

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ  
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**

**ОЛИЙ ТАЪЛИМ ТИЗИМИ ПЕДАГОГ ВА РАЎБАР КАДРЛАРИНИ  
ҚАЙТА ТАЙЁРЛАШ ВА УЛАРНИНГ МАЛАКАСИНИ ОШИРИШНИ  
ТАШКИЛ ЭТИШ БОШ ИЛМИЙ - МЕТОДИК МАРКАЗИ**

**ЎЗБЕКИСТОН МИЛЛИЙ УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ ПЕДАГОГ  
КАДРЛАРИНИ ҚАЙТА ТАЙЁРЛАШ ВА УЛАРНИНГ МАЛАКАСИНИ  
ОШИРИШ ТАРМОҚ (МИНТАҚАВИЙ) МАРКАЗИ**

**“ТАЪЛИМДА ИЛҒОР ХОРИЖИЙ  
ТАЖРИБАЛАР”  
МОДУЛИ БЎЙИЧА  
Ў Қ У В – У С Л У Б И Й М А Ж М У А**

**Тошкент 2017**

*Мазкур ўқув-услубий мажмуа Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг 2017 йил 24 августдаги 603-сонли буйруғи билан тасдиқланган ўқув режа ва дастур асосида тайёрланди.*

**Тузувчи:**

**ЎзМУ, доценти  
Д.Б.Хакимова**

**Такризчи:**

**Мария Павлова  
(Германия) Фехта  
Университети профессори**

*Ўқув -услубий мажмуа ЎзМУнинг ..... кенгашининг 2017 йил \_\_\_\_\_ даги \_\_\_\_ -  
сонли қарори билан нашрга тавсия қилинган.*

## МУНДАРИЖА

I. ИШЧИ ДАСТУР .....	4
II. МОДУЛНИ ЎҚИТИШДА ФОЙДАЛАНИЛАДИГАН ИНТРЕФАОЛ ТАЪЛИМ МЕТОДЛАРИ.....	9
III. НАЗАРИЙ МАШҒУЛОТ МАТЕРИАЛЛАРИ .....	13
IV. АМАЛИЙ МАШҒУЛОТ МАТЕРИАЛЛАРИ .....	36
V. КЕЙСЛАР БАНКИ.....	37
VI. МУСТАҚИЛ ТАЪЛИМ МАВЗУЛАРИ.....	38
VII. ГЛОССАРИЙ .....	39
VIII. АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ .....	40

## I. ИШЧИ ДАСТУР

### Кириш

Дастур Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2015 йил 12 июндаги “Олий таълим муассасаларининг раҳбар ва педагог кадрларини қайта тайёрлаш ва малакасини ошириш тизимини янада такомиллаштириш чоратадбирлари тўғрисида”ги ПФ-4732-сонли, 2017 йил 7 февралдаги “Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида”ги ПФ-4947-сонли Фармонлари, шунингдек 2017 йил 20 апрелдаги “Олий таълим тизимини янада ривожлантириш чоратадбирлари тўғрисида”ги ПҚ–2909-сонли қарорида белгиланган устивор вазифалар мазмунидан келиб чиққан ҳолда тузилган бўлиб, у замонавий талаблар асосида қайта тайёрлаш ва малака ошириш жараёнларининг мазмунини такомиллаштириш ҳамда олий таълим муассасалари педагог кадрларининг касбий компетентлигини мунтазам ошириб боришни мақсад қилади.

Жамият тараққиёти нафақат мамлакат иқтисодий салоҳиятининг юксаклиги билан, балки бу салоҳият ҳар бир инсоннинг камол топиши ва уйғун ривожланишига қанчалик йўналтирилганлиги, инновацияларни тадбиқ этилганлиги билан ҳам ўлчанади. Демак, таълим тизими самарадорлигини ошириш, педагогларни замонавий билим ҳамда амалий кўникма ва малакалар билан қуроллантириш, чет эл илғор тажрибаларини ўрганиш ва таълим амалиётига тадбиқ этиш бугунги куннинг долзарб вазифасидир. “Таълимда илғор хорижий тажрибалар” модули айнан мана шу йўналишдаги масалаларни ҳал этишга қаратилган.

“Таълимда илғор хорижий тажрибалар” курсининг мақсади тингловчиларни ҳозирда мавжуд бўлган хорижий замонавий таълим инновациялари билан таништириш ва ана шу инновациялар ва технологиялардан ўқув жараёнида моҳирона фойдаланиш малакасини шакллантиришдан иборат.

### Модулнинг мақсади ва вазифалари

**“Таълимда илғор хорижий тажрибалар” модулини ўқитишдан мақсад:** олий ўқув юртлиридаги психологиянинг долзарб муаммолари бўйича илғор хорижий тажрибаларни ўрганиш орқали ушбу йўналишидаги таълим жараёнини мувофиқлаштириш ва мазмунан бойитиш, долзарб муаммолари ўқитиш самарадорлигини оширишга ёрдам берадиган замонавий ёндашишлар билан ҳамда педагогик ва ахборот технологиялар билан таништириш, ҳамда, соҳа юксак малакали мутахассис кадрлар тайёрлаш сифатини ошириш.

### Модулнинг вазифалари:

- Республика олийгоҳларида Таълимда илғор хорижий тажрибалар таълими структурасини мувофиқлаштириш;
- Республика олийгоҳларида Таълимда илғор хорижий тажрибалар таълимининг моҳиятини мукаммаллаштириш;

- Республика олийгоҳларида Таълимда илғор хорижий тажрибалар методикасининг асосий муаммолари, таълим-тарбия жараёнини замон талабларига мос ҳолда ташкил этиш ва бошқариш;

- Республика олийгоҳларида психология фанининг ривожланиши, замонавий мактаб ва ёндашувлар ҳақида маълумот ёритишда маъруза, амалий ва мустақил ишлари дарсларини ташкил этиш жараёнида замонавий таълим ва ахборот технологияларидан фойдаланиш.

Модуль бўйича тингловчиларнинг билими, кўникмаси, малакаси ва компетенцияларига қўйиладиган талаблар

“Таълимда илғор хорижий тажрибалар” курсини ўзлаштириш жараёнида амалга ошириладиган масалалар доирасида:

**Тингловчи:**

- жаҳон етакчи университетларининг ўқув методлар;
- хорижда психология фанининг долзарб муаммолари бўйича дарсликлари, ўқув қўлланмалари структураси;
- жаҳон ва республикамизнинг Психология фанини ўқитишда илғор хорижий тажриба фанининг ривожига ҳақида билимларга эга бўлиши;

**Тингловчи:**

- Таълимда илғор хорижий тажрибалар фанининг модулини яратиш;
- “Таълимда илғор хорижий тажрибалар” фанидан талабалар ҳар бир тарихий даврда тадқиқотлар кўлами, ҳар бир даврнинг ўз долзарб муаммосини тадқиқотларнинг методологик асосларини мукамал билиши.

**Тингловчи:**

- Таълимда илғор хорижий тажрибалар, ривожланиб бориш жараёнлари, психология фанининг алоҳида фан мавқеига эга бўлиши. Ҳозирги давр психология фанининг долзарб муаммолари, Европа Шарқ олимлари, файласуфларнинг психологик назарияларини мукамал ўрганиши;
- фан бўйича эгаллаган билимларини таҳлил қилиш; соҳасида жаҳон ҳамжамияти томонидан тўпланган психологик тажрибани илмий ва педагогик амалиётда самарали қўллаш малакаларига эга бўлиши;
- креативлик ва ижодийликни Психология фанини ўқитишнинг долзарб муаммолари тарихига оид фанларни ўқитишда қўллана олиш **компетенцияларни эгаллаши лозим.**

**Модулни ташкил этиш ва ўтказиш бўйича тавсиялар**

Таълимда илғор хорижий тажрибалар янги модул бўлганлиги туфайли дарс давомида модулни мазмунан бойитиш тингловчилар ўз тажрибалардан ва интернет тармоқларидан олган материалларни оммавийлаштириш мақсадга мувофиқ.

Курсни ўқитиш жараёнида кичик гуруҳларда ишлаш, аудитория дарслардан олдин маъмумотлар билан таълимнинг замонавий методлари, таълим технологиялар ва ахборот-коммуникация технологиялари қўлланилиши назарда тутилган. Ҳар бир тингловчи учун Таълимда илғор хорижий тажрибалар ўқитишида ўзини ва илғор хорижий тажрибаларни солиштириш учун имкониятлар яратилади. Республикамизнинг олийгоҳларида қўлланилиши мумкин бўлган усул, воситалар ва технологияларни танлаб олиш учун тингловчилардан амалий фаоллик талаб этилади.

### **Модулнинг ўқув режадаги бошқа модуллар билан боғлиқлиги ва узвийлиги**

“Таълимда илғор хорижий тажрибалар” модули мазмуни ўқув режадаги илғор таълим технологиялари ва педагогик йўналишидаги, психология фанининг долзарб масалаларини ёритувчи барча модуллари билан ҳамда психология йўналиши ўқув модуллари билан узвий боғлиқ. Олий ўқув юртларда Таълимда илғор хорижий тажрибалар фанини ўқитиш самараси ва республикамизда замонавий психологиянинг долзарб муаммолари фанининг ривожланиши, ўқитишга оид замонавий билим ва кўникмалар ҳамда илғор педагогик ва ахборот технологиялар қўлланилганда ошади.

### **Модулнинг олий таълимдаги ўрни**

Модулни ўзлаштириш орқали тингловчилар илғор хорижий мамлакатларда психология фанини ўқитишни ташкил қилишнинг хорижий тажрибаларни ўрганиш, амалда қўллаш ва баҳолашга доир касбий компетентликка эга бўладилар. Сўнгги йилларда психология фани соҳасидаги ютуқлар ва истиқболлар олий ўқув юртларида замонавий геосиёсатнинг долзарб муаммолари фанининг мазмунини бойитишга ҳизмат қилади.

### **“ТАЪЛИМДА ИЛҒОР ХОРИЖИЙ ТАЖРИБАЛАР” модулининг соатлар бўйича тақсимооти**

№	Модул мавзулари	Ҳаммаси	Тингловчининг ўқув юкلامаси, соат			
			Аудитория ўқув юкلامаси			Мустақил таълим
			Жами	жумладан		
				Назарий	Амалий машғулот	
1.	Дунёнинг ривожланган давлатларида таълим	4	4	2	2	

	тизимининг ташкил этилиши					
2.	Таълим жараёнини самарали ташкил этишда илғор таълим методикалари	4	4	2	2	
3.	Психология фанининг жорий ҳолати ва истиқболдаги вазифалари.	6	4	2	2	2
<b>Жами: 14</b>		<b>14</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>2</b>

## **НАЗАРИЙ ВА АМАЛИЙ МАШҒУЛОТ МАТЕРИАЛЛАРИ**

### **Мавзу 1. Дунёнинг ривожланган давлатларида таълим тизимининг ташкил этилиши.**

Дунёнинг ривожланган давлатларида таълим тизимининг ташкил этилиши. Таълимнинг Европа модели. Америка модели. Осиё модели.

Ўқув жараёнининг норматив-ҳуқуқий асослари (таълим стандартлари, ўқув режа, фан дастури ва локал ҳужжатлар) бўйича хорижий тажрибалар ва уларнинг қиёсий таҳлили.

### **Мавзу 2. Таълим жараёнини самарали ташкил этишда илғор таълим методикалари**

Ўқув жараёнининг норматив-ҳуқуқий асослари (таълим стандартлари, ўқув режа, фан дастури ва локал ҳужжатлар) бўйича хорижий тажрибалар ва уларнинг қиёсий таҳлили.

Таълим жараёнини самарали ташкил этишда илғор таълим методикалари. Ўқув жараёнини ташкил этиш шакллари.

### **Мавзу 3. Психология фанининг жорий ҳолати ва истиқболдаги вазифалари.**

Психология фанининг ривожланишига сўнгги ўн йилда ривожланган хорижий мамлакатларда ҳамда республикамизда ҳисса қўшган соҳанинг етук олимлари ва улар томонидан яратилган илмий назариялар. Илмий мактаблар, кашфиётлар натижаси, психология ва коммуникация соҳаси бўйича нашр этилган сўнгги ўқув ва илмий адабиётлар таҳлили. Психология фанининг жорий ҳолати ва истиқболдаги вазифалари

## **ЎҚИТИШ ШАКЛЛАРИ**

Курсни ўқитиш жараёнида таълимнинг замонавий методлари, педагогик технологиялар ва ахборот-коммуникация технологиялари қўлланилиши назарда тутилган:

Маъруза дарсларида замонавий компьютер технологиялари ёрдамида презентацион ва интерфаол педагогик (Ақлий ҳужим, Венн диаграммаси, концептуал жадвал) усул ва технологиялардан фойдаланилади.

Ўтказиладиган амалий машғулотларда техник воситалардан, график органайзерлардан, кейслардан фойдаланиш, гуруҳли фикрлаш, кичик

гуруҳлар билан ишлаш, блиц-сўровлардан ва бошқа интерактив таълим усуллари қўллаш назарда тутилади.

### **ЖОРИЙ НАЗОРАТ(АССИСМЕНТ)НИ БАҲОЛАШ МЕЗОНИ**

Жорий назорат(ассисмент)ни баҳолаш Ўзбекистон Миллий университети ҳузуридаги педагог кадрларини қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш Тармоқ (минтақавий) марказида тасдиқланган шакллари ва мезонлари асосида амалга оширади.

Ушбу модулнинг жорий назорат(ассисмент)га ажратилган максимал балл-**1 балл**.



## II. МОДУЛНИ ЎҚИТИШДА ФОЙДАЛАНИЛАДИГАН ИНТЕРФАОЛ ТАЪЛИМ МЕТОДЛАРИ.

### «ФСМУ» методи

**Технологиянинг мақсади:** Мазкур технология иштирокчилардаги умумий фикрлардан хусусий хулосалар чиқариш, таққослаш, қиёслаш орқали ахборотни ўзлаштириш, хулосалаш, шунингдек, мустақил ижодий фикрлаш кўникмаларини шакллантиришга хизмат қилади. Мазкур технологиядан маъруза машғулотларида, мустақамлашда, ўтилган мавзунини сўрашда, уйга вазифа беришда ҳамда амалий машғулот натижаларини таҳлил этишда фойдаланиш тавсия этилади.

### Технологияни амалга ошириш тартиби:

- қатнашчиларга мавзуга оид бўлган якуний хулоса ёки ғоя таклиф этилади;

- ҳар бир иштирокчига ФСМУ технологиясининг босқичлари ёзилган қоғозларни тарқатилади:

- иштирокчиларнинг муносабатлари индивидуал ёки гуруҳий тартибда тақдимот қилинади.



ФСМУ таҳлили қатнашчиларда касбий-назарий билимларни амалий машқлар ва мавжуд тажрибалар асосида тезроқ ва муваффақиятли ўзлаштирилишига асос бўлади.

**Намуна:** “Болонье таълим тизими” фикрга нисбатан муносабатингизни ФСМУ орқали таҳлил қилинг.



### “Тушунчалар таҳлили” методи

**Методнинг мақсади:** мазкур метод қатнашчиларнинг янги мавзу буйича дастлабки билимлар даражасини ташҳис қилиш мақсадида қўлланилади, шунингдек мавзу буйича таянч тушунчаларни ўзлаштириш даражасини аниқлаш, ўз билимларини мустақил равишда текшириш, баҳолаш мақсадида қўлланилади.

“Тушунчалар таҳлили” методини амалга ошириш тартиби:

- иштирокчилар машғулот қоидалари билан таништирилади;
- ўқувчиларга мавзуга ёки бобга тегишли бўлган сўзлар, тушунчалар номи туширилган тарқатмалар берилади (индивидуал тартибда);
- ўқувчилар мазкур тушунчалар қандай маъно англатиши, қачон, қандай ҳолатларда қўлланилиши ҳақида ёзма маълумот берадилар;
- белгиланган вақт якунига етгач ўқитувчи берилган тушунчаларнинг тугри ва тулик изоҳини уқиб эшиттиради ёки слайд орқали намойиш этади;
- ҳар бир иштирокчи берилган тугри жавоблар билан узининг шахсий муносабатини таққослайди, фарқларини аниқлайди ва ўз билим даражасини текшириб, баҳолайди.

**Намуна:** “Мавзуга оид тушунчалар таҳлили”

Тушунча	Хал қилувчи куч	Самараси нимада акс этади	Ёндашувни илгари сурган олимлар
<i>Кредит</i>			
<i>Трансперсонал</i>			
<i>НЛП</i>			
<i>Психоанализ</i>			

**Изоҳ:** Бўш устунларга қатнашчилар томонидан фикр билдирилади. Мазкур тушунчалар ҳақида қўшимча маълумот глоссарийда келтирилган.

### Методни амалга ошириш тартиби:

- ўқитувчи машғулотга қадар мавзунинг асосий тушунчалари мазмуни ёритилган инпут-матнни тарқатма ёки тақдимот кўринишида тайёрлайди;
- янги мавзу моҳиятини ёритувчи матн таълим олувчиларга тарқатилади ёки тақдимот кўринишида намойиш этилади;
- таълим олувчилар индивидуал тарзда матн билан танишиб чиқиб, ўз шахсий қарашларини махсус белгилар орқали ифодалайдилар. Матн билан ишлашда талабалар ёки қатнашчиларга қуйидаги махсус белгилардан фойдаланиш тавсия этилади:

Белгилар	1-матн	2-матн
<i>“V” – таниш маълумот.</i>		
<i>“?” – мазкур маълумотни тушунмадим, изоҳ керак</i>		
<i>“+” бу маълумот мен учун янгилик</i>		
<i>“– ” бу фикр ёки мазкур маълумотга қаршиман?</i>		

Белгиланган вақт якунлангач, таълим олувчилар учун нотаниш ва тушунарсиз бўлган маълумотлар ўқитувчи томонидан таҳлил қилиниб, изоҳланади, уларнинг моҳияти тўлиқ ёритилади. Саволларга жавоб берилади ва машғулот якунланади.

### “Бумеранг” технологияси

**Мақсади:** ўқувчиларда тезлик, ахборотлар тизмини таҳлил қилиш, режалаштириш, прогнозлаш кўникмаларини шакллантиришдан иборат. Мазкур методни баҳолаш ва мустаҳкамлаш мақсадида қўллаш самарали натижаларни беради.

### Амалга ошириш босқичлари:

1. Дастлаб иштирокчиларга белгиланган мавзу юзасидан тайёрланган топширик, яъни тарқатма материалларни алоҳида-алоҳида берилади ва улардан материални 5 дақиқа давомида синчиклаб ўрганиш талаб этилади. .
2. Навбатдаги босқичда тренер-ўқитувчи гуруҳ аъзоларини ўқилган маълумот ҳақида фикр алмашиниш имкониятини беради. Бу вазифа учун 5 дақиқа вақт берилади.
3. Навбатдаги босқичда тренер-ўқитувчи иштирокчиларга уч кишидан иборат бошқа кичик гуруҳларга бирлаштиради ва гуруҳ аъзоларининг хар

бири ўқиган маълумот ҳақида фикр алмашилиш имкониятини беради. Бу вазифа учун 10 дақиқа вақт берилади.

4. Барча дастлаб шаклланган гуруҳларга иштирокчилар қайтади, ва фикр алмашинган маълумот юзасидан бошқа гуруҳларга бериш учун савол шакллантиради.

5. Хар бир гуруҳдан 1 киши савол беради, ва тугри жавоб учун 1-3 гача балл куйилади.

6. Тренер-ўқитувчи барча гуруҳлар тўплаган балларни умумлаштириб, ғолиб гуруҳни эълон қилади.

7. Иштирокчиларга олган баҳоларига қараб, уларнинг мавзу бўйича ўзлаштириш даражалари аниқланади.

**“Бумеранг” технологияси асосида вазифа:** Олинган материални мазмунини тушуниб олишга ҳаракат қилинг, сўнг гуруҳда муҳокама қилинг

### III. НАЗАРИЙ МАШҒУЛОТ МАТЕРИАЛЛАРИ

**1-МАВЗУ: Дунёнинг ривожланган давлатларида таълим тизимининг ташкил этилиши.**

#### **РЕЖА:**

- 1.1. Европа мамлакатларида таълим ва тарбия жараёни.*
- 1.2 Америка ва Канада мамлакатларида таълим ва тарбия жараёни.*
- 1.3. Хорижий тажрибани тадбиқ этиш.*

*Таянч иборалар: Болонье, кредит, магистратура, PhD.*

#### **1.1. Европа мамлакатларида таълим ва тарбия жараёни.**

Психология соҳасида мукамал дарсликлар ёзила бошлаган даврга деярли 160 йил бўлди. Шу давр ичида жуда кўплаб илмий тадқиқот натижаларини ўз ичига олган монографиялар, дарсликлар, қўлланмалар ёзилди. Лекин, бу билан фаннинг жамият ҳаётида тутган ўрни жуда ошиб кетди, деб бўлмайди. Сабаби, психология соҳасида фаолият кўрсатган барча олимлар кўпроқ диққатларини мавҳум шахс ва индивидуал психологияга қаратдилар. Ваҳоланки, инсон, унинг баркамоллиги, жамият тараққиётига бевосита таъсири масаласи ҳозирги даврга келиб, ўта долзарб ва муҳим муаммолар қаторидан жой олди.

XX асрда инсоният техника, электроника ва бошқа шунга ўхшаш мураккаб технологияларни яратгангани билан характерланса-да, вақти келганда, шундай ҳолатга дуч келамизки, мураккаб электрон техникани яратган ўта ақлли инсон ўзи ва ўзи атрофидагиларнинг руҳий кечинмаларини тўғри баҳолай олмаслиги сабабли, ўзини ночор ва кучсиз сезиши мумкинлигини ҳаёт исботлади. XXI асрда жуда кўплаб давлатларда бўлгани каби дунё харитасида муносиб ўрин олган мустақил Ўзбекистонда ҳам барча соҳаларда туб ислохотлар бошланди. Бу ислохотларнинг барчаси **инсон омилини** ҳар қачонгидан ҳам юқори савияга кўтариб, унинг кучи, идроки, салоҳияти, руҳий ҳамда маънавий баркамоллигини бевосита тараққиёт, ривожланиш ва цивилизация билан узвий боғлади. Бундан инсон ва унинг мукамаллиги, ўз устида ишлаши, ўз мукамаллиги хусусида қайғуриши муаммоси ҳар қачонгидан ҳам долзарб масалага айланди.

Ўзбекистон Республикаси Президенти Ислон Каримовнинг иккинчи чақириқ Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлисининг тўққизинчи сессиясидаги “Ўзбекистондаги демократик ўзгаришларни янада чуқурлаштириш ва фуқаролик жамияти асосларини шакллантиришнинг

асосий йўналишлари” мавзуидаги маърузасида **етгинчи устувор йўналиш** деб, барча ислохотларнинг пировард натижасини белгилаб берадиган **инсон омили** ва мезони эканлиги бесабаб кўрсатиб берилмагандир. (Каримов И. А. Ўзбекистонда демократик ўзгаришларни янада чуқурлаштириш ва фуқаролик жамияти асосларини шакллантиришнинг асосий йўналишлари.- “Туркистон”, 2002 йил 31 август).

Инсон психологиясини билиш, ўз тараққиётини ва иқтидорини ташкил этишни билиш, ҳар қандай ёш даврда ҳам оптимал равишда ишга яроқлилиқни, турли ўзгаришларга психологик жиҳатдан тайёрликни таъминлаш, янгича фикрлаш ва тафаккур қилиш, рўй бераётган жараёнларни объектив ва тўғри идрок қилиш қобилиятини ривожлантириш муаммосини илгари сурди.

Шундай қилиб, янги давр ҳар бир инсондан ўз ички имкониятларини адекват билиш, шу билимлар заҳираси билан яқинлари ва ҳамкасблари психик дунёсини билишни талаб қилмоқда. Буюк Сукрот ўз даврида «Ўз - ўзингни бил!» деган шиорни ўртача ташлаган бўлса, янги давр «ўз ёнингдагиларни ва уларнинг қилаётган ишларини ҳам бил», деган шиорни ҳар қачонгидан ҳам долзарб қилиб қўйди. Айни шу муаммони ечишда ҳозирги замон психология илми ва амалиётининг роли бениҳоя каттадир.

Анъанага айланиб қолган ҳодисалардан бири шуки, психология ва у ўрганадиган ҳодисаларни фақатгина ушбу фан билан бевосита шуғулланадиган кимсалар ўрганиб келишган, зеро, психологик ҳодисалар билан ҳар қандай инсон ҳам таниш бўлиши ва у инсон ҳаётининг асосини ташкил этиши керак. Янги давр ва унинг ўзгаришларга бой ҳаёти энди ҳар бир кишининг психик ҳодисалар қонуниятларини билиш ва шунга мос тарзда оқилона ва омилкорона иш юритиш заруратини талаб қилмоқда.

Психология яхлит ва мустақил фан сифатида одамларда гуманистик менталитетнинг шаклланишига хизмат қилиб, инсон омилига алоқадорлиги унинг шу йўналишдаги муаммоларни маълум маънода ўрганадиган барча фанлар билан бевосита алоқасини тақазо этади. Булар биринчи навбатда ижтимоий-гуманитар фан соҳалари бўлиб, психологиянинг улар орасидаги мавқеи ўзига хос ва етакчидир.

## **1.2. Америка ва Канада мамлакатларида таълим ва тарбия жараёни.**

Психология фанининг ривожланиши қатор босқичларни ўз ичига қамраб олиб, бу даврларда самарали тадқиқот ишлари олиб борилган. Айнан тадқиқот ишларини самарали бўлиши учун фан доирасида тамойилларни ишлаб чиқиш учун зарурат сезила бошлади. Бу борадаги ишлар Америка ва бошқа чет эл психологияси йўналишларида ҳам ишлаб чиқилади. XX аср бошларида бихевиоризм, фрейдизм йўналишлари вужудга келган эди. Бихевиоризм психологияси ҳайвонларда ўтказилган кузатишлар натижасига асосланган бўлиб, унинг намоёндалари Торндайк ва Уотсон ҳисобланади. «Бихевиоризм» инглиз тилида ҳулқ-атвор деган маънони билдиради. Бу оқим

психика ва онгни инкор қилади, хулқ билан ташқи муҳит ўртасидаги муносабатларни, қонуниятларни текширишни таклиф қиладилар. Уларнинг фикрича психологиянинг вазифаси стимулга (қўзғатувчи) яъни сезги аъзоларига таъсир қилаётган қўзғатувчига ўқ отиш, бирор сўрашни кўрсатиш унга қандай жавоб реакцияси бўлишини ёки бундай реакция қандай стимул туғдиришини олдиндан айтиб бера олишдан иборат. Бихевиористларнинг формуласи «S -> R» дир.

Фрейдизм йўналишига веналик психиатр З.Фрейд асос солган. Унинг фикрича одам моҳиятига кўра ҳайвонга ўхшайди. Одамнинг хулқ-атвори ва ҳаракатлари иккиту тамойилга роҳатланиш ва реаллик тамойилига бўйсундирилган бўлади. Бу оқим ҳам инсоннинг онгига ишонмайди. Фрейд ўзининг психологик назариясининг одам ҳақидаги жамият ва маданият ҳақидаги умумий таълимотга айлантириб Ғарб мамлакатларида катта эътибор қозонди. 1923-йилда Психологларнинг биринчи съездида К.Н.Карнилов психологияни қайта қуриш вазифасини илгари сурди. Психология фанини юзага келишида жудаям катта роль ўйнаган илмий кадрлар бўлиб етишишларига таъсир кўрсатди. Масалан, Б.Т.Ананьев, П.Болонский, С.Л.Рубинштейн, шунингдек кейинчалик Ўзбекистонда ҳам йирик олимлар етишиб чиқди. Улар жумласига М.Г.Давлетшин, Э.Ғ.Ғозиев, М.Воҳидов, В.В.Токарева, Г.Ғайнитдинова, В.М.Каримова, Ғ.Б.Шоумаров, Р.Суннатова ва бошқаларни киритиш мумкин. Юқорида номлари тилга олинган олимларни ўзларининг ғоялари, миллий мафкуралари билан ёшларда тафаккур сифатлари «мустақиллик», «танқидийлик» кабиларни шакллантиришга эътибор бермоқдалар.

Ҳозирги мустақиллик шароитида психологияга бўлган талаб-эҳтиёж жуда кучайиб кетди. Ёшларни маънавиятини бойитиш учун уларни дунёқараши, тафаккури, иродаси умуман олганда онгини ўстириш учун зарур. Бунинг учун олимлар эспериментал ишларни кучайтиришимиз, таълим жараёнини технологиялар асосида қайта қуришимиз зарур. ҳозирда Республикамиздаги университетларида психология бўлимлари, кафедра, лабораториялар илмий фикрлар марказига айлантирилди. ҳозирги замон психологларининг тамойиллари қуйидагича:

1. детерминизм тамойили;
2. онг ва фаолиятни бирлиги тамойили;
3. психиканинг фаолиятда ривожланиш тамойили.

Детерминизм тамойилига кўра психика ишлаш шароити билан белгиланади. Ва шароит ўзгариши билан ўзгаради. Ҳайвонлар психикасининг тараққиёти табиий сараланиш билан одам психикаси тараққиёти эса пайдо бўлиш шакллари тараққиёти моддий нарсаларни ишлаб чиқариш усуллари ижтимоий тараққиётнинг қонунлари билан белгиланади.

Онг ва фаолият бирлиги тамойилига кўра, онг ва фаолият бир-бирига қарама-қарши ҳам, айнан бир нарса ҳам эмас. Улар бир бутунликни ташкил этади. Онг фаолиятни ички режасини, дастурини ташкил этади. Бу тамойил психологларга инсон хулқ атвори, хатти ҳаракатлари ва фаолиятларини ўрганиш орқали хатти-ҳаракатлардан кўзланган мақсадларга

муваффақиятларга эришишни таъминловчи ички психологик механизм, яъни психикани объектив қонуниятларини очишга имкон беради.

Психика ва онгнинг фаолиятида тараққий этиш тамойилига кўра, психикага тараққийёт маҳсулоти ва фаолият натижаси деб қаралса, уни тўғри тушуниш ҳамда тушунтириб бериш мумкин. Бу тамойил Л.С.Выготский, С.Л.Рубинштейн, В.М.Теплов каби психологларни ишларида акс этган. Л.С.Выготский таълим психикасини ривожлантиришни йўналтиради. П.П.Блонский эса тафаккурнинг кичик мактаб ёшида ўйинлар билан ўспиринлик ёшида ўқиш билан боғлиқ тарзда ривожланишини таҳлил қилди. С.Л.Рубинштейн «Онг фаолиятда пайдо бўлиб, фаолиятда шаклланади» деган эди.

### **1.3. Хорижий тажрибани тадбик этиш.**

#### **АҚШ да психологик таълим**

Профессор Чарльз Бр.эрнинг фикрига кўра, АҚШда психологик дастурлар 1636 (фалсафа таркибида) дан муҳокама қилиниб келади (Гарвард университетининг ташкил топган санасидан бошлаб).

Хар қайси психология факультети ўз таълим дастурини таклиф қилиши мумкин. Бу эса ўз навбатида баъзи қийинчиликларга сабаб бўлар эди, масалан битирувчиларнинг касбий йўналтирилиши билан боғлиқ.

1991 йилда Америка психология ассоциацияси конференциясида, ягона дастур ишлаб чиқилиши лозимлиги эълон қилинди.

#### **АҚШда психологик таълим 3 босқичдан иборат:**

- 1 чи даража: мактаб таълими асосида йиллик коллежда тахсил олиш. (Community colleges).
- Иккинчи даража — асосий (базовое) психологик таълим (Undergraduate) — университет ва коллежлардаги таълим (Bachelor degree). У хам мактаб таълими асосида талабаларни қабул қилади.
- Кейинги даража олий таълимдан кейинги таълим дея талқин қилинади:
  - i. Graduate
  - ii. Postgraduate
  - iii. Master program
  - iv. Professional school.

АҚШда талабалар бўлажак мутахассислигидан келиб чиққан холда, ўзлари ўқув дастури ва режасини танлаш ҳуқуқига эгалар. Аммо, «ўрнатилган талаблар» га кўра, таклиф қилинаётган ва танланаётган курсларнинг кетма кетлини ўқув муассасаси билан муҳокама қилиниши лозим. Бакалаврларни тайёрлаш дастурига 3 гуруҳ курс киритилган:

- Умумий курслар (major);



- Махсус курслар (minor);
- Танлов курслари (electives).

### **Россияда психологик таълим**

- 1990 йилларда Россия таълим тизимида Америка таълим тизимига монанд кўпдаражали психологик таълим киритилган.
- Унга кўра, махсус йўналиш бўйича 4 йил таълим олган талабага бакалавр даражаси берилади.
- 2 чи даража бу психология магистри даражаси. Яъни психологиянинг маълум йўналиши бўйича мутахассислик демакдир. Психологик таълимнинг энг бой тажрибаси, мамлакатнинг Москва, Санкт Петербург, Ярослав ва самара университетларига таалукли. 1997 йилда Россияда 90 дан ортиқ психология факультет бор эди.

Бугунги кунда Австралияда 38 та психологик факультет иш юритади. Масофавий таълим ва қулай молиявий имконият туфайли талабалар сони кундан кун ортиб бормоқда. Психолог сифатила иш бошлаш учун камида 4 йиллик таълим лозим. Кейинги таълим 2 илдан 4 йилгача булиши мумкин. Илмий даража мураккаб тадқиқот ўтказишни талаб этади.

Австралия психология жамияти олий таълимдан кейинги таълим тизимида кирувчи барча курсларни назорат қилади ва уларнинг сифати учун жавоб беради.

### **Германияда психологик таълим**

Психологик таълим одатда университетлар негизида амалга оширилади ва 2 даврдан иборат:

Биринчиси: базис таълим (умумий психология, методлар/статистика, физиология, тараққиёт психологияси, ижтимоий психология и шахс психологияси ва бошқа.);

Иккинчиси: асосий таълим – турли мутахассисликларни танлаш имкониятини беради, (клиник психология, мухандислик психологияси, таълим психологияси образований ва бошқа). Таълим даври: 13 семестр, йилда 2 семестрдан. Шундан 9 таси базис таълим учун мўлжалланган.

### **Израилда психологик таълим**

**Израилда психологияни ўқитишдаги базис таълим қуйидагича:**

- 3 йил бакалавр даражасини олиш учун; 2 йил магистр даражасини олиш учун;
- 5 йилгача докторлик даражасини олиш учун;
- Давлат бош ислохотчи (квота масаласида);
- Жиддий назорат инспекцияси (илмий даража);
- Университетлар таълим дастурлари ўхшаш (ягона миллий дастур йўқ);

- Мактабларда психология дарсини университет ўқитувчилари олиб боради;
- Имтихон топшириш учун, ўқитувчи томонидан таклиф этилган мавзуга ёзма иш ёзиб, уни химоя қилиш лозим.

### **Канадада психологик таълим**

Базис таълим: АҚШ 4+2;

Психологлар жамияти томонидан лицензия- Диагностика DSM-IV (Diagnostic and statistical Manual of mental disorders) (Диагностическое и статистическое руководство умственных (психических) расстройств):

1) 2000 соат асситентлик (1,5 – 2 йил)

2) 3 проф. имтихон:

- Ёзма (этика ва қонунчилик бўйича тест) Психолог кодекси ва нормативлар;
- Ёзма психологиядан (300 та тест)

(Психодиагностика, мат статистика, мухандислик ва ташкилий психология, ижтимоий психология, этика и профессионал тажриба, эксперимент и тест тузиш асослари, нейропсихология, таълим назариялари, психотерапия, мактаб ва ёш психологияси, интеллект ташхиси, маргинал гуруҳлар билан ишлаш, клиник психология, психофармакология ва патопсихология).

- Оғзаки суҳбат (психологиядан, 1,5 соат).

### **Назорат саволлар:**

1. Болонье декларацияси қачон имзоланган?
2. Болонье декларацияси максади?
3. Илгор хорижий тажриба фани максади:
4. 1980 йилларда АКШ да нечта психология дастури тузилаган?
5. Анъанавий бир даражали таълим иборат:
6. Болонье тизимида кредит соати:
7. Психология фан сифатида Европа мактабларида нечинчи йилдан ўқитила бошланди?
8. Психологияни ўқитишнинг янги усуллари қачон киритила бошланди?

### **Адабиётлар рўйхати:**

1. Крайг Х., Бокум Н. Психология развития. М.: “Аспект Пресс”, 2003. – 364 с.
2. Сорокун П.А. Основы психологии. Псков:ПГПУ, 2005 г.
3. Дружинин В.Н. Психология 21 века. Из-во ПЕР СЭ, 2003 год.
4. Майерс Д. Психология. Из-во Попурри, 2008 г.
5. Немов Р.С. Психология в трех томах. М, 2005

## 2-мавзу: Таълим жараёнини самарали ташкил этишда илғор таълим методикалари.

### **РЕЖА:**

2.1. Психология фанининг ривожланишига хисса қўшган етук олимлар.

2.2. Замонавий илмий назариялар.

2.3. К.Роджерс назарияси

**Таянч иборалар:** Трансперсонал тахлил, бихевиоризм, нейролингвистик дастурлаш

### **2.1. Психология фанининг ривожланишига хисса қўшган етук олимлар.**

1. Функционал психология XX – аср бошларида Франция, Германия, АҚШ, Буюк Британия, Россия ва Швецарияда юзага келди. Асосий вакиллари У.Жемс (АҚШ, 1842 – 1910), Д.Дьюи (1859 – 1952), Д.Энджел (1869 – 1949), Р.Вудвортс (1869 – 1962) ва бошқалардир.

Функционал психология ўзигача психология фанида хукмрон бўлган (Э.Титченер 1867 – 1927) таркибий психология ғоявий қарашларини енгиб ўтишига тўғри келди. Таркибий психология оқимининг фикрича, психология фанининг предмети материя бўлган онгдир, унинг ўрганиш усули эса ўз – ўзини кузатишдир, бунда материя “онг”нинг қандай элементлардан ташкил топгани ва унинг қандай структураларни ташкил этиши аниқланди. Психология – бу алоҳида реаллик соҳаси бўлиши – сезгилар, шакллар ва хис – туйғулар дунёсидир.

Э.Титченер мактаби психологияни “соф” назарй фан сифатида ривожлантириш ғояси билан чиқди.

Лекин, бу йўналиш психологиянинг бевосита амалий вазифаларини бажаришда ожизлик қиларди. Тараққиёт эҳтиёжлари психологиядан амалий вазифаларни ечишни талаб қилар эди.

Функционал психологиянинг асосий вазифаси, америкалик психолог Д.Энджел фикрича қуйидагилардан иборатдир:

1) ақлий операциялар, қандай қилиб ва нима учун амалга оширилишини ўрганиш;

2) онгга – организм ва мухит ўртасидаги юзага келадиган муаммоларни ечиш куроли сифатида қараш;

3) у онгни материя, организмга нисбатан мустақил ҳолатида эмас, балки организм билан биргаликда яхлит психо – физиологик организм сифатида қарайди.

Психология лаборатория шароитларидаги тадқиқотларни таҳлил этиш билангина чекланиб қолмасдан, балки реал муаммоларни ишлаб чиқиши лозим. Масалан, педагогик, ташхис қўйиш ва ҳ.к.

Функционал психология элемент, структуралар ўрнига онглик, операциялар функциялар муаммосини илгари сурди. Бу йўналиш учун психика – бу функциядир дейиш етарли бўлмасдан, руҳий ҳодисаларни тушунтиришда эволюцион – биологик таълимот усулида тушунтиришдан фойдаланиш хосдир.

Функция тушунчасига – бу оқимда, руҳий жараёнларнинг мослашуви, адаптация хусусиятидан келиб чиқиб қаралади.

Функционал психология ҳатти – ҳаракат тушунчаси биологик – мослашувчанлик маъносидан тушунган ҳолда, ундан ҳам мураккаброк муаммони илгари сурди. Яъни, ҳулқ – атворнинг мурқаблашуви ва турли шароитлардаги муаммолар натижасида ҳулқ – атворни янада мураккаблашуви муаммосини илгари сурди.

Функция дейилганда, ички муҳитдан келиб чиқувчи, ўз таркиби ва тузилишига кўра ташқи муҳитдаги реал фаолият билан боғлиқ бўлмаган, нимадир тушунилади.

Ҳатти – ҳаракатга фақат онгга тегишли ҳолат сифатида қаралди. Ҳатти – ҳаракат дейилганда, ўз – ўзича ёпиқ субъектдан таралаётган “нурланиш” сифатида қаралди.

Психик ҳодисаларни ишлаб чиқишнинг мантиғи эса индивиднинг ташқи олам билан ўзаро муносабатлардаги ролининг очилишига олиб келди. Бу эса ўз навбатида психик фаолият ва реал тана ҳулқ – атворини тушунтириш ўртасида қарама – қаршилиқларни юзага келтирди.

Ички ва ташқи жиҳатдан, руҳият ва тана ҳолатлари бир – бирдан ажралган ҳолда қолди. Функционал психология бу ҳолда боши берк кўчага кириб қолди.

Функционолистлар томонидан тавсифланган онгнинг фаоллиги, унинг саралаш хусусияти, ҳаракатчанлиги ва бошқа хусусиятлари реал характерга эгадир. Ушбу реалликнинг сабабий асосларини очиб берилишида функционалчилар ожиз қолдилар. Функционалчилар учун телеологизм (мақсад ёки муаммоли вазиятга ички руҳий ҳолатнинг азалдан йўналганлиги тўғрисидаги тассавурлар) индетерминизм хос эди.

## **2.2. Замонавий илмий назариялар.**

**Бихевиоризм** (ингл. behaviour – ҳулқ - атвор) XX аср америка психологиясидаги йўналиш бўлиб, онгни илмий тадқиқот предмети сифатида ўрганишни рад этади, психикага ҳулқ – атворнинг турли шакллари сифатида қаралиб, ҳулқ – атвор эса ташқи муҳит кузатувчиларига организм реакциялари мажмуи сифатида қаралади.

Бихевиоризм қарашларининг дастлабки дастури 1913 йилда америкалик

зоопсихолог Д.Уотсон (“Психология, бихевиорист уни қандай тушунади” мақоласида) томонидан илгари сурилган.

Д.Уотсон психология ярим асрдан ортиқроқ давр давомида экспериментал Фан бўлганлигига қарамасдан бошқа табиий фанлар ўртасида ўз ўрнини эгаллаб олмаганлигига сабаб, психология предмети ва тадқиқот усулларининг нотўғри қўйилганлигидадир деб баҳолашади. Психология фанининг предмети сифатида онг ўрнига хулқ – атворни ўрганиши лозим деган, даъволар билан чиқди. Барча психик ҳодисалар дейилганджа, онгга тегишлиликнинг тушунилиши танқид қилди, унинг фикрича “ўрта аср тасавурларидан” йироқ янги атамалар киритилиши керак. Шундай атамалар сифатида кўзғатувчи ва реакция атамаларини таклиф қилди.

Д.Уотсон ўз фаолиятини функционалистлар ва таркибий психология ўртасида тўхтовсиз бахслар кетаётган даврдан бошлади. Бу бахслардан, иккита йўналишни ҳам рад этиш тўғрисидаги хулосага келди. Чунки, улардан бири онгнинг таркибини, иккинчиси эса унинг функциясини ўрганишга ҳаракат қиларди.

Д.Уотсон ўзининг дастлабки қарашларини “Хулқ – атвор: таққослаш психологиясига кириш” (1914) ва “Бехевиористлар нуқтаи назаридан психология” (1919) китобларида “кўзғатувчи - реакция”, “кўникмалар ҳосил бўлиши” каби атамалар билан тушунтириб беришга ҳаракат қилади. Хулқ – атвор қонуниятлари, бехевиоризм таълимотига кўра, “кириш кўзғатувчи ва чиқиш” (жавоб реакция) ўртасидаги ўзаро муносабатлардан иборатдир. Бу тизим ичидаги (психологик ва физиологик) жараёнлар, тўғридан – тўғри кузатиш имкони йўқлиги сабабли, илмий таҳлил этишдан йироқда турадилар. Бихевиоризмнинг асосий усули организмларга атроф – муҳитдаги таъсирга жавобан организм реакцияларини кузатиш ва тажрибавий ўрганиш бўлиб, улар ўртасидаги ўзгарувчиларни корреляционларини боғланишда математик тавсифлашдир.

“Кўзғатувчи - реакция” муносабатлари организмнинг муҳитга муносабатини асосий бирлигидир.

Бихевиоризм йўналишида Ч.Хантер, К.Лешли томонидан тажрибалар олиб борилди. Бундан ташқари Эдвард Толмен ва К.Холл томонидан бихевиоризмнинг янги йўналиши необхивеоризм ривожлантиради.

Бихевиоризм анъанавий “кўзғатувчи – реакция”дан ташқари ҳар қандай субъектив ҳодисаларни тан олмас эди. Шунинг учун ҳам шу вақтгача анъанавий бихевиористлар томонидан рад этиб келинаётган образ, мотив каби бошқа психологик ҳодисаларга бихевиоризмни қўллашни необихевиористлар ўз олдида асосий мақсад қилиб қўйди. Бу типдаги тадқиқотларда “кўзғатувчи – реакция” ўртасида рўй берадиган ички жараёнларни “медиаторлар” тушунчаси воситасида ифодалашга ҳаракат қилинди. “Медиаторлар” функция эмас, балки хулқ – атворнинг реал омилларидир, деган ғояни илгари сурди. Э.Толмен ўз таълимотида бевосита учта йўналиш: бихевиоризм, гештальт психология, динамизм психологияси ғояларни уйғунлаштиришга ҳаракат қилади.

Ушбу мақсадида Э.Толмен томонидан оралик ўзгарувчилар тушунчаси

киритилди, улар бевосита кўзғатувчилар ва жавоб хулқ – атвори ўртасида амал қиладиган, билиш ва кўзғатиш омилларининг мажмуи сифатида тушунилади. Оралиқ ўзгарувчилар бу кўзғатувчилар (мустақил ўзгарувчилар) га ҳаракат реакциялари (боғлиқ ўзгарувчилар) ни воситалигини таъминлайдиган детерминантлардир. Бунинг учун Э.Толмен каламушлар устида лабиринт кўникмаларини эгаллаш бўйича кўплаб тажрибалар ўтказди. Кўникмалар ҳосил бўлиши жараёнида каламушларнинг ўзига хос ихтирочилиги маълум бўлди.

Ўз вақтида Торндайк томонидан ифодаланган машқ қилиш ва самара қонуниятлари янгича баҳоланди. Машқ қилишнинг асл моҳияти, бу муайян билиш структураларининг ҳосил бўлишлигидир. Каламуш лабиринтда йўл топишга шунинг учун ҳам ўрганадики, унду ушбу йўлнинг “билиш харитаси” ҳосил бўлади, бу эса анъанавий бихевиоризмда, таърифланганидек ҳаракат реакцияларининг йиғиндиси эмас. Мақсадга интилган хайвонлар муҳит сигналларини фарқлайдилар. Бу билан ўз кутаётган натижаларини боғлайдилар. Агар, кутилаётган натижа тасдиқланмаса, хулқ – атвор бузилади. Э.Толмен томонидан “яширин ўқиш” тушунчаси ҳам киритилди. Бу дегани яширин, кузатиб бўлмайдиган ўқишнинг вужудга келишидир. Ўқиш жараёни мустаҳкамлайдиган кўзғатувчи бўлмаган ҳолларда ҳам рўй беради. Хайвонлар ҳатти – ҳаракатлар эҳтимоллиги билан вазиятни гўёки тадқиқ этади. Унда билиш структуралари шаклланади, унинг ёрдамида келгусида энг қулай самарага эришилади. Лекин, Э.Толмен бу тажрибаларни йўлга қуйишига қарамасдан образнинг ҳаракат реакцияларини қандай бошқариш масаласига жавоб Бера олмади.

Умуман бихевиоризм тўғрисида хулоса қиладиган бўлсак, Д.Уотсон томонидан хулқ – атвор тушунчасидан онг далиллари (образ) чиқариб ташлашга ҳаракат қилинган бўлса, необихевиоризмда эса хулқ – атвор ҳатти – ҳаракатларига образлар (Толман) ва периферик даражадаги нерв жараёнлари киритишга ҳаракат қилинди. Улар ўрнига эса, Скиннер тадқиқотлари юзага келди, у радикал тарзда қзгартириш қилишни мўлжаллаган эди.

**3. Гештальт психология (немисча – gestalt – образ, шакл) Германияда ХХ асрнинг биринчи чорагида юзага келган оқимдир. Бу оқим ўз компонентларига нисбатан бирламчи бўлган, яхлит структуралар (гештальт) нуқтаи – назаридан психологияни ўрганиш дастури билан чиқди. Гештальт психология (В.Вундт, Э.Б.Титченер) томонидан онгни элементларга бўлиш тамойили ва ассоциация қонунлари ёки ижодий синтез асосида улардан психик феноменларни келтириб чиқариш ғоясига қарши чиқди. Яхлитликнинг ички, систематик тузилишининг уни қисмларга ажратувчи хусусиятлар ва функциялар белгилайди, деган ғоя дастлаб идрокни тажрибавий ўрганишга қўлланди. Бу унинг бир қатор муҳим хусусиятларини аниқлаш имконини берди: барқарорлик (константлик), структуравийлик, предмет образининг (фигура) уни ўраб турган фонга боғлиқлиги ва ҳ.к. Интеллектуал хулқ – атвор ўрганилаётганда сенсор образнинг ҳаракат реакцияларни вужудга келтиришдаги роли ўрганилди. Бу образнинг**

курулиши англашнинг алоҳида психик акти билан тушунтирилади, яъни идрок этилаётган майдонда муносабатларни бир лаҳзада англаб олиш йўли билан инсайт ҳолати тушунтирилади. Бу қоидалар бихевиоризимга қарши қўйилди, у муаммоли вазиятда организм хулқ – атворини, кўр – кўрона ҳаракат реакцияларини натижасида, тасодифан муваффақиятга учрайди, деган ғояни илгари сурган эди (сини шва хато усули). Инсон тафаккури жараёнларини таҳлил этишда асосий эътибор билиш структураларининг қайта ҳосил бўлишга қаратилди, бунинг натижасида ушбу жараёнлар самарадорлик хусусияти касб этади ва улар формал мантиқий операциялар, алгоритмлар ва ҳ.к. шаклида фарқ қилади.

Психик гешталликлар ва унинг қайта ҳосил қилинган тузилмалари индивидуал онгнинг хусусияти сифатида қаралди, бу эса ўз навбатида предметлар дунёси ва нерв тизими фаолиятига боғланди.

Асосий вакиллари немис психологлари М.Вертхеймер, В.Кёлер, К.Кофкалардир.

**4.** Зигмунд Фрейд таълимоти ушбу австриялик психологнинг ўз номи билан аталади. Бу таълимотида шахс тараққиёти ва таркиби иррационал, онгга қарама – қарши бўлган омиллар билан тушунтирилади ва ушбу асосида психотерапия техникасидан фойдаланилади. Ушбу таълимот дастлаб нервозларни даволаш жараёнларида шаклланган. З.Фрейд таълимоти индивид онгсизлик ҳолатида чуқур яширинган психик кучлар (улар орасидаги энг муҳими сексуал майл – либидо) ва индивид учун душман бўлган ижтимоий муҳитда яшаб қолиш зарурияти натижасида абадул – абад яширин уришни ўрганади.

Ижтимоий муҳит томонидан қўйилган таъкидлар (онг “цензурасини” яратди), руҳий жароҳат етказган ҳолда онгсизлик ҳолатини майллар энергиясини бостиради, у эса нерв симптомлари, туш кўришлар, хато ҳатти – ҳаракатлар, ноҳушликни унутиш каби воситаларида юзага ёриб чиқади. Психик жараёнлар фрейдизмда учта нуқтаи назардан кўриб чиқилди: топиқ, динамик ва иқтисодий. Дастлаб топиқ тизим Фрейдда учта даражада таклиф қилинди: онгсизлик, онг олдин ва онг ҳолатлари, улар ўртасидаги муносабат цензура воситаси ёрдамида тартибга солиниб туради. 20 – йилларнинг бошидан Фрейд томонидан бошқа даражалар ажратиб кўрсатилади: мен (эго), у (ид) ва олий – мен (супер – это), кейинги икки тизим онгсизлик қатламида жойлашгандир.

Руҳий жараёнларни динамик нуқтаи – назардан қараш мақсадга йўналтирилган майллар ва тенденцияларни бир кичик тизимдан иккинчисига ўтиш сифатида қарар эди.

Иқтисодий нуқтаи – назардан қараш эса психик жараёнларга энергетик таъминланиш нуқтаи – назаридан қарашни ифода этар эди (хусусан, либидо – энергияси билан) Фрейд фикрига кўра, энергетик манба у (ид) дир. Ид – кўр – кўрона инстинктлар, ёки жинсий, ёки агрессия инстинктлари тўпланган жой бўлиб, субъектнинг ташқи реалликга муносабатларидан қатъий назар, дарҳол кондирилишига ҳаракат қилади. Ушбу реалликга мослашишни эго таъминлайди. Эго атроф – муҳит ва организм ҳолати тўғрисида ахборотни



кабул қилади, уни хотирасига сақлайди, индивиднинг жавоб реакцияларини, унинг ўз – ўзини сақлаш манфаатлари асосида тартибга солади.

Супер – эго ахлоқий андозалар, таъқиқлар ва рағбатлантиришларни ўз ичига олган бўлиб уларнинг барчаси индивид томонидан онгсиз ҳолда тарбия жараёнида, аввало ота – оналаридан ўзлаштирилгандир.

Эгога Ид, супер – эго ва ташқи реаллик томонидан қўйиладиган талаблар бир – бирига мос бўлмаганлиги сабабли, у доимо низоли ҳолатда бўлади. Бу эса чидаб бўлмайдиган зўриқиш ҳолатини юзага келтиради, бундан эса индивид “ҳимоя механизмлари”, яъни сиқиб чиқариш, оқилонлаштириш, сублиמצиялаш, регрессиялар воситасида қутқарилади.

Психотерапиянинг вазифаси, жароҳат етказган кечинмаларни аниқлаш ва улардан катарсис, сиқиб чиқарилган майлларни англаш, нерв симптомлари сабабларини аниқлаш йўллари билан шахсни озод қилишдир. Бунинг учун туш кўришларини таҳлил қилиш, эркин ассоциациялар усулларидан фойдаланилади.

Зигмунд Фрейд психологияга бир қатор муҳим муаммоларни олиб кирди: онгсизлик ҳолидаги мотивлаштириш, психикада нормал ва патологик ҳодисаларнинг муносабати, унинг ҳимоя механизмлари, сексуал омилнинг роли, шахснинг мураккаб тизими, субъектив психик тузулишидаги зиддиятлар ва низолар ва ҳ.к.

### **2.3. К.Роджерс назарияси**

Гуманизм психологияси ғарб психологиясидаги оқим бўлиб, ўзининг асосий предмети сифатида шахсни ноёб яхлит тизим сифатида қарайди, гуманизм психологияси фикрича шахс қандайдир олдиндан берилган ҳолатда бўлиб, ўз – ўзини фаоллаштиришнинг “очиқ имкониятлари” фақат инсонлар учун хосдир.

Гуманизм психологиясининг асосий қоидалари қуйидагилардан иборатдир: инсон яхлит ҳолда ўрганилиши лозим; ҳар бир инсон ноёб бир ҳодисалар, алоҳида ҳолларни таҳлил этиш ўзини оқлайди, статистик умулаштиришларга қараганда, инсон олам учун очиқдир, инсоннинг оламдаги ва ўзидаги кечинмалари асосий психологик реакклиқдир; инсон ҳаёти инсоннинг шаклланиши ва борлиги сифатидаги ягона жараён сифатида қаралиши лозим; инсон ривожланиши ва ўз – ўзини намоён этишнинг чексиз имкониятлари билан таъминлангандир, бу эса унинг табиатининг бир қисмини ташкил этади; маънолар ва қадриятлар воситасида ташқи детерминантлардан муайян даражадаги эркинлик хусусиятига эгадир, улардан эса ўзининг танлашида фойдаланади; инсон – бу фаол ва ижодкор мавжудот.

Гуманизм психологияси, ўзини “учинчи куч” сифатида бихевиоризм ва фрейдизм қарама – қарши қўяди, бу таълимотлар асосан шахсни ўтмишга боғлаб, қўяди, инсондаги асосий нарса эса келажакка интилиш, ўз имкониятларини эркин амалга оширишдир (Г.Олпорт), айниқса ижодий имкониятларини (А.Маслоу), ўзига ишончни мустаҳкамлаш ва “идеал мен” га эришиш имконияти (К.Рожерс) сифатида қарайди. Бу ерда марказий рол

муҳитга мослашишни таъминлайдиган мотивлар, конформ хулқ – атворга эмас, балки инсоний мендаги конструктив асоснинг ўсишига қаратилади, бунинг яхлитлиги бошдан ечиришдаги кучи психотерапиянинг алоҳида шаклини қўллаб қувватлашга қаратилгандир. К.Рожерс ушбу шаклни “мижозда марказлашган терапия” деб атайди, бу эса психотерапевтдан ёрдам сўраб мурожаат этган индивидга, “бемор” сифатида эмас, балки мижоз сифатида қарашни тақозо этади, бунда индивид уни хавотирга солаётган хаётий муаммоларни ечиш учун маъсулиятни ўз зиммасига олади. Психотерапевт фақат эса маслаҳатчи (консультант) вазифасини бажаради ва илик эмоционал муҳитни яратиб беради, бунда мижозга ўз ички дунёсини ташкил этиш ва ўз шахсини яхлитлигига эришиш, ўзининг мавжудлиги мохиятини (“экзистенция”) тушуниш осондир. Шахсдаги ўзига хос инсонийликни, инкор этувчи таълимотларга эътироз билдирган ҳолда, гуманизм психологияси ўзига хос инсонийликни ижтимоий – тарихий омилларга боғлиқ эканлигини тан олмайди.

#### **Назорат саволлар:**

1. Трансперсонал таҳлил нима?
2. Бихевиоризм мазмуни?
3. Психоанализ ва психотерапия?
4. К.Роджерс назарияси мазмуни?

#### **Адабиётлар рўйхати:**

6. Крайг Х., Бокум Н. Психология развития. М.: “Аспект Пресс”, 2003. – 364 с.
7. Сорокун П.А. Основы психологии. Псков: ПГПУ, 2005 г.
8. Дружинин В.Н. Психология 21 века. Из-во ПЕР СЭ, 2003 год.
9. Майерс Д. Психология. Из-во Попурри, 2008 г.
10. Немов Р.С. Психология в трех томах. М, 2005

### **3-мавзу: Психология фанининг жорий ҳолати ва истиқболдаги вазифалари.**

#### **РЕЖА:**

- 3.1. Психология ва коммуникация соҳаси бўйича нашр этилган сўнгги ўқув ва илмий адабиётлар таҳлили.*
- 3.2. Психология фанининг жорий ҳолати ва истиқболдаги вазифалари.*
- 3.3. Амалий ва назарий психология ҳамкорлиги.*

**Таянч иборалар:** *ахборот жамияти, назария, киберпсихология.*

### **3.1. Психология ва коммуникация соҳаси бўйича нашр этилган сўнгги ўқув ва илмий адабиётлар таҳлили.**

#### **ПСИХОДИНАМИК ЙЎНАЛИШ**

Психодинамик йўналишга психоаналитик назарияга ориентировка қилган психотерапия турлари қиради: классик психоанализ(Фрейд), Адлернинг индивидуал психологияси, Юнгнинг аналитик психологияси, Ранкнинг иродавий терапияси, Штекелнинг фаол аналитик терапияси, Фромм-Райхманнинг интерперсонал психотерапияси, Хорнинг характерологик анализи(таҳлили), гуманистик психоанализ(Фромм), Кляйнинг эго-анализи, Салливаннинг интерперсонал психотерапияси ва б.к.лар

Мазкур йўналиш асоси – З.Фрейднинг ишларидир.

Фрейд биринчи бўлиб психикани инстинкт, ақл ва онгнинг уриш майдони сифатида тасвирлаган. «Психодинамик» атамаси шахсни ташкил қилувчи тузилмалар орасидаги тугалланмас урушга қаратади.

Психодинамик йўналиш мазмуни – шахсга ички тугалланмас тўқнашувлар натижаси сафатида, динамик конфигурацияларида кўришдир.

Динамика тушунчасини одамга тадбиқи одамнинг хулқи хоҳишли ёки тўсатдан амалга ошиши мумкинлигани инкор этади. Психодинамик йўналишнинг фараз қилишича, детерменизм онгсиз психик жараёнлар билан тарифланади. Шунга биноан, шахсда анланмаган қарама-қарши мотивларни, интрапсихик можароларни асл сабабларини ҳамда мижоз муаммоларини ҳал қилувчи муҳим ечимликларни мижоз томонидан анланилаши муҳимлигига эътибор берилади. З.Фрейд ўз асарларида инстинктив ҳаёт талаби ва унга қаршилик кўрсатиш натижасида юзага

келадиган интрапсихик можаролар оқибатида инсонда турли касалликлар намоён бўла бошлайди.

Ушбу йўналишнинг асосий томонлари:

Муаммоларни юзага келишида инстинктив импульслар, уларни намоён бўлиши, трансформацияси ҳамда чегараланиши(босилиши) муҳим рол ўйнайди.

Муаммонинг кучайиши ички импульслар ва ҳимоя механизмлари ўртасидаги кураш билан белгиланади.

Психодинамик йўналишнинг асосий мақсади англалмаган ҳолатларни англанлишидир. Психодинамик йўналиш асосида фаолият кўрсатаётган психолог шахсни чегараланган, босилган импульслари уларга кўрсатилган қаршиликларини топишга қаратилган. Уларни фикрича, англаниш ҳосил бўлиши билан шахсда ўзгаришлар юз бера бошлайди.

Психодинамик йўналишнинг асосий жараёнлари:

Конфронтация – мижоз томонидан тадқиқот учун зарур бўлган психик жараёнларни аниқланиши.

Аниқлик киритиш – аниқланган жараёнларни асосийларини қўшимчаларидан ажратиш.

Интерпретация(изоҳлаш) – воқеаларни асосий мазмуни ёки сабабини аниқлаш.

Қайта ишлаш - қайтариш ёрдамида берилга материални мижоз тушучасида интеграция қилиш.

Психодинамик йўналишда асосан мустақил асоциациалар, кўчириш ва қаршилик реакцияларини тахлили, туш кўриш тахлили ҳамда кутилмаган хатти-ҳаракатлар тахлилинини ўз ичига олган вербал усуллардан иборат методлардан фойдаланилади. Масалан, Фрейд асосан катарсис методидан, Юнг фаол тасаввур методидан, Хорни ҳаёт йўллари биргаликдаги тахлили методидан, Салливан психиатрик интервью методларини қўллашган.

### **3.2. Психология фанининг жорий ҳолати ва истиқболдаги вазифалари.**

КОГНИТИВ ХУЛҚ-АТВОР ЙЎНАЛИШИ. Мазкур йўналиш тамоилларини Д.Уотсон, Б.Скиннер ўз ишларида асослаб беришган. Бу йўналиш намоёндалари мижоз муаммоларини атроф муҳит таъсирга жавобан юзага келадиган ноадаптив хулқ-атвор шаклида кўриб чиқадилар. Демак, ноадаптив хулқ-атворни мақсадга йўналган таъсир асосида ижобий томонга ўзгартириш мумкин деган фикрни илгари суришади.

Когнитив хулқ-атворнинг асосий томонлари:

Таълим-тарбия жараёнидаги муаммолар хулқ-атвордаги муаммоларни келтириб чиқаради.

Хулқ-атвор реакциялари организмни ташқи муҳит таъсирга жавобидир.

Хулқ-атворни моделлаштириш психотерапевтик жараён бўлиб, унда когнитив аспект хал қилувчи ҳисобланади.

Шундай қилиб, хулқ-атвор таъсир кўрсатиш объекти бўлиб намоён бўлади, яъни салбий хулқ-атвор нотўғри ўзлаштирилган хулқ-атвор кўникмаларининг маҳсулидир.

Мутахасис психологик ёрдам бериш жараёнида у муаммоли деб ҳисоблаган вазиятдаги шахснинг хулқ-атвори ҳақидаги маълумотларга асосланади, чунки хулқ-атвор кўзатув натижасида ҳам зғариши мумкин деб ҳисобланади.

Когнитив хулқ-атвор йўналишида қуйидаги методлар қўлланади:

Ўз-ўзини назорат қилиш(чуқур релаксацияга ўргатиш, кўрқув босқичларини аниқлаш, релаксация машқлари ёрдамида хавотирлик ва кўрқув орасидаги боғлиқликларни аниқлаш, хулқ-атворни моделлаштириш ва исталган хатти-ҳаракатларни қўллаб-қувватлаш);

Ўз-ўзини кузатиш(кундалик тўтиш);

Шартномалар тўзиш(мижоз-мутахасис, мижоз-яқинлари, мижоз-ўз-ўзи билан);

Уйга вазифалар(уйда бажариш учун берилган топшириқлар).

Психологик ёрдамни самарадорлиги мижоз нуқтаи назарини фаоллаштиришга асосланади. Когнитив хулқ-атвор йўналишида фаолият кўрсатаётган психологнинг асосий вазифаси диагностик-ўқитув ҳисобланади.

## ГУМАНИСТИК ЙЎНАЛИШ

Мазкур йўналиш экзистенциализмнинг фалсафий ғояларига асосланган бўлиб, вақт, ҳаёт, ўлим, озодлик, масулият, танлов ҳукуки, мулоқот, севги, ҳаёт мазмунини англаш муаммоларини ўрганишга қаратилган (М.Хайдеггер, П.Сартр, А.Камю). Инсон меҳрибон, озод бўлиши белгиланган деб қабул қилиниб, индивидуаллик интегротив яхлитдир деб ҳисобланади.

Гуманистик йўналишнинг асосий тамойиллари:

Психолог ва мижоз учрашуви икки ҳар хим кишиларнинг учрашуви.

Агарда психолог мижозга ўзининг асл ҳис-туйғуларини англашга, қабул қилишга ва намоён қилишга имкон яратиб бера олса мижоз муаммолари ўз-ўзидан хал бўлади.

Ўз ҳаёт тарзи, фикр-мулоҳазалари, хулқ-атворини танлашга мижоз ўзи масъул.

Инсон томонидан рухий уйғунликга эришиш, яъни ҳаёт мазмунини англаш, маънавий қадрият, эстетик ҳис-туйғуларни сифатий ўзгаришига асос бўлади. Мен – концепциясини адекват шакллантириш ўз-ўзини англаш ва шу асосида ўзини фаоллаштириш учун муҳим омил ҳисобланади.

Психокоррекцион ёрдам кўрсатишда мижозни ўз-ўзини англаши, шахсий уйғунлик, “мен”ни адекват интеграцияси, борлиқ чегараларини кенгайтириб бериш психологни асосий вазифаси ҳисобланади.

Ушбу йўналишнинг асосий методи экзистенциал таҳлил ҳисобланиб, унда “инсон – билади – ҳис этади – истади” формуласи инсон

озод мавжудот тушунчаси асосида тахлил қилинади. Агарда индивид келажакни тасаввур олмаса ўзини салбий ҳис этиб, ички олами тораяди, ривожланиш имкониятлари сустлашиб, оқибатда неврозлар юзага кела бошлайди. Демак, ёрдам кўрсатиш вақтида шахсни рухий оламини тахлил қилиш асосида ўзини эркин ҳис қилишга имкон яратиб бериб, миждозни уни боғлаб турган, безовта қилаётган оқибатлардан халос қилади.

## ПСИХОДРАМА

Психодрама 30-йилларда социометриянинг асосчиси ҳамда баъзи психологларнинг фикрича, гуруҳий психотерапиянинг умумий ривожига хисса қўшган, 1925 йилда АҚШга иммиграция қилган австриялик психиатр Я.Л.Морено (1889-1974) томонидан ишлаб чиқилган.

Драмани терапевтик метод сифатидаги тушунчаси Морено томонидан иккинчи жаҳон урушидан кейинги даврда Венада асос солинган ва “спонтан театр” номини олган театрал эксперименти натижасида пайдо бўлган. Морено ўйин методикалари ҳақида илк бор болалар ўйинларда ўз фантазияларини амалга оширишини кўзатганда ўйланиб қолган. Шундай қилиб, психодрама ўйин принципига асосланади. Морено тил инсон кўнгилга йўлловчи бўла олмайди, чунки биринчидан, онтогенетик ва филогенетик равишдан тил бошқаларга қараганда кечроқ пайдо бўлган тузилма, иккинчидан, универсал тил мавжуд эмас деб ҳисоблаган. У таъсир ва ўзаро таъсирни универсал ва анча эрта келиб чиқган деб ҳисоблайди.

Юнон драмалари асос бўлган психодраманинг ривожининг Яна бир назарий асоси импровизация фикрлари, спонтанлик ва креативликдир. Бироқ, Морено психодрама концепцияларини тўзишда фойдаланган спонтан драманинг муҳим ўринини роллар назариялари эгаллайди. Бу назарияда инсон ҳаётидаги бирламчи таъсир ва ўзаро таъсир ҳақидаги қоида ҳамда спонтанлик ва креативлик принциплари уйғунлашган.

Моренонинг айтишича, инсон ҳаётда фойдаланадиган ролларга қараганда кўпроқ роллар потенциалига эга. Инсонни ривожига учун жуда муҳим ролларни юзага келиш, ривожланиш, тарқалиш, реализация жараёнлари фақатгина бошқа одамлар билан билан ўзаро таъсирланишларида амалга ошади. Ролни ташувчиси бўлмиш индивид фақат ролни кўрона ифода этувчи бўлибгина қолмай, балки уни режиссери ва постановшиги бўла олади.

Рол репертуарини кенгайтириш, потенциал ролларни актуал ролларга ўтказиш, ролларни идора қилиш ва ўзгартириш қобилияти индивидни спонтанлиги ва креативлигини, унинг ўз-ўзини англаш даражасини оширади.

Морено психодрамасининг муҳим назарий асоси у томонидан ишлаб чиқилган социометрия назариясидир. Бу назарияда индивидга мавжудлиги ижтимоий муҳитда қудратли кучлар(симпатия ва антипатия, ёки танлаш ва рад қилиш)ни ишига таянган ижтимоий оламнинг ажралмас қисми деб қаралади. Моренонинг социометрия назариясида катта

эйтиборни ўзаро танлаш ёки телега қаратилган. Теле – ўзаро таъсирни икки томонлама, ўзаро бир-бирига ишончда, реалликда, креативликда ёритувчи инсонлар муносабатларининг характеристикасидир.

Психодрамани тузилиш элементлари. Грекчадан таржима қилинганда, психодрама психотаъсир деган маънони англатади. Психодрама жараёни боришида протагонист мижоз гуруҳ етакчисиғ-директор ва гуруҳ иштирокчилари - ёрдамчи “мен” кўмигида унинг муаммосига аловадор ҳаётининг муҳим воқеаларини сахнада тиклайди. Сахна, директор, протагонист ва ёрдамчи “мен” ёки гуруҳ психодрама тузилишининг асосий компонентлари ҳисобланади.

Психодраманинг директори ҳар бир машғулоти қандай амалга ошиши ва ўтиб боришига жавобгар. Психодраманинг бошланишида у гуруҳни ва авваламбор протагонистни ўйинга ундайди. Протагонист, вазият ва гуруҳ талабларига биноан директор турли психодраматик техника ва муолажалар қўллайди. У психодрама принципларини ва бажарилишини ҳамда фазаларини ўтишитини кўзатиб туради.

Психодрама протагонисти сахнада ўз ҳаёти воқеаларини ижро этади. Психодрама режалаштирилган ёки тайёрланган бўлмай, унга импровизация характерлидир. Протагонист актёрдан бир вақтнинг ўзида ҳам драматург, ҳам режиссёр, ҳам ижрочи бўлиши билан фарқ қилади. Бу эса уни ўз вазиятини англаш ва фаҳмлашга ёрдам беради, бироқ протагонист учун психодрама мазмуни бу билан чекланмайди. Психодраманинг мазмуни авваламбор тубдан ўзгаришни кечиришдир. Психодрама жараёнида протагонист бошқа одамлар билан ўзаро таъсир ва хулқ-атворнинг янги усулларига эга бўлади, ўзининг ролли хилқ-атворини ўз вазияти хусусиятларига мослаштириш имкониятига эришади.

Ёрдамчи “мен”, яъни гуруҳ қанашчилари уч асосий вазифага эга. Биринчидан, улар протагонистга алоқадор реал ёки ҳаёлий одамларни тасвирлаб беришади. Иккинчидан, улар протагонист ва директор орасида воситачи бўладилар. Учинчидан, гуруҳ қатнашчилари социотерапевтик функцияни амалга оширадилар. Улар протагонистга унинг шахслараро муносабатларини тасвирлаш ва тадқиқ қилишга ҳамда унинг ҳаётий партнёрлари билан психодраматик диалог ўтказишга ёрдам берадилар.

Психодраматик сессиянинг тузилиши. Психодрама уч фазадан ташкил топган. Ҳар бир фаза ўз мақсадига эга. Масалан, бошланғич фаза аналитик ва диагностик мақсадларга эга. Бунда психодрама қатнашчиларини низолари ва кечинмалари ҳақидаги ҳар қандай материални аниқлаш ва йиғиш даркор. Бошланғич фаза психодраматик иш асосини ҳосил қилади. Ўйин ёки ҳаракат фазаси психокатартик мақсадларга эга бўлиб, янги эмоционал тажриба орттиришга ва актуал кечинмаларни қайтадан кечириш ва англаш имкониятини беради. Муҳокама фазаси аналитик-коммуникатив мақсадларга эга бўлиб, янги кечинмаларни интеграция қилиш ва уларни рационал нуқтаи назардан кўришга йўл қўяди. Психодраматик машғулотлар умумий ҳисобда 1,5-2 соат давом этади. Уч фаза бир-биридан муносабатлар модуси,

динамикаси ва эмоционаллиги билан фарқ қилади. Хаар бир фаза гуруҳ катнашчилари орасидаги ўзаро таъсирни муайян тури билан характерланади. Бу ҳақда қуйида батафсил айтиб ўтилган.

Бошланғич фаза гуруҳ катнашчиларини ўз муаммо, устак ва фантазияларини сахнада тасвирлашга ундашга йўналган. Психодраматик сессиянинг ушбу босқичида директор гуруҳ ватнашчиларини кейинги психодраматик ҳаракатларга тайёрлаши, уларнинг актуал кечинмаларини аниқлаши, потенциал протагонисларни ажратиши лозим.

Бу фазада гуруҳ мажлиси бошлангандан сўнг гуруҳ аъзолари ўзаро муносабатларни ва ўз хис-туйғуларини фаоллаштиришга киришадилар. Аста-секин номаълумлик олдидаги кўрқув енгиб ўтилади ва ўзаро “учрашув” гуруҳий жараёни актуал низолар ва кечинмаларни аниқлашга имкон беради. Хар ҳил психотерапевтик гуруҳларда бошланғич фаза турли тезликда ўтади. Бу босқичда гуруҳ раҳбари гуруҳ уюшқоқлиги қай даражада эканлигини аниқлаши лозим. Шу мақсадда раҳбар турли тайёрлов машқларидан фойдаланиши мумкин.

### **1.3. Амалий ва назарий психология ҳамкорлиги.**

Ролли тескари алоқа, идентификацион тескари алоқа ва шеринг. Ролли тескари алоқада ёрдамчи “мен”, яъни гуруҳ катнашчилари протагонистга навбатма-навбат уларга тақсимланган ролни ёки рол алмашинувида протагонистни тасвирлаганда пайдо бўлган хис-туйғуларни гапириб беришади. Шу билан бирга протагонист ҳам турли роллар ижро қилганида кечирган хис-туйғуларни сўзлаб беради.

Идентификацион тескари алоқада томошабинлар ва директор катнашадилар, чунки ўйин пайтида улар протагонист ёки унга алоқадор тасвирланган одамларга идентификация қилишлари мумкин. Бу тескари алоқа тури томошабинлар психодраманинг бевосита қатнашувчисига идентификация қилганда кечирган хис-туйғу ва кечинмаларини тасвирлаб беришига мўлжалланган.

Шеринг психодраманинг якунловчи фазасининг муҳим қисми ва жуда муҳим функциясидир. Шерингда психодраматик сессиянинг барча катнашчилари ўз ҳаётий тажрибаларидан келиб чиққан ҳолда сахнада бўлиб ўтганлар ҳақидаги хис-туйғулари ва кечинмаларини сўзлаб берадилар. Гуруҳ аъзолари сахнада ижро этилган воқеага ўхшаш ҳаётларида бўлиб ўтган воқеаларни эслашади. Шеринг жараёнида протагонистга гуруҳ томонидан ҳамдардлик билдирилади ва қўллаб-қувватланади. Бу босқич гуруҳ ротагонистини ўзининг реал борлигига қайтаради.

Психодраматик сессиянинг якуний фазаси ўз ичига анализ жараёнини ҳам олиши мумкин. Анализ жараёнида ўтган психодраматик сессия воқеаси жараён хусусиятлари ва драма катнашчиларини сахнада ўзаро таъсир характери нуқтаи назаридан анализ қилинади. Анализ жараёни ўтмиш ва кейинги драмалар орасидаги алоқани кўриш имконини беради.



Тескари алоқага мисол. Протагонист ўйинидан кейин унинг сингисини ролини ижро этган гуруҳ аъзоси куйидаги тескари алоқани беради: “менга сенинг синглинг ролида доминация қилиш жуда осон бўлди, чунки, сен поезддаги отанг олдидаги жойни менга ҳеч қандай курашсиз ён бердинг”.

Воқеа ривожига жалб қилинган, лекин протагонистнинг ўйинида қатнашмаган гуруҳ аъзолари муҳокама фазасида(шерингда) протагонистни қўллаб-қувватлаши, ўз кечинмаларини ёки ўхшаш воқеаларни ҳикоя қилиб бериш имкониятига эга.

Мисол. Ўзининг ўйинида протагонист агрессивлик билан боғлиқ аниқ муаммоларни оҳангдошлик(гармония) ва самимийликни таъкидлаш орқали яширмоқчи бўлган. Уни бошдан кечирмаган ва намоён бўлмаган агрессияси фақатгина шеринг пайтида, гуруҳнинг деярли барча аъзолари ўзлари бошдан кечирган жажлини ва агрессияни ортиши хиссини айтиб ўтганда аниқланган.

Психодраманинг асосий принцип ва қоидалари.

Психодраматик хатти-харакатда протагонист ўз муаммо ва низоларини сўзлаб бериш ўрнига сахнада ижро этади.

Протагонист- ижро этилаётган воқеа реал ҳаётда қачон содир бўлгани ёки протагонистни фикрича келажакда қачон содир бўлишига қарамай, “шу ерда ва ҳозир” ижро этилаётган психодраматик ҳаракат қатнашчисидир.

Протагонист ҳаракатда воқеаларни қай тарзда ҳис қилса шундай, мутлақ субъектив (гуруҳнинг бошқа қатнашчиларига қандай таъсир қилишига аҳамият бермаган) равишда “ўз ҳақиқатини” ижро этиши керек.

Протагонист ифода этиш, фаолият ва вебрал мулоқот воситалари сонини ошириш жараёнига жалб қилинган бўлиши лозим.

Барча психодраматик сессияларда протагонист драмаси учун ўзи вақтни ва жойни белгилаши, сахнани тайёрлаши ва ёрдамчи “мен” ларни танлаши шарт.

Протагонист ўзини муайян пайтда қандай ҳис қилса, у шунчалик спонтан ва ифодасиз бўлиши мумкин.

Протагонист ҳеч қачон у тасвирлаётган муаммо мушкул ва гуруҳ аъзоларининг ҳеч бири учун таниш эмаслиги хисси билан қолиши мумкин эмас.

Протагонист ўзининг ижтимоий атоми қатнашчиларини ҳар бирини ва уларнинг ўзаро муносабатларини ҳис қилиши учун ўзининг атрофидагилардан ҳар қайсисини ролига киришмоғи ва ўрганмоғи керак.

Асосий психодраматик техникалар. Энг муҳим психодраматик техника роллар алмашинувидир. Директор протагонистга бошқа аҳамиятли ролни таклиф қилади, бунда протагонист ушбу ролга хос ҳаракатлар, сўзлар ва бошқа хусусиятлардан фойдаланиши керак. Бу техника ёрдамида протагонист томонидан ўз яқинларини тушуниш даражаси

чуқурлашади, уларга нисбатан эмпатия даражаси ошади ва шулар орқали ўзини идрок қилиш реаллик даражаси ошади.

Психодраманинг кўпгина техникаларидан бир дубляция қилиш техникасидир. Бу техника протагонистнинг яширин хис-туйғулари директор ёки ёрдамчи “мен” томонидан ташқи томондан тасвирлаб берилиши вазиятига мўлжалланади. Дубль протагонист муайян пайтда гапириб бера олмайдиган ёки гапиришга ботинолмаганларни сўзлаб беради ва шу билан протагонист кечинмалари яхлитлигини тиклашга имконият яратади.

Протагонист ўз ҳолатини ифода этишига кўмаклашувчи психодраманинг яна бир техникаси- ойналар техникасидир. Протагонист ўз аҳволини ҳаракатлар ёки сўзлар билан ифода этишга ожиз бўлган пайтда сахнада уни ёрдамчи “мен” алмаштиради ва гўё ҳамма ҳаракатлар ойнада бўлаётгандай, уни хулқ-атвориға тақлид қилишга ҳамда унинг хис-туйғуларини ифодалашга ҳаракат қилади. Акс эттиришда протагонист ўзининг маълум томонларини яхши англаши мақсадида уларни муҳофалаш мумкин.

Ўзини презентация(тақдимот) ва реализация қилиш ҳам муҳим психодраматик техникалар қаториға қирадилар. Ўзини презентация қилиш техникаси протагонистға ўзини ва унга ақамиятли бўлган атрофидаги одамларни реал ҳаётда қандай идрок қилса сахнада шундай таништириш имконини беради. Ўзини реализация қилиш техникаси эса протагонистға бир неча ёрдамчи “мен”лар ёрдамида реалликдан қанчалик ўзоқ бўлса ҳам, ўз ҳаётининг актуал режаларини тасвирлаб беришга кўмаклашади.

Ўзини реализация қилиш техникасини келажакни режалаштариш техникасидан фарқлаш даркор. Бу техниканинг мақсади протагонистни ўз келажакини қандай кўришини ҳаракатда тасвирлаб беришдир. Бу техника келажак намунаси деб ҳам номланади.

Яна бир кўп қўлланадиган психодраматик техникалардан бири тушларни психодраматик презентациясидир. Бу техника туш, фантазия, галлюцинация ва б.қ.лар воситасида инсоннинг ички реаллигини тушуниш имкониятларини кенгайтиради.

Психодраматик метод сифатидаги психодраманинг асосий шакллари. Протагонистға марказлашган психодрама. Психодраманинг мазкур туру протагонистға концентрецияланиб, бунда протагонист психодраматик ўйинда етакчи ва ёрдамчи “мен” ёрдамида ўз ҳаётининг реал ёки ҳаёлий воқеасини тасвирлаб беради. Сахна кўришини ёрдамида мавжуд шахсларро вазиятдаги ҳамда тасвирланаётган муаммодаги иштирок этаётган бошқа шахслар билан ўзаро таъсир хусусиятлари яққол ва равшан кўринади.

Мавзуда марказлашган психодрама. Кўпинча психодраматик сессия жараёнида барча гуруҳ аъзоларига таалуқли мавзулар аниқланади. Психодраманинг бу шаклида гуруҳнинг ҳар бир аъзосини мавзуга таалуқли воқеани тасвирлаб бериши мўлжалланган. Кўтарилган мавзу

сабабида кечинма ва фикрлар акс этган вазиятлар тасвирланади. Мавзуда марказлашган психодрама билиш ва ўрганиш, психодраматик хатти-харакатларнинг турли шакллари орасидаги мувозанатни ўрнатиш функцияларини ўз ичига олади.

Гуруҳга йўналган психодрама. Психодраматерапиянинг бу шакли кўпинча протагонистга марказлашган психодрама шаклида ўтказилади. Бироқ ушбу психодраматик фаолиятнинг асосий хусусияти тадқиқ қилинаётган муаммо гуруҳнинг барча аъзоларига таалуклидир. Мазкур вазиятда деярли барча қатнашчилар сахнада идентификация бўлиш имкониятига эга бўладилар. Гуруҳга йўналган психодрама гуруҳ аъзоларининг хар бирига маълум даражада таалукли муаммони ролларни алмашиш ва идентификация техникалари воситасида чуқур ва равшан англашга шароит яратади.

Гуруҳга марказлашган психодрама. Гуруҳга марказлашган психодраманинг мақсади гуруҳ аъзоларининг ўзаро эмоционал муносабати ва бу муносабатлардан ҳозир ва шу ерда келиб чиқувчи муаммолар устида ишлашдир.

Психодраманинг бошқа шаклларига импровизацияланган ўйин, вазиятли ўйин, ролли ўйин, социометрия мисол бўла олади.

Хулоса қилиб айтиш жоиз, психодраматик жараёнда терапевтик ишни психодраматик техника тўпрамидан механик фойдаланишдан фарқлаш муҳим аҳамиятга эга. Бунинг учун доимо терапевтик мақсадларга ҳамда гуруҳий психотерапиянинг бир тури бўлмиш психодраманинг умумий концепциясига амал қилиш лозим.

#### **Назорат саволлар:**

1. Амалий ва назарий психология истиқболлари?
2. Замонавий адабиётлар тахлили?
3. Психологик диагностика ва замонавий психология адабиётлари?

#### **Адабиётлар рўйхати:**

11. Крайг Х., Бокум Н. Психология развития. М.: “Аспект Пресс”, 2003. – 364 с.
12. Сорокун П.А. Основы психологии. Псков: ПГПУ, 2005 г.
13. Дружинин В.Н. Психология 21 века. Из-во ПЕР СЭ, 2003 год.
14. Майерс Д. Психология. Из-во Попурри, 2008 г.
15. Немов Р.С. Психология в трех томах. М, 2005

## IV. АМАЛИЙ МАШҒУЛОТ МАТЕРИАЛЛАРИ

1. В.Я. Ляудис «Психологияни ўқитиш методикаси» (б. 101, 107-109) Дарс ишланмасини ишлаб чиқиш.
2. Илмий мақолани хулосалаш (тингловчи диққатига).
3. Замонавий таълим дастурлари ишланмасини (презентациясини) тайёрлаш

### 1 - амалий машғулот:

#### Психологияни ўқитиш методикаси.

**Ишдан мақсад:** Замонавий таълим стандартлари ҳамда хориж тажрибасини умулаштирган ҳолда, дарс ишланмасини ишлаб чиқиши ва тақдим қилиш.

**Зарур жиҳозлар:** проектор ва компьютер

### 2 - амалий машғулот:

#### Илмий мақолани хулосалаш.

**Ишдан мақсад:** Тингловчи томонидан мустақил танланган мавзу доирасида сўнгги тадқиқотлар асосида тайёрланган мақола муҳокамасини тайёрлаш ва тақдим қилиш.

**Зарур жиҳозлар:** проектор ва компьютер

### 3 - амалий машғулот:

#### Замонавий таълим дастурлари ишланмасини (презентациясини) тайёрлаш.

**Ишдан мақсад:** Ўзбекистон Республикаси таълим соҳасидаги мавжуд стандартларга таянган ҳолдаб таклиф ва мулохазалар шаклида тавсиялар ишлаб чиқиш ва гуруҳда муҳокама қилиш.

**Зарур жиҳозлар:** флипчарт ва маркерлар

## **V. КЕЙСЛАР БАНКИ**

1. Канада ва АҚШ тажрибасига таянган ҳолда, Ўзбекистон Республикаси психологик тизимига қандай таъли ва ўзгартиришлар тавсия этиш мумкин? Уларнинг салбий ва ижобий оқибатлари истиқболлини таҳлил қилиб бера оласизми?

## VI. МУСТАҚИЛ ТАЪЛИМ МАВЗУЛАРИ

### Мустақил ишни ташкил этишнинг шакли ва мазмуни

Тингловчи мустақил ишни муайян модулнинг хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда қуйидаги шакллардан фойдаланиб, тайёрлаши тавсия этилади:

- меъёрий ҳужжатлардан, ўқув ва илмий адабиётлардан фойдаланиш асосида модуль мавзуларини ўрганиш;
- тарқатма материаллар воситасида маърузалар қисмини ўзлаштириш;
- махсус адабиётлар бўйича модуль бўлимлари ёки мавзулари устида ишлаш;
- амалий машғулотларда берилган топшириқларни бажариш.

### Мустақил таълим мавзулари

1. Болонье тизими: муаммо ва ечим.
2. Ўзбекистонда Олий таълимдан кейинги таълим.
3. АҚШ да психологияни ўқитиш тизими.
4. Канадада психологияни ўқитиш тизими.
5. Англияда да психологияни ўқитиш тизими.
6. Осиёда психологияни ўқитиш тизими.
7. Трансперсонал таҳлил ва унинг самарадорлиги.
8. Бихевиоризм ва келажак.
9. Психоанализ ва психотерапия.
10. Психологияни ўқитишдаги инновацион методлар.
11. Замонавий таълим тизимида психология.
12. Илмий ва тадбиқий психология.
13. Психологияни ўқитишдаги мумаммолар.
14. Ўқитувчи томонидан ўқув жараёнини лойихалаштириш.
15. Психологияни ўқитишдаги янги технологиялар.

## VII. ГЛОССАРИЙ

Ўзбек тилида	Ўзбек тилида маъноси	Инглиз тилида	Инглиз тилида маъноси
сўров варақаси	сўров пайтида қўлланиладиган савол ва жавоблардан иборат бўлган варақа	questionnaire	A document that contains questions and other types of items that are designed to solicit information appropriate to analysis
Empatiya	boshqalar tajribasidan kelib chiqib hissiy holatni	Empathy	comprehension of the emotional state , entering into the
Ijtimoiy Adaptatsiya	odamlar va ijtimoiy guruhlarining ijtimoiy	Social adaptation	active human adaptation or social group to the changing social
Ijtimoiy psixologiya) Roli	(Fransuzcha qonuniyatdan olingan bo'lib) shaxsning ijtimoiy vazifasi; shaxslararo o'zaro munosabat tizimi, jamiyatdagi holati va o'rniga	The role of the (social psychology) (From the French rule)	the social function of the person; the appropriate way to the accepted norms of behavior of people based on their status or position in society, in the system of interpersonal relations.
Ksenofobiya	у ёки бу бегона карашларга нисбатан	Xenophobia -	fear or hatred of anyone or anything alien; the perception of
Ontogenez	Ontogenez-hayot boshidan oxirigacha	Ontogeny	development of an organism from the moment of conception
SWOT-таҳлил	Компания позицияларини кучли ва кучсиз позицияларни аниқлаш усули	Analysis SWOT (SWOT-analysis)	the method of determining the strengths (strengths), weaknesses (weaknesses) side position of the company,
агорафобия	очик майдонлардан қўрқиш (йўлни кесиб ўтишдан, транспортлардан, инсонлар	agoraphobia	Agoraphobia is an anxiety disorder characterized by symptoms of anxiety in situations where the person perceives
агрессия	тирик жонзотлар ва предметларга зарар етказиш	aggression	Aggression is overt, often harmful, social interaction with the intention of inflicting damage or other unpleasantness upon
адаптация	мослашув, кўникув	adaptation	adaptation the modification of an organism or its behavior to make it more fit for existence under the conditions of its
бихевиоризм	бихевиоризм назария, кузатилаётган хулқ атвор	behaviorism	behaviorism the theory that observed behavior, rather than what exists in the mind, provides the only valid data for
Гендер	бу инсоннинг социал хулқ- атворидаги хусусиятларини унинг жинси бўйича	Gender	eng. gender is the term for features of human social behavior, defined by its flooring.
Девиянт	лотинча "deviatio" сўзидан олинган бўлиб, чекиниш, бузилиш деган маънони англатади. Девиянт хулқ-атвор - мавжуд жамиятда ўрнатилган ахлоқ меъёрларига	Deviance	Deviance any behavior or physical appearance that is socially challenged or condemned because it departs from the norms and expectations of a group.
десенсибилизация	сезувчанликни йўқотиб бориш	desensitization	desensitization the gradual reduction in response to a stimulus
детерминизм	географик асосда барча ходисаларнинг ўзаро объектив конуний алоқадорлиги ва	determinism	is the view that we always act upon our greatest drive
корреляция	ўзаро нисбат	correlation	
Психологик эксперимент	текширилувчиларнинг ҳаёт фаолиятига мақсадли илмий аралашув орқали психология ҳақидаги янги илмий	Psychological experiment	Psychological experiment
Фаолият ёндошуви	инсон фикрлаши унинг ақлий фаолияти воқеликни манавий англаш	Activity approach	Activity-specific approach in temperament research in temperament research is the theory related to a structure of
Эмоция	Хис-хаяжон, руҳий кечинма	Emotion	feeling experience

## VIII. АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ

1. Крайг Х., Бокум Н. Психология развития. М.: “Аспект Пресс”, 2003. – 364 с.
2. Ғозиев Э.Г. Социал психология. Тошкент, 2013.
3. Сорокун П.А. Основы психологии. Псков:ПГПУ, 2005 г.
4. Паригин В.Д. Основы социальной психологической теории М. 2001
5. Дружинин В.Н. Психология 21 века. Из-во ПЕР СЭ, 2003 год.
6. Каримова В.М. Психология. Т. 2002.
7. Майерс Д. Психология. Из-во Попурри, 2008 г.
8. Немов Р.С. Психология в трех томах. М, 2005

### Интернет сайтлар:

1. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
2. <http://psychol.ras.ru>
3. [www.koob.ru](http://www.koob.ru)