipulyator shaxsni bilish uchun inson ruhiy tomondan yetilgan bo'lishi kerak.

Mazkur holatlar o'spirinda aybdorlik xissini paydo qilgani uchun ularda ichki nizoni, o'zidan qoniqmaslik, o'ziga past baho berishni yuzaga keltiradi. Tabiiyki, aybdorlik xissi bor inson boshqalarni ham ayblaydi. Uni ayblashgani uchun u ham boshqalardan ayblashi uchun xato va kamchiliklar, nuqsonlar qidiradi. Tanqidchi bo'ladi. Aybdorlik shunday qiyin kechadigan xissiy holatki, nafaqat bu xis bor insonni, balki atrofdagilarni ham yeb bitiradi. Shuning uchun ham aybdorlik xissi bilan domiy tarzda va o'z vaqtida bartaraf etish yuzasidan psixologik ishlanishi kerak.

Keltirilgan ma'lumotlardan kelib chiqib xulosa qiladigan bo'lsak, o'spirinlik davridagi aybdorlik xissi ularni har jabhada qiyin ruhiy holatga sabab bo'ladi. Bu ruhiy holat shaxslararo munosabatlarida ziddiyatlarni yuzaga keltirmasligi uchun o'spirinlarda o'z xislari bilan tanishib borish, ularni o'z vaqtida o'ziga o'zi yordam bera olishlariga o'rgatish lozim. Har bir shaxsni jamiyatda va hayotida uchrashi mumkin bo'lgan holatlarga psixologik tayyorlash uchun psixologik savodxonligini oshirish lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Z. Nishonova tahriri ostida "Psixologik xizmat". T.: 2012
2. Э.А.Соколова "Механизмы формирования психологической проблемы чувства вины". <https://cyberleninka.ru/article/n/mehanizmu-formirovaniya-psihologicheskoy-problemy-chuvstva-viny>
3. И.А.Белик. "Чувства вины в связи с особенностями развития личности".
<https://www.dissercat.com/content/chuvstvo-viny-v-svyazi-osobennostyami-razvitiya-lichnosti>.
4. А.С. Спиваковская, А.М. Луценко "Взаимосвязь переживания чувства вины и ответственности у лиц, выросших в алкогольной семье" <https://msupsyj.ru/articles/article/9267/>
5. "Seni toliq tirayotgan hamma narsadan voz kech". Toshkent-2022

O'SMIRLARDA SUITSIDIAL XULQ-ATVOR PSIXOPROFILAKTIKASI

Amirjanova Komola Zafar qizi

Toshkent amaliy fanlar universiteti 2 kurs talabasi.

Ilmiy raxbar: Askarova Nargiza Abdivalievna

PhD, dotsent v\|b.

Toshkent amaliy fanlar universiteti,

Shaxsni ma'naviy-axloqiy shakllantirish bolaning tug'ilishi bilan boshlanadi va u oiladagi ma'naviy muhit, ota-onalarning namunasi, umummadaniy saviyasi, ta'limtarbiya jarayoni, atrof-muhit hamda jamiyat hayotini qanday tashkil etishdan iborat. Shu bois bu ota-onalar, maktabgacha tarbiya muassasalari, maktablar, o'rta-maxsus, kasb-hunar ta'limi muassasalari, barcha jamoat uyushmalari, davlat tashkilotlari, butun jamiyatning ulkan va sermashaqqat ishidir.

O'z joniga qasd qiladigan odamlar odatda qattiq yurak og'rig'idan aziyat chekishadi va stressda bo'lishadi, shuningdek, o'z muammolarini hal qila olmasliklarini his qilishadi. O'z joniga qasd qilish harakati – bu o'z joniga qasd qilish faoliyatining namoyon bo'lishi – fikrlar, niyatlar, bayonotlar, tahdidlar, urinishlar. O'z joniga qasd qilish xatti – harakati ham normalda (psixopatologiyasiz), ham psixopatiyalarda va xarakter aksentuatsiyalarida uchraydi-ikkinchi holda, bu o'tkir affektiv yoki patoxarakterologik reaksiyalarda deviant xatti-harakatlarning shakllaridan biridir. O'z joniga qasd qilish – o'z joniga qasd qilishga uringan yoki o'z joniga qasd qilish tendentsiyalarini ko'rsatadigan shaxs.

O'z joniga qasd qilish xatti-harakatlarining ushbu turi o'spirinning o'ziga va uning muammolariga e'tibor berish, hayotdagi vaziyatlarni qanday engish qiyinligini ko'rsatish istagiga asoslanadi. Bu yordam so'rashning bir turi. Qoida tariqasida, namoyishkorona o'z joniga qasd qilish harakatlari o'zlariga haqiqiy zarar yetkazish yoki hayotdan mahrum qilish uchun emas, balki boshqalarni qo'rqitish, ularni o'spirinning muammolari haqida o'ylashga majbur qilish, unga nisbatan adolatsiz munosabatini "anglash" maqsadida amalga oshiriladi. Namoyishkorona xatti-harakatlar bilan o'z joniga qasd qilish usullari ko'pincha tomirlarning kesilishi, zaharli bo'lmagan dorilar bilan zaharlanish, osilgan tasvirlar shaklida namoyon bo'ladi

Yorqin his-tuyg'ular ta'siri ostida sodir etilgan o'z joniga qasd qilish harakatlari affektiv turga kiradi. Bunday hollarda, o'spirin o'z harakatlarining aniq rejasiga ega bo'lmasdan impulsiv harakat qiladi. Qoida tariqasida, kuchli salbiy his - tuyg'ular - xafagarchilik, g'azab-voqelikning haqiqiy idrokiga soya soladi va o'spirin ularni boshqarib, o'z joniga qasd qilish harakatlarini amalga oshiradi. Ta'sirchan o'z joniga qasd qilish xatti-harakatlari bilan ular ko'pincha osib qo'yishga, toksik va kuchli dorilar bilan zaharlanishga murojaat qilishadi.

O'smirlarning o'z joniga qasd qilishining asosiy sabablari:

- oiladagi, ta'lim muassasasidagi muammolar va nizolar;
- oiladagi zo'ravonlik, ta'lim muassasasida;
- baxtsiz sevgi;
- butlarga taqlid qilish;

- guruh bilan birdamlik hissi;
- qarindoshlar va yaqinlarning yo'qolishi.

O'smirlar o'z joniga qasd qilishning oldini olishni qiyinlashtiradigan kattalar orasida keng tarqalgan xatolar va noto'g'ri tushunchalar:

- o'z joniga qasd qilish asosan ruhiy jihatdan beqaror odamlar tomonidan sodir etiladi;

- o'z joniga qasd qilishning oldini olishning iloji yo'q, chunki o'z joniga qasd qilishga qaror qilgan kishi ertami-kechmi buni qiladi;

- agar biror kishi o'z joniga qasd qilish istagini ochiq e'lon qilsa, u hech qachon o'z joniga qasd qilmaydi;

- agar siz odamni ish bilan yuklasangiz, unda o'z joniga qasd qilish haqida o'ylashga vaqti yo'q;

- bironing ruhi qorong'i va shuning uchun o'z joniga qasd qilishga urinishni oldindan aytib bo'lmaydi;

- o'z joniga qasd qiladigan odamlarning bir turi mavjud;

- biror kishi o'z joniga qasd qilishga qaror qilganligini ko'rsatadigan belgilar yo'q;

- o'z joniga qasd qilish to'g'risidagi qaror to'satdan, oldindan tayyorgarliksiz keladi.

O'smirlarning o'z joniga qasd qilish ehtimolini ko'rsatadigan belgilar:

- xulq-atvorning o'zgarishi, yolg'izlik, xavfli xatti-harakatlar;

- o'qishdagi muammolar, akademik ko'rsatkichlarning pasayishi, hissiy portlashlar, darslarda uxlab qolish;

- depressiya, ovqatlanish va uxlash vaqtidagi o'zgarishlar, tashvish va umidsizlik hissi kuchayadi;

- aybdorlik hissi, ijtimoiy hayotga qiziqishni yo'qotish;

- og'zaki bayonotlar: "men o'lik bo'lishni xohlayman", "meni yolg'iz qoldiring";

- o'lim mavzusiga haddan tashqari qiziqish, okkultizmga e'tiborni kuchaytirish;

- provokatsion kiyimlar;

- oldingi o'z joniga qasd qilishga urinish;

- jismoniy yoki psixologik zo'ravonlikning belgilari;

- spirtli ichimliklarni iste'mol qilish va keyinchalik suiste'mol qilish;

- homiladorlik;

- ilgari o'z joniga qasd qilganlarning tanishlari orasida mavjudligi.

Yaqinlashib kelayotgan o'spirin o'z joniga qasd qilish belgilari:

- o'z ishlarini, uy-joylarini tartibga solish, shaxsiy qimmatbaho narsalarni tarqatish, garchi ilgari odam beparvo, beparvo bo'lishi mumkin edi;

- turli vaqtlarda yordam bergani uchun turli odamlarga minnatdorlik bildirish shaklida bo'lishi mumkin bo'lgan xayrlashuv;

- energiya kuchayishida namoyon bo'ladigan tashqi qoniqish, agar o'z joniga qasd qilish to'g'risida qaror qabul qilinsa va reja tuzilgan bo'lsa, unda bu mavzu bo'yicha fikrlar o'spirinni qiynashni to'xtatadi;

- yozma ko'rsatmalar (xatlar, eslatmalar, kundaliklarda);

- og'zaki ko'rsatmalar yoki tahdidlar;
- dürtüsel o'spirinlarda g'azablanish;
- uydan chiqish;
- uyqusizlik.

O'smirga yordam berish uchun nima qilish kerak:

- o'z joniga qasd qilishni shaxs sifatida qabul qiling;
- g'amxo'r munosabatlarni o'rnatish;
- bahslashmang;
- diqqatli tinglovchi bo'ling;
- savollar bering, bolaning o'zi, uning hayoti va muammolari haqida iloji boricha ko'proq ma'lumot oling;
- asossiz tasalli bermang ("hammasi yaxshi bo'ladi", "hammasi o'tib ketadi");
- muammoni hal qilishda konstruktiv yondashuvlarni taklif eting;
- umidni ilhomlantiring, bolaning orzulari, istaklari, yoqimli xotiralariga suyaning;
- o'z joniga qasd qilish xavfini baholang;
- o'z joniga qasd qilish xavfi yuqori bo'lgan vaziyatda o'spirinni yolg'iz qoldirmang;
- mutaxassislardan yordam so'rang.

O'z joniga qasd qilishda o'smirga birinchi yordam:

Agar siz o'z joniga qasd qilishga urinishning guvohi bo'lsangiz:

- Tez yordamni telefon orqali chaqirish kerak: 103 (03) - operatoridan qat'i nazar, uyali aloqa abonentlari uchun yagona tez yordam raqami.
- Doğaçlama vositalar yordamida birinchi tibbiy yordamni ko'rsatish:
- qon ketishini to'xtatish;
- osilganida-ko'chadan ozod qiling va tekis yuzaga qo'ying;
- pulsni tekshiring;
- giyohvand moddalar bilan zaharlanganda, agar odam ongli bo'lsa, qusishni keltirib chiqaradi
- hushidan ketganingizda, nafas olish yo'llarining o'tkazuvchanligini kuzatib boring va tilingiz yonib ketmasligi uchun boshingizni bir tomonga burang;
- agar jabrlanuvchi ongli bo'lsa, uni yolg'iz qoldirmasdan u bilan doimiy aloqada bo'lish kerak!

Xulosa qilib aytganda, suitsid – ijtimoiy kasallik, uni davolash uchun jamiyatning har bir a'zosi, oila, maktab, mahalla, ta'lim muassasasi, davlat va jamoat tashkilotlarining uyg'unlikdagi faoliyati konsepsiyasini ishlab chiqish va hayotga tatbiq etish lozim. Odamlarni tinglash orqali ular bilan sodir bo'layotgan hodisalarga va sodir bo'lishi mumkin bo'lgan narsalarga befarq emasligimizni namoyon etamiz. Ota-onalar muassasa ma'muriyati yoki ijtimoiy markazlarga iloji boricha tezroq yordam so'rab, murojaat qilishlari kerak. Shuningdek, ta'lim muassasasi ma'muriyati va psixologi bunday o'quvchilarni doimiy ravishda kuzatib borishi hamda parasuitsidal holatdan to'la chiqib ketguncha ular bilan birga bo'lishi lozim.

ADABIYOTLAR

1. Abdivalyevna, A. N. (2023). Psychoprophylaxis Of Depressive Situations In Crisis Situations. Eurasian Journal of Learning and Academic Teaching, 21, 1-4.

Дюркгейм, Э. Самоубийство: социологический этюд / Э. Дюркгейм. – М. : Мысль, 1994. – 399 с.

2. Асқарова, Н. А. (2022). Влияние родительского отношения на психологическое здоровье детей.

3. Кулаков С. А. Психопрофилактика и психотерапия в средней школе. - СПб, 1996.

4. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы. Руководство практического психолога / Под ред. И. В. Дубровиной. — М., 1995. Практическая психология образования; Учебное пособие 4-е изд. / Под редакцией И. В. Дубровиной — СПб.: Питер, 2004.

5. Попов Ю. В., Пичиков А. А. Суицидальное поведение у подростков / Ю. В. Попов, А. А. Пичиков. — Санкт-Петербург: СпецЛит, 2017.

OILADA FARZANDLAR O‘RTASIDAGI MUNOSABATLARGA PSIXOLOGIK YONDOSHUV

Arakulov Gayrat Tulkinovich

*O‘zbekiston Milliy universitetining
Jizzax filiali o‘qituvchisi, O‘zbekiston*

Семейные отношения, особенно отношения между братьями и сестрами, отношения между родителями и детьми, были одним из наиболее важных вопросов с момента зарождения общества. По мере развития общества важность этой проблемы будет возрастать. Потому что достижения, достигнутые человечеством, в большей степени усваиваются в семейной среде, в системе отношений между родителями и детьми, передаются из поколения в поколение в виде традиций и духовного наследия. Поэтому от состояния этих отношений во многом зависит перспектива общества, народа и нации. Для этого необходимо добиться здоровой и морально крепкой внутренней среды в семье. Семья как системное образование включает в себя супружеские, родительско-детские и сиблинговые отношения [1, с.239]. Если раньше семейная и социальная психология была ориентирована в основном на решение супружеских и детско-родительских отношений, то сегодня появляется все больше исследований, доказывающих, что значимость сиблинговых взаимоотношений для формирования личностных особенностей человека не менее велика, чем другие внутрисемейные связи.

Сиблинг (англ. sib - родство) называют всех детей (братьев и сестер), воспитывающихся в одной семье. Сиблинговые отношения - это единая детская подсистема, включенная в общую структуру семейных связей, не являясь при этом автономной и независимой. Психология рассматривает сиблингов, как двойственную структуру. С одной стороны - это вертикальная

связь с другими семейными подсистемами, члены которой связаны множеством равными, эмоциональными и бытовыми. С другой стороны - сиблинги, это всегда младшая подсистема семьи, которая рассматривается как ровесники (при любой разнице в возрасте). Это первая в жизни ребенка «группа равных», где он учится выстраивать отношения именно со сверстниками, а не со взрослыми членами семьи. В этом общении происходит осознание себя как индивидуальности, формируются ролевые и поведенческие стереотипы.

В этот момент мы сочли допустимым задуматься об агрессивном поведении детей, то есть подростков, занимающих важное место в семейных отношениях. По этому поводу свои мнения и мнения высказали ряд ученых, в том числе Л.И.Захаров, согласно которому агрессивное поведение подростков определяется влиянием сверстников, семьи и средств массовой информации. Рассмотрев все основные теоретические концепции агрессии, можно принять следующее обобщенное определение этого явления. Агрессия – это любая форма поведения, направленная на оскорбление или причинение вреда любому живому существу. В этом определении подчеркивается, что агрессия – это не эмоция и не мотив, а образец поведения[2, с.239]. Наш личный опыт, наши наблюдения за успехами других и подобные процессы доказывают, что агрессия имеет определенные преимущества. Эмоциональное возбуждение, вызванное агрессивным опытом, также вызывает агрессию. Результат негативного возбуждения часто заканчивается агрессией, которая зависит от того, что мы узнали о последствиях подобных ситуаций[3, с.18]. Хотя агрессия часто связана с негативными эмоциями, такими как гнев, это мотивированное желание причинить вред или причинить боль. Конечно, эти факторы оказывают большое влияние на агрессивное поведение, но их наличие не является главным условием такого поведения [4, с.288]. По мнению российского психолога Евгения Ильина, агрессия у подростков – это не только периодическая проблема науки психологии, но эта проблема – проблема всего общества, в том числе и правоохранительных органов [5, с.35]. Причина в том, что, как уже говорилось выше, агрессия среди подростков является источником, гарантирующим нарастающую динамику пороков и преступлений в обществе. Действительно, воспитание очень важно в родительских отношениях. Цель семейного воспитания – формирование качеств, которые помогут человеку смело преодолевать различные испытания и препятствия, встречающиеся на его жизненном пути. Духовно-нравственная зрелость, социальный и умственный интеллект, творческие способности, жизненное воображение, трудовые навыки, эмоциональная культура, счастье являются важными вопросами семейного воспитания. Французский просветитель Жан-Жак Руссо сказал:

«Семья — древнейшая и самая естественная часть общества. При необходимости семья – это образ, определяющий политический имидж общества.

Несмотря на то, что по семейным отношениям проводится множество исследований, социально-психологические особенности детско-родительских отношений изучены сравнительно мало, поэтому важно изучать их эмпирически. Потому что среди межличностных отношений естественным является то, что в семье крепкими являются детско-родительские отношения, в которых подрастающие дети сталкиваются с проблемами, связанными со своим будущим. По этой причине изучение социально-психологических особенностей детско-родительских отношений является одной из актуальных проблем современности, требующей обширных научных исследований. Многие представители исследователей нашей страны вели научные работы о влиянии статуса «родного брата» на семейные отношения. В этом направлении в Узбекистане в научных исследованиях психологической готовности семьи молодых людей к жизни, конфликтов в супружеские отношения и их влияние на семейную среду, психологическое развитие детей, проблемы, связанные с межличностными отношениями в семье, воспитание детей в неблагополучных семьях, являющиеся приоритетными в семье, подростковые особенности, влияющие на формирование половой идентичности у детей изучены этнопсихологические особенности детско-родительских отношений в узбекских семьях, влияние межличностных отношений в семье на социальные перцептивные процессы детей, социализация детей в семьях различного состава.

Наших научных исследований было использовано несколько методов, в том числе «Методология определения межличностных отношений» К. Томаса, социально-психологическая адаптация использовались методика изучения характеристик, опросники и методы Д.Олсона, Дж. Портнера, «Шкала семейной адаптации и сплоченности» И. Лавина, опросники и методы В.В.Столина и

С.Р.Пантिलеева «Отношение к себе». Программа SPSS использовалась при количественном и качественном анализе нашего исследования, а в качестве объекта были выбраны родители и их дети из 32 семей.

К теме нашего исследования обзор литературы показывает, что проблема семейно-межличностных отношений, братских, сестринских отношений, их агрессивных отношений в подростковом возрасте находится в центре внимания ученых с незапамятных времен. Хотя термины «родной брат, сибс» являются новыми, значение этих слов, заключающееся в уникальности детей в одной семье и их статусе (первенец, средний, младший и единственный ребенок), имеет традиционный корень. В действительности проблемы детских взаимоотношений выражаются в образцах народного устного творчества (пословицы и сказки), оставленных нашим народом издавна, а также в высоком духовном наследии, созданном великими учеными прошлое найдено.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Черников А. В. Введение в семейную психотерапию. Интегративная модель диагностики. М., 1998.

2. Захаров Л.И. Психотерапия неврозов у детей и подростков. М: 2012 239 с.

3. Козлова Л. Е., Лукьянченко Н. В. Влияние sibлингoвой позиции детства на характеристики семейной жизни взрослого человека // Школа и личность. Красноярск, 2003.

4. Кэйдис Л., Макклendon Р. «Шоколадный пудинг» и другие методики интенсивной многосемейной терапии. М., 1998.

5. Психология агрессивного поведения, Ильин Е., Питер, 2014. 35 с.

NOTO‘LIQ OILADA BOLA SHAXSI SHAKLLANISHIDA MAVJUD MUAMMOLAR VA ULARNI BARTARAF ETISHNING IJTIMOIIY PSIXOLOGIK MEZONLARI

Axmedova Malika Erkin qizi
Qarshi DU 2-bosqich magistranti.

Mustaqillik davrida O‘zbekistonda xalq hayotida misli ko‘rilmagan ijobiy o‘zgarishlar ro‘y berdi. Shu bilan birga so‘nggi o‘n yillikda bir qator muammolar yanada dolzarblashdi. Shulardan biri – oila institutining zaiflashishi, ajralishlar va ularning asorati sifatida noto‘liq oilalar sonining keskin o‘shidir. Noto‘liq oilalar sonining ortib borishi va ulardagi bolalarning otasiz o‘shishi nafaqat O‘zbekistonda, balki barcha taraqqiy etgan va rivojlanayotgan davlatlarda o‘z ifodasini topadigan katta ijtimoiy-iqtisodiy, ijtimoiy-psixologik va pedagogik muammodir[1].

Noto‘liq oilalar sonini ortib borishi va ulardagi bolalarni otasiz o‘shishi nafaqat O‘zbekistonda, balki barcha taraqqiy etgan va rivojlanayotgan davlatlarda o‘z ifodasini topadigan katta ijtimoiy-iqtisodiy, ijtimoiy-psixologik va pedagogik muammodir. Noto‘liq oilada bir qator ijtimoiy, iqtisodiy, psixologik, pedagogik, tibbiy, huquqiy va boshqa muammolar kuzatiladi. Noto‘liq oiladagi bola shaxsini shakllantirishdagi muammolarni quyidagi chizma asosida yoritish mumkin.

1-jadval. Noto‘liq oilada bola shaxsi shakllanishida mavjud muammolarni bartaraf etishning ijtimoiy psixologik mezonlari

Mezonlar	Amalga oshiriladigan ishlar mazmuni va ularning ko‘rsatkichlari
Onaning ma‘lumot darajasini ko‘tarish, oila funksiyalarini to‘laqonli bajarilishi	“Ota-onalar universiteti” qoshida, ta‘lim muassasalarida noto‘liq oiladagi onalar uchun psixolog va pedagoglar tomonidan seminar-treninglar tashkil etish, oila funksiyalari haqida ma‘lumotlar berish, ularni amalga oshirish bo‘yicha taklif va tavsiyalar berish
Onaning mustaqil ta‘lim olishi, mustaqil rivojlanishi	Noto‘liq oiladagi ona doimiy ravishda zamonaviy, pedagogik, psixologik adabiyotlarni o‘qish, rivoyat va Hadislarni farzandi bilan birgalikda tahlil qilish, onlayn va offlayn kurslarda tahsil olish
Bolaning ijtimoiylashuvini o‘rganish	Ona, ota, yaqin qarindoshlar, amaliyotchi psixologlar bilan birgalikda pedagogik, psixologik metodikalar yordamida bolaning ma‘naviy-axloqiy

	xulqini o'rganish hamda xulqidagi salbiy hislatlar va muammolarni bartaraf etish bo'yicha tavsiyalar berish
Bolaning bo'sh vaqtini samarali tashkil etish	Noto'liq oiladagi bolalarni sport, musiqa, san'at yoki o'z qiziqishlaridan kelib chiqib qo'shimcha ta'limga jalb etish va qobiliyatlarini rivojlantirishga oid tadbirlar o'tkazish
Bolaning xayotiy ko'nikmalarini shakllantirish	"Muammoli vaziyat", "Keys stadi" metodlari orqali bolada hayotda uchraydigan muammoli vaziyatlarni yechishda ko'nikmalarini shakllantirish va to'g'ri qaror qabul qilishga o'rgatish
Ona va bolaning o'zaro munosabatidagi muammolarni bartaraf etish	Oila, ta'lim muassasa va mahalla hamkoriligida psixologik, pedagogik metodika, test, korreksion mashg'ulotlar orqali bolaning onaga, otaga bo'lgan munosabatini o'rganish, tahlil qilish, tavsiyalar berish

Yuqoridagi chizma asosida keltirilgan noto'liq oilada bola shaxsi shakllanishidagi muammolar 4 turga ajratildi: pedagogik, psixologik, ijtimoiy hamda iqtisodiy[2]. Noto'liq oiladagi pedagogik muammo bu – bola tarbiyasidir. Bola shaxsi shakllanishidagi muammolarda odob-axloqi, xulq-atvor normalari, ma'naviyati, madaniyati, oiladagi urf-odat va an'analarga ota yoki ona tomonidan e'tiborsizligi natijasida namoyon bo'ladi. Ota yoki ona tomonidan bola tarbiyasiga bee'tiborligi yoki tarbiya jarayonidagi "ikkilanish", ya'ni bolani to'g'ri yo'l, usul bilan tarbiya qilayotganligidan shubxalanish bolaning barkamol shaxs bo'lib shakllanishida pedagogik to'siqlarga duch kelishi mumkin. Psixologik muammolarda birinchi o'rinda onaning ma'lumot darajasi pastligi, ona tomonidan oilaviy vazifalarni to'liq bajarilmasligi hamda onani "Mustaqil ta'lim" bilan shug'ullanmasligi, ya'ni ma'lumot darajasidan kelib chiqib, bola tarbiyasida o'z bilimini: diniy, dunyoviy, ilmiy, pedagoik va psixologik bilimlarini egallamasligi natijasida oilada turli pedagogik muammolarga duch keladi[3]. Noto'liq oilada bola shaxsi shakllanishida mavjud muammolarni bartaraf etishda oilada onaning ma'lumot darajasini oshirish, mustaqil ta'lim olishni motivatsiya berish, bolaning ijtimoiylashuvi, bo'sh vaqtini to'g'ri tashkil etish hamda ona va bola o'rtasidagi nizolarni bartaraf etish bo'yicha ijtimoiy-pedagogik texnologiyani takomillashtirish maqsadga muvofiq.

Noto'liq oilada bola shaxsi shakllanishining ijtimoiy-pedagogik xususiyatlari bo'yicha tadqiqot natijalari asosida quyidagi xulosalarga kelindi:

1. Noto'liq oilalarning aksariyatida ona bolasini (yoki bolalari)ni otasiz tarbiyalayotgan bo'lib, asosiy faoliyatini ishlab chiqarish, ya'ni, mehnat qilish bilan bandligi sababli, bolalarni tarbiyalashga yetarli vaqt ajrata olinmaydi. Oilaning noto'liqligi unda o'sayotgan bolani ijtimoiylashuviga salbiy ta'sir qiladi.

2. Noto'liq oilalarning aksariyati moddiy qiyinchiliklarni boshidan kechirish sababli bola tarbiyasida qo'shimcha ta'lim, turli sport, san'at va boshqa sohalar bilan shug'ullantirishga yetarli imkon topa olmaydilar. Bu esa bola shaxsida

bo'lgan tug'ma layoqatini erta aniqlash, uni o'stirish va qobiliyatga aylantirishga yetarli imkon bermaydi.

3. Noto'liq oilada bola shaxsini shakllantirishda eng katta muammolardan biri bu psixologik va pedagogik muammolardir. Uning kelib chiqishiga sabab oilaning yoshligi, onaning tarbiyachi sifatida tajribasi yo'qligi, psixologik va pedagogik bilimlarni sayozligi, asosiy vaqtini oila budjetini ta'minlashga sarflash natijasida bolasi bilan muloqotda bo'lish, uni tarbiyalashga vaqti va tajribasini yetarli emasligi, pedagogik, psixologik maslaxatlarga muhtojligidir.

4. Noto'liq oilalardagi o'g'il va qizlar orasida tarbiyasidagi salbiy jihatlarini ifodalanishi orasida yetarli farq bo'lib, ularning bir qismi yosh xususiyati, qolgan qismi noto'liq oilaning ijtimoiy-pedagogik xususiyatlari bilan belgilangan. Shu bilan birga "Noto'liq oila farzandlarining tarbiyasidagi muammolarni aniqlovchi ijtimoiy-pedagogik test" natijalarga ko'ra genderga xos xususiyatlar aniqlangan. Bularga yolg'oni ko'p ishlatish odati, dugonalarini dugonalariga rashk qilish, arziyas narsaga xafa bo'lish, nizoli vaziyatlarni yuzaga keltirish, kek saqlash kabilar kiradi. Yuqoridagilar oila turi (noto'liqligi), ijtimoiy-iqtisodiy holati, yosh davri hamda xotin-qizlarga xos xususiyatlar tomonidan belgilangan[4].

Noto'liq oilada bola shaxsini talab darajasida shakllantirishda fikrimizcha quyidagilarga e'tibor berish lozim.

1. Noto'liq oilada bola tarbiyalayotgan yosh onalarga psixologik yordam ko'rsatish kerak. Bu psixologik maslahat, psixologik trening, psixologik monitoring, psixologik tashviqot, seminar, maxsus o'quvlar (ota-onalar universiteti doirasida), maxsus tayyorlangan buklet, broshyuralar va boshqa shakllarda bo'lishi mumkin[5]. Bunda har bir noto'liq oilani o'ziga xos xususiyatlari, ijtimoiy-iqtisodiy holatini hisobga olish zarur.

2. Noto'liq oilada o'sgan va o'z sohasida taniqli bo'lgan artist, sportchi, olim, rahbar, yozuvchi, shoir va boshqalarni maktab o'quvchilari bilan uchrashuvlarini tashkil qilib, ular hayotidagi qiyinchiliklarni qanday yengib, shunday muvaffaqiyatlarga erishganliklari haqida davra suhbatini qilish lozim. Bundan maqsad noto'liq oilani ideallashtirish emas, balki yoshlarda, ayniqsa, noto'liq oilada voyaga yetayotgan bolalar hayotida uchraydigan qiyinchiliklarni yengishga irodani safarbar qilishga o'rgatishdir. Bunday uchrashuvlar to'liq oila bolalariga ham foydalidir.

3. Noto'liq oilada o'sayotgan o'g'il bolalarni (agar o'z otasi namuna vazifasini bajara olmayotgan bo'lsa) qarindoshlar, qo'shnilar yoki yaqin tanishlar orasida har tomonlama namuna bo'ladigan kishi vaqtincha otaliqqa olishi. Otaliqqa olgan erkak yoki ayol vaqtivaqti bilan o'z farzandlari bilan birga noto'liq oilada voyaga yetayotgan bolaning bo'sh vaqtini madaniy tashkil etishi lozim, toki otasiz o'sayotgan bola yoki qiz to'laqonli oiladagi munosabatlar, ota va ona mavqei, ular orasidagi namunali munosabatlarni idrok etib, o'ziga kelgusi hayotida namuna sifatida olsin.

4. Oila funksiyalarni past darajada bajarayotgan noto'liq, moddiy jixatdan o'ta nochor oilalardagi bolalarni mahalla, psixolog tavsiyasiga ko'ra onaning roziligi bilan vaqtincha bir yilga mehribonlik uylariga qabul qilish va bir yil

o'tgach muddatini uzaytirish masalasini ona ishtirokida mahalla faollari, psixolog, mehribonlik uyi rahbarlari ko'rib chiqishlari tavsiya etiladi.

5. Noto'liq oiladagi bolalarni tug'ma layoqati va qiziqishini hisobga olib sport, musiqa, tasviriy san'at va boshqalarga jalb qilish lozim.

6. Noto'liq oilalar bilan mahalla hamda maktab psixologi muntazam ishlashi va psixologo-pedagogik monitoringini olib borishi lozim.

7. Noto'liq oiladagi bolalarni ta'til davrida dam olishlarini tashkil etish, qo'shimcha ta'lim olishlarida yordam berish kerak.

8. O'zbekistonda noto'liq oila psixolog, pedagog, sotsiolog, yurist, iqtisodchi, tibbiyotchi, demograf olimlar tomonidan ilmiy tadqiq etilishi lozim. Yuqorida o'z ifodasini topgan choralarni ko'rish noto'liq oilalardagi bir qator muammolarni samarali bartaraf etishga imkon bergan bo'lar edi.

ADABIYOTLAR:

1. Shoumarov G., Rasulova Z. Oila ensiklopediyasi. - T.: «Ilm-Ziyo Zakovat», 2016. -270-b.

2. Lapshina YE.A. Pedagogicheskiye usloviya formirovaniya konkurentosposobnoy lichnosti uchashixsya iz nepolnix semey v vospitatelnoy sisteme shkoli. / Dissertatsiya i avtoreferat na soiskaniye uchyonoy stepeni kandidata pedagogicheskix nauk. – Ulyanovsk. 2010.

3. Шаамирова Ю.К. “Нотўлик оилаларда ўсмирларни миллий-маънавий тарбиялаш” Дисс., п.ф.н. Т.2006 й. 33-34-бет.

4. Файзиева М.Х.Оила психологияси. Қарши ”Насаф нашриёти” 2018 й.138-бет.

5. AKHMEDOVA, M. (2024). NOTO'LIQ OILANING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *News of UzMU journal*, 1(1.4), 4043-4043.

STRESS HOLATIDAN CHIQISHNING IJTIMOIIY-FALSAFIY TAHLILI

Musayev Umidjon Saidkamolovich

Ma'mun universiteti Falsafa kafedrasi dotsenti, f.f.d.,(PhD)

Falsafa ilmi tarixida, shu bilan birgalikda faylasuf allomalarning qarashlarida insonga murojaat etmaslikning ilojisi yo'q. Falsafa fanining o'rganish obyektlaridan bir ham o'zi aslida inson, uning tafakkuri, dunyoqarashi, ijtimoiy hissiyotlari va kechilmalarini tadqiq etishdir. Falsafada insonning moddiy va ma'naviy olami hamda uning turli tomonlarini bevosita yoki bilvosita tahlil qilmagan faylasuf yoki falsafiy yo'nalishlarni deyarli uchratmaslikning ilojisi yo'q. Juda ko'p allomalar falsafiy va diniy mavzularda kichik va katta olam qonuniyatlariga qarshi va zidligi o'laroq, insonga kichik olam mikrokosm sifatida tarif beriladi. Ammo lekin, aslini olib qaralganda basharsiz butun olamni tushunish va anglash mumkin bo'lmay qoladi. Inson olamdagi sir-sinoatlar va barcha eshiklarni ochuvchi kalit hamdir. Faylasuflar inson o'z-o'zining sirini ochishi butun borliqning jumbog'ining tagiga yetish bilan barobar ekanligini qayta-qayta anglab yetganlar. Zero shu haqida Sharq mutafakkuri Forobiy shunday deydilar, - "Odamlar o'zlarining xos xususiyatlariga va tabiiy ehtiyojlariga ko'ra jamiyat

tuzadilar. Ularning harakat va fe'llarini dastavval bora-bora odatlarga aylanadigan tabiiy qobiliyatlar belgilaydi"¹. O'z-o'zingni angla va shu orqali dunyoni anglaysan deb xitob qilganlar. Odamni anglash inson ongi-tafakkurini teran qatlamlariga kirmasdan sirtidan bilishga bo'lgan barcha urinishlar inson kechilmalari haqida faqat yuzaki tasavvur hosil qilish imkonini beradi. Insonga sirtidan baxo berib qaraydigan bo'lsak, insonning o'zligining mohiyatiga yeta olmaymiz, zeroki, insonning mohiyati uning o'zligi va o'zida qaror topgandir.

Falsafiy fan sohasi hisoblangan psixologiya ilmida ruxiy zo'riqish(stress) holatlariga shunday ta'rif berilar. Stress – bu bashariyat olami bilan birgalikda hayvonot olamida ham kuchli ta'sirlanish natijasida sodir bo'lishi mumkin bo'lgan juda kuchli asabiylashish yoki zo'riqish, hayajonlanish yoki ta'sirlanish holatini boshdan kechirishga aytiladi. Falsafada stress holatining har ikkala holatiga ham alohida ta'rif beriladi. Stress – bu aqlning ruxdan ustin kelishi, ruxiyatning bevosita inson ichki olamidagi harakat va holatlarning buzilishiga olib kelishi bilan izohlanadi. Kuchli zo'riqish yoki hayajon faqat salbiy xatti harakatlar natijasi mahsuli bo'lib qolmasdan ijobiy faoliyat mevasi ham bo'lib hisoblanadi. Kuchli sevinish, tasodif yutuq va baxt, kutilmagan uchrashuvlar natijasida ham yuzaga kelishi mumkin.

Yuqoridagilardan kelib chiqib stress va stress holatlari yomon holat deb bo'lmaydi. Stress holatiga tushish insonga qayta o'z ustida ishlash uchun motivatsiya olishga, menligini shakllantirishga, sabr-toqat va chidamlilikni oshirishga, keyinchalik hayot faoliyati davomida rag'bat va yutuqlarga erishishiga zamin yaratishi ham mumkin. Lekin shuni alohida ta'kidlash kerakki, stress psixologik va ruxiy kasalliklarga chalingan insonlarda to'g'ri qabul qilinmasa va boshqarilmasa, nazorat va tartibga olinmasa, insonning sog'ligi va hayot-faoliyatiga jiddiy ta'sir o'tkazishi tayin. Barcha tadqiqotchilar va psixolog olimlar tomonidan stressning ijobiy tomonidan ko'ra salbiy tomonini oldini olish texnika va texnologiyalari ishlab chiqilgan. Ular:

1. Eng samarali usul va vosita sifatida uyqu. Kuchli zo'riqish holatini boshidan o'tkazgan insonni tinchlantirish va asablarini barqaror holatga olib kelishning eng samarali usuli ham uyqudir. So'rov o'tkazilgan respondentlarning 40% ning birinchi javobi ham aynan "uxlashga urinaman deyishidir";

2. Ichki meditatsiya imkoniyatlarining borini ishga solish. O'zingizni tinchlantirishi mumkin bo'lgan har qanday holat va harakatlarning jilovini qo'yib yuborish;

3. Biron sevimli mashg'ulot yoki ish qilishga urinish. Har bir insonning sevimli ishi yoki xobbiy mashg'ulotini qilishga urinishi kerak;

4. Kuchli va to'la nafas olish mashqini bajarish. Chuqur chuqur o'pkani to'ldirib nafas olish, shu bilan birgalikda nafasni to'liq chiqarish;

5. Katta ya'ni kuchliroq do'zada choy ichish. Aslo kuchli do'zada qahva ichish tavsiya etilmaydi. Chunki holatni qaytadan yomonlashtiradi. Qon bosimni ko'tarilib, hayajon va qo'rquvni yanada oshirib yuborishi mumkin;

¹ Ал-Фаробий Философия политики. – М.: 1989. – С.529.

6. Kulgu. Kulish inson kayfiyati va holatini yaxshilab, stress sababchisi bo'lgan kortizol va adrenalin gormonlarini meyorga keltirib turuvchi endorfinlarni ishlab chiqarilishiga olib keladi. Qisqa qilib aytganda insonning o't bo'lib yonayotgan asab tizimlarini chalg'itadi va aldaydi;

7. Sokin va samimiy suhbat. Do'stiningiz yoki eng yaqin insoningiz bilan. Kelajak ishlar va rejalar tahliliga suhbat davomida e'tibor qaratish ijobiy natijalarga erishishning samaradorligini oshiradi;

8. Kuy yoki musiqa tinglash. Sokin yoki ehtiyojga qarab kuy va musiqa tanlash;

9. Raqs tushish. Jo'shqin milliylikni kasb etuvchi yoki jahon musiqasidan;

10. Taqvo va zikr (ibodat). Islom va musulmon olaminida tinchlanish va tinchlantirishning oliy usuli va uslubi sifatida qaraladi;

11. Qitob o'qish;

12. Inson o'z hayotining o'tmishi, buguni va kelajakini mushohoda etish;

13. Sevimli taom va mevalardan taomlanish;

14. Naql qobig'iga o'ralib olish. Aql va qalbni ezgulikka yo'naltirish va yomonlikdan qaytarish. Biladiganlar bilan bilmaydiganlar teng bo'ladilarmi? Bilmaganga bildirish, tushunmaganga tushuntirish va anglamaganga anglatish usulidir.

Tangri taolo Odamni ilmi, mukammal qilib yaratdiki bunday qobiliyat farishta va hayvonlarga berilmagan. Farishtada aql bor, nafs yo'q. Hayvonda nafs bor, aql yo'q. Odamda aql va nafs bor, agar inson ilmi, taqvoli bo'lsa farishtadanda yuksak maqomda bo'ladi, mabodo ilmsiz, nafs quli bo'lsa hayvondan ham tuban bo'ladi. Stress holatida inson har ikkalasi nafi va aklini, jahli va quvonchini jilovlay olsa u oliy insondir.

Sharq allomalarining insonga bergan ta'riflari:

Shu ma'noda mashhur qadimgi xitoy faylasufi Konfusiy (mil. av. 551-479 yillar)ning fikrlari diqqatga sazovor bo'lib, u shunday deb saboq beradi: «qilmishlarning asoslari va tamoyillarini o'rgansang, yaxshilik va yomonlik haqidagi fikrlaring (axloqiy bilimlar) barkamollikning eng so'nggi darajasiga yetadi. Niyatlar sof va xolis bo'lsa, qalb rostgo'y va samimiy bo'ladi. qalb rostgo'y va samimiy bo'lsa, inson to'g'ri yo'lga kiradi, kamol topadi. Inson to'g'ri yo'lga kirsa va kamol topsa, oilada tartib o'rnatiladi. Oilada tartib hukm sursa, xalqlarni boshqarish osonlashadi. Xalqlarni boshqarish osonlashsa, butun dunyo tinch-totuv yashaydi»¹.

Qadimgi hind falsafasiga dunyoning ichki dunyosini birinchi o'ringa qo'yish, ya'ni antropotsentrizm xosdir. Masalan, buddizmda nirvanaga erishish inson barcha niyatlarining pirovard maqsadi deb e'lon qilinadi. Nirvana jonning shunday bir holatiki, bunda har qanday mayllar yo'qoladi va ichki uyg'unlik yuzaga keladi, mutlaqo erkinlik va tashqi dunyoga qaram emaslik tuyg'usi paydo bo'ladi.

¹ Будда. Конфуций. Жизнь и учение. – М.: 1995. – С.139.

Qadimgi hindlarning boshqa bir diniy-falsafiy ta'limoti – jaynizm nuqtai nazaridan inson o'zining ma'naviy mohiyati bilan moddiy mohiyatni nazorat qilish va boshqarishga erishish uchun uzoq va og'ir yo'l – jonning erkinlashuvi yo'lini bosib o'tishi lozim.

Markaziy Osiyo mutafakkirlari qarashlarida insonni nazariy aql boshqaradi. Jumladan al-Forobiy fikricha “Inson shaxsini shakllantiradigan, uni boshqa maxluqotlardan ajratib turadigan va unda insoniy xislatlarni rivojlantiradigan narsa uning faol aqlidir. Bu kuch avval- boshda faqat qobiliyatdir bu quvvat o'ylash, mulohaza yuritishga qobil, ammo hayotga tadbiiq etish, ya'ni joriy qilishga qobil emas”. Aqlni hayotga tadbiiq etish uchun, unga tashqi kuch ta'sir etishi kerak, bu esa faol aqlidir. Faol aql - mustaqil quvvat bo'lib, o'z mohiyati, Birinchi va ikkinchi va boshqa sabablar mohiyati haqida fikrlay oladi. Aynan shu faol aql odam imkoniyatlarining tashqi voqealarga ta'sir etishi va uni rivojlantirishga turtki beradi. Forobiy ta'biri bilan “moddiy aqldan amaliy aqlning yuqoriroq pillapoyasiga ko'tariladi va uning faol aqlga munosabati quyosh bilan ko'zni solishtirlandek bo'ladi”. Agar quyosh bo'lmasa, inson narsalarni ko'ra olmaydi. Faol aql quyoshi inson ruhi da paydo bo'lganidan keyin, aqliy quvvat faol aqlga qaraydi. Inson tabiat gultoji, ya'ni aqlli mavjudod. Yusuf Xos Xojib fikricha inson dunyoda abadiy emas, bu dunyoga kelgan har qanday odam vaqti yetgach ketadi. Inson umrining qimmatini necha yil yashagani bilan emas, qanday ezgu ishlarni amalga oshirganligi, hayotda qoldirgan izi bilan belgilanadi. U kishi olamdan o'tgandan so'ng, bu dunyoda undan ikki xil, biri yomon, ikkinchisi yaxshi degan nom qoladi Inson iloji boricha o'zidan yaxshi nom qoldirishi, yaxshi olqish olishi lozim deb ta'kidlagan.

Xulosa qilib aytganda, Suqrot takrorlashni yaxshi ko'rgan “O'z-o'zingni angla”, Lao Szi fikriga ko'ra, “boshqalarni biluvchi – oqil, o'zini biluvchi – donishmanddir”, Protogorning qarashlarida “Inson barcha narsalar mezonidir”, “Tangri saltanati bizning ichimizdadir”, deb o'rgatgan Iso Masih. Buddaviylarning: “O'zligingga nazar tashla, sen Buddasan” va Islomda “Kimki o'zini bilsa, u Allohni ham bilgaydir”. Kuchli zo'riqishdan chiqishning eng maqbul usuli bu o'tmish, bugun va kelajakni mushohada etishdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Al-Farobiy. *Filosofiya politiki*. – M.: 1989. – S.529.
2. Budda. *Konfusiy. Jizn i ucheniye*. – M.: 1995. – S.139.
3. Al-Forobiy. *Fozil shahar aholisi*. -T.: Sharq, 1999.- B. 69-73

IBN SINONING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK VA AXLOIIY QARASHLARI

Babajonov Yo'ldashboy Nurullayevich

Ma'mun universiteti “Falsafa” kafedrasi dotsenti

Ilk Sharq Renessansi davrining buyuk vakillaridan biri Abu Ali ibn Sino (980-1037) o'z davridagi barcha fanlar taraqqiyotiga salmoqli xissa qo'shgan allomadir. U o'z bilimlarining xilma-hilligi va qomusiyiligi bilan nafakat ulug' xakim, balki ayni vaqtda buyuk faylasuf-mutafakkir sifatida dunyoga tanilgani

dilimizda faxr tuyg‘usini uyg‘otadi.Uyg‘onish davrining buyuk siymosi Abu Ali ibn Sino xaqida misrlik olim al-Axvoni shunday deb yozgan edi. «U «Xujjatul Xaq», «Sharaful Malak», «Ash –Shayxur Rais», «Al-Xakimul Vazir», «Ad-Dastur» nomlariga sazovor bulgan Abu al-Xusayn ibn al-Xasan ibn Abdullox ibn al Xasan ibn Sinodir».Uning she’rlari va falsafiy qissalari asosida Renessans davriga xos ijtimoiy va ahlokiy qarashlari xaqida fikr –muloxazalar yurgizish, allomaning nafakat buyuk xakim va mutafakkir, ayni paytda o‘z davrining buyuk insonparvar adiblaridan biri ekanligini bildiradi.Chunki, uning axlokiy va ilmiy – falsafiy dunyoqarashi faqat tabiiy fanlarga oid asarlaridagina ifodalangan bo‘lmay, balki she’r va qissalarida xam uz aksini topgan.

Ibn Sinoning ijtimoiy-axlokiy qarashlari «Risolat fi ilm al-axlok» (Ilmi axlok xakida risola), «Kitob bash-Shifo», «Donishnoma» «Risola fi tazkiyat an-nafs» (Nafsnı pokiza tutish to‘g‘risida risola), «Kitob al-Insof», «Kitob ishorat va at-tanbexot» («Ko‘rsatmalar va o‘git-nasixatlar kitobi»), «Kitob al-najot», «Risolai fil-ishq» (Ishq xakida risola) kabi asarlarida batafsil bayon kilingan.

Ibn Sino axlok ilmiga yaxshilik va yovuzlik, fazilat va razolat chegaralarini ajratib beruvchi, shuningdek, insonning xaqiqiy baxt-saodatga erishish yulini topish shart –sharoitlarini belgilab beruvchi fan sifatida karaydi.Ibn Sino o‘zining bir qancha risolarida adolatlilik, saxiylik, shijoat, sabr, muloyimlik, iffat, kanoat, sirni saklay bilishlik, ilm –ma‘rifatli bo‘lish, ochiqlik, farosatlilik, do‘stlik, vafodorlik, kamtarlik kabi axlokiy fazilatlariga ta‘rif beradi.Alloma kishi uzini pokiza tutish, odamlar bilan muomala kilish kabi masalalarga tuxtaladi. Ayniqsa nafsnı pokiza tutishi zarurligi va ba‘zi dunyoviy lazzatlardan o‘zini tiya bilish, ichishning zarari xaqida «Nafsnı pokiza tutish tugrisida», «Konun», «Siyosat al-badan» asarlarida fikr yuritadi.Abu Ali ibn Sinoning axlok xakidagi karashlari uning shox asarlari bulmish «Tib qonunlari», va «Ash-shifo» da o‘z ifodasini topgan.

Ibn Sino insonlarda bor bo‘lgan adolat, pokizalik, bilimdonlik, irodalilik, ezgu niyat, himmat, saxovat, shijoat singari ijobiy fazilatlar bilan birga aldanchilik, qo‘rqoqlik, ikkiyuzlamachilik, xasislik, o‘g‘rlik, igvogarlik, yalqovlik, fisqu-fasod kabi salbiy axlokiy illatlar xakida xam fikr yuritib ularning xar biri to‘g‘risida o‘z tushunchalarini ifoda etadi.

Ibn Sino insonning umumiy fazilati kishilarda yuz beradigan yaxshi va yomon xulqlarning paydo bo‘lish sabablarini «Axloq xaqida risola» asarida ko‘rsatib o‘tadi. Olim bu asarida yaxshi va yomon xulqlar odamlarning odatidan, xukumat axllarining ta‘siridan paydo bo‘lishligini ta‘kidlaydi. Ibn sino aqliy tarbiya turli bilimlarni o‘rganish natijasida amalga oshsa, ahloqiy tarbiya ko‘proq yaxshi axloqiy xislatlarni mashq qildirish, odatlantirish, suxbat orqali amalga oshadi, deb ta‘lim beradi. Ibn Sino inson kamolotining muhim ahloqiy jixatlarini xam taxlil etadi va har biriga ta‘rif beradi. Masalan, adolatni ruxiy lazzatning bosh mezoni sanaydi. Inson qanoat, jasurlik, donolik bilan adolatga ega bo‘ladi, yomon illatlardan o‘zini tiyib, yaxshilikni mustaxkamlaydi, xaqiqiy ruxiy lazzat oladi, deydi olim.

Insondagi ijobiy axlokiy xislatlarga saxiylik, chidamlilik, kamtarlik, sevgi-muxabbat, mo‘tadillik, aqllilik, extiyotkorlik, qat’iyatlilik, sadoqat, intilish, uyatchanlik, ijrochilik va boshqalarni kiritadi.

Ibn Sino xar bir axloqiy xislatning ta’rifini beradi: Mo‘tadillik — tan uchun zaruriy oziq va xulq meyorlariga to‘g‘ri kelmaydigan ishlarni qilmaslik; Saxiylik — yordamga muxtoj kishilarga ko‘maklashuvchi insoniy quvvat G‘azab — biror ishni bajarishda shoshma-shosharlikdan saqlovchi quvvat deydi. Ziyraklikni narsalar va xatti-xarakatlarning xaqiqiy ma’nosini tezlik bilan tushunishga yordam beruvchi quvvat, achinish, kishilar baxtsizlik, azob-uqubatga duchor bo‘lganda, ular bilan xushmuomalada bo‘luvchi insoniy quvvat. Kamtarlikka xudbin ishlar bilan shug‘ullanishdan to‘xtatuvchi kuch sifatida ta’rif beradi. Ibn Sino insonning kamolotga yetishida to‘sqinlik qiluvchi nuqsonlar sifatida joxillik, nodonlik, shafqatsizlik, takabburlik, nafratni ko‘rsatib o‘tadi. Joxillikni — ilmga, nodonlikni — zexni o‘tkirlikka, shafqatsizlik, takabburlikni adolatga, nafratni — sevgi-muxabbatga qarama-qarshi illat sifatida ta’riflaydi. Ibn Sino yuksak axloqiy xislatlarga yana kishilarning bir-birlariga do‘st bo‘lib yashashi, xamkorlik qilishni xam kiritadi. Chunki har bir kishi jamiyatda, odamlar bilan birga yashar ekan, ular bilan do‘stona yashashga intiladi. Ibn Sino insonda yaxshi xulqning shakllanishida xushxulk, ilmi, do‘st muxim rol o‘ynaydi, deydi.

Olim do‘stlikni shunday ta’riflaydi: Har qanday qiyinchiliklarga qaramay o‘z do‘stini xavf-xatarda yolg‘iz qoldirmaydigan do‘stlik; Manfaatlari o‘xshash va g‘oyaviy yaqin do‘stlik; O‘z shaxsiy manfaati va extiyojini qondirishga qaratilgan do‘stlik. Ibn Sino birinchi va ikkinchi xil do‘stlikni xaqiqiy do‘stlik deb e’tirof etadi. Ibn Sino jamiyat xayotidagi axloqiy munosabatlarni birinchi o‘ringa qo‘yadi.

Chunki, axloqiy munosabatlar, uning fikri bo‘yicha, xalqning ma’naviy sog‘lomligini belgilaydi, ilim-fan va madaniyatning ravnaq topishiga yordam beradi, jamiyatning ma’naviy –axlokiy sog‘lomligi va sobitligini ta’minlaydi. Bu esa kishilarni o‘zaro xamjixatlikka va xamkorlikka undaydi, ularda bir-birlariga mexr-muxabbat va ishonch tuyg‘ularini shakllantiradi, odamlarni jipslashtirib, har qanday yovuzlik va adolatsizlikning yo‘qotilishi uchun zamin yaratadi. Ma’naviyatsizlik, «ommaviy madaniyat», axloqsizlik, bexayolik, egotsentrizm kabi salbiy illatlar yoshlarimiz tarbiyasiga katta xavf solayotgan bugungi kunda buyuk ajdodlarimizning xayotiy qarashlari, g‘oya va o‘g‘itlari biz uchun «ma’rifiy qurol» vazifasini utashi shubxasiz.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Irisov.A. «Ibn Sino adib va ma’rifatparvar», Toshkent,1960 yil.
2. Baratov.N «Ibn Sino adib va ma’rifatparvar» Toshkent 1969 yil.
3. Xayrullayev M. «Buyuk siymolar allomalar.1-kitob Toshkent 1995 yil.
4. Jakbarov. M. «Ibn Sino ma’naviy merosi» «Akademiya» Toshkent 2011 yil..
5. Kamolova SH.(2022)Yosh avlodni tarbiyalashda tarbiyaviy ishlarni tashkil etishning psixologik asoslari.Jurnal

PERINATAL PSIXOLOGIYADA PSIXOLOGIK XIZMAT MASALALARI

Madina Kalandarova

*Ma'mun universiteti, Psixologiya kafedrasini mudiri,
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

Ayollarda tug'ruqdan keyingi davrdagi hissiy holatlarning o'zgarishini o'rganish ayolni va uning oilasini butun perinatal davr davomida tug'ruqqa psixofiziologik jihatdan tayyorlikni shakllantirish, tug'ruqdan keyingi davrda ro'y berishi mumkin bo'lgan affektiv buzilishlar va murakkablashishining oldini olish maqsadida individual tibbiy-ijtimoiy-psixologik kuzatish muhimligini ko'rsatdi. Ayollarga perinatal davr fiziologiyasi haqida ma'lumotlarning berilishi, tug'ruq jarayoni va tug'ruqdan keyingi davr jarayonlariga psixologik moslashuviga ijobiy ta'sir qilishi mumkin. Ushbu muammoli vaziyatdan kelib chiqib, ayollarga va ularning oilalariga taqdim qilinayotgan axborot ilmiy jihatdan asoslangan, aniq amaliy xarakterga ega bo'lishi va yagona maqsadga – ota-onalik qobiliyatini oshirishga va farzand dunyoga kelishiga tayyorlikning shakllanishiga muvofiq kelishi lozim [1].

Shunga bog'liq holda psixokorreksiya ishlarining maqsadlarini belgilash va o'z vaqtida ko'rsatilishi lozim bo'lgan psixologik yordam usullarini tanlash maqsadida tug'ruqqacha bo'lgan davrda ayollardagi turli darajada kuzatilgan salbiy emosional holatlar rivojlanishini kompleks psixologik tashxislash lozim.

Salbiy emosional holatlar yaqqol namoyon bo'lgan ayollarga tug'ruqqacha bo'lgan kechki davrda birinchi navbatda tug'ruq boshlanishigacha jismoniy ahvolni va psixoemosional holatni yaxshilashga qaratilgan kompleks tibbiy-psixologik yordam ko'rsatilishi zarur. Psixokorreksiya ishida relaksatsiya, meditatsiya texnikalari, nafas olish mashqlaridan foydalangan holda o'z-o'zini sozlash uslublari yordamida xavfsirashni va asteniyaning kamaytirish zarur. Shu toifadagi ayollar uchun art-terapevtik texnikalardan foydalanish ham psixoemosional zo'riqishni kamaytirish va dolzarb salbiy psixoemosional holatlar psixokorreksiyasida samarali bo'lishi mumkin. Tug'ruqdan keyingi erta davrda psixologik yordam ko'rsatilishi tug'ruqning qiyin kechishiga bo'lgan emosional munosabatga va ushbu davrda ayolga psixologik yordam ko'rsatishga qaratilgan bo'lishi lozim [3]. Zarurat bo'lganda mazkur toifadagi ayollar bilan tug'ruqdan keyingi kechki davrda o'tkaziladigan psixologik xizmatning yo'nalishi quyidagicha bo'lishi lozim:

- ayolning psixologik zahiralari faollashtirish asosida tug'ruqdan keyingi fiziologik jihatdan qayta tiklanishga ko'maklashish;
- chaqaloqni parvarishlash, dam olish, uxlash va bardam bo'lish bilan bog'liq holda kundalik faollik tartibini qulaylashtirish;
- bola bilan konstruktiv hamkorlikka ko'maklashish va kuzatib borish;
- onalik rolini ijro etishda ijobiy tajribani shakllantirishni kuzatish.

Homiladorlik davrida salbiy emosional holatlarga ega bo'lgan ayollar tug'ruqdan keyingi depressiv holatlar rivojlanishining xavfli guruhini tashkil qilishi bilan bog'liq holda butun perinatal davr davomida ularga psixologik yordam ko'rsatish va kuzatish zarurdir. Tug'ruqqacha davrda ayol onalik sohasidagi

individual xususiyatlarining psixokorreksiyasi va onalik maqomining ortishi eng katta ahamiyat kasb etadi. Alohida e'tibor tug'ruqdagi og'riq va qiyinchiliklar haqidagi irrasional qo'rquvni korreksiyalashga, chaqaloq xususiy ahvolidning va sog'lig'ining holatiga qaratilishi lozim.

Tug'ruqdan keyingi erta davrda nafaqat tug'ruqning zo'riqishli vaziyatiga nisbatan emosional munosabatini korreksiyalash, balki ayolning farzandini dunyoga keltirishiga, uni parvarishlash va emizishga tez va sifatli ko'nikishiga ham yo'naltirilishi zarur.

Tug'ruqdan keyingi kechki davrda psixologik yordam ko'rsatish va kuzatish quyidagi yo'nalishlarda bo'lishi zarur:

1) chaqaloqni ko'krak suti bilan oziqlantirishga ko'maklashish va rag'batlantirish (mutaxasislarning qarshi ko'rsatmalari bo'lmaganda);

2) chaqaloq bilan psixologik munosabatlar o'rnatishda yordam berish va u bilan bevosita munosabatda bo'lishni rag'batlantirish;

3) bolaning parvarishi va erta rivojlanishi bilan bog'liq sub'yektiv kechinmalarning emosional tusini korreksiyalash;

4) oila a'zolarining kundalik yordami va qo'llab-quvvatlash darajasini oshirishda va ularga ba'zi bir onalik vazifalarini berishda ko'maklashish.

Homiladorlikning uchinchi trimestrida salbiy emosional holatlarni boshidan kechirmagan ayollarda tug'ruqdan keyingi ruhiy zo'riqish rivojlanishi va psixoemosional holatning yomonlashuvi kuzatilmasligi, bu toifadagi ayollarda tug'ruqdan keyingi erta davrda salbiy emosional holatlarning yuzaga kelishi juda kamdan-kam hollarda yuz berishi mumkin. Shu bilan biralikda tug'ruqdan keyingi depressiv alomatlarining rivojlanishini va tug'ruqdan keyin ayollarning o'zini dezadaptiv (nomuvofiq) tutishlarini psixoprofilaktika qilishga qaratilgan kompleks chora-tadbirlarni amalga oshirish zarur [2].

Kompleks psixoprofilaktika chora-tadbirlarini amalga oshirish masalasini hal qilish tug'ruqdan keyingi davrning o'ziga xos xususiyatlari va kasbiy malakalangan yordam olish usullari to'g'risida tibbiy-psixologik jihatdan xabardor qilishning imkoniyatlarini oshirish zarurati bilan muvofiqlashtiriladi, bu esa quyidagi tavsiyalarni shakllantirish imkonini beradi.

Demak, yuqoridagilardan kelib chiqib quyidagi xulosalarga keldik:

1. Tug'ruqdan keyingi erta davrda psixologik yordam ko'rsatilishi tug'ruqning qiyin kechishiga bo'lgan emosional munosabatga va ushbu davrda ayolga psixologik yordam ko'rsatishga qaratilgan bo'lishi lozim.

2. Ayollarga tug'ruqdan keyingi davrda psixologik yordam ko'rsatish va ularni kuzatib borish, chaqaloq bilan psixologik munosabatlar o'rnatishga yordamlashish, bolaning erta rivojlanishi va parvarishi bilan bog'liq sub'yektiv kechinmalarning emosional tusini korreksiyalashga, oila a'zolarining kundalik yordamini tashkillashtirishga qaratilgan bo'lishi lozim.

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Брутман В. И., Филиппова Г.Г., Хамитова И.Ю. Динамика психологического состояния женщин во время беременности и после родов // Вопросы психологии. - 2002. № 1. - С. 59-68.

2. Добряков И.В. Перинатальная психология. – Санкт-Петербург: Питер, 2010, - 271 б.

3. Коргожа М.А. Динамика эмоциональных состояний у женщин в послеродовом периоде: дис. ... канд. психол. наук. – СПб., 2019. – 143 с.

РОЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ В ВУЗАХ УЗБЕКИСТАНА.

Рахманова Диляра Рустемовна

кандидат психологических наук, доцент кафедры «Педагогика и психология», Profi University

Психологическая служба в вузе играет значимую роль в поддержке студентов и создании здоровой образовательной среды. Расширение и модернизация этой службы становится все более важным в контексте изменений, происходящих в обществе и образовательной системе Узбекистана.

Одним из ключевых аспектов психологической службы в вузе является доступность. Студенты должны иметь возможность получить помощь в любое время, когда возникает потребность в разрешении определенных проблем. Это может включать в себя наличие профессиональных психологов на кампусе, предоставление горячей линии для консультаций вне учебного времени, а также возможность онлайн-консультаций.

Важно также учитывать индивидуальные потребности студентов. Некоторым из них может потребоваться индивидуальная консультация психолога для решения конкретных проблем, в то время как другие могут предпочитать участие в групповых сессиях для обмена опытом и поддержки сверстников. Поэтому психологическая служба должна предлагать разнообразные формы поддержки, включая индивидуальные консультации, групповые сессии, тренинги и самопомощь.

Наряду с указанным, психологическая служба должна активно работать над предупреждением проблем и формированием здорового образа жизни среди студентов. Это может включать в себя проведение образовательных мероприятий по ментальному здоровью, тренинги по управлению стрессом, а также поддержку в освоении навыков самоуправления и решения проблем.

Кроме того, важно обеспечить сотрудничество психологической службы с другими структурами вуза, такими как академические отделы, студенческие объединения и администрация, чтобы создать интегрированный подход к поддержке студентов.

Внедрение штатной единицы психолога в вузы Узбекистана с 1 сентября 2017 г. явилось значимым шагом в развитии системы психологической поддержки студентов. Это предопределило не только наличие психологического специалиста в качестве постоянного члена персонала учебного заведения, но и важность его сотрудничества с другими структурами вуза.

Академические отделы вузов могут сотрудничать с психологической службой для оценки и понимания психологических факторов, влияющих на успех студентов в учебе. Психолог может помогать в выявлении причин снижения успеваемости, а также разрабатывать индивидуальные стратегии поддержки для студентов с различными способностями и образовательными потребностями.

Исходя из вышеуказанного, считаем, что разработка модели усовершенствования системы психологической поддержки в вузах Узбекистана требует комплексного подхода, учитывающего разнообразные потребности образовательной системы и студентов. При разработке такой модели, необходимо учесть следующие ключевые шаги и аспекты:

1. **Анализ потребностей** - проведение исследования среди студентов факультета для выявления основных потребностей в области психологической поддержки, которые могут включать в себя опросы, фокус-группы и анализ статистических данных о психологическом благополучии студентов.

2. **Структурирование психологической службы** - создание четкой структуры психологической службы в университете, включая определение ролей и обязанностей психологов, их доступность и специализацию (например, диагностика, просвещение, консультирование, кризисное вмешательство).

3. **Обучение и развитие персонала** - обеспечение высокого уровня профессиональной подготовки психологов, включая регулярное обучение и семинары по современным методам консультирования и терапии, что поможет преподавательскому составу эффективно работать со студентами с разнообразными потребностями.

4. **Развитие культуры психологического благополучия** - проведение информационных компаний и мероприятий по повышению осведомленности студентов о важности заботы о своем психологическом здоровье: лекций, тренингов по управлению стрессом, а также психологической поддержке в периоды экзаменов либо других стрессовых ситуаций.

5. **Развитие онлайн-ресурсов** - создание онлайн-платформы или приложения, где студенты могут получать доступ к информации, ресурсам и услугам психологической поддержки в любое время и из любого места.

6. **Система отслеживания и оценки** - разработка системы мониторинга и оценки эффективности психологической поддержки, направленной на постоянное повышение качества услуг и адаптацию их под изменяющиеся потребности студентов и университетской среды.

7. **Сотрудничество с другими институтами** - установление партнерства с другими учебными заведениями, а также с организациями, специализирующимися на психологической поддержке студентов, для обмена опытом, ресурсами и лучшими практическими достижениями.

Внедрение такой модели потребует согласованной работы со стороны администрации университета, психологических служб, студентов и

преподавателей. Однако только при правильной реализации такая модель может обеспечить существенное повышение психологического благополучия студентов и более успешное их обучение и развитие в университете.

В целом развитие психологической службы в вузе является неотъемлемой частью обеспечения эмоционального благополучия и успеха студентов в обучении. Это требует постоянного развития и модернизации подходов к поддержке студентов, а также учета их изменяющихся потребностей и предпочтений.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Хакимов Н.Х., Тураева Д.Т. Реформирование высшего образования в условиях нового этапа развития Республики Узбекистан // Forum.- 2021.- № 1.- 14 с.
2. Высшие образовательные организации / Агентство статистики при Президенте Республики Узбекистан. 31.05.2023. URL: <https://api.stat.uz/api/v1.0/data/oliy-talim-tashkilotlari?lang=ru&format=pdf> (дата обращения: 09.03.24)
3. Савинков С.Н. Психологическая служба в образовании Учебное пособие для вузов -: Издательство Юрайт, 2024. – 169 с.

ABU RAYXON BERUNIY VA ABU ALI IBN SINONING QARASHLARIDA INSON VA JAMIYAT MUNOSABATLARIDA TARBIYANING IFODALANISHI

*Matkarimova Nilufar Maxsudovna
Maktabgacha va maktab ta'limi boshqarmasi
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarini
muvofiqlashtirish bo'limi metodisti*

Mamlakatimizda amalga oshirilayotgan keng ko'lamli islohotlar, jamiyat hayotining barcha sohalarida ma'naviy omillar ustuvorligini ta'minlashga qaratilgan.

Ta'lim-tarbiya masalalariga Forobiy, Abu Ali ibn Sino, Beruniy, Xorazmiy, Farg'oniy kabi buyuk qomusiy olimlar asarlarida, ularning ilmiy-nazariy ta'limotlarida keng o'rin berilganiga, tarbiya muammolariga jahon madaniyati mezonlari bilan yondashilganiga guvoh bo'lamiz.

Abu Rayxon Beruniy insonlar hayoti va faoliyatining boshidan oxirigacha yaxshilik va yomonlik bo'lishini ta'kidlagan. Insonning o'zi haqida salbiy xulosalar chiqarilishini noaxloqiy xatti-harakatlari va insoniylikka nomunosib ishlari ekanligini ko'rsatib o'tgan.

Beruniyning: "Odamlar turmush-hayotda har xil holatlarda bo'ladilar. Bularning bir turi bilan ular maqtaladilar, boshqasi bilan esa qoralanadilar" [1,406-410], degan iborasi fikrimizning yaqqol isboti bo'la oladi.

Haqiqatan ham, xalqning olqish va maqtovlariga elparvar, halol va adolatli bo'lib, ezgulik va bunyodkorlik yo'lida xizmat qilganlar sazovor bo'lib yuradilar. Aksincha, xalqning g'azab va nafratiga esa o'z shaxsiy manfaatini ustun

qo'yadigan, xudbin, egoist bo'lib, yovuzlik va vayronkorlik yo'lini tutganlar duchor bo'ladilar.

Inson deb atalmish zot, jamiki yaratilgan jonzotlar ichida eng yuksagi hisoblanadi. Boshqa yaratilgan jonzotlarda yo'q ko'plab ilohiy ne'matlar va qobiliyatlar ham aynan faqat insongagina ato etilgan.

Insonning aql-idroki, bilim va mehnatining samarasi ijtimoiy munosabatlarning vujudga kelishi hamda mavjud bo'lishi samarasi natijasidir.

Chorvachilik, dehqonchilik, hunarmandchilik, savdogarchilik kabi odamlar moddiy-maishiy turmush tarzini yaxshilashga xizmat qiladigan mashg'ulotlar va ular asosida ko'plab kasb-hunarlar inson ongli faoliyati tufayli paydo bo'lgan, ko'rkamlikda tengsiz va bir-biriga o'xshashi yo'q qator me'moriy inshootlar qurilgan, barpo etilgan va shu bilan birga ming afsuski yuqorida sanab o'tilganlar ba'zan insonning o'zi tomonidan barbod etilgan.

Jamiyatda yashovchi odamlarning dunyoqarashlari har xil bo'lishi mumkinligi to'g'risida, Abu Rayxon Beruniy ijtimoiy munosabatlarni tahlil etib: "Har bir xalqdagi yuqori tabaqa bilan avom xalqning e'tiqodi bir-biridan boshqacha bo'ladi... Ayniqsa, u tabaqalarning fikr va irodalari turlicha bo'lib, bir-biriga muvofiqlashmaydigan narsalar ustida bir-biridan boshqacharoq bo'ladi" [2, 111-119], deb ta'kidlaydi.

Bu fikrlar faqat Beruniy zamonasida emas, balki, hozirgi kunda ham o'z ahamiyatini yo'qotmagan.

Har bir jamiyatda keksa yoshlilar, o'rta yasharlar, yosh va voyaga yetmaganlar, shuningdek, ular orasida o'quvchilar, talabalar, pensionerlar, turli kasb-hunar egalari, davlat idoralari va nodavlat tashkilotlarda ishlovchilar, shuning barobarida ishsizlar ham bo'lib, ularning ijtimoiy ahvollari har xil bo'lib, moddiy-maishiy turmush tarzlari ham turlichadir. Shundan kelib chiqib, jamiyatda yashovchi insonlarning dunyoqarashlarini bir xil bo'lmasligi tabiiy xol.

Abu Rayxon Beruniy axloqiylik va ilmning ijtimoiy munosabatlarda o'ziga xos o'rni borligini ham e'tirof etadi. Ijtimoiy munosabatlar noaxloqiylik hukm surgan joyda ijobiy bo'lishi haqiqatdan yiroq bo'lib, noaxloqiylik azal-azaldan kishilik jamiyati rivojini orqaga tortib kelgan.

Insoniyat ongli mavjudot faoliyat ko'rsatib kelayotgan paytdan boshlab, noaxloqiylik bilan kurashib, ba'zan g'olib chiqqan bo'lsa, ba'zan mag'lub ham bo'lgan. Bunday jamiyatda yolg'on, fisqu-fasod, makr, xiyonat kabi salbiy illatlar avj olgan.

Afsuski, jamiyatdagi ba'zi bir insonlar noaxloqiy illatlar ta'siriga tushib qolganliklarini ba'zan o'zlari ham sezmay qoladilar. Noaxloqiylik ijtimoiy munosabatlarga darz keltiradi, axloqiylik esa ijtimoiy munosabatlarni mustahkamlaydi.

Beruniy bu borada shunday yozadi: "Yaxshi axloqli bo'lish bilan birga, dunyo topishga yuz o'g'irgan kishi topgan narsasini xayru ehson qiladi, bu dunyodayoq mukofot oladi, maqsad va istagiga erishadi, dunyoda baxtli bo'lib yuradi"[2, 111-119].

Sharqda "Shayx ar-Rais" nomi bilan mashhur bo'lgan allomalardan biri o'rta asr mutafakkiri Abu Ali ibn Sinodir.

Ibn Sino ham boshqa mutafakkirlar kabi o'zining ta'lim-tarbiyaga oid qarashlarini ijtimoiy-falsafiy qarashlari bilan bog'liq holda ifodalagan, maxsus risolalarda talqin etgan.

Abu Ali ibn Sino kamolotga erishishning birinchi mezoni sanalgan ma'rifatni egallashga da'vat etadi. Ilm-fan insonga xizmat qilib, tabiat qonunlarini ochib avlodlarga yetkazishi kerak. Bu maqsadga yetishish uchun inson qiyinchiliklardan qo'rqmasligi zarur, deydi. "Ey birodarlar! Odamlarning botiri mushkulotdan qo'rqmaydi. Kamolot hosil qilishdan bosh tortgan kishi odamlarning eng qo'rqog'idir".

Zero, ma'rifatli kishi jasur, o'limdan ham qo'rqmaydigan, faqat haqiqatni bilish uchun harakat qiladigan bo'ladi, deydi u fikrini davom ettirib. Ibn Sino johillik, nodonlik, shafqatsizlik, takabburlik, nafratni insonning kamolotga yetishida to'sqinlik qiluvchi nuqsonlar sifatida ko'rsatib o'tadi. Johillikni – ilmga, nodonlikni – zehni o'tkirlikka, shafqatsizlik, takabburlikni adolatga, nafratni – sevgi-muhabbatga qarama-qarshi illat sifatida ta'riflaydi. Ibn Sino yuksak axloqiy xislatlarga yana kishilarning bir-birlariga do'st bo'lib yashashi, hamkorlik qilishni ham kiritadi. Chunki har bir kishi jamiyatda, odamlar bilan birga yashar ekan, ular bilan do'stona yashashga intiladi.

Modomiki, inson aloqaga muhtoj ekan, boshqa birov bilan qo'shnichilik qilish uchun uning uyi yoniga uy soladi, o'zining ehtiyojini qondirish uchun esa ishlab chiqarish mahsulotlarini almashtiradi, dushmanlardan saqlanish uchun o'zgaralar bilan birlashadi. Mana shu tariqa kishilarda birlik hissi, boshqalarga nisbatan sevgi-muhabbat va umumiy axloqiy negizlar ishlab chiqila boshlaydi. U insonda yaxshi xulqning shakllanishida xushxulq, ilmli, do'st muhim rol o'ynaydi, deydi.

Bilimsiz kishilar haqiqatni bila olmaydilar, deb, ularni yetuk bo'lmagan kishilar qatoriga qo'shadi.

Bunday kishilardan ilmiy fikrlarni sir tutish kerakligini ta'kidlaydi. U haqiqatni bilish uchun bilimga ega bo'lish kerakligi, lekin har qanday bilim ham haqiqatga olib kelmasligi, inson o'z bilimining haqiqiyligini bilishi uchun mantiqni ham bilishi zarurligini uqtiradi.

Ibn Sinoning ta'lim metodlari haqidagi ta'limoti asosida ham bilimlarni egallashda mantiqiy tafakkurga, shaxsiy kuzatish va tajribalarga tayanish kerak degan g'oya yotadi.

Buyuk vatandoshimiz shayxur rais Abu Ali ibn Sino yosh avlod tarbiyasining ibtidosi qanday va nimalar bilan bo'lishi haqida quyidagilarni aytgan edi: "Yosh bola boshlang'ich ta'lim va tilga doir qoidalarni yod olganidan keyin u mashg'ul bo'lishi mumkin bo'lgan kasb-hunar va san'atga moyilligiga qarab, uni shunga yo'llaymiz. Agar u kotiblikni xohlasa, til, xat yozish, nutq so'zlash va odamlar bilan muomala qilish kabilarga dalolat qilamiz. Albatta, bu o'rinda, bolaning mayli ahamiyatga ega" [3, 197].

Mutaxassislarining maslahat va tavsiyalariga ko'ra, bolalarni maktabga borgunicha podshoh tuyib muomala qilish, ya'ni risoladagiday barcha iltimoslari bajarilishi, sho'xliklari, erkaliklaridan qaytarilmasligi kerak. Shundan so'ng unga asta-sekin tushuntirish, kattalarning o'zi ibrat bo'lishi orqali tarbiya beriladi.

Tarbiya bir necha tomondan olib boriladi. Bola aqlan rivojlanishi uchun unga turli kitoblar o'qib beriladi, rivoyat va ibratli hikoyatlar so'zlanadi yoki aql-zakovatini o'stiradigan o'yinlar, mashg'ulotlarga jalb qilinadi. Ruhiy tarbiyasini yaxshilash uchun hayot va o'lim, yaxshilik va yomonlik, axloq va odob kabi boqiy mavzularda sodda, bola ruhiyatiga mos suhbat va tushuntirish olib boriladi. Jismoniy tarbiya berish uchun esa biror foydali mehnatga jalb qilish, suzish, merganlik, chavandozlik kabi mashg'ulotlarni o'rgatish mumkin.

Yosh avlodni kelajakka ishonch hosil qilish uchun avlodimiz ma'naviy-axloqiy merosini chuqur o'rganib, o'z faoliyat, iste'dod va qobiliyatini hayot yo'nalishini yurt, xalq, davlat maqsadi bilan uyg'unlashtirish lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Salimov Baxriddin Lutfullaevich. The philosophical role of dialectical categories in human life. *Oriental Renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*. Volume: 1, Issue 6, 2021. -P.406-410

2. Салимов Бахриддин Лутфуллаевич (2020). ФИЛОСОФСКАЯ РОЛЬ ДИАЛЕКТИЧЕСКИХ КАТЕГОРИЙ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА. *Историческая психология и социология истории*, 13 (1), 111-119.

3. Islomiy tarbiya va uning falsafasi". Muhammad Atiya, 197-bet

4. Salimov B.L. Ijtimoiy munosabatlarning kommunikatsiya va transport tizimi bilan deterministik bog'liqligining gnoseologik tahlili. *Falsafa fanlari doktori dissertatsiyasi*. O'zbekiston Milliy universiteti. Toshkent.2022, 224 b.

4. Lutfullaevich, S. B. (2021). The views of philosophiacal analysis of ancient greek scholaks on social relations. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 2(07), 94-101.

5. Salimov, B. L. (2023). OPINIONS OF CENTRAL ASIAN SCHOLARS ON SOCIAL RELATIONS. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 3(1-2), 178-182.

6. Абу Али ибн Сино. Фалсафий қиссалар, тўпловчи ва таржимон. А. Ирисов. Ғ.Ғуллом номидаги бадиий адабиёт нашриёти, Тошкент, 1963

7. Баратов. Н. Ибн Сино этикаси, 1969

8. Ирисов.А. Ибн Сино адиб ва ма'рифатпарвар, Тошкент, 1960

MUNDARIJA

I-SHO‘BA. PSIXOLOGIYADA SHAXS MUAMMOSI

Urazbayeva D.A. Onkologik bemorlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini tadqiq qilish zarurati.....	5
Ibraimov X.I. Zamonaviy jamiyatda inklyuziv ta'lim muammolari va rivojlantirish istiqbolari	8
Akramova F.A. Oila barqarorligiga shaxslararo munosabatlar ijtimoiy psixologik omil sifatida.....	12
Nishanova Z.T. Zamonaviy tadqiqotlar va ularda kўp uchraydigan hatolar.....	15
Карпинский К.В. Психологическая характеристика Ценностного отношения к детям.....	18
Хазова С.А., Рукавишников Д.Р. Связь отношения к болезни и эмоционального состояния женщин, перенесших хирургическое вмешательство по поводу рака молочной железы.....	21
Krzysztof Sawicki Positive youth development as the preventive perspective for work with adolescents – assumptions, implementations and challenges.....	24
Силина Е.А., Крюкова Т.Л. Социальные представления о насилии в отношениях партнеров	29
Парфёнова Татьяна Вячеславовна. Психологические механизмы и закономерности личностных изменений косвенных свидетелей экстремального макросоциального события.....	34
Abdurasulov R.A. O‘smir sportchilarning stress holatidan chiqishida koping-strategiyaning ahamiyati.....	38
Бобоева С.Б., Собирова А.А. Потенциальные возможности образования в формировании креативных способностей студенческой молодёжи.....	42
Nurullayeva V.B. O‘smir va o‘spirinlik davrida emotsional barqarorligining rivojlanishi.....	45
Raximov B.A. Professor-o‘qituvchilarning kasbga yetukligi xususiyatlarining psixologik tahlili.....	47
Qodirov M.S. Shaxsning psixologik portretini shakllantirishda innovatsion usullardan foydalanish.....	50
Matchanova D.Y. Yetuklik yosh davridagi insonlarda g‘azab xissining namoyon bo‘lish xususiyatlari	53
Akbaraliyeva A.T. Kasbiy-shaxsiy identifikatsiya shakllanishining psixologik xususiyatlari.....	60
Abduraximova Sh.R. Talabalarning o‘quv faoliyatida stressga bardoshlilikning ijtimoiy-psixologik jihatlari	63
Sobirov Y.E. O‘smirlarda xavotirlanish namoyon bo‘lishi va uni bartaraf etishga doir nazariy yondashuvlar tahlili	66
Matyakubova Sh.O. O‘smir shaxsining rivojlanishida ustanovkalarining ijtimoiy psixologik xususiyatlari	70

Yusupjonova I.A. Talabalarda kasb tanlash motivatsiyasi shakllanishining nazariy metodologik asoslari.....	73
Qozoqova I.I. O‘smir talabalarda tolerantlik tafakkurini shakllantirishning ijtimoiy-psixologik muammolari.....	77
Raxmanova D.F. Ta’lim jarayonida inspektor-psixolog kasbiy kompetentligini shakllantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	80
Салохиддинова Г.А. Психологический анализ этнического сознания в воспитании личности	83
Джумабаева М.Б. Влияние стиля общения на взаимодействие взрослого и младшего подростка.....	88
Abdullayeva D.Q. Bugungi zamon psixologiyasida shaxs dunyoqarashini rivojlantirishning o‘ziga xos muammolari	91
Rustamova G.X. O‘spirin shaxsining rivojlanishida yetakchi faoliyatning psixologik ahamiyati	95
Нишанова З. Я. М.Г.Давлетшин илмий мактаби	98
Abdulmahmudov I. A. Kommunikativ qobiliyatlar rivojlanishining o‘smirlik davriga xos psixologik xususiyatlari	100
Насриддинов Ч., Рахимова Л. Шахс камолотида психологик билимларнинг ўрни	103
Kudratov A.I. Zamonaviy shaxs ehtiyojlarining ijtimoiy- psixologik omillari ..	108
Iskanderova S.A. Talabalik davrida hayot strategiyalar shakllanishining psixologik shartlari	111
Inamov A.K. Ichki ishlar xodimlarining kasbiy adaptatsiyasini shakllantirishning psixologik xususiyatlari	114
Shomurodov I.X. Ekstremal vaziyatlarda shaxsning psixologik himoya holatida amaliy yordam ko‘rsatish mexanizmlari	117
Ataxanova L.E. Yetuklik davridagi pedagoglarning pedagogik faoliyatida kasbiy kuyish sindromining ilmiy-nazariy o‘rganilganligi	120
Fayziyeva N. S. Small school age of students psychological features.....	122
Avlakulov B.R. Yoshlarda liderlik va yetakchilik ko‘nikmanalarini rivojlantirishning psixologik xususiyatlari.....	124
Najmiddinova M.Sh. Shaxsning kutilmagan vaziyatlarda fikrlashning noan’anaviy yondashuvining ahamiyati	127
Сулейманова Т.Г. Особенности психологической профилактики невротических состояний у детей	129
Аскарова Г., Гришина П. Развитие человека как личность.....	133
Sobirov J.A. Psixologiyada shaxs muammosi	136
Kurbanova N.F. Bolalik davridagi inqirozli holatlar: giperfaollik sindrom	140
Nurmatov N.N. Important aspects of frustration tolerance in person	144
Qodirova Z.O. O‘smirlik davrida psixologik muhofaza imkoniyatlari.....	146
Niyazmetova Sh.M. “Kasbiy stressning kelib chiqish sabablari va emotsional holatlari mavzusi yuzasidan”	149
Абдуганиева Д.А. Эмоции как базовый компонент в жизни личности	152
Baratullayeva D.H. Yolg‘izlikda stress.....	155
Ахмедова М.Х., Ахмедова М.Қ. Взаимосвязь психики человека и языка..	157

Umaraliyeva H.F. O‘smirlardagi tajovuzkorlikning kelib chiqish sabablari va korreksiya qilish usullari	161
Najmiddinova M.Sh. Shaxsning kutilmagan vaziyatlarda fikrlashning noananaviy yondashuvining ahamiyati	167
Kurbaniyozova R.Y. Keksalik davridagi shaxsning psixologik xususiyatlari....	168
Abdullayeva N.T. Talabalardagi stress holati muammo sifatida.....	171
Rahmonova D.O‘. O‘smir shaxsining shakllanishida emotsional intellektning psixologik xususiyatlari.....	173
Ataboyev N.I. Keksalik davrida yuzaga keladigan ruhiy ijtimoiy o‘zgarishlarning shaxs hayotidagi ahamiyati	177
Nazaraliyeva M.X. Shaxsda tolerantlik namoyon bo‘lishi muammosini o‘rganishdagi psixologik yondashuvlar	179
Abduqahhorova G.A. Deviant xulq-atvorni keltirib chiqaruvchi psixologik omillar va deviant xulq profilaktikasi	182
Худайбердиева Х.К. Основные факторы, обеспечивающие развитие потенциала молодежи	185
Azatova Ch. Trening va unga tegishli eng asosiy tushunchalar o‘rni	189
Sodiqova I. B. Bolalar va o‘smirlardagi agressiv xulq-atvorning kelib chiqish sabablari.....	191
Axmedova Sh.A. Bo‘lajak pedagoglarda kasbiy identiklik ko‘nikmalari rivojlanishining o‘ziga xos psixologik talqini.....	196
Сабирова К.С. Психологические особенности человека в период поздней зрелости	199
Jumamurodova U.M., Qurbonov M.O. Shaxs shakllanishiga ta’sir qiluvchi omillar.....	202
Rustamova M.N. Keksalik davrida yolg‘izlik hissini namoyon bo‘lishining o‘ziga xos xususiyatlari	204
Atamuratova Z.I. O‘smir va o‘spirinlarda aybdorlik hissi namoyon bo‘lish xususiyatlari o‘rganilishi	206
Jasurova N.H. O‘smirlardagi hulq-atvorning ijtimoiy psixologik asoslari	209
Қаршибоева Г.А. O‘smirlarda suitsidal xulqning namoyon bo‘lish shakllari...	212
Qodirova M.K. Konflikt va himoya mexanizmlari	215
Masharipov Y. Таълим жараёнида талабаларнинг рухий ҳолатини бошқариш муаммолари.....	219
Turdieva S.A. O‘smirlik yoshi davrining ijtimoiy psixologik jixatlari	221
Qurbonboyev A.N., Jalilova S.A. O‘smirlik davrida muvaffaqiyat va omadsizlikni anglashning psixologik xususiyatlari	224
Zokirova M.A., Qurbonboyev A.N. Pedagoglarda oila va kasb muvozanati namoyon bo‘lishining psixologik talqini	226
Eshmonov O. O‘smir sportchilar faoliyatida stressdan chiqishda frustratsiya holatining ta’siri	229
Atamuratova F.B. Shaxsni shakllantirish bosqichida o‘smir o‘quvchilarning psixologik salomatligini mustahkamlash	231
Ачилова М.М. Педагогларда эмпатия ҳиссини ривожлантириш билан боғлиқ этнопсихологик ёндашувлар	234

Matchanova N. T. Xorijiy talabalarda akkulturratsiya muammosi	238
Djalalova M.A. Maktabgacha yosh davri bolalarining antropometrik belgilari va ruhiy salomatligiga aloqadorlik jihatlari, amaliy natijalari tahlili.....	242
Djurakulova D.F. Shaxsda aybdorlik hissini yuzaga keltiruvchi omillar	247
Ахматова Г.Х., Axmatova G.X. Shaxs moslashuvi va rivojlanishi xususiyatiga ta'siri.....	251
Kuchkarova F.X. Shaxsning o'zini-o'zi anglashi o'z-o'zini boshqarishini rivojlantirishning asosi sifatida	254
Berdiyeva L.N. Bolani psixik jihatdan kamol topib borishi jarayonlari.....	258
Zakirova M.S., Jigitali N. Maktabgacha yosh davrida o'z-o'zini anglashning psixologik xususiyatlari.....	261
Babajanov M.U. Shaxsda diqqatni rivojlantirishning boshqa jarayonlarga bo'lgan ta'sirini o'rganish	264
Бекмуродова Д.П. Мактабгача ёшдаги болаларни мустақил фикрлашга ўргатишнинг назарий ва амалий аҳамияти.....	267
Radjabov A.A. Sportchilar faoliyatidagi stressli holatlarni psixodiagnostika va psixokorreksiya qilish bosqichlari va qo'llanilgan metodlar tavsifi	274
Yuldashev S. R., Maxmutboyev R. Sh. Shaxsdagi turli maqsadlar yo'lida agressiv xulq-atvorning namoyon bo'lish belgilari.....	278
Mo'minov D.M. O'smirlarda kasb tanlash motivlariga ta'sir etuvchi omillarning psixologik tahlili	281
Olimjonov O.O., Usmanova S.A. Yoshlarda mas'uliyat hissini shakllantirish muammolari.....	284
Tursunova D.Z. Pedagogik muammo sifatida gospital ta'limda o'quvchi shaxsiga yo'naltirilgan o'quv jarayonini tashkil etish	287
Alimova U. R., Abduvakilova M. A. Z.Freyd, B.Siknner, A.Maslou K.Rodjerslar tomonida shaxs psixologiyasiga berilgan yondashuvlari va fenomen jihatdan o'rganilishi.....	291
Sadikova U.B. Psixologiya yo'nalishi talabalarida kasbiy kompetensiya	293
Saidova Y.A. O'smirlarda tasavvurida kelajakka ishonch hissining namoyon bo'lish mexanizmlari.....	295
Sharipova Sh.Sh. O'smir shaxsi xulq atvorining psixologik xususiyatlari.....	298
Khalilova S.N. Social-psychological characteristics of communicative competence of future practicing psychologists	300
Usmonova N.R., Sadiraliyeva N.K. Ish stressiga sabab bo'luvchi omillar.....	303
Xolmatova M. O'smirlarning sevgi va do'stlik hissi xususiyatlari	307
Mullaboyeva N.Sh., Rustamova T. Yetuklik yoshida yolg'izlik muammosi	310
Yuldasheva M. B. Yolg'izlik hissining ifodalanish xususiyatlari	313
Zaripova S.S., Zaripova F.S. O'smirlarda muloqotmandlik shakllanishining metodologik asoslari.....	316
O'ljabaev A., Askarova N.A. O'quvchilarda xavotirlanishning psixologik xususiyatlari.....	319
Bekchanova D. Sh. Maktab psixologi ishida shaxsni kamol toptirish masalalari.....	322

Darvishxojayev X.A. O‘smirlik davrida yolg‘izlik hissini keltirib chiqaruvchi omillar.....	324
Ro‘ziyev U.M. Xavotir va ijtimoiy fobiya holatlarining namoyon bo‘lishi.....	326
Kasimova X.A. Psixologiya sohasida subyektiv farovonlikni o‘rganishning asosiy nazariy yondashuvlar.....	333
Maxmudova Z.M., Samadova N.N. Koping strategiyalarning psixologik xususiyatlari.....	336
Norkulova N.T. Affiliatsiya motivatsiyasi - yoshlar o‘quv motivlarini shakllantiruvchi omili sifatida.....	340
Askarova N.A. Bolalarda psixogen buzilishlarni keltirib chiqaruvchi omillarning o‘rganilganligi	344
Нарзикулова Ф.Б., Рахиммирзаев С.Б. Анализ особенностей формирования профессионально - имиджевого потенциала современного педагога через эмпирические методы исследования.....	347
Olimov L.Y. Vizual psixodiagnostikaning sud-psixologik ekspertiza jarayonidagi ahamiyati	351
Olimov L.Y., Roziqova M. F. Qiyofa psixodiagnostikaning sud-psixolog ekspertisi faoliyatidagi ahamiyati	355
Axmedov B.T. Sevgi inson xayotining mazmuni va umuminsoniy qadriyati sifatida	359
Tajibayeva O‘.A. Psixologiyada farovonlik muammosining tadqiq qilinishi	363
Achilova M.M. Pedagoglarda empatiya hissini rivojlantirish bilan bog‘liq etnopsixologik yondashuvlar.....	365
Allayarov D.R. Shaxs taraqqiyotida jismoniy mashqlarning o‘ziga xosligi	369
Sobirova K. Keksalar ruhiyatini o‘ziga xos psixologik xususiyatlari	372

II-SHO‘BA. IJTIMOIIY PSIXOLOGIYA: SHAXS VA JAMIYAT MASALALARI

Galdiyeva M.D. Yoshlarini milliy ruhda tarbiyalashning ijtimoiy-psixologik jihatlari.....	374
Xudoyqulova G.B. Guruhlar va jamoalarga psixologik xizmat ko‘rsatishning ijtimoiy-psixologik ahamiyati	376
Yangiboyeva D.R. Ko‘p bolali oilalardagi o‘smirlar deviasiyasining psixologik prevensiyasi	380
Bobojonova Z. Delinkvent axloqli bolalarga psixologik yordam ko‘rsatish.....	383
Nurmatov A.N. Ijtimoiy tarmoqlarda soxta yangiliklarni psixologik ta‘sirini ko‘rish: uchinchi shaxs ta‘siri gipotezasini qo‘llash	384
Sa‘dullaeva M. Ta‘lim tizimida zo‘ravonlik tasavvurlarining namoyon bo‘lishi.....	387
Разакова Р.С. Основные социально-психологические средства адаптации личности к семейной жизни	389
Odamova O.K. Psixologik xizmatda kasbiy xususiyat va fazilatlarining tahlili..	392
Otanazarova M. Oilaviy konfliktlar va ularning psixologik xususiyatlari	395

Nazarova M.M. Chet ellik talabalarning o‘zbekiston ta’lim tizimiga ijtimoiy-psixologik integratsiyalashuvining o‘ziga xos xususiyatlar.....	397
Sultanmurodova Z.Sh. Oilaviy hayotda tolerantlikning muhim ahamiyati	400
Boyqulova M., Husenova.M.Q. Oilani o‘rganishning psixologik metodlari	403
Axmatjonova X.K., Boyqulova M. Oila psixologik tadqiqot birligi sifatida....	405
Aqnazarova O. R. Oila mustahkamligida qaynona va kelinning roli	407
Xayitbayeva G.F. Oilada ota–onalik ustanovkalarining psixologik xususiyatlari.....	410
Rahimova G. Shaxslararo munosabatlarning oila negizida ijtimoiylashuvining psixologik xususiyatlari.....	413
Amongaldiyeva I.R. Guruhlarda shaxs liderlikining namoyon bo‘lishi	415
Mirzabdullayeva D. Psixologik treninglarni amaliyotga tadbiq etishning o‘ziga xos xususiyatlari	417
Нахалбоева Н.Т. Оилада фарзанд тарбиясини шакллантиришнинг ижтимоий-психологик масалалари.....	420
Abduvalieva N. N. Oilada qizlarni muloqot madaniyatiga tayyorlashda onalarning roli	424
Razakova R.S. Sharq mutafakkirlari nazdida oilada o‘spirinlar ma’naviy-axloqiy tarbiyasida milliy qadriyatlar va ma’naviy merosning o‘rni.....	426
Tillayeva N. Ayollarga nisbatan oiladagi tazyiq va zo‘ravonlik holatlari	430
Xusanbayeva Z.M. Oilada otaning farzandlar tarbiyasiga ta’sirining psixologik xususiyatlari.....	436
Abayev A.A. Ekstremal va favqulodda vaziyatlarda psixologning vazifalari	439
Александр А. Максименко, Ольга С. Дейнека. Оправдание системы у россиян с разным уровнем порицания коррупции	445
To‘raqulov L.T. O‘zbekistonda oilaviy bolalar uylarining tashkil topishi va uning afzalliklari.....	447
Amonxonova Y.A. Oilaviy muammolarga psixologik yondashuv	450
Нахалбаева Н.Т., Қаршибоева Г.А. Проблема педагогического конфликта в педагогическом процессе	453
Sangirova N.S. Oiladagi mojarolar	456
Собиров А.Б. Ижтимоий психологик билимдонлик самарали муомаланинг мухим омили	459
Аскарова Г., Абдуллина А. Механизмы формирования стереотипов о других людях на основе социальных категорий и их влияние на межличностные отношения.....	462
Аскарова Г., Азаркова М. Влияние интернета на личность и общества....	466
Askarova G.O‘., Abdullayev R.R. Bolaning ijtimoiylashuvida ota – ona va jamiyatning o‘rni	469
Eshchanova N.M. Oilaviy nizolar psixologiyasi	472
Majidov J.B. Gender stereotiplarning ijtimoiylashuv jarayoniga ta’siri	475
Matkarimov I. M., Masharipov A.A. Mahalla institutini rivojlantirish va “mahalla yettiligi” ishini samarali tashkil etish	480
Usmonova M.S. Oila ijtimoiy tizim sifatida	482

Холназарова М.Х. Имом Бухорийнинг “ал-адаб ал-муфрад” асарида онага бўлган муомала одоби борасида.....	485
Аскарова Г., Шапранова М. Проблема неполноценной семьи и ее влияние на личность	489
Rustamova M.R. Noto‘liq oilalarda ona va farzandlarning ijtimoiy-psixologik munosabatlari	492
To‘xtamatova Nargizaxon Abdullaevna. Qizlarini oilaga tayyorlashning dolzarb masalalari.....	495
Qurbanova S.T. Oilada sibling munosabatlarning namoyon bo‘lishi.....	499
Toshtemirova. N.I. Oiladagi ijtimoiy muhitning o‘smir tarbiyasiga ta’siri	503
Abduqahhorova G.A. Shaxs ijtimoiylashuvi va ijtimoiy ustanovkalar.....	506
Qurbanova Sh B. Gender psixologiyasi va uning namoyon bo‘lishining psixologik xususiyatlari.....	510
Axmedova L.K. Shaxslararo munosabatlarda imperativ muloqotning ijtimoiy-psixologik asoslari.....	514
Bobirov D.B. Milliy gvardiya xodimlarining jamoatchilik bilan ishlash jarayonini tashkil etishning psixologik jihatlari	518
Toshpulatova S. Guruhiy ishlash metodlarining mohiyati	520
Avazyazova D.Sh. Xorijiy talabalarning oliy ta’limga ijtimoiy-psixologik moslashuvi diagnostikasi.....	522
Abdugapparova S.U. Sog‘lom shaxs hayotida psixologik xizmatni o‘rni	525
Abdullaeva A.R. Jamiyat rivojida oila muhitining tutgan o‘rni	529
Baratova N.T. farzand tarbiyasi – sog‘lom turmush tarzi garovidir	532
Djuxonova N.X. Qizlarni oilaga tayyorlashda etnik stereotiplar va psixologik ustanovkalarining o‘rni.....	537
Sirojiddinova. F.X. Globallashuv ta’sirida o‘smirlar xulq - atvorida yuzaga keladigan o‘zgarishlar	540
Zaynobidinov J. Identifikatsiya va taqlid qilish maktabgacha yoshdagi bolalar ijtimoiylashuvining psixologik mexanizmlar sifatida.....	542
Komilova A. S., Cho‘tboyeva G. Nikoh motivlari	544
Bekkiyeva N. R., Berdiyeva G. A. Soxta diniy axborotlarning o‘smir ruhiyatiga psixologik ta’siri	548
Normamatova N.A. Talaba yoshlarda nikoh oldi yetuklikni shakllantirishning ijtimoiy psixalogik jihatlari	550
Ganiyeva M., Ilyosjonov Sh. Voyaga yetmagan o‘smirlar xulq-atvorini shakllantirishga qaratilgan faoliyatning psixologik mohiyat ziddiyatlari.....	553
Omonova O.Sh. O‘zbek oilalarida er-xotin o‘rtasidagi nizolar, uning sabab va oqibatlarining psixologik tavsifi.....	557
Vaxabova O‘.T. Axborot muhiti va globallashuv sharoitida ijtimoiy-xulq - atvor normalari modelining psixologik jihatlari	559
Qodirova Z.O. Bo‘sh o‘zlashtiruvchi o‘quvchilar bilan ishlashda maktab psixologining roli	562
A’lokhon Ruziboeva. The impact of advertising on the human psyche	564
Sobirov F.E., X.Z. Talabalarda liderlik qobiliyatlarini shakllantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari.....	566

Soliyev F.S. Shaxslararo munosabatlarda namoyon bo‘ladigan ijtimoiy xulqga doir psixotiplar talqini	568
Sultonov O.S. Sharq va g‘arb ta‘lim tizimida yoshlar mas‘uliyatiga doir ijtimoiy-falsafiy qarashlar definitsiyasi.....	571
Maxamadjonov J. Talabalarni psixologik hayotga tayyorlashning pedagogik-psixologik imkoniyatlarini kengaytirish	575
Nomozova R.O. Xotin-qizlar huquqlarini shakllantirishning psixologik strategiyalari	580
Xursanov O. Oilaviy nizolarning o‘smir shaxsi ongiga ta‘siri	582
Mamasadikova N.O. O‘spirinlardagi aybdorlik xissining shaxslararo munosabatlarga ta‘siri	585
Amirjanova K. Z., Askarova N.A. O‘smirlarda suitsidial xulq-atvor psixoprofilaktikasi	588
Arakulov G.T. Oilada farzandlar o‘rtasidagi munosabatlarga psixologik yondoshuv.....	591
Axmedova M.E. Noto‘liq oilada bola shaxsi shakllanishida mavjud muammolar va ularni bartaraf etishning ijtimoiy psixologik mezonlari	594
Musayev U.S. Stress holatidan chiqishning ijtimoiy-falsafiy tahlili.....	597
Babajonov Y.N. Ibn sinoning ijtimoiy-psixologik va axloiiy qarashlari.....	600
Kalandarova M. B. Perinatal psixologiyada psixologik xizmat masalalari.....	603
Рахманова Д. Р. Роль психологической службы в вузах Узбекистана	605
Matkarimova N.M. Abu Rayxon Beruniy va abu ali ibn sinoning qarashlarida inson va jamiyat munosabatlarida tarbiyaning ifodalanishi	607

**ZAMONAVIY PSIXOLOGIYADA
JAMIYATNING DOLZARB MUAMMOLARI:
YECHIMLAR VA ISTIQBOLLAR**

mavzusida Xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya

2024-yil 20-21-may

1-qism

Mazkur to'plamga kiritilgan materiallarning mazmuni, undagi statistik ma'lumotlar va me'yoriy hujjatlar sanasining to'g'riligiga hamda tanqidiy fikr-mulohazalarga mualliflarning o'zlari ma'suldirlar.