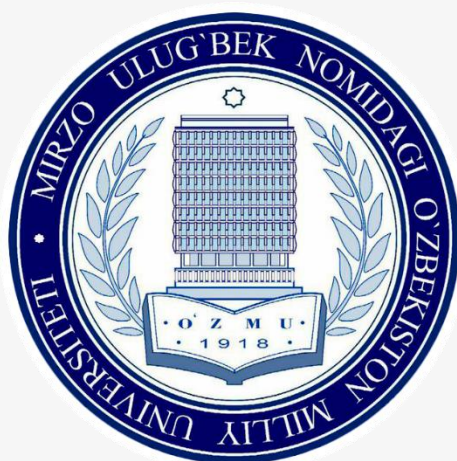


**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
OLY VA O‘RTA MAXSUS TA‘LIM VAZIRLIGI**

**OLY TA‘LIM TIZIMI PEDAGOG VA RAHBAR KADRLARINI QAYTA  
TAYYORLASH VA ULARNING MALAKASINI OSHIRISHNI TASHKIL  
ETISH BOSH ILMIY - METODIK MARKAZI**

**O‘ZBEKISTON MILLIY UNIVERSITETI HUZURIDAGI PEDAGOG  
KADRLARINI QAYTA TAYYORLASH VA ULARNING MALAKASINI  
OSHIRISH TARMOQ (MINTAQAVIY) MARKAZI**



**“TADBIQIY IJTIMOY PSIXOLOGIYA”**

**MODULI BO‘YICHA**

**O‘QUV–USLUBIY MAJMUA**

**Toshkent - 2022**

Modulning ishchi o‘quv dasturi O‘zbekiston Respublikasi Oliy va o‘rta maxsus ta’lim vazirligining 2020 yil 7 dekabrda 648-sonli buyrug‘i bilan tasdiqlangan namunaviy o‘quv reja va dasturlar asosida ishlab chiqilgan.

**Tuzuvchi:** O‘RQKA “Gumanitar fanlar” kafedrasida dosenti,  
N.A.Mirashirova.

**Taqrizchilar:** Mirzo Ulug‘bek nomidagi O‘zMU “Psixologiya”  
kafedrasida dosenti A.I.Rasulov  
Mirzo Ulug‘bek nomidagi O‘zMU “Psixologiya”  
kafedrasida dosenti I.I.Raximova

**O‘quv -uslubiy majmua Bosh ilmiy-metodik markaz Ilmiy metodik  
Kengashining qarori bilan nashrga tavsiya qilingan  
(2020 yil “30” dekabrda 5/4-sonli bayonnoma)**

## MUNDARIJA

<b>I. ISHCHI DASTUR .....</b>	<b>4</b>
<b>II. MODULNI O‘QITISHDA FOYDALANILADIGAN INTERFAOL TA’LIM METODLARI.....</b>	<b>11</b>
<b>III. NAZARIY MASHG‘ULOT MATERIALLARI.....</b>	<b>17</b>
<b>IV. AMALIY MASHG‘ULOT MATERIALLARI.....</b>	<b>96</b>
<b>V. KEYSLAR BANKI.....</b>	<b>141</b>
<b>VI. MUSTAQIL TA’LIM MAVZULARI.....</b>	<b>144</b>
<b>VII. GLOSSARIY .....</b>	<b>146</b>
<b>VIII. ADABIYOTLAR O‘YXATI.....</b>	<b>150</b>

## I. ISHCHI DASTUR

### **Kirish**

Dastur O‘zbekiston Respublikasining 2020 yil 23 sentabrda tasdiqlangan “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi “O‘zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo‘yicha Harakatlar strategiyasi to‘g‘risida”gi PF-4947-son, 2019 yil 27 avgustdagi “Oliy ta’lim muassasalari rahbar va pedagog kadrlarining uzluksiz malakasini oshirish tizimini joriy etish to‘g‘risida”gi PF-5789-son, 2019 yil 8 oktabrdagi “O‘zbekiston Respublikasi oliy ta’lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”gi PF-5847-sonli Farmonlari hamda O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 23 sentabrdagi “Oliy ta’lim muassasalari rahbar va pedagog kadrlarining malakasini oshirish tizimini yanada takomillashtirish bo‘yicha qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida”gi 797-sonli Qarorlarida belgilangan ustuvor vazifalar mazmunidan kelib chiqqan holda tuzilgan bo‘lib, u oliy ta’lim muassasalari pedagog kadrlarining kasb mahorati hamda innovasion kompetentligini rivojlantirish, sohaga oid ilg‘or xorijiy tajribalar, yangi bilim va malakalarni o‘zlashtirish, shuningdek amaliyotga joriy etish ko‘nikmalarini takomillashtirishni maqsad qiladi.

Dastur doirasida berilayotgan mavzular ta’lim sohasi bo‘yicha pedagog kadrlarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish mazmuni, sifati va ularning tayyorgarligiga qo‘yiladigan umumiy malaka talablari va o‘quv rejalari asosida shakllantirilgan bo‘lib, uning mazmuni kredit modul tizimi va o‘quv jarayonini tashkil etish, ilmiy va innovasion faoliyatni rivojlantirish, pedagogning kasbiy professionalligini oshirish, ta’lim jarayoniga raqamli texnologiyalarni joriy etish, maxsus maqsadlarga yo‘naltirilgan ingliz tili, mutaxassislik fanlar negizida ilmiy va amaliy tadqiqotlar, o‘quv jarayonini tashkil etishning zamonaviy uslublari bo‘yicha so‘nggi yutuqlar, pedagogning kreativ kompetentligini rivojlantirish, ta’lim jarayonlarini raqamli texnologiyalar asosida individuallashtirish, masofaviy

ta'lim xizmatlarini rivojlantirish, vebinar, onlayn, «blended learning», «flipped classroom» texnologiyalarini amaliyotga keng qo'llash bo'yicha tegishli bilim, ko'nikma, malaka va kompetensiyalarni rivojlantirishga yo'naltirilgan.

Qayta tayyorlash va malaka oshirish yo'nalishining o'ziga xos xususiyatlari hamda dolzarb masalalaridan kelib chiqqan holda dasturda tinglovchilarning mutaxassislik fanlar doirasidagi bilim, ko'nikma, malaka hamda kompetensiyalariga qo'yiladigan talablar takomillashtirilishi mumkin.

### **Modulning maqsadi va vazifalari**

**Modulning maqsadi:** “Tatbiqiy ijtimoiy psixologiya” moduli boradasidagi xorijda va mamlakatimizda to'plangan ilg'or tajribalarni o'rganish va amalda qo'llash, ko'nikma va malakalarini shakllantirish. Tadbiqiy ijtimoiy psixologiyaning amaliy jihati ijtimoiy-psixologik diagnostika; ijtimoiy-psixologik maslahat; ijtimoiy-psixologik texnologiyalardan foydalanish orqali ijtimoiy-psixologik ta'sir, ijtimoiy-psixologik yordam ko'rsatishdagi quyidagi sohalarini pedagogik faoliyatda qo'llash. Shaxsni ijtimoiy-psixologik o'rganish va ta'limdagi imkoniyatlarini haqida oliy ta'lim muassasalari pedagog kadrlarining bilim, ko'nikma va kompetensiyalarini oshirish.

#### **Modulning vazifalari:**

- “Psixologiya” yo'nalishida pedagog kadrlarning kasbiy bilim, ko'nikma, malakalarini takomillashtirish va rivojlantirish;
- shaxs rivojlanishining psixologik qonuniyatlari to'g'risida tasavvurga ega bo'lish;
- psixologiyaning asosiy muammolari, shaxsning turli davrlaridagi psixologik o'zgarishlar, qonuniyatlari, mexanizmlar, tamoyillarni, ta'lim-tarbiyani tashkil qilishning xususiyatlarini bilishi va ulardan foydalana olish;
- psixologik tadqiqotlar o'tkazish, psixodiagnostik metodikalarni tanlash, bilish jarayonlari, intellekt, qobiliyat, shaxs, shaxslararo munosabatlar psixodiagnostikasi va proyektiv metodikalarni qo'llash,
- pedagoglarning ijodiy-innovasion faollik darajasini oshirish;

- mutaxassislik fanlarini o‘qitish jarayoniga zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalari samarali tatbiq etilishini ta’minlash;

- maxsus fanlar sohasidagi o‘qitishning innovatsion texnologiyalari va ilg‘or xorijiy tajribalarini o‘zlashtirish;

“Psixologiya” yo‘nalishida qayta tayyorlash va malaka oshirish jarayonlarini fan va ishlab chiqarishdagi innovasiyalar bilan o‘zaro integratsiyasini ta’minlash.

### **Modul bo‘yicha tinglovchilarning bilimi, ko‘nikmasi, malakasi va kompetensiyalariga qo‘yiladigan talablar**

“Tatbiqiy ijtimoiy psixologiya moduli bo‘yicha tinglovchilar quyidagi yangi bilim, ko‘nikma, malaka hamda kompetensiyalarga ega bo‘lishlari talab etiladi:

#### **Tinglovchi:**

- -psixokorreksion dastur tuzilishiga qo‘yiladigan talablar va ularning o‘ziga xos xususiyatlarini;

- ta’lim ijtimoiy madaniy fenomen ekanligini;

- pedagog bilan psixolog faoliyatining modelini;

- zamonaviy vositalaridan foydalanib psixologik natijalarni statistik tahlil qilishni;

- psixologik tadqiqotlar natijalariga ishlov berish, ularni tahlil qilish, xulosalar chiqarish, ilmiy maqolalar tayyorlash, tavsiyalarni ishlab chiqishni *bilishi* kerak.

- shaxsning psixodiagnostik baholash va unga doir metodikalarni;

- ilmiy yo‘nalishlarda o‘rganilgan tadqiqotlarni tabiiq eish;

- psixologik faoliyatda guruh uyushtirish usulining afzalliklari va kamchiliklarini ko‘ra olish;

- tatbiqiy ijtimoiy psixologiya fanining predmeti va asosiy yo‘nalishlarini;

- tatbiqiy ijtimoiy psixologiyaning tabiiy va ijtimoiy fan sifatida talqin qilinishi;

- tatbiqiy ijtimoiy psixologiyaning asosiy muammolari;

- fan doirasida to‘plagan bilimlarning amaliyotda qo‘llash *ko‘nikmalariga*

ega bo'lishi lozim.

- psixologiya sohasida zamonaviy texnologiyalar qo'llash orqali ilmiy-nazariy va amaliy ahamiyatga ega bo'lgan tavsiyalar berish;

– psixologiya fanining zamonaviy yo'nalishlarini o'rganish va ilmiy-amaliy tadqiqotlar o'tkazish;

– shaxs borasidagi psixologik hodisa va jarayonlarni tahlil qilish va shaxs kamoloti borasidagi muammolar bo'yicha yechimda zamonaviy usullarini qo'llash;

– pedagoglarning ijodiy innovasion faollik darajalarini oshirishni ta'minlash;

– psixologiyada o'tkazilgan ilmiy tadqiqot natijalarini amaliyotga tatbiq qilish **malakalariga** ega bo'lishi lozim.

– kadrlar boshqaruvida psixodiagnostikaning o'rni va rolini, sportdagi zamonaviy psixodiagnostika yo'nalishlarini tushuntira olish;

– kasbga yo'naltirish va kadrlar saralashda psixodiagnostika usullarini tatbiq qila olish;

– intellektuallik testlarini xorijiy psixologiyada qo'llashning zamonaviy bosqichini tahlil qila olish;

– psixodiagnostika metodikalarini ishlab chiquvchi va foydalnuvchilarga meyoriy ko'rsatmalar bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqish;

– kompyuter psixodiagnostikasi va O'zbekistonda psixodiagnostika: muammo va yechimlarini izohlay olish;

– psixologiya sohasida kasbiy faoliyat yuritish uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma, malaka va shaxsiy sifatlarga ega bo'lish;

– talabalarga individual yondashuvni amalga oshirishga doir tavsiyalar ishlab chiqish;

– psixologik videodarslarni tayyorlash;

psixologiya fanlarining dolzarb masalalariga oid zamonaviy manbalardan foydalana olish **kompetensiyalariga** ega bo'lishi lozim

### **Modulni tashkil etish va o'tkazish bo'yicha tavsiyalar**

Modulni o'qitish ma'ruza va amaliy mashg'ulotlar shaklida olib boriladi.

Modulni o‘qitish jarayonida ta’limning zamonaviy metodlari, pedagogik texnologiyalar va axborot-kommunikasiya texnologiyalari qo‘llanilishi nazarda tutilgan:

-ma’ruza darslarida zamonaviy kompyuter texnologiyalari yordamida prezentasion va elektron-didaktik texnologiyalardan;

-o‘tkaziladigan amaliy mashg‘ulotlarda texnik vositalardan, ekspress-so‘rovlar, test so‘rovlari, aqliy hujum, guruhli fikrlash, kichik guruhlar bilan ishlash, kollokvium o‘tkazish, va boshqa interaktiv ta’lim usullarini qo‘llash nazarda tutiladi.

### **Modulning o‘quv rejadagi boshqa modullar bilan bog‘liqligi va uzviyligi**

“Tadbiqiy ijtimoiy psixologiya” moduli “Ta’limda psixologik xizmat muammolari”, “Zamonaviy psixodiagnostika muammolari” va “Amaliy testologiya muammolari” modullari bilan uzviy bog‘liq. Psixologik xizmatni tashkil etish. Zamonaviy psixologiya fanlari o‘qituvchisiga qo‘yiladigan asosiy talablar. Testologiya haqida tushuncha. Testologiya fanlar tizimida: psixologiya, pedagogika, sosiologiya, tibbiyot, kibernetika va boshqalar. Amaliy testologiya tashkiliy-texnologik fan sifatida. Amaliy psixologiyada psixodiagnostika. Ta’limdagi zamonaviy psixodiagnostika muammolari. Tadbiqiy ijtimoiy psixologiya modulining boshqa modullar bilan bog‘liqligi pedagog-psixologlarning kasbiy faoligidagi muammolarni hal qilishga yordam va kasbiy pedagogik tayyorgarlik darajasini oshirishga xizmat qiladi.

### **Modulning oliy ta’limdagi o‘rni**

Modulni o‘zlashtirish orqali tinglovchilar ta’lim jarayonini tashkil etishda ta’limda tadbiqiy psixologiyaning ilmiy yo‘nalishlarini o‘rganish va bu boradagi ilg‘or tajribalarni, ularni tahlil etish, amalda qo‘llash va baholashga doir kasbiy layoqatga ega bo‘lish, ilmiy-tadqiqotda innovasion faoliyat va ishlab chiqarish faoliyati olib borish kabi kasbiy kompetentlikka ega bo‘ladilar.



**“Tadbiqiy ijtimoiy psixologiya” moduli bo‘yicha soatlar taqsimoti**

№	Modul mavzulari	Auditoriya o‘quv yuklamasi		
		Jami	jumladan	
			Nazariy	Amaliy mashg‘ulot
1.	Ta’limda tadbiqiy ijtimoiy psixologiya. Tadbiqiy ijtimoiy psixologiya tabiiy va ijtimoiy fan sifatida	6	2	4
2.	Pedagog faoliyatida tadbiqiy ijtimoiy psixologiya yetakchi ahamiyatga ega ekanligi.	6	2	4
3.	Ekstremal vaziyatlarda tadbiqiy ijtimoiy psixologiya.	8	2	6
<b>Jami:</b>		<b>20</b>	<b>6</b>	<b>14</b>

**NAZARIY MASHG‘ULOTLAR MAZMUNI**

**1-mavzu: Ta’limda tadbiqiy ijtimoiy psixologiya. Tadbiqiy ijtimoiy psixologiya tabiiy va ijtimoiy fan sifatida (2 soat)**

1. Tadbiqiy ijtimoiy psixologiya tabiiy va ijtimoiy fan sifatida.
2. Tadbiqiy ijtimoiy psixologiyaning asosiy muammolari.
3. Amaliy ijtimoiy psixologiyaning mohiyati va asosiy yo‘nalishlari.

**2-mavzu: Pedagog faoliyatida tatbiqiy ijtimoiy psixologiya yetakchi ahamiyatga ega ekanligi (2 soat)**

1. Amaliy ijtimoiy psixologiya asoslari.
2. Amaliy ijtimoiy va psixologik tadqiqotlarning asosiy yo'nalishlari.
3. O'zbekistonda tatbiqiy ijtimoiy psixologiya fanining rivojlanish tarixi.

**3-mavzu: Ekstremal vaziyatlarda tatbiqiy ijtimoiy psixologiya (2 soat)**

1. Ekstremal vaziyatlarda tatbiqiy ijtimoiy psixologiya.
2. Ekstremal vaziyatlar haqida tushuncha.
3. Ekstremal vaziyatlarda amaliy psixologik yordam.

**AMALIY MASHG'ULOTLAR MAZMUNI**

**1-amaliy mashg'ulot.** Ta'limda tatbiqiy ijtimoiy psixologiya. Tatbiqiy ijtimoiy psixologiya tabiiy va ijtimoiy fan sifatida (4 soat).

**2-amaliy mashg'ulot.** Pedagog faoliyatida tatbiqiy ijtimoiy psixologiya yetakchi ahamiyatga ega ekanligi. (4soat).

**3-amaliy mashg'ulot.** Ekstremal vaziyatlarda tatbiqiy ijtimoiy psixologiya (6 soat).

**O'QITISH SHAKLLARI**

Mazkur modul bo'yicha quyidagi o'qitish shakllaridan foydalaniladi:

- ma'ruzalar, amaliy mashg'ulotlar (ma'lumotlar va texnologiyalarni anglab olish, aqliy qiziqishni rivojlantirish, nazariy bilimlarni mustahkamlash);
- davra suhbatlari (ko'rilayotgan loyiha yechimlari bo'yicha taklif berish qobiliyatini oshirish, eshitish, idrok qilish va mantiqiy xulosalar chiqarish);
- bahs va munozaralar (loyihalar yechimi bo'yicha dalillar va asosli argumentlarni taqdim qilish, eshitish va muammolar yechimini topish qobiliyatini rivojlantirish).

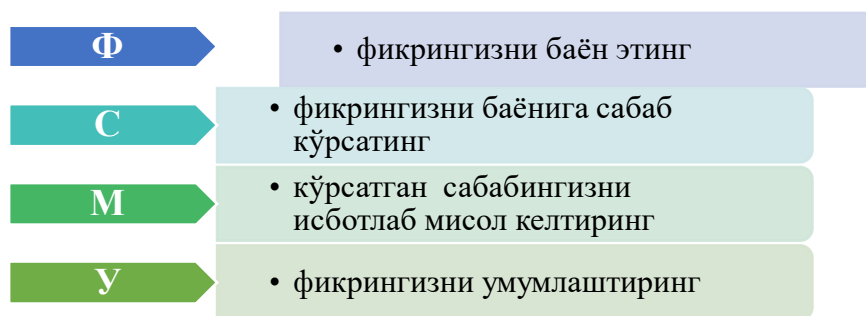
## II. MODULNI O‘QITISHDA FOYDALANILADIGAN INTERFAOL TA’LIM METODLARI.

### «FSMU» metodi

**Texnologiyaning maqsadi:** Mazkur texnologiya ishtirokchilardagi umumiy fikrlardan xususiy xulosalar chiqarish, taqqoslash, qiyoslash orqali axborotni o‘zlashtirish, xulosalash, shuningdek, mustaqil ijodiy fikrlash ko‘nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi. Mazkur texnologiyadan ma’ruza mashg‘ulotlarida, mustahkamlashda, o‘tilgan mavzuni so‘rashda, uyga vazifa berishda hamda amaliy mashg‘ulot natijalarini tahlil etishda foydalanish tavsiya etiladi.

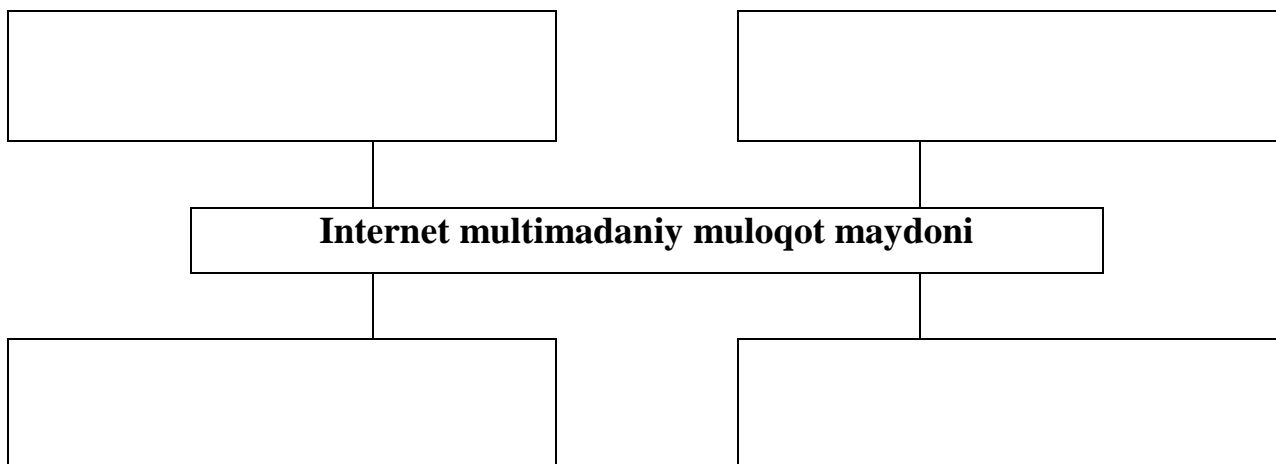
### Texnologiyani amalga oshirish tartibi:

- qatnashchilarga mavzuga oid bo‘lgan yakuniy xulosa yoki g‘oya taklif etiladi;
- har bir ishtirokchiga FSMU texnologiyasining bosqichlari yozilgan qog‘ozlarni tarqatiladi:
- ishtirokchilarning munosabatlari individual yoki guruhliy tartibda taqdimot qilinadi.



FSMU tahlili qatnashchilarda kasbiy-nazariy bilimlarni amaliy mashqlar va mavjud tajribalar asosida tezroq va muvaffaqiyatli o‘zlashtirilishiga asos bo‘ladi.

**Namuna: “Internetning multimadaniy muloqot maydoni”** fikrga nisbatan munosabatingizni FSMU orqali tahlil qiling.



### **“Tushunchalar tahlili” metodi**

**Metodning maqsadi:** mazkur metod qatnashchilarning yangi mavzu buyicha dastlabki bilimlar darajasini tashhis qilish maqsadida qo‘llaniladi, shuningdek mavzu buyicha tayanch tushunchalarni o‘zlashtirish darajasini aniqlash, o‘z bilimlarini mustaqil ravishda tekshirish, baholash maqsadida qo‘llaniladi.

“Tushunchalar tahlili” metodini amalga oshirish tartibi:

- ishtirokchilar mashg‘ulot qoidalari bilan tanishtiriladi;
- o‘quvchilarga mavzuga yoki bobga tegishli bo‘lgan so‘zlar, tushunchalar nomi tushirilgan tarqatmalar beriladi (individual tartibda);
- o‘quvchilar mazkur tushunchalar qanday ma’no anglatishi, qachon, qanday holatlarda qo‘llanilishi haqida yozma ma’lumot beradilar;
- belgilangan vaqt yakuniga yetgach o‘qituvchi berilgan tushunchalarning tugri va tutiliq izohini uqib eshittiradi yoki slayd orqali namoyish etadi;
- har bir ishtirokchi berilgan tugri javoblar bilan uzining shaxsiy munosabatini taqqoslaydi, farqlarini aniqlaydi va o‘z bilim darajasini tekshirib, baholaydi.

**Namuna:** “Mavzuga oid tushunchalar tahlili”

<b>Tushuncha</b>	<b>Xal qiluvchi kuch</b>	<b>Samarasi nimada aks etadi</b>	<b>Yondashuvni ilgari surgan olimlar</b>
<i>Postindustrial jamiyat</i>			
<i>Axborot jamiyati</i>			
<i>Bilimlarga asoslangan iqtisodiyot</i>			
<i>Virtual jamiyat</i>			

**Izoh:**Bo‘sh ustunlarga qatnashchilar tomonidan fikr bildiriladi. Mazkur tushunchalar haqida qo‘shimcha ma’lumot glossariyda keltirilgan.

**Metodni amalga oshirish tartibi:**

- o‘qituvchi mashg‘ulotga qadar mavzuning asosiy tushunchalari mazmuni yoritilgan input-matnni tarqatma yoki taqdimot ko‘rinishida tayyorlaydi;
- yangi mavzu mohiyatini yorituvchi matn ta’lim oluvchilarga tarqatiladi yoki taqdimot ko‘rinishida namoyish etiladi;
- ta’lim oluvchilar individual tarzda matn bilan tanishib chiqib, o‘z shaxsiy qarashlarini maxsus belgilar orqali ifodalaydilar. Matn bilan ishlashda talabalar yoki qatnashchilarga quyidagi maxsus belgilardan foydalanish tavsiya etiladi:

<b>Belgilar</b>	<b>1-matn</b>	<b>2-matn</b>
“V” – <i>tanish ma’lumot.</i>		
“?” – <i>mazkur ma’lumotni tushunmadim, izoh kerak</i>		

“+” bu ma’lumot men uchun yangilik		
“- ” bu fikr yoki mazkur ma’lumotga qarshiman?		

Belgilangan vaqt yakunlangach, ta’lim oluvchilar uchun notanish va tushunarsiz bo’lgan ma’lumotlar o’qituvchi tomonidan tahlil qilinib, izohlanadi, ularning mohiyati to’liq yoritiladi. Savollarga javob beriladi va mashg’ulot yakunlanadi.

### **“Bumerang” texnologiyasi**

**Maqsadi:** o’quvchilarda tezlik, axborotlar tizmini tahlil qilish, rejalashtirish, prognozlash ko’nikmalarini shakllantirishdan iborat. Mazkur metodni baholash va mustahkamlash maksadida qo’llash samarali natijalarni beradi.

#### **Amalga oshirish bosqichlari:**

1. Dastlab ishtirokchilarga belgilangan mavzu yuzasidan tayyorlangan topshiriq, ya’ni tarqatma materiallarni alohida-alohida beriladi va ulardan materialni 5 daqika davomida sinchiklab o’rganish talab etiladi. .

2. Navbatdagi bosqichda trener-o’qituvchi guruh a’zolarini o’qilgan ma’lumot haqida fikr almashinish imkonyatini beradi. Bu vazifa uchun 5 daqika vaqt beriladi.

3. Navbatdagi bosqichda trener-o’qituvchi ishtirokchilarga uch kishidan iborat boshqa kichik guruhlarga birlashtiradi va guruh a’zolarining xar biri o’qigan ma’lumot haqida fikr almashinish imkonyatini beradi. Bu vazifa uchun 10daqqa vaqt beriladi.

4. Barcha dastlab shakllangan guruxlarga ishtirokchilar qaytadi, va fikr almashingan ma’lumot yuzasidan boshqa guruxlarga berish uchun savol shakllantiradi.

5. Xar bir guruxdan 1 kishi savol beradi, va tugri javob uchun 1-3 gacha ball kuyiladi.

6. Trener-o‘qituvchi barcha guruxlar to‘plagan ballarni umumlashtirib, g‘olib guruxni e‘lon qiladi.

7. Ishtirokchilarga olgan baholariga qarab, ularning mavzu bo‘yicha o‘zlashtirish darajalari aniqlanadi.

**“Bumerang” texnologiyasi asosida vazifa:** Olingan materialni mazmunini tushunib olishga xarakat kiling, so‘ng guruhda muxokama qiling

<i>1- guruxga vazifa</i>	<p>Multiskript bu axborot uzatishning o‘ziga xos shakli bo‘lib, bir tomondan katta hajmdagi videomateriallar bilan ishlashni osonlashtirsa, ikkinchi tomondan o‘z ichiga matn, audio va video kabi bir qancha mediyaviy formatlarni oladi. Bizni qiziqtirgan videotasma fragmenti hamda bu fragmentga tegshli transkriptni tez va katta aniqlikda tanlab olish mumkin. Multiskript o‘z ichiga uchta blokni oladi – pleyer, “stenogramma” va “mazmun”. Videomaterialni ko‘rish uchun pleyer tagida joylashgan “Play” piktogrammasini bosish kerak. Videotasmaning bizni qiziqtirgan fragmentini ko‘rishni uch yo‘l bilan amalga oshirsa bo‘ladi:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- pleyer tagida joylashgan kursor yordamida;</li><li>- “Stenogramma” blokida mant fragmentini bosib;</li><li>- “Mazmun” blokida sarlavhani aktivlashtirish orqali</li></ul>
<i>2- guruxga vazifa</i>	<p><i>Slayd-shou. Fotolentadan shunisi bilan farq qiladiki, unda suratlar fotofilm rejimida mustaqil ravishda varaqlanadi. Suratlar ssenariy asosidagi ketma-ketlikda qo‘yiladi. Slayd-shou ovoz bilanbirgalikda audio-illyustrasiya elementlarini, ya’ni audiositatalar, shovqin, ovozli effektlar, axborot bilan to‘yintirilgan matnni o‘z ichiga olishi mumkin. Vizual ketma-ketlik ixtiyoriy. Ular voqea joyidan olingan suratlar yoki arxiv kadrlari, hujatlar, xaritalar, skrinshotlar, karikaturalar va h.k. bo‘lishi mumkin. Bu texnologiya reportaj, ocherk, ba’zida yangiliklarni illyustrasiya qilish uchun kerak.</i></p>

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">3-guruxga vazifa</p>	<p><i>Audioslayd-shou – zamonaviy jurnalistikaning multimediyaviyligi sabab yaratilgan fotoillyustrasiyalashtirishning sintetik varianti bo‘lib, mustaqil janrga aylandi. Bu tushuncha 2000 yillarda paydo bo‘lgan. Ba’zi fotograflar fotoreportajlarining taqdimoti uchun slayd-shoulardan foydalanib, unga tadbirda yozib olingan ovozni qo‘llaganlar. Keyinchalik bu usuldan katta nashriyotlar foydalana boshladilar. Audioslayd-shou tanlab olingan fotosuratlar va ularga qo‘yilgan ovozdan iborat. Ovoz sifatida musiqiy kompozisiya yoki muallif o‘qigan matn bo‘lishi mumkin. Mazmunning asosi bo‘lib, tashqi shovqin, ovozli effekt, audiositata yordamida berilgan hikoya xizmat qilishi mumkin. Vizual qator sifatida voqea sodir bo‘lgan joydan olingan suratlar, yoki arxiv kadrlari, hujjatlar, karikaturalar va h.k. olinishi mumkin.</i></p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">4-guruxga vazifa</p>	<p><i>- Panoramali fotografiya – obzor burchagi katta bo‘lgan fotografiyadir. Ommaviy voqealarni yoritishda, obyektlarni, peyzaj, joylarni tasvirga olishda ularning masshtabini ko‘rsatishda aktualdir.</i></p> <p><i>- Interaktiv foto – shunday fotografiyaki, unga maxsus metkalar qo‘yilgan bo‘lib, ularni bosganda matn, video, ssilka, ijtimoiy to‘rlarning statuslari chiqadi.</i></p>



### III. NAZARIY MASHG‘ULOT MATERIALLARI

#### 1 – Mavzu: Ta’limda tatbiqiy ijtimoiy psixologiy. Tatbiqiy ijtimoiy psixologiya tabiiy va ijtimoiy fan sifatida (2 soat)

##### *REJA:*

- 1.1. Tatbiqiy ijtimoiy psixologiya tabiiy va ijtimoiy fan sifatida.
- 1.2. Tatbiqiy ijtimoiy psixologiyaning asosiy muammolari.
- 1.3. Amaliy ijtimoiy psixologiyaning mohiyati va asosiy yo‘nalishlari.

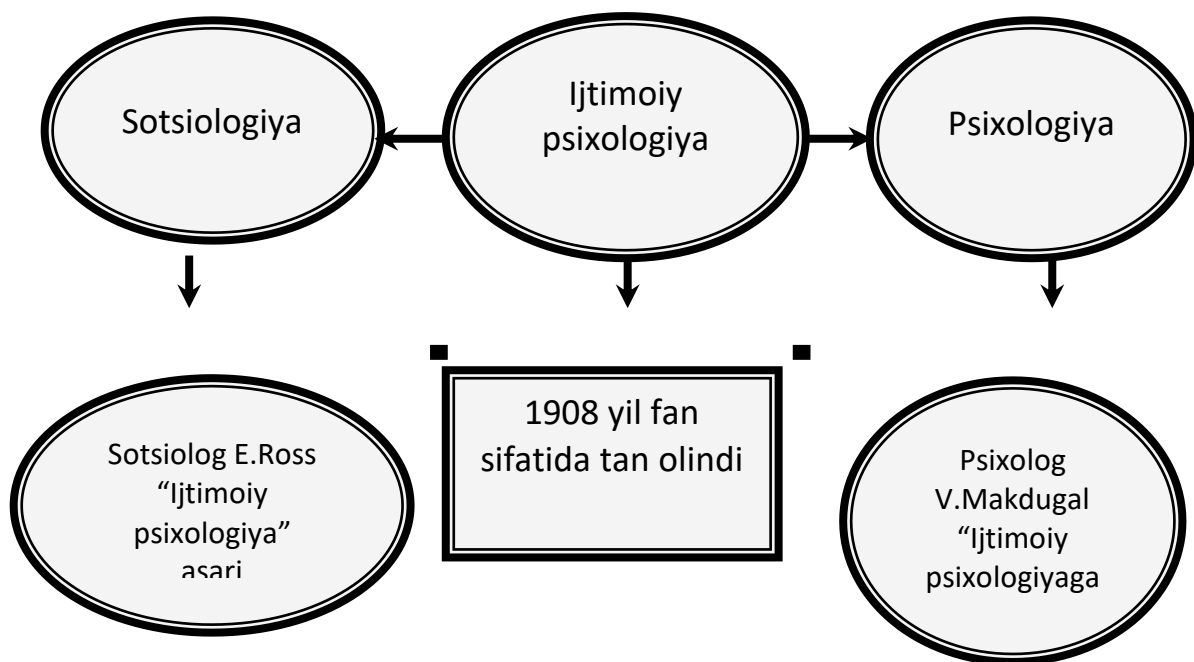
**Tayanch tushunchalar:** ijtimoiy psixologiya, sosiologiya, etnopsixologiya, shaxs ijtimoiylashuvi, sosiometriY.

#### **1.1. Tatbiqiy ijtimoiy psixologiya tabiiy va ijtimoiy fan sifatida.**

Mashhur rus olimasi, sobiq ittifoqda ijtimoiy psixologiya fanining asoschilaridan biri, ijtimoiy psixologiya bo‘yicha ilk darslik muallifi G.M.Andreyeva ijtimoiy psixologiya soxasida ishlayotgan mutaxassisning aslida kim ekanligi - psixologmi, faylasufmi yoki sosiologmi, uning ushbu fan predmetiga yondashuvida o‘z aksini topadi, chunki agar u sosiolog bo‘lsa, ijtimoiy qonuniyatlarni avval boshdan jamiyatdagi an’analar va umumiy qoidalar tilida tushuntirishga intilsa, psixolog konkret olingan shaxs psixologiyasining qonuniyatlarini umumjamiyat qonun qoidalariga tatbiq etishga xarakat qiladi. Shuning uchun ham G. Andreyeva ijtimoiy psixologiyaning mavzu baxsi haqidagi hozirgi zamon qarashlarini umumlashtirib, bu o‘rinda uch xil: sosiologik, psixologik va sosiopsixologik yondashish mavjudligini asoslaydi. Nima bo‘lganda xam, shuni asosli tarzda e’tirof etish zarurki, ijtimoiy psixologiyaning aloxida fan bulib ajralib chikishiga sabab bulgan ilmiy manbalar ikki fan psixologiya va sosiologiya fanlarining erishgan yutuklari va xar kaysisining doirasida ma’lum muammolarning yechilishi uchun yana kushimcha aloxida fanning bulishi lozimligini tan olish tufayli yuzaga keldi. Shuning uchun

xam uzok yillar mobaynida ijtimoiy psixologiya sohasida tadqiqotlar olib borayotgan shaxsning kimligiga qarab, izlanishlarning natijalarida u yoki bu yondashuv psixologik yoki sosiologik yondashuvning ustuvorligi yakkol kuzga tashlandi.

Ijtimoiy psixologiya faning predmetini hozirgi kunda quyidagicha ta'riflash mumkin: **ijtimoiy psixologiya – odamlarning jamiyatda hamkorlikdagi ish faoliyatlari jarayoni davomida ularda hosil bo‘ladigan tasavurlar, fikrlar, e’tiqodlar, g‘oyalar, xis-tuyg‘ular, kechinmalar, turli xulq-atvor shakllarini tushuntirib beruvchi fanidir.**



Ko‘p vaqt davomida ijtimoiy psixologiya fanining predmeti borasida tortishuvlar kechgandir. Sababi - ijtimoiy psixologiya fani ikki turdagi qonuniyatlar – ijtimoiy taraqqiyot hamda psixik taraqqiyot qonuniyatlari bilan ish olib boradi. Shuning uchun bo‘lsa kerak ijtimoiy psixologik mavzu baxsi va u o‘rganadigan sohalar borasida turlicha qarashlar va tortishuvlar mavjudligini kuzatamiz.

Ijtimoiy psixologiyaning mavzu baxsini ta'riflashga aynan psixologik yondashuv A.V.Petrovskiy va V.V.Shpalinskiylarning «Jamoaning ijtimoiy psixologiyasi» kitoblarida bayon etilgan. Bu mualliflarning fikricha, «Ijtimoiy psixologiya» – psixologiya fanining shunday tarmog‘iki, u turli uyushgan va

uyushmagan guruxlardagi odamlarning muloqoti, o‘zaro ta’sir munosabatlaridan kelib chiqadigan psixik hodisalarni o‘rganadi. Shuning uchun ham G.M.Andreyeva ijtimoiy psixologiyaning mavzu baxsi haqidagi xozirgi zamon qarashlarini umumlashtirib, bu o‘rinda uch xil yondashish borligini e’tirof etadi. Birinchisi, sosiologik yondashish bo‘lib, uning tarafdorlarining fikricha, ijtimoiy psixologiya asosan ommaviy psixologik jarayonlarni xalqlar psixologiyasi, ommaviy marosimlar, udumlar, rasm – rusumlarning inson xulq-atvorida namoyon bo‘lishini o‘rganishi kerak. Ikkinchi psixologik yondashuv tarafdorlari asosan psixologlar bo‘lib, ular asosiy diqqatni shaxsning ijtimoiy psixologik hislatlariga, uning turli guruxlarda tutgan o‘rni, mavqei, ijtimoiy ustanovkalar va xokazolarga qaratmoq lozim deb hisoblaydilar. Shu bilan birgalikda, hozirda ham sosiologik ham psixologik qarashlarni birgalikda mujassamlashtirayotgan olimlar ham borki, ular ham ommaviy jarayonlarni, ham shaxsning shu jarayonlardagi xulq-atvorini motivlarini o‘rganishni yoqlab tadqiqotlar o‘tkazmoqdalar.

Amerika ijtimoiy psixologiyasida ham ijtimoiy psixologiyaning mavzu baxsi borasida uzoq tortishuvlar mavjud bo‘lgan. Chunki shu paytgacha shaxs va jamiyat borasida muommolar soxasida ikki xil yondashuv bo‘lib kelgan edi: psixologiya inson tabiatini, uning psixikasini , sosiologiya esa, jamiyat tabiatini, psixikasini o‘rganib keladi. Ijtimoiy psixologiya paydo bo‘ldiki, u insonning jamiyatga munosabatining psixologik tomonini o‘rganmoqda.

Demak, xar bir shaxsning jamiyatda yashashi, uning ijtimoiy normalariga rioya qilgan holda navbatga o‘xshash shaxslar bilan o‘rnatadigan murakkab o‘zaro munosabatlari va ularning ta’sirida hosil bo‘ladigan hodisalarning psixologik tabiatlarini va qonuniyatlarini tushuntirib berish ijtimoiy psixologiyaning asosiy vazifasidir. Bundan yelib chiqadigan umumiy ta’riflarga binoan, ijtimoiy psixologiya ijtimoiy muloqotning murakkab shakl va mexanizmlarini o‘rganuvchi fandır.

Ijtimoiy psixologiya va umuman ijtimoiy faoliyat bilan shug‘ullanuvchi fanlarning asosiy vazifasi – barkamol avlod tarbiyasini, ta’minlovchi barcha

ma'naviy, ruhiy va insoniy munosabatlar; mohiyatini tahlil qilish, ularni boshqarishning eng samarali usullarini hayotga tadbiq etishdir. Bu o'rinda, ayniqsa ijtimoiy tafakkurning, yangicha dunyoqarash va munosabatlarning shakllanishini, insonning o'zgariga ta'sir etish mexanizmlarini o'rganish eng dolzarb masalalardandir. Xo'sh, bugungi kunda ijtimoiy psixologiya oldida qanday vazifalar mavjud? Birinchidan, uning asosiy yo'nalishi kichik guruxlar va jamoalar psixologiyasini o'rganishdan iboratdir. Xar bir uning oilasi, mehnat jamoasi, ko'cha-ko'ydagi norasmiy guruxdagi do'stlari davrasi, o'quv jamoasi va xkazolardir. Shaxsning yakka va turli guruxlar doirasida o'zini tutishi, xulq-atvori, mavqei, unga navbatga xos guruhiy ta'sirlar, guruxdagi shaxslararo moslik, liderlik, guruhiy tazyiqqa beriluvchanlik kabi qator hodisalar aslida o'sha guruhlarni boshqarish, o'zaro munosabatlar sharoitini yaratish – bu odamlarni samarali o'zaro muloqotga o'rgatishning zaruriyatidir.

Ikkinchidan, shaxsning ijtimoiy psixologik qiyofasi masalasi ham bugungi kundagi o'zgarishlar va ma'naviy jixatidan poklanish davrida o'ta muhim soxadir. Shaxsni ijtimoiy psixologik o'rganish tadqiqotlarning obykti sifatida qaralganda, avvalo uning xulq-atvori, ijtimoiy motivlar, uning yo'nalishlari, xulq-atvori, normalari, shaxsning jamiyatdagi turli ijtimoiy rollari, mavqei, ijtimoiylashuvi; shaxsning o'z-o'ziga baxosi, munosabati, hurmati xamda ijtimoiy, tarixiy va madaniy shart-sharoitlarning shaxs ongiga ta'siri, shaxs tiplari o'rganiladi.

Uchinchidan, jamiyat miqyosida ro'y beradigan ommaviy hodisalar ijtimoiy psixologiya uchun tadbiqiy ahamiyatga ega. Ijtimoiy psixologiyada ommaviy hodisalar deganda turli kishilar guruhida shaxslararo munosabatlar va o'zaro ta'sir jarayonlari; milliy etnopsixologiya hamda sinflar psixologiyasi muommolari; milliy madaniyat, urf-odatlar, an'analar, udumlar, aqidalarning shaxs shakllanishidagi roli; olomon psixologiyasiga oid psixologik qonuniyatlar; turli guruxlarda odamlarning bir-birini idrok qilishlari va tushuntirishlari, o'zaro ta'sir masalalari tushuniladi. Chunki alohida shaxs tarbiyasida ommaviy hodisalarning, katta guruxlarning ta'sirini inkor etish masalaga bir yoqlama yondashish bilan barobardir. Masalan,

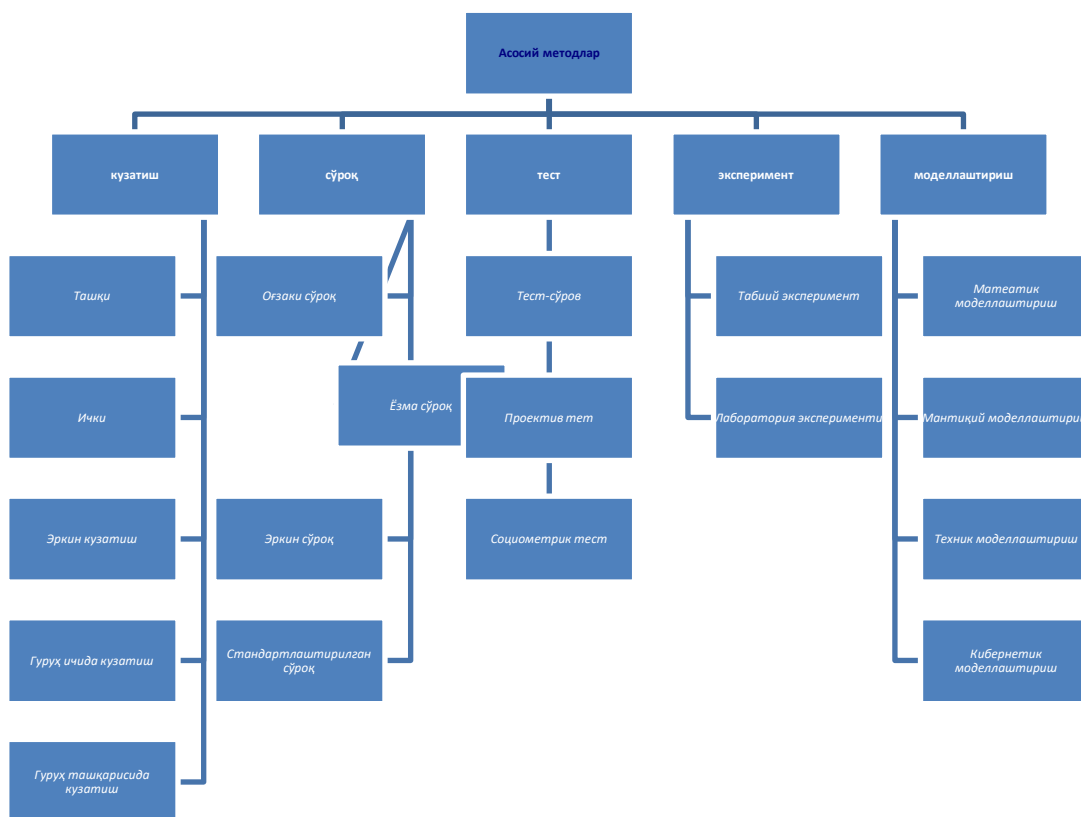
shaxs uchun u mansub bo'lgan millat, elat yoki xalqning ruhiyati, uning ongidagi asrlar davomida saqlanib kelayotgan an'analar, rasm-rusumlar, aqidalar, udumlar, faoliyat stereotiplari kabilar o'z muayyan ta'sir kuchiga ega.

To'rtinchidan, oila ijtimoiy psixologiyaning o'rganish obyekti sifatida. Bu yerda oilaga hos psixologik jarayonlar, oila a'zolarining bir-birlariga munosabatlari, nikohdagi o'zaro moslik masalalari, oilaviy mojarolarning psixologik omillari, oilada bola tarbiyasining ijtimoiy psixologik metodlari o'rganiladi.

Ajratilgan vazifalardan yana biri shuki, hozirgi davrda ijtimoiy psixologiya navbat bilan bevosita aloqador bo'lgan boshqa psixologiya tarmoqlari bilan hamkorlikda keskin o'zgarishlar davrida har bir inson ongida nima sodir bo'ladi, u bu o'zgarishlarni qanday idrok qilmoqda, uning hayotiy mavqeini qanday qilib maqsadga muvofiq tarzda faollashtirish mumkin, degan savollarga ilmiy asoslangan javob topib berishdir. Boshqaruv psixologiyasi, sanoat va ishlab chiqarish psixologiyasi ham shunday guruxiy jarayonlarning qonun va qoidalarni tadqiq etish tufayli ajralib chiqqan tadbqiqiy soxalardir. Ijtimoiy psixologiya o'rganadigan eng asosiy va yuqorida ta'kidlab o'tilgan muommalarni o'z ichiga olgan masalalardan biri - bu muomaladir. Psixolog olimlarning fikricha, bugungi kunda ijtimoiy psixologiyaning predmeti ham va uning doirasida o'tkaziladigan barcha tadqiqotlarning umumiy obyekti ham muomiladir. Uning inson hayotida tutgan o'rnini aniqlash turli ijtimoiy faoliyatlar sharoitida samara beradigan muomila turlari va uslublarini yoritish, uning sof psixologik mexanizmlarini tadqiq etish, fanning eng muhim tadbqiqiy yo'nalishlaridandir. Shuning uchun ham xar bir konkret sharoitda shaxslararo muloqot samaradorligini oshirish omillarini o'rganish hozirgi ijtimoiy psixologiyadagi muxim muammolardandir.

**Har bir fanda 6o'lgani singari ijtimoiy psixologiyaning o'z metodlari va ularni qo'llash vositalari maajud. To'g'ri, ularning aksariyati psixologiya va sosiologiya fanlarida ko'llaniladigan usullarga yaqin, lekin fanning predmetidagi o'ziga xosligini hisobga olgan holda ularni ishlatish yo'llari va ma'lumotlarni ilmiy jihatdan tahlil qilishda farqlar mavjud.**

Masalan, umumiy psixologiyada bo‘lgani kabi ijtimoiy psixologiyada ham kuzatish metodi qo‘llaniladi, lekin kuzatuv obyekti konkret shaxsdagi psixik faoliyat emas, balki shaxsning ijtimoiy munosabatlar tizimida bevosita kuzatish mumkin bo‘lgan ijtimoiy xulqidir. YA’ni, kuzatuvchi aniq oldindan belgilangan reja asosida o‘zi o‘rganayotgan guruhning faoliyatini, verbal yoki noverbal hatti-harakatlarini malum vaqt birligida muttasil kuzatib, olingan malumotlarni qayd etib boradi, bunda zamonaviy audio- va videotexnikadan foydalanish, u yoki bu harakatlarni qayta-qayta qurish orqali kerakli xulosalarni chikarish mumkin. Ijtimoiy psixologiyada qo‘llaniladigan kuzatish metodining asosan uch shakli mavjud:



a) “qo‘shilib kuzatish” - bunda tadqiqotchi kuzatiluvchilar faoliyatiga bevosiga aralashib, zarur holatlarda birgalikda faoliyat yuritadi. Bu usulda eng muhim xususiyat uning tabiiyligi bo‘ulib, kuzatish obyektlari o‘zlarining kuzatilayotganliklarini sezmaydilar va kuzatuvchi guruhning azosi sifatida qabul qiladilar. Ushbu shartning buzilishi eksperimentning samarasiz bo‘lishiga olib kelishi mumkin;

6) “tashki kuzatish” - kuzatiluvchilar faoliyatiga aralashmagan holda ular tashqi xulk-atvorini qayd qilishdir. Bu usul muayyan vaqt va sabr-toqat talab qilishi bilan boshqa metodlardan farq qiladi, bazida qiska muddat ichida tadqiqotchi o‘zini qiziqtirayotgan predmeg xususida hech narsa, qayd qila olmasligi yoki tasodifan qo‘lga kiritilgan ma’lumot asosida xulosa chiqarishga majbur bulishi mumkin. Shuning uchun ham bu usul boshqa usullarga qo‘shimcha vosita sifatida ishlatiladi;

v) “muhim voqealarni qayd etish” usulida kuzatishning mohiyati shundaki, alohida shaxs yoki guruh kutilmagan, tasodifiy vaziyatga solinadi va ularning vaziyatga munosabati, o‘zini tutishi, ziddiyatli va qiyin holatlardan chiqish yo‘llari kuzatiladi. Masalan, guruhni ataylab oldindan tuzilgan ssenariy yordamida munozarali vaziyatga solish va unda har bir guruh azosini o‘zini qanday tutishi va bayon etgan fikrlarini zikr etish bunga yorqin misoldir.

*Hujjatlarni taqdim qilish* usuli sosiologiyadan kirib kelgandir. Bu ijtimoiy faoliyatning mahsulini o‘rganishga karatilgan bo‘lib, to‘plangan ma’lumotlarning ishonchliligi, matematika va statistika uslublari yordamida qayta ishlash imkoniyatining mavjudligi sababli ma’lum afzalliklarga ega. Bu usulning yana bir nomi *kontent-tahlil* bo‘lib, tahlil qilinadigan hujjatlar toifasiga asosan og‘zaki (so‘zlangan nutq matnlari, suhbatlarning yozib olingan qismlari, bevosita muloqot jarayonida qayd etilgan manbalar) yoki yozma (rasmiy ) plakatlar, gazeta-jurnallardagi maqolalar, xatlar, manaviy-ma’rifiy adabiyotlar matnlari va shunga o‘xshash) holda tavsiya etilgan ma’lumotlar kiradi.

Kontent-tahlilni qo‘llashda tadqiqotchi oldida turgan asosiy muammo - bu tekshiruv fikrlarni bo‘lishi, kategoriyalarni aniqlashdir. Ko‘plab tadqiqotchilar fikrlarini umumlashgiran holda tahlil qilish uchun uning birliklari quyidagilar bo‘lishi mumkin, deb hiso6lanadi:

a) alohida iboralar yoki so‘zlarda bildirilgan tushunchalar (masalan, demokratiya, faollik, tashabbus, hamkorlik va hokazo);

b) yaxlit abzaslar, matnlar, maqolalar va shunga o'xshashlarda ko'tarilgan mavzular (masalan, millatlararo munosabatlar mavzusi, insonlardagi milliy qadriyatlar, yoshlar ma'naviyati mavzusi va hokazo);

v) tarixiy allomalar, siyosatshunoslar, taniqli shaxslarning nomlari;

g) ijtimoiy hodisa, rasm yoki hujjat, biror aniq fakt, asar (masalan, oilaviy mojarolar, O'zbekiston Konstitusiyasining muhokamasi, yangi yozilgan asarga o'quvchilarning munosabati va shunga o'xshash),

Yaxshi o'tkazilgan kontent tahlil - aslida ijtimoiy psixologik tadqiqotlarda juda muhim ahamiyatga ega. To'plangan miqdoriy ma'lumotlar matematik statistika metodlari yordamida qayta ishlovdan o'tkazilmog'i lozim. Kontent - tahlil tadqiqotchidan kattagina o'quvni talab qiladi.

So'rov metodlari. So'rov metodlari ijtimoiy psixologik tadqiqotlarda keng qo'llaniladi, ayniqsa, anketa so'rovi va intervyu shular jumlasidandir, Bu metodlarni qo'llashda qator metodologik qiyinchiliklar vujudga keladi, birinchidan, doim shaxslararo munosabatlar, o'zaro ta'sir shakllari mavjud, ikkinchidan, tadqiqotchining subyektiv munosabatlarini ham inkor qilib bo'lmaydi, Tadqiqot mobaynida shaxslararo idrok qilish va subyektiv bir-birini tushunishga karatilgan barcha qonuniyatlar yashaydi. Shunga qaramay, juda ko'p ijtimoiy psixologik malumotlarni to'plashda surov metodlari eng qo'llanadigan usullar sifatida ishlatib kelinmoqda.

*Intervyu* o'tkazish uchun odam maxsus ravishda tayyorgarlik ko'rishi kerak, chunki u tadqiqotchidan qator muhim shaxs sifatlarining bo'lishini talab qiladi. Shuning uchun ham ijtimoiy psixologiyada "rolli uyinlar" metodi yordamida psixolog yoki sosiolog maxsus tayyorgarlik kursidan o'tadi.

*Anketa* metodi hammaga tanish bo'lgan usullardan biri. Lekin ko'pincha anketani o'tkazgan odam uning tuzilishi qanchalik qiyinligini yoki olingan ma'lumotlarni qayta ishlash, ularni to'g'ri sharhlash naqadar qiyin ekanligini tasavvur qilmaydi. Anketaga kiritilgan savollar malumotiga ko'ra anketa ochiq va



yopiq turlarga bo‘linadi. Ochiq anketa respondentdan o‘z fikrini erkin bayon etishni talab qiladi, yopiq shakldagi anketa savollari esa javoblari oldindan berilgan bo‘lib, tekshiriluvchi o‘ziga ma’qul bo‘lgan, o‘zining qarashlari, fikrlari bilan mos kelgan javobni belgilab beradi. Ochiq savollarning kamchiligi - respondentlarning har doim ham, qo‘yilgan vazifaga yetarli darajada mas’uliyat bilan qaramasliklari hamda berilgan javoblarni statistik jihatdan ishlov berishdagi qiyinchiliklar bo‘lsa, yopiq anketada respondentga tekshiruvchi tomonidan o‘z fikriga ergashishga o‘xshash holatning mavjudligi yoki har doim ham hamma savolning barcha javob variantlarini topib bilmaslikdadir. Shunday holatlarda respondent yo umuman javob bermasligi yoki “tavakkal” qilib bir variantni belgilab berishi mumkin. Shuning uchun ham keyingi paytlarda yarim yopiq savollardan iborat anketalar tuzilmoqdaki, ularda javob variantlaridan tashqari qo‘shimcha tarzda fikr bildirish uchun qo‘shimcha qatorlar beriladi.

*Testlar* psixologiyaning maxsus usulidir. Ular qisqa sinov usuli bo‘lib, u yoki bu ijtimoiy psixologik hodisani muddat ichida biror testni qo‘llash orqali tekshiriladi. Testlar asrimizning boshida kashf qilingan bo‘lib, ular 20-30-yillarda hayotga, amaliyotga shunchalik shiddat bilan kirib keldiki, natijada maxsus soha - psixometrika yuzaga keldi. Testlarni qo‘llashning qulaylik tomoni shundaki, bir test yordamida ma’lum bir obyektning-bir obyektning u yoki bu xususiyatini bir necha marta, takror-takror sinab ko‘rish mumkin. Lekin ularni universal deb bo‘lmaydi, chunki u yoki bu testni faqat qanday turdagi obyektida sinalgan bo‘lsa, shunga o‘xshash obyektlardagina qo‘llash mumkin, kolaversa, bunda olingan ma’lumotlar nisbiy harakterga ega bo‘ladi. Biroq shunday bo‘lishiga qaramay, testlar, ayniqsa hozirgi kunlarda hayotimizga keng kirib keldi. Shaxs xususiyatlarini tekshiruvchi testlardan tashqari, shaxsning muloqot tizimidagi o‘rnini, undagi muloqot malakalarining bor-yuqligini sinovchi, shaxs aqliy sifatlarini tekshiruvchi testlar keng qo‘llanilmoqda. E’tirof etish kerakki, testni tuzish, uni obyektlarda sinovdan o‘tkazish, hattoki, tayyor testni moslashtirish yuksak bilimlarni, malakani, olimlik odobini talab kiladigan ishdir. Masalan, ingliz olimi Kettell shaxs sifatlarini

sinovchi testini ishlab chiqish uchun odamdagi 4,5 mingga yaqin sifatlarni o'rganishdan boshlagan edi. Ana shulardan ekspertlar yordamida 171 juft dixotomik sifatlarni ajratdi (masalan, kamtar—maqtanchoq, bosiq—tez va shunga o'xshash). Nihoyat, ular ichidan eng ishonchlilari tanlab olindiki, oxir-oqibat 21 xil shaxs xususiyatlaridan iborat sifatlar kompleksi tanlandi va shular asosida mashhur Kettell testi paydo bo'ldi. Uning yordamida asosan shaxsdagi introversiya, ekstroversiya, faollik, reallilik, ziyraklik darajasi va boshqalar sinaladigan bo'ldi.

Testlar xususida yana shuni aytish mumkinki, har bir testning o'z "kaliti" bo'ladi va bu kalitning egasida maxsus lisenziyalar, ya'ni kelishuvga ko'ra ishonchli shaxslar-gagina sotish, berish xuquqi bo'ladi. "Kalitsiz" esa maxsus testlarni hech kim ishlata olmaydi.

*Ijtimoiy psixologik eksperiment..* Ijtimoiy psixologik eksperiment-bu ijtimoiy hodisalarni o'rganish maqsadida tekshiruvchi bilan tekshiriluvchi o'rtasidagi maqsadga qaratilgan muloqotdir. Barcha muloqotning bo'lishi uchun eksperimentator, ya'ni tekshiruvchi maxsus sharoit yaratadi va ana shu sharoitda aniq reja asosida faktlar tuplaydi. Umumiy psixologiyada bo'lgani kabi, ijtimoiy psixologiyada ham tabiiy va laboratoriya eksperimenti turlari farqlanadi. Tabiiy eksperimentga misol qilib, rus pedagogi A. Makarenkoning jamoaning shakllanishi va uni uyushtirish borasida olib borgan tadqiqotlarini olish mumkin. Amerikalik psixolog M. Sherif esa guruhlararo munosabatlarga taalluqli fenomenlarni tabiiy sharoitlarda maxsus reja asosida tekshirib o'rgangan. Uning asosiy maqsadi vaqtinchalik tuzilgan jamoa - yozgi ta'til lagerlarida turli ziddiyatlarning paydo bo'lishidagi psixologik sabablarni o'rganishdan iborat edi.

Laboratoriya eksperimenti odatda maxsus sharoitlarda, maxsus xonalarda, kerakli asbob-uskunalar yordamida o'tkaziladi. Birinchi marta laboratoriya sharoitida ijtimoiy psixologik tadqiqotni rus olimi Bexterev o'tkazgan edi. U maxsus asboblarda yordamida idrokning aniqligini, xotiraning sifatini, kuzatuvchanlik xususiyatlarini yakka holda va guruh sharoitida solishtirib o'rgandi hamda

guruhning borligi har bir guruh a'zosi psixik jarayonlariga bevosita ta'sir etishini isbot qildi.

Laboratoriya eksperimenti keyinchalik B.G. Ananyev, YE.S. Kuzmin, V.S. Merlin, V.N. Myasishev, L.I. Umanskiy va boshqalar tomonidan yanada takomillashtirildi va ijtimoiy psixologiyada apparatura uslubi keng qo'llanila boshladi. Masalan, F.D. Gorbov va M.A. Novikovlar tomonidan gomeostat, L.I. Umanskiy tomonidan yaratilgan guruh uchun integratorlar paydo bo'ldi va amaliyotda bir guruh hodisalarni tekshirishda keng ishlatila boshladi. Masalan, guruhiy gomeostat guruhni tashkil etuvchilar o'rtasida harakatlardagi moslikning bor-yo'qligini tekshiradi. Bu moslamaning mohiyati shuki, guruh a'zolari yumaloq stol atrofida o'tiradilar, har bir qatnashuvchi ro'parasida tablo o'zi xohlagan tomonga burishi mumkin bo'lgan strelka bo'lib, tekshiruvchi har birining harakatini kuzatib turadi. Lekin ularga topshiriq quyidagicha beriladi: "Siz strelkani shunday buringki, sizning harakatingiz boshqalarnikiga mos bo'lsin, aks holda, sizning beparvoligingiz tufayli butun guruh jazo oladi". Agar guruhda hamjihatlik bir-birini tushunish bo'lsa, ular tezda o'zaro kelishib olib, xatolarni minimal qiladigan bo'lib qoladilar, shu jihatdan turli guruhlar turlicha xulq-atvor namoyon qilishi, bunda guruhning muloqot tajribasi, guruh peshqadamining qobiliyatlari yetakchi rol o'ynashi eksperimental tarzda isbotlanadi.

Bundan tashqari, maxsus asbob-uskunalar yordamida guruh a'zolaridagi ishonuvchanlik—konformizm hodisalarini ham eksperimental tarzda o'rganish mumkin. Guruhdagi umumiy ishonuvchanlikni, guruh tazyiqini o'rganish uchun esa auokinetik effekt beruvchi moslamalardan foydalaniladi. Bunda yonib turgan nuqta qorong'ida avval alohida tarzda guruh a'zolariga ko'rsatiladi, keyin esa guruh sharoitida, maxsus tayyorlab qo'yilgan odamlar orqali kishilar fikrining qanchalik o'zgarishi tekshiriladi.

*Proyektiv metodlar.* Bu usullar test usullarining bir ko'rinishi bo'lib, unda tekshiriluvchiga aniq tizim yoki ko'rinishga ega bo'lmagan, noaniq narsalar tavsiya etiladi va ularni sharhlash topshirig'i beriladi. YA'ni, tekshiriluvchiga turlicha talqin

qilish mumkin bo'lgan rasmlar, tugatilmagan hikoyalar, biror aniq ko'rinishga ega bo'lmagan buyumlar, yog'ochlar berilishi mumkin, ularga qarab tekshiriluvchi o'zining hissiy dunyosi, qiziqishlari, dunyoqarashi nuqtai nazaridan baho berishi mumkin.

Proyektiv usullarga mashhur "Rorshaxning siyoh dog'lari" testini kiritish mumkin (1921 i.). Bu dog'lar ikki tomonlama simmetrik shaklda berilgan 10 xil dog'lardan iborat bo'lib, har bir dog' har xil bo'yoqli fonda ko'rsatiladi. Tekshiriluvchidan har bir "dog" ning nimani eslatayotganligini aytish so'raladi. Uning og'zidan chiqqan so'z-lar, assosiasiyalarga qarab (ularni kontent-analiz qilib) shaxs xususiyatlari haqida xulosa qilinadi.

Yana bir proyektiv usul—bu S. Rozensveygning rasmlari assosiasiyalar usulidir. Bunda hayotda tez-tez uchrab turadigan ziddiyatli vaziyatlarni aks ettirgan rasmlar tekshiriluvchiga tavsiya qilinadi. Bu rasmlarda bir tomonda turgan personajlar nimalarnidir gapirayotgan holda gavdalantiriladi, unga qarshi tomondagi shaxs esa hali javob qaytarib ulgurmagan, tekshiruvchi tekshiriluvchidan tez, qisqa muddat ichida bo'sh kataklarga berilishi mumkin bo'lgan javobni yozishni so'raydi. Berilgan javoblarga qarab shaxsning yo'nalishi, uning ziddiyatlarga munosabati, agressiya-jaholat hissining xususiyatlari, bu hisning kimlarga qaratilganligi va shunga o'xshash muhim faktlar to'planadi.

"Tugatilmagan hikoyalar" ham guruhdagi va yakka shaxslarning qarashlari, ulardagi psixologik yo'nalishlarni o'rganishda ancha qo'l keladigan usuldir. Ularda shaxsning o'ziga, atrofdagilarga, jamoaga munosabatlari aniqlanadi. "Mening hayotiy intilishlarim...", "Mening kayfiyatimni buzilishiga sabab, odatda..." va shunga o'xshash iboralarning davomi yozilib, tugatilishi taklif etiladi.

Shunday qilib, ijtimoiy psixologiya hozirgi kunda juda ko'p metodlarga ega, biz tanishib chiqqan metodlar ularning asosiylari, bir qismi, xolos. Har bir tadqiqotchi o'z tadqiqot obyektining xususiyatlari, tadqiqot maqsadi va mavzuiga qarab kerakli uslubni tanlaydi. Bunda metodlar to'plami bilan to'laligicha tanishish uchun maxsus adabiyotlar bilan ham tanishib chiqish maqsadga muvofiqdir.

### **Tadbiqiy ijtimoiy psixologiya fanining nazariy asoslari.**

Tadbiqiy ijtimoiy psixologiya ijtimoiy psixologiyaning ajralmas qismidir. O‘z navbatida tadbiqiy ijtimoiy psixologiya: **ijtimoiy amaliyot va nazariya sifatida** paydo bo‘ladi. Nihoyat, u ilmiy fanlar va qo‘llanmalar shaklida taqdim etiladi. Bu bo‘linish shartli, lekin foydali bo‘lib hisoblanadi. Bunday yondashuv amaliy ijtimoiy psixologiyani o‘zining kengaytirilgan shaklida ifodalaydi.

Ijtimoiy amaliyot, u amaliy ijtimoiy psixologlar yoki ijtimoiy ishchilar tomonidan amalga oshiriladi, bu holatda ular “aholi bilan psixologik ishlar” profilaktikasi doirasida ta’lim olishlari shart. Shu bilan birga, universitet yoki ilmiy-tadqiqot instituti ilmiy xodimlari (universitet o‘qituvchilari va tadqiqotchilari) o‘z vazifalarini bajarish bilan birga ijtimoiy amaliyot bilan shug‘ullanishlari holatlari ham kam emas.

Tadbiqiy ijtimoiy psixologiyaning amaliy jihati quyidagi sohalardan iborat:

- ✓ ijtimoiy-psixologik diagnostika;
- ✓ ijtimoiy-psixologik maslahat;
- ✓ ijtimoiy-psixologik texnologiyalardan foydalanish orqali ijtimoiy-psixologik ta’sir,
- ✓ ijtimoiy-psixologik yordam ko‘rsatish

*Tadbiqiy ijtimoiy psixologiya deganda – fundamental psixologiyaning tamoyillari, kashfiyotlari va nazariyalarini tegishli sohalarda amalda qo‘llashga yoki shu tarzda qo‘llanilishi mumkin bo‘lgan asosiy tamoyillarini kashf etishga intiladigan psixologiyaning barcha sohasini tushunamiz.*

Tadbiqiy ijtimoiy psixologiyaning rivojlanishida quyidagi psixolog olimlarning hissalarini sanab o‘tish maqsadga muvofiqdir.

**Vilyam Shtern** (William Lewis Stern) (1871-1938) bir tomondan psixologiya sohasidagi diagnostika muammolarining o'ziga xosligini ta'kidlab, psixologik baxolash(psixodiagnostika) va psixologik ta'sir (psixotexnika) o'rtasidagi farqni ko'rsatib berdi. Boshqa tomondan u tashxislash va shaxsni rivojlantirish birligi tamoyilini shakllantirdi. Ushbu tamoyil tashxislash amaliyotining zaruriy-uslubiy asosiga aylandi.

**V. Shternning** izlanishlari, ilmiy g'oyalarini psixodiagnostikada fundamental bilimlarning rivojlanishining asosida ko'rish mumkin. Amaliy psixologiyada **V. Shtern** psixologik baholash (psixodiagnostika) va psixologik ta'sir (psixotexnika) o'rtasidagi farqni aniqladi. Jumladan u psixodiagnostika va psixotexnika o'rtasidagi farqni aniqladi. Amaliy psixologiyaning tarkibiy qismi sifatida **bir tomondan psixologiya sohasidagi diagnostika muammolarining o'ziga xosligini ta'kidlagan bo'lsa, boshqa tomondan u diagnostika va shaxsiyatni rivojlantirish birligi tamoyilini shakllantirdi.**

Darhaqiqat, ijtimoiy psixologiyaning fan sifatida tan olinishi xususida so'z borar ekan, uning rasman e'tirof etilishi 1908 yil deyiladi. Chunki aynan shu yili ingliz olimi V. Makdugall o'zining "Ijtimoiy psixologiyaga kirish" kitobini, amerikalik sosiolog E.Ross esa "Ijtimoiy psixologiya", deb nomlangan kitobini chop ettirgan edi. Bu asarlarda birinchi marta alohida fan - ijtimoiy psixologiyaning mavjudligi tan olindi va uning predmetiga ta'rif berildi. Ikkala muallif ham - biri psixolog, ikkinchisi sosiolog bo'lishiga qaramay, bu fanning asosiy predmeti ijtimoiy taraqqiyot hamda psixik taraqqiyot qonuniyatlarini uyg'unlikda o'rganishdir, degan umumiy xulosaga kelishgan.

XX asr shu bilan xarakterli ediki, u turli fanlar oldiga konkret topshiriqlar qo'ya boshladi. Shuning uchun psixologiya fani oldida tadqiqotlar asosida psixologik qonuniyatlarni asoslash vazifasi turar edi.

Amerikada ko'pgina psixologlar o'z tadqiqot obyektlarini laboratoriyalarda ayrim psixik jarayonlarni o'rganishdan kichik guruhlariga ko'chira boshladilar. Bu davrda psixologiyada shakllanib bo'lgan uch asosiy oqim (psixoanaliz, bixeviorizm

va geshtalt psixologiya) ichida ham ijtimoiy xulq-atvorni kichik guruhlar doirasida o'rganish tendensiyasi paydo bo'ldi. Bunda asosiy diqqat kichik guruhlarga va ularda turlicha eksperimentlar o'tkazishga qaratilgan edi. Bunday holatning paydo bo'lganligi ijtimoiy psixologiyaning fan sifatida shakllanishida nihoyatda katta rol o'ynadi

XX-asrning boshlaridan boshlab AQShda ijtimoiy psixologiya nazariy fan sifatida emas, balki asosan amaliy fan sifatida rivojlandi.

- **Ijtimoiy psixologiya**

- **mehnat unumdorligini oshirish bilan bog'liq talablarni bajarishga**
- **ommaviy axborot vositalarini va tashviqotni rivojlantirishga**
- **boshqaruv usullarini ishlab chiqishga qaratilgan edi.**

Amerikada ijtimoiy psixologiya jamiyatning amaliy ehtiyojlariga e'tibor qaratgan holda o'zining "asosini" ochiq namoyish etadi. Masalan:

**Elton Meyo tadqiqotlari. "Xotorn tajribalari"**

1924 yildan boshlab *insoniy munosabatlar maktabi* ham rivojlana boshladi. Bu yondoshuvning asosi va birlamchi manbaalari amerikalik psixolog Elton Meyoning "Xotorn tajribalari"ga borib taqaladi\*. "Western electric" kompaniyasida o'tkazilgan tajribalarda, sex ishchilariga e'tiborli bo'lish, ularning manfaatlari haqida g'amxo'rlik qilish natijasida mehnat unumdorligini oshirishga erishilgan. Bunday munosabat ishchilar tomonidan rag'batlantiruvchi omil sifatida qabul qilingan va ijobiy munosabatlarni shakllantirish asosida mehnat unumdorligi oshgan.

Bixeviorizm yo'nalishlari doirasida o'tkazilgan ijtimoiy psixologik tadqiqotlar avvalo amerikalik olimlar K.Xoll va V.Skinnerlar nomi bilan bog'liq. Ular va ularning izdoshlari hisoblangan K.Miller, D.Dollard, Dj.Tibo, G.Kelli va boshqalar diada — ikki kishi o'rtasidagi munosabatlarning xilma-xil eksperimental ko'rinishlarini tadqiq qilib, ularda matematik o'yin nazariyasi elementlarini kuzatdilar. Diada sharoitida tajribada o'tkazilgan tadqiqotlarda asosan

mustahkamlash g'oyasini isbot qilishga urinildi. Klassik bixeviorizmdan farqli o'laroq ijtimoiy psixologik bixevioristlar hayvonlar o'rniga laboratoriyaga naqd pulga odamlarni taklif eta boshladilar, shuning uchun ham ularning g'oyasida biologizm va mexanizm tarzda ilgarigi hayvonlarda to'plangan dalillar modelini insonlarda qo'llash hollari kuzatildi.

Psixoanaliz doirasida esa ijtimoiy psixologik tadqiqotlar E. Fromm va Dj. Salliven ishlari bilan bog'liq bixevioristlardan farqli o'laroq bu yerda eksperimentlar ikki kishi emas, balki ko'pchilik ishtirokida o'tkazila boshladi.

Ularning izdoshlari (V.Bayon, V.Bennis, G.Sheparde, V.Shutk) o'tkazgan tadqiqotlar tufayli hozirgi kunda ham katta qiziqish bilan o'rganilayotgan kichik **T—guruhlar psixologiyasi** yaratildi. Unda guruh sharoitida bir odamning boshqalarga ta'siri, guruhning ayrim individlar fikrlariga ta'siri kabi masalalar ishlab chiqildi va ijtimoiy psixologik treninglar o'tkazishga asos solindi.

1950 yildan *miqdoriy yondoshuv* rivojlana boshladi. Bu yondoshuvning asosiy mohiyati guruh va tashkilotlarni boshqarishda matematik metodlardan, xususan, mehnat operasiyalarini tahlil etish, matematik modellar yaratish uslublarining qo'llanilishidir Tashkilot boshqaruvi tizimiga mutlaqo mos model yaratib bo'lmasada, lekin matematik apparatni qo'llash natijasida boshqaruv jarayonini chuqur bilish va ayrim iqtisodiy natijalarni bashorat qila olish imkoniyati oshadi.<sup>1</sup>

Ijtimoiy tadbqiqiy psixologiyaning rivojlanishiga xissa qo'shgan olim ayollardan biri **Andreyeva Galina Mixaylovnadir. (1924-2014)** Ijtimoiy psixologiyada amaliy tadqiqotlar "ijtimoiy-psixologik aralashuv" (G. M. Andreyevaning fikriga ko'ra) deb nomlanadi va o'ziga xos xususiyatlarga ega bo'lgan fanning maxsus sohasini ko'rsatadi. Rus olimasi G.M.Andreyeva ta'kidlaganidek, ijtimoiy psixologiya sohasida ishlayotgan mutaxassisning aslida kim ekanligi – psixologmi, faylasufmi yoki sosiologmi, – uning ushbu fan predmetiga yondashuvida o'z aksini topadi, chunki agar u sosiolog bo'lsa, ijtimoiy

---

<sup>1</sup> Каримова В.М. Ижтимоий психология ва ижтимоий амалиёт Т.2000 27-бет



qonuniyatlarni avval boshdan jamiyatdagi an'analar va umumiy qoidalar tilida tushuntirishga intilsa, psixolog – konkret olingan shaxs psixologiyasining qonuniyatlarini umumjamiyat qonun-qoidalariga tatbiq etishga harakat qiladi.

Nima bo'lganda ham, shuni asosli tarzda e'tirof etish zarurki, ijtimoiy psixologiyaning alohida fan bo'lib ajralib chiqishiga sabab bo'lgan ilmiy manbalar ikki fan – psixologiya va sosiologiya fanlarining erishgan yutuqlari va har qaysisining doirasida ma'lum muammolarning yechilishi uchun yana qo'shimcha alohida fanning bo'lishi lozimligini tan olish tufayli yuzaga keldi. Ijtimoiy psixologiyaning fan sifatida rivojlanishining o'ziga xos xususiyati esa amaliy tadqiqotlar orqali fundamental tadqiqotlarning ilgari surilishidir.

**Ijtimoiy psixologiya – odamlarning jamiyatda hamkorlikdagi ish faoliyatlari jarayoni davomida ularda hosil bo'ladigan tasavvurlar, fikrlar, e'tiqodlar, g'oyalar, his-tuyg'ular, kechinmalar, turli xulq-atvor shakllarini tushuntirib beruvchi fan, shaxs va jamiyat o'zaro bog'liqligida sodir bo'ladigan psixologik hodisalarni tahlil etuvchi ilmiy yo'nalishdir**

Demak, har bir shaxsning jamiyatda yashashi, uning ijtimoiy normalariga rioya qilgan holda o'ziga o'xshash shaxslar bilan o'rnatadigan murakkab o'zaro munosabatlari va ularning ta'sirida hosil bo'ladigan hodisalarning psixologik tabiatini va qonuniyatlarini tushuntirib berish – **ijtimoiy psixologiyaning asosiy vazifasidir.**

Shu kabi umumiy ta'riflardan yana biri - ijtimoiy psixologiya turli ijtimoiy vaziyatlarda ro'y beradigan ijtimoiy muloqotning murakkab shakl va mexanizmlarini o'rganuvchi fandır.

**Tadbiqiy-ijtimoiy psixologiya rivojlanishining qisqacha tarixi:**

**XX asrning 60-yillarni boshidan** tadbiqiy ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarni jadal rivojlanishi.

**Asosiy muammolari:**

jamo'a - shaxs, kichik guruh – shaxs

**O‘rganildi:** shaxslararo munosabatlar, yetakchilik, ijtimoiy-psixologik iqlim, moslashish, nizolar, yetakchilik uslublari, jamoani rivojlantirish masalalari, socialistik raqobatning ijtimoiy-psixologik jihatlari.

**Amaliy tadqiqotlar** sanoat korxonalarida, o‘quv yurtlarida, ommaviy axborot vositalari va tashviqot sohasida olib borildi.

Xulosa qilib aytadigan bo‘lsak, tadbiqiy ijtimoiy psixologiya amaliyotning ehtiyojlariga javob beradi va insonning kundalik hayotidagi va kasbiy faoliyatidagi mavjud muammolarni (psixomaslahat berish, psixoterapiya, psixodiagnostika, psixogigiya va boshqalar) hal qilishga yordam beradi.

**Tadbiqiy ijtimoiy psixologiya** yangi bilimlar olishga intiladi, lekin tabiiy sharoitda psixik holatlarni o‘rganishga ustunlik beradi va fundamental fanda olingan bilimlarni ma’lum vaziyat va sharoitlar (reklama psixologiyasi, yuridik psixologiya, tashkiliy psixologiya va boshqalar)da qo‘llashga imkon beradi.

**Amaliy ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar xususiyatlari:**

- ✓ Amaliy tadqiqotlar tadqiqotchining hayotning real jarayoniga jalb qilingan odamlar bilan *o‘zaro munosabatlariga* asoslanadi, inson real hayotiga bunday kirish tabiiy jarayonni buzmasligi kerak;
- ✓ Ishlatiladigan ilmiy *atamalar* tadqiqot ishtirokchilari va buyurtmachisi uchun tushunarli bo‘lishi kerak, *tilga* moslashish zarur;
- ✓ *Axloqiy meyorlarga* rioya qilish alohida ahamiyatga ega;
- ✓ amaliy tavsiyalarni batafsil ishlab chiqish kerak.

**Bugungi kunda tadbiqiy ijtimoiy-psixologiyaning quyidagi sohalari mavjud.**

✓ **Pedagogik psixologiya** - ta’lim va tarbiya jarayonida shaxs rivojlanishining shakllanishi qonuniyatini o‘rganadi.

✓ **Tibbiy psixologiya** - tibbiyot xodimlari va bemorlar o‘rtasidagi aloqa xususiyatlarini o‘rganadi.

✓ **Ijtimoiy psixologiya** - odamlar psixikasining etnik xususiyatlarini o‘rganadi.

✓ **Yuridik psixologiya** - huquqiy tizimni amalga oshirish bilan bog‘liq psixologik masalalarni o‘rganadi.

✓ **Psixokorreksiya** - bu psixolog tomonidan sog‘lom odam psixologiyasining kamchiliklarini tuzatish uchun foydalanadigan psixologik usullar to‘plami.

✓ **Psixoterapiya**- bu psixoterapevt tomonidan turli kasalliklarni davolashda foydalaniladigan tibbiy va psixologik vositalar tizimidir.

Bugungi kunga kelib psixologiyaning tadbqiqiy sohalarida mehnat qilayotgan mutaxassislarning vazifalari, majburiyatlarini o‘ziga xosdir. Jumladan;

✓ klinik psixologiya;

✓ maktab psixologi;

✓ sanoat psixologi;

✓ pedagogik psixolog;

✓ psixolog-ergonomist;

✓ psixolog-maslahatchi.

**Psixolog-ergonomist** turli korxonalarda xodimlar uchun qulay va psixologik jihatdan xavfsiz mehnat sharoitlarini ta‘minlash bilan shug‘ullanadi. Binolarni umumiy dizayn, mebel, yoritish, isitish, hidlar, shovqin, va boshqa ko‘plab omillarni shaxsning mehnat faoliyatiga ta‘sir etmasligi uchun sharoit yaratishga yordam beradi. Ergonomistning vazifasi bu sharoitlarni iloji boricha qulay qilishdir. Asosan zavod fabrika korxonalarda o‘z faoliyatini olib boradilar.

Tadbqiqiy ijtimoiy psixologiyaning amaliy sohalarini ma‘lum bir mezon bilan aniqlangan psixologik hodisalarning muayyan guruhiga tegishli masalalarni ko‘rib

chiqadi. Boshqacha qilib aytganda, bu hodisalar ma'lum bir yo'nalish doirasida o'rganiladi.

- Patopsixologiya
- Yoshga doir psixologiya
- Differensial psixologiya
- Zoopsixologiya
- Qiyoslash psixologiyasi
- Psixologiya tarixi
- Din psixologiyasi
- Klinik psixologiya
- Boshqaruv psixologiyasi
- Ijtimoiy psixologiya
- Yuridik psixologiya

**Tadbiqiy ijtimoiy psixologiyaning asosiy yo'nalishlari sifatida quyidagilar ko'rsatiladi.** Tashkiliy psixologiya, oilaviy munosabatlar psixologiyasi, ommaviy aloqa va reklama psixologiyasi, etnik munosabatlar psixologiyasi, gender munosabatlar psixologiyasi, siyosiy psixologiya, ijtimoiy pedagogik psixologiya, salomatlikning ijtimoiy psixologiyasi

Jumladan, **zoopsixologiyaning tadbiqiy mohiyatini ochib beriladigan bo'lsa,** baliq ovlash va baliqchilik amaliyotida, ovchilik xo'jaligida, dehqonchilikda, qishloq xo'jaligida, qishloq xo'jaligidagi zararkunandalarga qarshi kurashishda va inson salomatligiga xavf soladigan hayvonlarga (masalan, kalamushlarga) qarshi kurashishda, chorvachilikda, yovvoyi tabiatni asrashda, yovvoyi hayvonlarni iqlimlashtirish va yovvoyi hayvonlarni xonakilashtirishda, xizmat ko'rsatish va uy itlarini ko'paytirishda, hayvonot bog'i ishini olib borishda tatbiq etiladi.

Ijtimoiy psixologiyada kuzatilgan xodisa shu bo'ldiki, bu fandagi nazariy ishlar tabiiy ishlardan ancha ko'pdir. Shuning uchun ham, G.M.Andreyeva ijtimoiy psixologiyaning metodologiyasi muamolariga to'xtalar ekan, uning bu boradagi intilishlari, vazifalari ko'pligini ta'kidlab shunday xulosalaydi.

Metodologik muammolarga qiziqish, — deb yozadi u, — ijtimoiy psixologiyaning kuchsizligi emas, balki uning yetilish davriga kirganligining belgisidir.

Bugungi kunda Rossiyada amaliy ijtimoiy psixologiya universitetlari va bo'limlari paydo bo'ldi. Sankt-Peterburg universitetining psixologiya fakulteti mavjud bo'lib, unda nazariy va amaliy ijtimoiy psixologiya o'rtasidagi muvozanat har doim kuzatilgan. Hozirgi kunda amaliy ijtimoiy psixologlar tegishli yo'nalishlarda professional darajada o'qitiladi.

Amerikada amaliy ijtimoiy psixologiya ayni paytda kuchli mavqega ega bo'lib ta'lim muassasalari tizimida, psixologiya bo'limlarida rivojlanish muammolari bilan bog'liq ko'plab adabiyotlar nashr etiladi.

### **Amaliy ijtimoiy psixologiya va siyosat**

*Siyosiy psixologiya* XX asr o'rtalarida psixologiya va siyosatshunoslik kabi fanlarning tutashuvida mustaqil nazariy va empirik fan sifatida shakllandi. Biroq bu fan asoslari asr boshidan boshlab qo'yildi.

Uning asoschilaridan biri G. Uolles va uning o'quvchisi G. Lassuel bo'lib, G. Uolles 1908 yilda "Siyosatda inson tabiati" asarini, G. Lassuel esa 1930 da mashhur "Psixopatologiya va siyosat" asarini nashr ettirganlar. Siyosiy psixologiyaning asoslari nazariy va empirik fan sifatida V. Bund, Z. Freyd, M. Dougal, D. Uotson, V. Skinner kabi taniqli psixologlar tomonidan yaratilgan. Siyosiy psixologiyada K. Levin, A. Maslou, G. Ayzenk, E. Erikson va boshqalarning ishlari o'z qo'llanishini topdi. Bundan tashqari, ularning ko'pchiligi siyosiy hayotni psixologik tahlil qilish bilan bevosita shug'ullanganlar, ularning konsepsiyalari esa siyosiy material asosida ishlab chiqilgan.

Siyosiy psixologiya amaliy jihatining rivojlanishi inson omilining, siyosiy va davlat jarayonlarida jamoatchilik fikrining roli ortib borishiga, siyosiy raqobat sharoitida samarali siyosiy qarorlar qabul qilish zarurligi va boshqalarga bog‘liq.

Siyosiy psixologiyaning mustaqil ilmiy yo‘nalishga yakuniy rasmiylashtirish 1978-yilda Siyosiy psixologiyaning xalqaro jamiyati (ISPP) tashkil topganda sodir bo‘ldi. ISPP tashkil etilganidan buyon deyarli har chorakda jamiyatning “Siyosiy psixologiya” jurnali nashr etildi.

Chet eldagi siyosiy psixologiyaga oid asosiy umumlashtiruvchi manbalar quyidagi fundamental asarlardir: “Siyosiy psixologiya” (M. Germann tahriri ostida), “Siyosiy xatti-harakatlar lug‘ati” (S. Long tahriri ostida), “Siyosiy psixologiya lug‘ati” (J. Knitson tahriri ostida) va boshqalar.

Rus ijtimoiy fanida 80-yillarga qadar siyosiy psixologiya muammolari asosan falsafiy jihatdan ko‘rib chiqilgan [8, 21]. Siyosiy psixologiya sohasidagi dolzarb psixologik asarlarga A. I. Yuryev, YE. B. Shestopal, V.V. Kramnik, L. Y. Gozman, YE. Yegorova-Gantmanidr ishlarini kiritish mumkin [4, 5, 18,37,39].

Ayniqsa, Rossiyada siyosiy psixologiyaning nazariy va amaliy jihatlari 90-yillarning boshidan boshlab ishlab chiqila boshlandi. 1990 yilda Sankt-Peterburg universitetida Siyosiy psixologiya kafedrası tashkil etildi (*mudiri*. prof. A. I. Yuryev). Bugungi kunga kelib ushbu yo‘nalish bo‘yicha mutaxassis-psixologlarning dastlabki talabalari bitirib chiqdi. Mustaqil o‘quv fani sifatida siyosiy psixologiya Moskva Davlat universitetida, Rossiya Federasiyasi Prezidenti huzuridagi Fuqarolik holati dalolatnomalarini ro‘yxatdan o‘tkazish va Rossiyaning boshqa oliy o‘quv yurtlarida o‘qitila boshlandi.

Rossiyada 80-90-yillarda siyosiy psixologiyaning jadal rivojlanishi jamiyatni demokratlashtirish jarayonlari, siyosiy kurashning keskinlashuvi, ijtimoiy keskinlikning o‘sishi, ba’zi siyosiy kuchlarning hokimiyatni saqlab qolish ehtiyojlari, boshqalarning esa siyosiy kurash va hayot sohasidagi ijtimoiy-psixologik qonuniyatlarga tayangan holda hokimiyat tepasiga kelishi bilan bog‘liq.

Siyosiy psixologiyaning predmeti – jamiyatning siyosiy sohasidagi ijtimoiy-psixologik qonuniyatlarni izlashdir. Shunga asoslanib, ushbu soha nazariyasi

rivojlanishining asosiy yoʻnalishlari quyidagilardan iborat: hokimiyat psixologiyasi, shu jumladan hokimiyat motivlari va resurslari, siyosiy yetakchilik psixologiyasi; siyosiy qarorlar qabul qilish amaliyoti; siyosiy sosializasiya; siyosiy madaniyat; siyosiy oʻzgarishlarning ijtimoiy-psixologik jihatlari va boshqalar.

90-yillarda nashriyotlarda chop etilgan tarjima va rus adabiyotining tahlili *siyosat sohasidagi* ijtimoiy-psixologik hodisalarni amaliy oʻrganishning quyidagi oʻziga xos yoʻnalishlarini aniqlashga imkon beradi:

1) siyosiy rahbarlik psixologiyasi, jumladan, uning siyosiy xulq-atvoriga taʼsir etuvchi siyosiy rahbar tabiatini oʻrganish; rahbarlar tomonidan siyosiy qaror qabul qilish uslubi; siyosat imidjini yaratish; siyosiy rahbarlarni psixologik tasvirlash va boshqalar [21, 23];

2) siyosiy nizolar, inqirozlar va ularni hal etish psixologiyasi, ijtimoiy-siyosiy taranglikni, siyosiy kurashni oʻrganish [7, 29];

3) siyosiy taʼsir koʻrsatish usullarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari, siyosiy targʻibot va tashviqotni, siyosiy reklamani amalga oshirish, jamoatchilik fikrini shakllantirish;

4) siyosiy qarorlarni qabul qilish psixologiyasi, ularning samaradorligini oʻlchash jihatlari. Qabul qilingan qarorlarni ijtimoiy-psixologik ekspertiza qilish, shu jumladan milliy xavfsizlik nuqtai nazaridan ham;

5) targʻibot kampaniyalari samaradorligini aniqlash maqsadida siyosiy masalalar boʻyicha jamoatchilik fikrini oʻrganish; siyosiy arboblarning reytingi va imidjini oʻrganish, siyosiy sohadagi ijtimoiy taranglik va oldindan aytish (proqnoz) darajasi;

6) mintaqaviy va federal darajadagi saylov kampaniyalarini tashkil etish va oʻtkazishning kompleks ravishdagi ijtimoiy-psixologik muammolari, jumladan, ijtimoiy-siyosiy vaziyatni oldindan oʻrganish, jamoatchilik fikrining monitoringi, nomzodning imidjini yaratish, uning imidjining saylovchilarga taʼsiri va boshqalar;

7) siyosat, siyosiy jinoyatchilik sohasidagi deformasiyaning ijtimoiy-psixologik jihatlari;

8) federal va mintaqaviy darajalarda analitik xizmatlarni yaratish va boshqalar.

Amaliy siyosiy psixologiyaning sanab o‘tilgan sohalari orasida siyosat sohasidagi deformasiya muammolari, jumladan, uning o‘ta og‘ir shakli – siyosiy jinoyatchilik ancha kam o‘rganiladi [38]. Shunga qaramay, siyosat sohasida ekspert, maslahatchi sifatida ishlaydigan amaliy ijtimoiy psixolog hokimiyat institutining deformasiyasi muammosiga duch kelmasligi mumkin emas.

Amaliy siyosiy psixologiya sohasidagi eng ko‘p tadqiqotlar hozirgi kunda siyosiy yetakchilik psixologiyasi (psixologik portretlar, siyosiy arboblar va siyosiy “Olimp” uchun nomzodlar imidjini ishlab chiqish); siyosiy partiyalar, yetakchilar reytingini aniqlash maqsadida siyosiy masalalar bo‘yicha jamoatchilik fikrini o‘rganish, targ‘ibot samaradorligini o‘lchash [1, 34]; siyosiy qarorlar qabul qilish sohasida ijtimoiy-psixologik konsultasiya berish, qabul qilingan yoki qilinayotgan qarorlarning ekspertizasi, targ‘ibot-tashviqot saylovoldi kampaniyalarini o‘tkazish kabi yo‘nalishlarda olib borilmoqda.

## **1.2. Tadbiqiy ijtimoiy psixologiyaning asosiy muammolari.**

Tadbiqiy ijtimoiy psixologiya ijtimoiy psixologiyaning ajralmas qismidir. O‘z navbatida, u ijtimoiy amaliyot va nazariya sifatida ikki jihatdan paydo bo‘ladi. Nihoyat, o‘quv birliklari, fanlar va qo‘llanmalar shaklida taqdim etiladi.

Albatta, bu bo‘linish shartli. Biroq, tadbiqiy ijtimoiy psixologiyani batafsil shaklda taqdim etish imkonini beradi. Ijtimoiy amaliyot amaliy ijtimoiy psixologlar yoki ijtimoiy ishchilar tomonidan qo‘llaniladi. Ko‘pincha ilmiy xodimlar (universitet professor-o‘qituvchilari va tadqiqotchilari) universitetda yoki ilmiy-tadqiqot institutida, laboratoriyada o‘z vazifalarini bajarish bilan birga ijtimoiy amaliyot bilan ham shug‘ullanadilar.

**Tadbiqiy ijtimoiy psixologiyaning amaliy jihati quyidagi sohalardan iborat:**

- ijtimoiy va psixologik diagnostika;
- ijtimoiy va psixologik maslahat;



- ijtimoiy va psixologik ta'sir yoki ijtimoiy va psixologik texnologiyalarni qo'llash, ijtimoiy va psixologik yordam ko'rsatish.

Amaliy ijtimoiy psixologlarning kundalik faoliyatida bu yo'nalishlar birgalikda, uzviy ravishda paydo bo'ladi.

Ijtimoiy psixologiya tomonidan taqdim yetilgan xizmatlar ro'yxati juda xilma-xildir. Amaliy ijtimoiy psixolog turli darajadagi va turli sharoitlarda ijtimoiy-psixologik hodisalar bilan shug'ullanadi:

- makro darajada (ommaviy harakatlar, partiyalar, tabaqalar, ijtimoiy institutlar va munosabatlar);
- o'rtacha (ijtimoiy tashkilotlar);
- mikro darajada (kichik guruhlar);
- mavzuning shaxsiy (ijtimoiy-psixologik xususiyatlari to'g'risida);
- muayyan sohalarda (davlat, iqtisodiyot, jamiyat);
- normal, murakkab, ekstremal sharoitlarda.

Ichki amaliy psixologiya o'ziga xos ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar, ya'ni jamoatchilik fikrini o'rganish, kichik guruhlar, tabaqalashuv bilan boshlandi. Birinchi tadbqiqiy ijtimoiy psixologiya aslida bir tashxis yedi, deb bejiz yemas. Bu G. M. Andreyeva, YE. S. Kuzmin, V. A. Yadov (muayyan ijtimoiy tadqiqotlar metodologiyasi bo'yicha ma'ruzalar / yed. - M., 1972; ijtimoiy psixologiya usullari / yed. YE. S. Kuzmin, V. YE. St Semenov. - L., 1977; V. A. Jamiyatshunoslik tadqiqot Yadov: metodologiyasi, dastur, usullari. - M., 1987).

Ushbu asarlarning tarixiy ahamiyatini qadrlash, ayni paytda ular asosan fundamental ijtimoiy va psixologik tadqiqotlar uchun yemas, balki amaliy ijtimoiy psixologlarning kasbiy faoliyatini tashkil yetish uchun qo'llanma bo'lib xizmat qilganini ta'kidlash kerak.

Tadbqiqiy ijtimoiy psixologiyaning amaliy jihati quyidagi sohalardan iborat: ijtimoiy va psixologik tashxis; ijtimoiy va psixologik maslahat; ijtimoiy va psixologik texnologiyalarni qo'llash orqali ijtimoiy va psixologik ta'sir, ijtimoiy va psixologik yordam ko'rsatish. Amaliy ijtimoiy psixologlarning kundalik faoliyatida bu

yo'nalishlar birgalikda, uzviy ravishda paydo bo'ladi. Ijtimoiy psixologiya tomonidan taqdim yetilgan xizmatlar ro'yxati juda xilma-xildir. Amaliy ijtimoiy psixolog turli darajadagi ijtimoiy-psixologik hodisalar bilan shug'ullanadi: makro darajada (ommaviy harakatlar, partiyalar, qatlamlar, ijtimoiy institutlar va munosabatlar); o'rtacha (ijtimoiy tashkilotlar); mikro darajada (kichik guruhlar); shaxsiy (subyektning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari) da; turli sohalarda (davlat, iqtisodiyot, jamiyat, xususan, oila, maktab, kuch tuzilmalari); turli sharoitlarda — normal, murakkab yoki ekstremal. Ichki amaliy psixologiya o'ziga xos ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar, ya'ni jamoatchilik fikrini o'rganish, kichik guruhlar, tabaqalashuvlardan boshlandi. Birinchi tadbqiqiy ijtimoiy psixologiya aslida bir tashxis edi, deb bejiz emas. Amaliy ijtimoiy psixologlar tomonidan amalga oshiriladigan ijtimoiy-psixologik diagnostikaning maqsadi tashxis qo'yish, ya'ni yirik ijtimoiy guruhlar, tashkilotlar va shaxslarning turli xususiyatlarini o'rganishdir. Shu bilan birga o'quv predmeti va obyekt hamda standart metodlari haqidagi tayyor bilimlardan foydalanadilar.

### **Ta'limda amaliy ijtimoiy psixologiya**

Insonning jamiyat bilan o'zaro ta'sir mexanizmlarini, uni turli guruhlarda shakllantirish qonuniyatlarini bilish bola, ota-ona, mikro va makro jamoalarga psixologik-pedagogik ta'sir ko'rsatish vositasidir.

Bugungi kunda jamiyatimizning eng muhim muammolari qatorida bolalar, o'smirlar va yuqori sinf o'quvchilarining (shu jumladan, o'rta maxsus va kasb-hunar o'quv yurtlari o'quvchilarining) ijtimoiy tomondan mahrum bo'lishi o'zining oqibatlari bo'yicha eng fojiali hisoblanadi.

Ma'lumki, o'smirlar va yuqori sinf o'quvchilarining jismoniy va ruhiy salomatligining holati deyarli har yili yomonlashadi, zo'ravonlik jinoyatlarini sodir etgan o'smirlar orasida 50-60% og'ir ruhiy kasalliklarga chalinadi. Yordamchi maktab-internatlarda tahsil olayotgan o'smirlarni ish bilan ta'minlash alohida muammo hisoblanadi.

Yoshlar o'rtasidagi inqiroz hodisalarining ko'lami va chuqurligi shundan iboratki, jamiyat avlodlar almashinuvini to'la-to'kis qabul qilmasligi mumkin. Shuning uchun

psixologlar va ota-onalarning say-harakatlari, bir tomondan, barcha yoshdagi bolalarning ijtimoiy hayotini yaxshilashga, ikkinchi tomondan, ularning ichki dunyosini sogʻlomlashtirishga qaratilishi lozim. Agar psixologlar, oʻqituvchilar, ota-onalar va taʼlim-tarbiya bilan shugʻullanuvchilarning barchasi quyidagi asosiy qoidalarga rioya qilsalar, buni amalga oshirish mumkin:

1) kattalar (birinchi navbatda psixolog, oʻqituvchi va ota-onalar) va bolalar oʻrtasidagi munosabatlarni insonparvarlashtirish, bu quyidagilarni nazarda tutadi:

- boshqa shaxsni ijobiy qabul qilish;
- faol empatik tinglash;
- muloqotda kongruent (yaʼni adekvat, chin va samimiy) oʻzini namoyon qilish;

2) yosh avlod tarbiyasini jamiyatning alohida faoliyatining imtiyozli sohasi sifatida eʼtirof etish.

Psixologlar, oʻqituvchilar va ota-onalar maktabda ham, uyda ham taʼlim-tarbiya jarayonining umuminsoniy qadriyatlar asosida amalga oshirilishini taʼminlash uchun barcha imkoniyatlarni ishga solishlari lozim. Tarbiyadan oʻz-oʻzini tarbiyalashga oʻtish mustaqillik va oʻz-oʻzini namoyon qilishda oʻsmirlar va yuqori sinf oʻquvchilarining potensial imkoniyatlarini qondirishning tabiiy usuli boʻlib qolishi kerak;

3) psixologlar, oʻqituvchilar, ota-onalar maktabgacha yoshdagi bola, kichik maktab oʻquvchisi, oʻsmir va yuqori sinf oʻquvchisi bilan oʻzaro munosabatlarda ularning oldida va yonida oʻz dunyosi, oʻzining “men” i, dunyoga, oʻziga boʻlgan munosabatga ega Inson borligini unutmasliklari kerak. Faqat shu yondashuv bilan kattalar (psixolog, oʻqituvchi, ota-onalar) bolada ichki “men” i, “oʻzligi” yoki mohiyatini rivojlantirishi uchun sharoit yaratishlari mumkin;

4) taʼlimning turli shakllari (anʼanaviydan yangilarigacha) bolaning rivojlanishiga yordam berishi mumkin, agar kattalar (psixolog, oʻqituvchi, ota-onalar) oʻquvchining oʻquv faoliyati ijtimoiy muhim ekanligini, ijtimoiy baholanadigan faoliyat ekanligini anglasa, bu faoliyat orqali, oʻquvchining yangi holati orqali tengdoshlari va kattalar bilan boshqa barcha munosabatlar, oʻziga boʻlgan munosabat va oʻziga baho berishi belgilansa.

Bolaning jamiyat bilan munosabatlarini (oiladagi munosabatlari, tengdoshlar guruhidagi munosabatlar, o'qituvchi va tarbiyachilar bilan) uyg'unlashtirishda maktab psixologi alohida o'rin tutadi. Uning faoliyati quyidagi yetakchi prinsiplar asosida amalga oshiriladi:

- bola ta'lim-tarbiya jarayonining to'laqonli subyekti, o'zining aqliy va jismoniy kuchini boshqaruvchi, har qanday ta'sir muayyan yoshdagi va ijtimoiy-madaniy bosqichdagi rivojlanishining tabiiy kechishiga mos bo'lishi kerak;

- bolaning o'z "men" iga qiziqishini uyg'otish, refleksiv qobiliyatlarni shakllantirish, o'z-o'zini anglashni rivojlantirish, dunyoga, odamlarga va o'ziga bo'lgan munosabatlar tizimini qurish uchun sharoit yaratish;

- turli ijtimoiy-pedagogik muhitlarda (oilada, maktab, sinf) va tizimlarda ("ota-ona-bola", "o'qituvchi-bola", "o'quvchi-o'quvchi", "ota-ona-o'qituvchi", "o'qituvchi-o'qituvchi") "insoniy" munosabatlar tizimini qurish uchun sharoitlar yaratish;

- bolaning individual xususiyatlariga nisbatan turli psixologik, pedagogik, psixoterapevtik, tibbiy va boshqa ta'sirlarning ikkilamchi xarakteri, shu jumladan uning ichki dunyosiga begona odamning aralashuviga duchor bo'lish istagi (istamasligi).

Bu prinsiplar maktab psixologik xizmatining mazmuni, maqsadi va vazifalarini, ya'ni bolalarni muayyan tarzda uyushgan ijtimoiy-pedagogik muhitda (o'z-o'zidan shakllanayotgan shaxsga ijobiy, salbiy yoki betaraf ta'sir ko'rsatishi mumkin) samarali rivojlanishi, tarbiyalanishi va ta'lim olishi uchun optimal sharoit yaratilishini belgilab beradi. Bunday muhitning o'ziga xos xususiyatlariga qarab, psixolog bolaga imkon qadar to'liq moslashishga, konstruktiv imkoniyatlaridan va afzalliklaridan foydalanishga yoki minimal shaxsiy yo'qotishlar bilan omon qolish uchun moslashishga yoki hatto halokatli ta'sirga qaramasdan ijobiy rivojlanishga yordam beradi; boshqacha qilib aytganda, tanlash, loyihalash, o'z hayot strategiyasini amalga oshirish.

Shu bilan birga, maktab psixologining kasbiy faoliyatini an'anaviy tarzda namoyish etish mumkin: 1) psixodiagnostika; 2) psixologik rivojlanish (psixokorreksiya); 3) konsultativ va madaniy-ma'rifiy ishlar. Biroq yo'nalishlarning har biri o'z mazmuniga ega.

Shunday qilib, *birinchi yo‘nalish* bolaning maktabga psixologik tayyorgarligi bo‘yicha, kichik maktab o‘quvchisi, o‘smir, yuqori sinf o‘quvchisi shaxsini o‘rganish bo‘yicha tadqiqot muolajalari majmui orqali amalga oshiriladigan bo‘ylama diagnostik faoliyatni o‘z ichiga oladi; bolalarning chuqur psixodiagnostik tekshirish muolajalarini olib borish; patologik va patologik bo‘lmagan shaxs xususiyatlarini aniqlash maqsadida “psixologik jihatdan yaxshi bo‘lmagan” bolalarni o‘rganish [3].

Maktab diagnostikasi amaliyotida quyidagi eksperimental metodikalar o‘zini yaxshi ko‘rsatgan.

*6-8 yoshki bolaning maktabga psixologik tayyorgarligini aniqlash uchun:*

1) I. Yirasekning maktabga bo‘lgan yetuklikning yo‘naltirilgan testi (verbal va noverbal variantlar);

2) 6-7 yoshli bolaning maktabga motivasion tayyorligini o‘rganish (diagnostik suhbat).

*Kichik yoshdagi maktab o‘quvchisi shaxsining xususiyatlarini o‘rganish maqsadida:*

1) tafakkurning rivojlanish darajasini aniqlash (A. Z. Zak bo‘yicha);

2) R. Kettel va R. Koan bo‘yicha shaxsiy xususiyatlarni o‘rganish testi (qiz va o‘g‘il bolalar uchun variantlar);

3) shaxsning emosional holati (Lyusher-Dorofeyeva testining modifikatsiyasi).

*O‘smir shaxsining xususiyatlarini o‘rganish maqsadida:*

1) R. Kettelning 16-faktorli so‘rovnomasi.;

2) qisqa saralash testi (QST).

*Yuqori sinf o‘quvchilarining shaxsiy xususiyatlarini aniqlash maqsadida:*

1) aqliy rivojlanishning maktab testi (ARMT);

2) kasbga yo‘naltirish vazifalari bilan bog‘liq holda bilishga oid qiziqishlarni o‘rganish.

*Turli guruhlardagi bolalarni chuqur o‘rganish hamda psixik norma va patologiyani aniqlash uchun:*

1) o‘smirlar va yuqori sinf o‘quvchilarida xarakterning aksentuasiyasini aniqlash (Shmishek testi, E. Eydemiller metodikasi);

2) patoxarakterologik diagnostik so'rovnomma (PDS);

3) o'smirlarda tajovuzkorlik holatining diagnostikasi.

Maktab psixologining ishida diagnostika ishlari doimiy bo'lib, uning shaxsiy tashabbusi bilan, ma'muriyat, o'qituvchilar, tarbiyachilar, ota-onalarning so'rovi, bolalarning iltimosiga ko'ra amalga oshirilishi mumkin.

Psixolog faoliyatining *ikkinchi yo'nalishi* o'quvchilar shaxsining to'liq rivojlanishi uchun ijtimoiy-psixologik shart-sharoitlar yaratishga qaratilgan va shartli ravishda ikki katta bo'limga bo'linadi:

1. "Psixolog-bola" tizimida (trening, rivojlantiruvchi mashg'ulotlar) yoki tabiiy o'quv tarbiyaviy jarayoni (rivojlantiruvchi dasturlar) doirasida maxsus tashkil etilgan o'zaro munosabatlar shaklida yoki psixologik jihatdan yaxshi bo'lgan bolalarga qaratilgan faoliyatni rivojlantirish.

Masalan, yuqori sinflarda ARMT metodikasi o'tkazilgandan so'ng, professional faoliyatning turli turlariga bo'lgan bilishga oid qiziqishlar va ishtiyoqini aniqlash, test natijalari bo'yicha individual va guruhda o'tkaziladigan suhbatlarni tayinlash va xohlovchi yigit va qizlarga rivojlantiruvchi dasturda ishtirok etishni taklif qilish foydadan holi emas (o'qishdan bo'sh va hamma uchun qulay vaqtlarda). Bu ishni o'qituvchi va o'quvchilarga zarur tavsiyalar, vazifalar, mashqlar berib, ta'lim jarayoni doirasida ham amalga oshirish mumkin [24].

Hozirgi kunda maktab psixologining bola va kattalar (shu jumladan, o'qituvchi, tarbiyachi) shaxsiga psixoterapevtik ta'sir ko'rsatish metodlaridan foydalanish huquqiga egaligi masalasi munozaralidir. Shu o'rinda ikkita fikrni alohida ta'kidlash kerak:

birinchidan, asosiy kasbiy ta'limga ega bo'lgan psixolog o'z ishida suggestiv bo'lmagan ta'sir metodlaridan foydalanishi mumkin va kerak (ijtimoiy-psixologik treninglar, rivojlantiruvchi o'yinlar va tuzatish mashqlari, relaksasiya usullari, autogen mashqlar metodlari va boshqalar), lekin shaxsning ong osti sohasiga (gipnoz, meditasiya va h.k.) ta'sir ko'rsatish metodlarini qo'llamasligi kerak (shu jumladan, kasb etikasi nuqtai nazaridan);

Ikkinchidan, maktab psixologi psixik norma chegaralarida bo'lgan bolalar bilan ishlaydi va uning vazifalaridan biri taxmin qilingan ruhiy patologiyasi bor bolalarni ko'rish, ma'lum mutaxassislarga murojaat qilish bo'yicha maslahat berish, ularni topishga yordam berish, ammo patologik xarakterdagi ruhiy kasalliklarni bartaraf etishni o'z zimmasiga olmaydi.

Maktab psixologi faoliyatidagi uchinchi yo'nalish – psixologik maslahat va tarbiya – bir qator o'zaro bog'liq vazifalarga bo'linadi.

Birinchidan, bolalarning psixologik tarbiyasi, bu yerda asosiysi maktab o'quvchilarining o'z-o'zini rivojlantirishni aktuallashtiruvchi ta'lim mazmunini, o'qitish shakllari va metodlarini tanlashdir. An'anaga ko'ra, bunday ta'lim maktabda psixologiya darslari, tematik sinf soatlari, individual va guruhda o'tkaziladigan suhbatlar va konsultasiyalar shaklida olib boriladi. Shu bilan birga, psixologik bilimlarni "quritib" qo'ymaslik, amaliy psixologiyaning o'z-o'zini bilish uchun boyligini, uning insonni shaxsiy va kasbiy darajalardagi turli hayotiy masalalarni hal etishga tayyorlashda yordam beradigan yetakchi rolini ko'rsatish muhimdir.

Ikkinchidan, "ota-ona-bola", "ota-ona-o'qituvchi", "bola-o'qituvchi" tizimlarida ma'lum bir bolaning psixologiyasi va shaxslararo o'zaro nizolar bilan bog'liq bo'lgan keng doiradagi muammolar bo'yicha ota-onalarning psixologik tarbiyasi, ularga ijtimoiy-psixologik maslahat berish va boshqalar.

Amaliyot shuni ko'rsatadiki, bolalar va ota-onalar o'rtasidagi destruktiv o'zaro ta'sir muammolari ko'pincha ota-onalarning "psixologik ko'rliqi", o'z farzandini his qila olmasligi va tushunmasligi hamda unga hamdard va yordam bera olmasligi bilan bog'liq. Bunday hollarda psixologning strategiyasi oilada o'zaro munosabatlarning o'ziga xos xususiyatlarini batafsil o'rganishga (masalan, "Uy-daraxt-odam", "Mening oilam", "Ota-onaning munosabati" testi kabi bir qator proyeksion metodikalardan foydalangan holda), oilada psixologik qulaylik muhitini yaratishda ota-onalarni jalb qilishga asoslangan bo'lishi kerak. Biroq bu yerda axloqiy prinsiplarga qat'iy rioya qilish, oilaviy vaziyatga qo'pol ravishda aralashmaslik, nizoda ishtirok etayotgan barcha tomonlarning xohish-istaklarini inobatga olish muhim ahamiyatga ega.

Uchinchidan, o'qituvchilar, tarbiyachilar (sinf rahbarlari), maktabning pedagog xodimlari bilan maslahat beradigan va tarbiyaviy ishlar.

Psixologning bunday faoliyati, shuningdek, ota-onalar bilan ishlash – bolaning butun o'quv-tarbiyaviy jarayonining markaziy figurasi bo'lib, uning atrofidagi barcha kattalar uning yaxlit rivojlanishi, o'qitilishi va tarbiyalanishi jarayonining samarali ishlashini ta'minlashlari kerak. Demak, psixologning kattalar bilan olib boradigan amaliy ishlarining butun hajmi maxsus tadqiqot muammosi emas, balki faqat bolalarning ijobiy shaxsiy rivojlanishi muammolarini hal qilish sharoitida mantiqan to'g'ri bo'ladi.

O'qituvchilar bilan psixologning maslahat va tarbiyaviy faoliyati mazmunida bir nechta yo'nalishlarni ko'rish mumkin.

Ulardan biri o'qituvchilarga ma'lum bir o'quvchilar yoki o'quvchilar guruhlarini, jamoalarni *o'qitish va tarbiyalash* bo'yicha maslahat berish bilan bog'liq. Bunday ish tengdoshlar jamoasida shaxsning maqomini aniqlash bo'yicha, shaxslararo munosabatlar dinamikasi va tuzilishini, guruhdagi psixologik iqlimni o'rganishning ma'lum metodikalari yordamida o'tkazilishi mumkin ("Sosiometriya", "Referentometriya", F. Fidlarning "Ijtimoiy-psixologik atmosferaning tezkor diagnostikasi" va boshqalar). O'qituvchilar bilan o'quvchilarning o'zaro nizolari sabablarini o'rganishda teng darajada muhim rolni "Pedagogning agressivligini baholash", "Pedagogning empatiyaga bo'lgan qobiliyati", "Pedagog faoliyatining kasbiy yo'naltirilganligini baholash", "O'quvchidagi mening idealim" proyektiv testi [26] metodikalari o'ynashi mumkin.

Yana bir yo'nalish fan o'qituvchilariga psixologik tomondan adekvat bo'lgan o'quv dasturlarini (chet tili, fizika, adabiyot va boshqalar bo'yicha) yaratish va amalga oshirish masalalari bo'yicha maslahatlar berish bilan bog'liq.

Bunday holda amaliy psixolog o'qituvchining o'rnini bosa olmaydi va bu narsa kerak emas, lekin uning tavsiyalari bunday dasturlarni yaratishning konseptual asosi bo'lishi mumkin. Bundan tashqari, u ma'lum o'quvchi yoki o'quvchilar kontingentiga nisbatan ma'lum bir dasturdan foydalanishning muvofiqligi va samaradorligi haqida professional fikr bildirishi mumkin.



Uchinchi yoʻnalish oʻqituvchilarning ijtimoiy-psixologik tarbiyasi bilan bogʻliq boʻlib, uning maqsadi – oʻquv-tarbiyaviy masalalarni samarali hal etishga hamda bolalar va pedagogik jamoalarda psixologik qulaylik muhitini yaratishga yordam beradigan psixologik bilim, koʻnikma va malakalarni oʻtkazishdir.

Maktab psixologining bu faoliyati eng muhim va murakkab ishlardan biri hisoblanadi, chunki u koʻpincha oʻqituvchining juda ham bandligiga, stereotiplarni oʻzgartirishni istamaslikka va pedagogik tafakkurning rigidligiga duch keladi. Shunga qaramay, maktab oʻquvchilarini psixologik tarbiyalashda boʻlgani kabi bu yerda ham psixologik taʼlim mazmunini tanlashga boʻlgan rasmiy yondashuv, “xoʻjakoʻrsinga” boʻladigan turli seminarlar, muhokamalar, tekshiruvlar oʻtkazish chiqarib tashlangan. Psixolog birinchi navbatda pedagogik jamoaning psixologik savodxonligining haqiqiy darajasini, uning aʼzolarining qoʻshimcha kasbiy bilim olishga intilishi yoki istamasligini, hamkasb-pedagoglarning psixologik tarbiyaga boʻlgan umumiy munosabatini hisobga olishi kerak.

Eng yaxshisi, tajribaning koʻrsatishicha, pedagoglarni psixologik tarbiyalash vazifalari tematik metodik birlashmalar, sinf va maktab yigʻilishlari, pedagogik kengashlar, pedagogik konsiliumlarning faoliyati davomida amalga oshiriladi.

### **1.3. Amaliy ijtimoiy psixologiyaning mohiyati va asosiy yoʻnalishlari**

Amaliy ijtimoiy psixologiya – bu ijtimoiy psixologiyaning tarkibiy qismlaridan biri boʻlib, jamiyat faoliyati tizimidagi amaliy muammolarni hal etishga qaratilgan.

Amaliy ijtimoiy psixologiya faoliyatning bir nechta jihatlari bilan tavsiflanadi: ijtimoiy amaliyot va nazariya, shuningdek, oʻquv fanlari va qoʻllanmalar.

Albatta, bu boʻlinish shartli. Biroq u “amaliy ijtimoiy psixologiya” tushunchasini toʻliq tushunishga imkon beradi. Ijtimoiy psixologiyaning amaliy jihatlari amaliyotchi ijtimoiy psixologlar yoki ijtimoiy xodimlar tomonidan ishlab chiqiladi. Koʻpincha ularning faoliyati birgalikdagi kechish bilan tavsiflanadi. Koʻpincha akademik xodimlar, masalan, oliy oʻquv yurtlari professor-oʻqituvchilari ham oliy oʻquv yurti yoki laboratoriyadagi ish faoliyatlarida maʼlum darajada ijtimoiy amaliyot bilan shugʻullanib, bu faoliyatni bevosita oʻz vazifalarini bajarish bilan birga olib boradilar.

Amaliy ijtimoiy psixologiyaning amaliy qo'llanilishi bir necha yo'nalishlardan iborat:

- ijtimoiy-psixologik diagnostika;
- ijtimoiy-psixologik maslahat;
- ijtimoiy-psixologik ta'sir yoki ijtimoiy-psixologik texnologiyalardan foydalanish;
- ijtimoiy-psixologik yordam ko'rsatish.

Andreyeva G. M. sanoat ishlab chiqarish, boshqarish, tashkilotni rivojlantirish, ommaviy kommunikasiya va reklama, maktab, noqonuniy xatti-harakatlarga qarshi kurash, ilm-fan, oila va siyosat kabi amaliy ijtimoiy psixologiyaning bir nechta asosiy sohalarini ham ajratib ko'rsatgan.

Bu sohalar bilan amaliyotchi ijtimoiy psixologlarning kundalik faoliyati ajralmas bir butun hisoblanadi.

Amaliy ijtimoiy psixologiyaning darajalari va predmeti

Amaliy ijtimoiy psixolog turli darajadagi ijtimoiy-psixologik hodisalar bilan ishlaydi:

- makro darajada – ommaviy harakatlar, partiyalar, tabaqalar, ijtimoiy institutlar va munosabatlar;
- o'rta daraja – ijtimoiy tashkilotlar;
- shaxsiy daraja – subyektning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari;
- turli sohalar – davlat, iqtisod, jamiyat, oila, maktab, qamoqxona, armiya;
- turli sharoitlar – normal, murakkab yoki ekstremal.

1 izoh

Amaliy psixologiyada dastlab aniq ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar olib borildi, ya'ni jamoatchilik fikri, kichik guruhlar va stratifikasiyalar o'rganildi. Shu sababli dastlab amaliy ijtimoiy psixologiya diagnostikadan iborat edi.

Amaliy ijtimoiy psixologiya diagnostikani, konsultasiya berish va ta'sir qilish psixotexnikasini o'z ichiga oladi.

Ijtimoiy-psixologik diagnostikaning predmeti – tashhis qo‘yish, ya’ni tayyor muolajalar va metodikalar orqali ijtimoiy-psixologik hodisaning (shaxs, guruh yoki tashkilotning) xususiyatlarini shakllantirishdir.

Ijtimoiy-psixologik konsultasiya berish predmeti turli jihatlar, jumladan, tashhis qo‘yish hamda psixologik yordam ko‘rsatishdan iborat.

Ta’sir qilish psixotexnikasi predmeti – treninglar va boshqa bir qator guruh metodikalari kabi ayrim psixotexnologiyalar natijasi sifatida tashkilot ichida kuzatiladigan ijtimoiy o‘zgarishlar, shaxsiy va kasbiy o‘sish, guruhlar unumdorligining oshishi.

2 ta’rif

Shunday qilib, amaliy ijtimoiy psixologiyaning predmeti – turli soha va sharoitlarda (normal, murakkab yoki ekstremal), turli darajadagi vaqtda ijtimoiy-psixologik hodisalarga tashhis qo‘yish, konsultasiya berish va psixotexnologiyalar orqali ta’sir qilishning qonuniyatlarga asoslanganligidir.

Amaliy ijtimoiy psixologiyaning vazifalari

Amaliy ijtimoiy psixologiya bir qator vazifalarni bajaradi.

Bu vazifalar amaliy ijtimoiy psixologiyaning qo‘llanish doirasiga qarab tasniflanadi va ular quyidagicha bo‘lishi mumkin:

- ijtimoiy amaliyot doirasi;
- ta’lim va ma’rifat sohasi;
- nazariy sohalar.

Amaliy ijtimoiy psixologiyaning ijtimoiy amaliyot sohasidagi vazifalari o‘ziga xos muammolar majmuini hal qilishdan iborat. Ular har doim aniq, qayta birlashtirilgan, ma’lum normativ hujjatlar, birinchi navbatda, psixologik xizmat, markaz, laboratoriya to‘g‘risidagi nizom hamda amaliy psixologlarning funksional vazifalari bilan tartibga solinadi.

Amaliy psixolog, ixtisosligidan qat’iy nazar, psixodiagnostika va konsultasiya o‘tkazishi, psixologik yordam ko‘rsatishi lozim. Bu funksiyalar orqali ijtimoiy-psixologik qo‘llab-quvvatlash paydo bo‘ladi. Amaliy ijtimoiy psixologlar siyosat,

ta'lim, sog'liqni saqlash, ichki ishlar vazirligi, tijorat va moliya tuzilmalari kabi turli sohalarda, shuningdek, ijtimoiy tashkilotlarning turli darajalarida ish olib boradilar.

Amaliy ijtimoiy psixologiyaning ta'lim sohasidagi vazifalari juda keng. Bu asosan amaliy ijtimoiy psixologlarning kasbiy tayyorgarligidir. Bugungi kunda deyarli barcha fakultetlarda ushbu mutaxassislik mavjud.

Inson hayotining ayrim sohalari ayrim ichki va tashqi xavf-xatar va tahdidlar tufayli o'ta keskinlashishi mumkin. Shuning uchun ekstremal vaziyatlarda nafaqat amaliy ijtimoiy psixologlarning harakatlari haqida gapirish mumkin, balki ular mustaqil soha – ekstremal amaliy ijtimoiy psixologiyani yaratishlari kerak.

### **NAZORAT SAVOLARI**

1. Psixologiya fanlarini o'qitish metodikasining predmeti, maqsad va vazifalari.
2. O'quv jarayonida bilish qonuniyatlaridan qanday foydalanish mumkin?
3. Shaxsni ijtimoiy psixologik o'rganish qanday o'rganiladi?
4. Ijtimoiy psixologiyada metodlar qanday qo'llaniladi?
5. Tadbiqiy ijtimoiy psixologiya qaysi sohalarni o'rganadi?
6. Tadbiqiy ijtimoiy psixologiyani rivojlanishida qaysi psixolog olimlarning tadqiqotlari asos qilib olingan?
7. Ta'limda amaliy ijtimoiy psixologiyaning ahamiyati.
8. Amaliy ijtimoiy psixologiyaning mohiyati nimadan iborat?

## Adabiyotlar ro‘yxati

1. Mers D.G. Social psychology. 11 edition. – McGraw-Hill Education, 2012.
2. Andreyeva G.M. Sosialnaya psixologiya. Uchebnik – M.: “Aspekt Press”, 2003. – 364 s.
3. G‘oziyev E.G. Sosial psixologiya. Toshkent, 2013.
4. Kuzmin YE.S. Osnovi sosialnoy psixologiyalGU 2001
5. Parigin V.D. Osnovi sosialnoy psixologicheskoy teorii M. 2001
6. Nemov R.S. «Psixologiya». Kn.1. - M., 2003
7. “Psixologiya” Uch. T-2. “Prospekt”. Moskva - 2004.
8. Psixologiya i pedagogika. Pod redaksiyey A.A.Radugina. Izd. “Sentr” 2003
9. Gamilton. Y.S. “Chto takoye psixologiya”. “Piter”, 2002.
10. Ananyev B.G. “Chelovek kak predmet poznaniya”. “Piter”, 2001.
11. Drujinina V. “Psixologiya “. Uchebnik. “Piter”, 2003.
12. Burlachuk F. Psixodiagnostika. “Piter”, 2002.
13. Ayzenk M. Psixologiya dlya nachinayushix. “Piter”, 2000.
- 14.** Bolotova A.K, Makarova I.V. Prikladnaya Psixologiya: Uchebnik dlya vuzov.- M.Aspekt Press, 2002 – 383 s.

[www.google.com](http://www.google.com)

[www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)

[www.arxiv.uz](http://www.arxiv.uz)

## 2 – MAVZU. Pedagog faoliyatida tatbiqiy ijtimoiy psixologiya yetakchi ahamiyatga ega ekanligi (2 soat)

### *PEXA:*

- 2.1. Amaliy ijtimoiy psixologiya asoslari.
- 2.2. Amaliy ijtimoiy va psixologik tadqiqotlarning asosiy yo'nalishlari.
- 2.3. O'zbekistonda tatbiqiy ijtimoiy psixologiya fanining rivojlanish tarixi.

**Tayanch iboralar:** ijtimoiy-psixologik diagnostika, psixotexnologiya, konsultasiya, ommaviy harakatlar, kichik guruhlar,

### **2.1. Amaliy ijtimoiy psixologiya asoslari.**

Hozirgi vaqtda na ijtimoiy amaliyotning turli sohalarida (siyosat, iqtisod va h.k.), na psixologlar, ijtimoiy xodimlar, siyosatshunoslar, sosiologlarni tayyorlash jarayonida amaliy ijtimoiy psixologiyasiz uzoqqa borib bo'lmazligi yaqqol ko'zga tashlanyapti.

Amaliy ijtimoiy psixologiya ikki xil maqsadga ega:

- birinchidan, u talabalarning ijtimoiy-psixologik diagnostika, konsultasiya berish va psixotexnologiyalar ko'nikmalarini egallashlari uchun mo'ljallangan bo'lib, seminar mashg'ulotlarining bir turi hisoblanadi;

- ikkinchidan, u amaliy ijtimoiy psixologlarga harakat qilish uchun qo'llanma bo'lib xizmat qiladi.

Mamlakatimizda amaliy ijtimoiy psixologiyaning rivojlanishi bejiz emas. Gap shundaki, inqiroz davrida fundamental fanni moliyalashtirish qisqarganda olimlar bozor manbalari – shartnoma asosidagi amaliyotga murojaat qiladilar. Shu ma'noda, Rossiya ijtimoiy psixologiyasi uchun 90-yillar kasbiy faoliyatning, ilmiy tadqiqot metodlarining mavjud qadriyatlarini, normalari va tamoyillarini hal qiluvchi qayta

baholashni talab etadigan burilish nuqtasi bo'ldi. Institutlar, universitetlar va tadqiqot markazlari tijorat yo'llariga o'tmoqda.

Jamoatchilik fikrini o'rganish, siyosatchilarga konsultasiya berish, treninglar o'tkazish, imidjmeckerlik va boshqa ko'plab psixotexnologiyalar ommalashib ketdi. Biroq, bularning barchasi ko'pincha maxsus ijtimoiy va psixologik tayyorgarlikka ega bo'lmagan mutaxassislar tomonidan professional bo'lmagan tarzda amalga oshiriladi. Paradoksal vaziyat vujudga keldi: bir tomondan, ijtimoiy buyurtma berish va ijtimoiy psixologiyani amaliyotda qo'llash bilan bog'liq bo'lgan shov-shuvlar, ikkinchi tomondan, ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar va konsultasiyalar natijalari sifatining pastligi kuzatiladi.

Bu ziddiyatni bartaraf etish – amaliy ijtimoiy psixologiyaning asosiy vazifalaridan biridir.

Shuni aytish kerakki, amaliy ijtimoiy psixologiyaga bag'ishlangan o'quv qo'llanmaning ikkinchi qismi bo'shliqdan yaratilmagan.

G. M. Andreyevaning asarlarini, xususan, konkret ijtimoiy tadqiqotlar metodikasi (M., 1972) bo'yicha taniqli ma'ruzalarini; YE. S. Kuzmin va V. S. Semenovning ijtimoiy psixologiya metodlari haqidagi kitobni (L., 1977) hamda sosiolog V. A. Yadovning "Sosiologik tadqiqotlar: metodologiya, dastur, metodlar" (M., 1987) va 1976 yilda chop etilgan "Sosiologning ish kitobi" ni eslash kifoY. Aniq ijtimoiy-psixologik hodisa mavjud. Bu hodisani o'rganish mumkin bo'lgan metod va metodikalar mavjud. Aynan shuni amaliy psixolog bilishi kerak. U tavakkaliga baliq tutadigan baliqchiga o'xshab qolmasligi kerak: to'rga qanday baliq tutilsa, u kichik yoki katta bo'ladimi, hammasini ushlaydi. Tajribali baliqchi ma'lum to'r bilan ma'lum baliqni ushlaydi. Amaliy psixolog ham xuddi shunday qilishi kerak. Faqat to'r va baliqlar o'rniga u murakkabroq narsa va hodisalar bilan shug'ullanadi. Ijtimoiy-psixologik diagnostikaga keladigan bo'lsak, bunda hodisaning o'zidan kelib chiqish kerak, faqat o'rganilayotgan ijtimoiy-psixologik hodisa tabiatini puxta bilish, pirovardida, adekvat metodikani topish yoki yaratishga imkon beradi. *Biroq ijtimoiy psixologiya sohasida mutaxassis bo'lmaganlar o'rganilayotgan hodisa*

*nazariyasini e'tiborga olmay, boshqa, sof empirik yo'lni tutadilar. Ular taxminan shunday fikr yuritadilar: "Asosiysi metodikalarning borligi. Ularni ishga tushirib, empirik materialni to'plash mumkin va natijada nimadir paydo bo'ladi". Bunday ijtimoiy psixolog "qurollangan va juda xavfli".*Buning oldini olish uchun mutaxassislarni tayyorlash lozim, bu esa ijtimoiy-psixologik diagnostikaga oid tegishli adabiyotlar mavjud bo'lgandagina mumkin bo'ladi. Ijtimoiy-psixologik konsultasiya berish va ta'sir psixotexnikasi ham bundan mustasno emas. Bu masalalarga oid adabiyotlar nihoyatda kam. Biroq hozir bu bo'shliq intensiv ravishda to'ldirilmoqda. Bunga oila, siyosiy va tashkiliy konsultasiya berish ishlari kiradi. Ijtimoiy psixotexnologiyalarga kelsak, bu masala bo'yicha ko'plab, asosan tarjima qilingan xorijiy adabiyotlar va ayni paytda mahalliy mualliflarning nashrlari chop etilgan. Biroq amaliy ijtimoiy psixologiya bo'yicha ham diagnostika, ham konsultasiya berish, ham ta'sir qilish psixotexnikasini birlashtiradigan darslik hali tayyorlanmagan va chop etilmagan [2]. Mualliflar jamoasi bunday nashrni tayyorlash uchun javobgarlikni o'z zimmasiga oldi. Shu bilan birga, biz qabul qilingan qadamning murakkabligi va xavfliligini to'liq anglaymiz.

Murakkablik va xavf diagnostika, konsultasiya berish va ta'sir qilish psixotexnikasini birlashtiradigan yagona nazariyaning yo'qligi bilan bog'liq. Hozirgi kunda amaliy ijtimoiy psixologiya sohasidagi muammolar bartaraf etilmagan. Buning asosiy sababi shundaki, qiyosiy amaliy ijtimoiy psixologiya yaratilmagan. Gap shundaki, chet el metodikalarini ularning moslashuvisiz qo'llash (ekologik va konseptual validlik) jiddiy xatolarga, ma'lumotlarning obyektivlik ko'rinishiga olib keladi.

Hukumatni har tomonlama xursand qilish istagi amaliy mutaxassislar tomonidan bartaraf etilmagan. Ayniqsa saylov oldidan. Xususan, bu siyosiy partiyalar va yetakchilar reytingi haqida jamoatchilik fikrini o'rganishda yaqin o'tmishda yaqqol namoyon bo'ldi. Olingan ma'lumotlar haqiqatdan yiroq edi. Ilm o'rniga bu tashviqot bo'lib chiqdi. Bu nafaqat siyosiy qarama-qarshiliklar, sosiologlar va ijtimoiy psixologlarning layoqatsizligi, balki kasbiy etikaning buzilishi, nopoklik



bilan ham bog‘liq. G‘arb amaliy ijtimoiy psixologiyasi ham inqiroz holatida. Lekin bu inqiroz boshqacha. U boshqalarning xatolaridan o‘rganish va o‘zi xato qilmaslikni bilish foydali bo‘lgan boshqa sabablarga ko‘ra paydo bo‘ladi.

Amaliy ijtimoiy psixologiyaga bag‘ishlangan darslikning ikkinchi qismi o‘z mohiyatiga ko‘ra vakolatli xarakterga ega, chunki u amaliy ijtimoiy psixologiyaning asosiy muammolarini ochib berishga bo‘lgan yagona konseptual yondashuvga asoslangan. Mualliflar fragmentar bo‘lmagan, “qiyqimli” bilimlarni emas, balki amaliy ijtimoiy psixologiya haqida yaxlit, tizimli ko‘rinishni berishga harakat qilganlar. Shu bilan birga amaliy ijtimoiy psixologiyaning nazariy asoslarini ishlab chiqishga alohida e‘tibor qaratildi. Gap shundaki, ijtimoiy-psixologik diagnostika, konsultasiya berish va ta’sir ko‘rsatish psixotexnikasi sohasidagi inqirozni bartaraf etishning real imkoniyati aynan shunda ko‘rilmoqda.

O‘quv qo‘llanmaning ikkinchi qismi quyidagi asosiy bo‘limlarni o‘z ichiga oladi:

- aniq hodisalarning ijtimoiy-psixologik diagnostikasi;
- turli sohalarda ijtimoiy-psixologik konsultasiya berish;
- ta’sir qilish psixotexnikasi.

Ijtimoiy-psixologik diagnostika bo‘yicha materiallar quyidagi sxema bo‘yicha ochib beriladi:

1. Ijtimoiy-psixologik hodisaning operativ ta’rifi.
2. Ushbu hodisaning indikatorlari (ko‘rsatkichlari).
3. Ko‘rib chiqilayotgan ijtimoiy-psixologik hodisani o‘rganishga mos bo‘lgan psixodiagnostik metodikalarning izohli bayoni, metodikalarning qisqacha tavsifi (ishonchlilik, validlik, barqarorlik, tanlab olish, mualliflik va boshqalar).

Mualliflar jamoasi darslik muhokamasida faol qatnashgan va o‘z mulohazalari bilan uning mazmunini yaxshilashga yordam berganlarga minnatdorchilik bildiradi. Muallif jamoasi darslik matnini kompyuterda terishni amalga oshirgan O. V. Vasinadan alohida minnatdor.

## **2.2. Amaliy ijtimoiy va psixologik tadqiqotlarning asosiy yo‘nalishlari.**

Amaliy ijtimoiy psixologiya – bu ijtimoiy psixologiyaning tarkibiy qismlaridan biri bo‘lib, jamiyat faoliyati tizimidagi amaliy muammolarni hal etishga qaratilgan.

*Amaliy ijtimoiy psixologiya faoliyatning bir nechta jihatlari bilan tavsiflanadi: ijtimoiy amaliyot va nazariya, shuningdek, o‘quv fanlari va qo‘llanmalar.*

Albatta, bu bo‘linish shartli. Biroq u “amaliy ijtimoiy psixologiya” tushunchasini to‘liq tushunishga imkon beradi. Ijtimoiy psixologiyaning amaliy jihatlari amaliyotchi ijtimoiy psixologlar yoki ijtimoiy xodimlar tomonidan ishlab chiqiladi. Ko‘pincha ularning faoliyati birgalikdagi kechish bilan tavsiflanadi. Ko‘pincha akademik xodimlar, masalan, oliy o‘quv yurtlari professor-o‘qituvchilari ham oliy o‘quv yurti yoki laboratoriyadagi ish faoliyatlarida ma’lum darajada ijtimoiy amaliyot bilan shug‘ullanib, bu faoliyatni bevosita o‘z vazifalarini bajarish bilan birga olib boradilar.

Amaliy ijtimoiy psixologiyaning amaliy qo‘llanilishi bir necha yo‘nalishlardan iborat:

- ijtimoiy-psixologik diagnostika;
- ijtimoiy-psixologik maslahat;
- ijtimoiy-psixologik ta’sir yoki ijtimoiy-psixologik texnologiyalardan foydalanish;
- ijtimoiy-psixologik yordam ko‘rsatish.

Andreyeva G. M. sanoat ishlab chiqarish, boshqarish, tashkilotni rivojlantirish, ommaviy kommunikasiya va reklama, maktab, noqonuniy xatti-harakatlarga qarshi kurash, ilm-fan, oila va siyosat kabi amaliy ijtimoiy psixologiyaning bir nechta asosiy sohalarini ham ajratib ko‘rsatgan.

Bu sohalar bilan amaliyotchi ijtimoiy psixologlarning kundalik faoliyati ajralmas bir butun hisoblanadi.

Amaliy ijtimoiy psixologiyaning darajalari va predmeti

*Amaliy ijtimoiy psixolog turli darajadagi ijtimoiy-psixologik hodisalar bilan ishlaydi:*

- makro darajada – ommaviy harakatlar, partiyalar, tabaqalar, ijtimoiy institutlar va munosabatlar;
- oʻrta daraja – ijtimoiy tashkilotlar;
- shaxsiy daraja – subyektning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari;
- turli sohalar – davlat, iqtisod, jamiyat, oila, maktab, qamoqxonona, armiya;
- turli sharoitlar – normal, murakkab yoki ekstremal.

#### 1 izoh

Amaliy psixologiyada dastlab aniq ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar olib borildi, yaʼni jamoatchilik fikri, kichik guruhlar va stratifikasiyalar oʻrganildi. Shu sababli dastlab amaliy ijtimoiy psixologiya diagnostikadan iborat edi.

Amaliy ijtimoiy psixologiya diagnostikani, konsultasiya berish va taʼsir qilish psixotexnikasini oʻz ichiga oladi.

Ijtimoiy-psixologik diagnostikaning predmeti – tashhis qoʻyish, yaʼni tayyor muolajalar va metodikalar orqali ijtimoiy-psixologik hodisaning (shaxs, guruh yoki tashkilotning) xususiyatlarini shakllantirishdir.

Ijtimoiy-psixologik konsultasiya berish predmeti turli jihatlar, jumladan, tashhis qoʻyish hamda psixologik yordam koʻrsatishdan iborat.

Taʼsir qilish psixotexnikasi predmeti – treninglar va boshqa bir qator guruh metodikalari kabi ayrim psixotexnologiyalar natijasi sifatida tashkilot ichida kuzatiladigan ijtimoiy oʻzgarishlar, shaxsiy va kasbiy oʻsish, guruhlar unumdorligining oshishi.

#### 2 taʼrif

Shunday qilib, amaliy ijtimoiy psixologiyaning predmeti – turli soha va sharoitlarda (normal, murakkab yoki ekstremal), turli darajadagi vaqtda ijtimoiy-psixologik hodisalarga tashhis qoʻyish, konsultasiya berish va psixotexnologiyalar orqali taʼsir qilishning qonuniyatlarga asoslanganligidir.

Amaliy ijtimoiy psixologiyaning vazifalari

Amaliy ijtimoiy psixologiya bir qator vazifalarni bajaradi.

Bu vazifalar amaliy ijtimoiy psixologiyaning qo'llanish doirasiga qarab tasniflanadi va ular quyidagicha bo'lishi mumkin:

- ijtimoiy amaliyot doirasi;
- ta'lim va ma'rifat sohasi;
- nazariy sohalar.

Amaliy ijtimoiy psixologiyaning ijtimoiy amaliyot sohasidagi vazifalari o'ziga xos muammolar majmuini hal qilishdan iborat. Ular har doim aniq, qayta birlashtirilgan, ma'lum normativ hujjatlar, birinchi navbatda, psixologik xizmat, markaz, laboratoriya to'g'risidagi nizom hamda amaliy psixologlarning funksional vazifalari bilan tartibga solinadi.

Amaliy psixolog, ixtisosligidan qat'iy nazar, psixodiagnostika va konsultasiya o'tkazishi, psixologik yordam ko'rsatishi lozim. Bu funksiyalar orqali ijtimoiy-psixologik qo'llab-quvvatlash paydo bo'ladi. Amaliy ijtimoiy psixologlar siyosat, ta'lim, sog'liqni saqlash, ichki ishlar vazirligi, tijorat va moliya tuzilmalari kabi turli sohalarda, shuningdek, ijtimoiy tashkilotlarning turli darajalarida ish olib boradilar.

Amaliy ijtimoiy psixologiyaning ta'lim sohasidagi vazifalari juda keng. Bu asosan amaliy ijtimoiy psixologlarning kasbiy tayyorgarligidir. Bugungi kunda deyarli barcha fakultetlarda ushbu mutaxassislik mavjud.

Inson hayotining ayrim sohalari ayrim ichki va tashqi xavf-xatar va tahdidlar tufayli o'ta keskinlashishi mumkin. Shuning uchun ekstremal vaziyatlarda nafaqat amaliy ijtimoiy psixologlarning harakatlari haqida gapirish mumkin, balki ular mustaqil soha – ekstremal amaliy ijtimoiy psixologiyani yaratishlari kerak.

2 izoh

Ekstremal vaziyatlar bilan ishlash diagnostikaning o'ziga xos ijtimoiy-psixologik metodlari, maxsus psixotexnika ta'siri va konsultasiya o'tkazish uslubidan foydalanishni talab qiladi.

Ekstremal vaziyatda vaqt yetishmasligi tufayli to'liq diagnostika dasturini yaratish imkoni yo'q. Amaliy psixologning harakatlari favqulodda vaziyat holatidagi rejaga bog'liq. Bunday sharoitda metod va metodikalardan, faqat videosyomka, ijtimoiy

simptomatikaning tahlili va retrospektiv yondashuvdan foydalanish mumkin emas. Ba'zan ekstremal vaziyatning o'zi diagnostika rolini o'ynaydi, chunki unda shaxs "ochiladi" va uni faqat qayd qilish talab etiladi.

### **3. O'zbekistonda tadbqiqiy ijtimoiy psixologiya fanining rivojlanish tarixi.**

Ko'xna va xamisha navkiron mamlakatimiz uchun ijtimoiy tarakkiyot psixologik nuqtai nazardan idrok kilinsa, mantikiy taxlil etilsa, xalkimizning etnopsixologik bilimlardan ta'lim va tarbiya jarayonida foydalanganligi, xarbiy yurishlarda jangchilarga psixologik ta'sir O'tkazganligi, ularda ishonch va e'tikod xissi uygotganligi, muomalaning verbal va noverbal kurinishlarini amaliyotda kullanganligi, O'rta asrlarning Forobiy, Beruniy, Xorazmiy singari zabardas olimlarining ijodiy maxsullaridan tortib to XX asrning 30-yillari oralig'ida ilmiy tadqiqotlar qilinganligi bunga isbot talab kilinmaydigan xakikatdir. O'zbekistonda oliy maktablarda psixologiya o'quv fani sifatida 1928 yildan ukitib kelinmokda. (Xuddi shu davrda L.S.Vigotskiy O'rta Osiyoda, O'zbekistonda ommaviy ma'ruzalar o'qiganligi mazkur jaayonni tezlashtirgan asosiy omil bo'lganligiga xech shak-shubxa yo'k»).

Psixologiya fanining ijtimoiy xayotda nufuzi xar soniya sayin ortib bormokda. Shu tufayli pedagogika insitulari va bilim yurtlarida uni o'qitish yulga kuyila boshlandi. Mazkur soxa buyicha yukori malakali mutaxassislar tayyorlash maqsadida Urta Osiyo Davlat Universitetida 1938 yilda (Hozir Milliy Universitet) logika va psixologiya bulimi ochildi. 50-yillarning 2-yarmidan boshlab pedagogika insitularida va bilim yurtlarida psixologiya bulimlari ochildi. Ayniksa qisqa muddatli 15 va 9 oylik ommaviy psixologlar tayyorlash kurslarining ommaviylashuvi psixolog-mutaxassislarga extiyojning kuchayganligini bildiradi.

Hozirgi davrda respublikamizning barcha oliy maktablari va o'quv yurtlarida, xattoki maktablarida psixologik bilimlar aloxida e'tibor bilan o'qitilmokda.

Mamlakatimizda oliy ta'lim ko'p bosqichli tizimga (bakalavriat, magistratura, aspirantura, doktorantura) o'tish munosabati bilan psixologiya fanini o'qitishning O'ziga xos tashkil etishni takozo etmokka, demak, talabalarga bu soxa buyicha bilim berish ularda kasbiy kunikma va malakalarni shakllantirishni takomillashtirish uchun kuyidagi yirik yo'nalishlarda ijodiy psixologik-pedagogik izlanishlarni amalga oshirish lozim.

1. Psixologiya fanining metodologik muammolari va ularning talqini.
2. Psixologiyaning nazariy materiallari va ularning taxlili.
3. Psixologiya o'qitishda etnopsixologik mexanizmlardan foydalanish.
4. Uning ommaviy talqini, tadbikiy jabxalarini mukammallashtirish:
  - a) amaliyot, praktikum, laboratoriya mashg'ulotlari sifat darajasini ko'tarish.
  - b) diagnosik, prognosik metodikalar xamda testlardan foydalanish.
  - v) individual va ijtimoiy treninglarni ommaviylashtirish.
5. O'qitishning maxsuldor, faol va innovasion metodlarini ta'lim tizimiga yoyish.
6. Psixologiya o'qitishda gumanizasiya – assosianizm, psixoanaliz, kognitivizm, geshtaltpsixologiya, empirizm, gumanisik psixologiya va boshka yo'nalishlarni ilmiy metodologik, ilmiy nazariy va amaliy jixatlardan nukson kidirmasdan, balki ularning eng okilona, tarakkiyparvar tomonlarini amaliyotga tadbik etish tavsiyanomasini ishlab chiqish zarur.

Jaxon psixologiyasida yaratilgan metodlar, metodikalar, teslar, anketalar, zamonaviy apparatlar, laboraoriya mashgulotlari O'tkazish insruksiyasi, trening, kompyuter dasturlari, praktikum, psixologik kabinetlardan foydalanish uslubi va qo'llanmalarni maxalliy sharoitga moslashtirish va uni sinab ko'rishni keng yo'lga qo'yish orkali. Insonning muayyan xususiyatlarini to'la ochish imkoniyatiga erishish. Psixologiyaning predmeti va obykti mavxum shaxs, xodisa, xulk-atvor, faoliyat va muammoga qaratilmasligi balki real inson, ma'lum yosh, aniq jins xususiyatlari yuzasidan ma'lumot berishga yunaltirilganligi ayni muddaodir. Ana shu jarayondagina tabiatga va jamiyatga munosabat shaxs bilan favkulotdagi vaziyat bilan O'zviy boglab urganish

imkoniyatini yaratadi. Nazariy muammoni amaliy turmush bilan alokasini okilona tushuntirish va yakkol namuna keltirish orkali ularga sharx berish talqinini jonlantiradi, talabani insoniy fazilat sifat va xislatlardan andoza olishga yetaklaydi. Psixologiya prinsiplari mavzuni o'qitishda va uning determinatorlari ong va faoliyat birligida O'zviylik, uygunlashuv O'zaro aloka etuvchanlik xususiyatlari tugrisida tarakkiyotning psixologik tabiati, unda obyektiv va subyektiv shart-sharoitlar xamda omillar ularning boshqichlari usishi (biologik) rivojlanish (psixik), kamolot, tarakkiyot yuzasidan dolzarb yakkol muammolar moxiyati bilan boglab axborot berish fanning tadbikiyilgini kuchaytirishga xizmat kiladi. Ong va uning psixologik tavsifi tugrisida ma'lumot berilayotganda inson ongi mavjudot deyish bilan cheklanmasdan, balki u ongsizlik ongoslilik va onglilik xolatlarini munosabatlari, funktsiyalari O'zgarishi ularning O'zaro O'zluksiz ravishda urin almashtirib turishini ta'minlashni ta'kidlab utish muammolaridan ayrim chigalliklarga yordam beradi. Zamonaviy kadrlar oldiga kuyiladigan eng muxim vazifalardan biri – malakali mutaxassislar sifatida O'zligini O'z kobiliyatlari, individualligi, shaxsiy fazilat xamda xislatlarini bilgan tarzda atrofdegilar mexnatini okilona tashkil etish va ijtimoiy foydali mexnatning boshka soxalarida iktidorli kasb soxibi sifatida faoliya kO'rsatishdir. Bu urinda inson ruxiyati konuniyatlarini urganuvchi psixologiya fanining urni va roli benixoya kattadir.

XXI asrda juda kuplab davlatlarda bO'lgani kabi dunyo xaritasida munosib urin olgan musakil O'zbekistonda xam barcha soxalarda tub isloxotlar boshlandi. Bu isloxotlarning barchasi inson omilini xar kachongidan xam yukori saviyaga kutarib, uning kuchi, idroki saloxiyati, ruxiy xamda ma'naviy barkamolligini bevosita tarakkiyot, rivojlanish va sivilizatsiya bilan O'zviy bogladi. Bunda inson va uning mukammalligi, O'z usida ishlashi, O'z mukammalligi xususida kaygurishi muammosi xar kachongidan xam dolzarb masalaga aylandi. Yangi davr xar bir insondan O'z ichki imkoniyatlarini adekvat bilish, shu bilimlar zaxirasi bilan yakinlarni va xamkasblarni psixik dunyosini bilishni talab kilmokda. Buyuk Sukrot O'z davrida «O'z-O'zingni bil» degan shiorni urtaga tashlagan edi.

Yangi davr bu bilimlar yoniga «O‘z yoningdagilarni va ularning kilayotgan ishlarini xam bil» degan shiorni xar kachongidan xam dolzarb kilib kuydi. Ayni shu muammoni yechishda Hozirgi zamon psixologiya ilmi va amaliyotining roli benixoyat kattadir. Shuning uchun xam nafakat psixologiyadan mutaxassislar tayyorlaydigan bilim dargoxlarida, balki barcha bilim dargoxlarida, xattoki yangi tipdagi maktablar – liseylar va kollejlarda xam psixologiyadan saboq berish rejalashtirilganligi sababli pedagogika fakultetining «pedagogika va psixologiya» xamda maktabgacha tarbiya mutaxassislari tayyorlanadigan guruxlarda psixologiya o‘qitish metodikasi fani kiritilgan. Mazkur kursning asosiy maqsadi bulajak pedagogpsixologlar uchun zaruriy tavsiyalar – psixologiyadan Ma’ruzalar amaliy mashgulotlar, laboratoriya mashgulotlari tashkil etish metodikasi – ya’ni ularni yangi pedagogik texnologiya asosida qanday tashkil etish kaysi ilgor usul va vositalardan foydalanilsa, samaradorlikka erishish mumkinligi talabalar bilan birgalikda urganiladi, talabalar bilimini baxolash, pedagogik amaliyot davomida olib boriladigan ishlar, talabalarning musakil ishlarini tashkil etish haqida ma’lumotlar beriladi. Bularning barchasi bulajak pedagog-psixologlar uchun O‘z ish faoliyatlarini tashkil etishda katta yordam beradi, ta’lim jarayonini, darsdan tashkari talabalar faoliyatini to‘la va okilona boshkara olishlariga kumaklashadi. Bu vazifalarni mukammal egallash ayniksa bulgusi pedagoglar uchun zarur. Chunki O‘qituvchilik kasbi barcha kasblarning onasidir – ya’ni O‘qituvchi barcha kasb egalarini tarbiyalaydi. O‘qituvchi maktabdagi ta’lim – tarbiya jarayonining asosiy tashkilotchisidir. Ta’lim-tarbiya davriy xodisa emas, u muttasil davom etadigan uzluksiz jarayondir. O‘qituvchi o‘quvchilar uchun xamma joyda ibrat bulishi zarur. U o‘z fanini yaxshi bilishi bilan birgalikda o‘quvchilarning psixologiya va yosh xususiyatlarini, individual xususiyatlarini yaxshi bilishi, tarbiyaning kulay va samarali usullarini qo‘llashda psixologik bilimlarga tayanishi zarur. Bola ruxiyatini bilmasdan turib ularning kalbiga yul topa olmaydi, bolalar bilan mulokotda bulish malakasini egallash, ularni faol va musakil, ijodiy fikrlashga urgatish, kobiliyatlarini shakllantirish uchun psixologiyani bilish talab qilinadi va bulajak pedagoglar bu urinda psixologiyadan olgan bilimlar tizimiga suyanadilar. Ota-



onalar bilan ishlashda xam psixologik bilimlar yordam beradi. Nafakat ota-onalar, balki atrofdagi boshka kishilarga xam psixologik bilimlarni targib etish zarur. Chunki kishilar o'z xayot va faoliyatini o'zaro mulokotsiz tashkil etolmaydilar. Mulokotlar davomida xam xar bir shaxs o'z sherigining (O'qituvchi – O'quvchining, raxbarxodimning, mutaxassis – o'z xamkasblarining, er-xotinning, xotin-yerning, aka-ukaning va x.k.) psixologik xolatini, qiziqish va extiyojlarini, kobiliyat va imkoniyatlarini tugri baxolay olishi, uning urniga o'zini kuya bilishi, «sherigi» ning yosh xususiyatlarini xam xisobga olishini bilishiga psixologiyadan berilgan bilimlar yordam beradi.

Yosh mutaxassis – pedagog-psixologlarga bu borada nimalarga e'tibor berishlari zarurligini mazkur kurs bilan tanishish davrida bilib boradilar.

Psixologiya o'qitish metodikasi fanini urganishda ma'ruzalar laboratoriya va amaliy mashgulotlar tashkil etiladi. Ba'zi mavzular musakil urganish uchun tavsiya etiladi – bulaning barchasi bulgusi psixolog – pedagoglarning o'z soxalarini mukammal egallash va olgan nazariy bilimlarini amaliyotda muvaffakiyat bilan qo'llashlariga yordam beradi.

### **Oila ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar obyeksi sifatida.**

Ijtimoiy psixologiyada oilaga xos psixologik jarayonlar, oila a'zolarining bir-birlariga munosabatlari, nikohdagi o'zaro moslik masalalari, oilaviy mojarolarning psixologik omillari, oilada bola tarbiyasining ijtimoiy psixologik metodlari o'rganiladi.

O'zbekistonda o'tkazilayotgan ijtimoiy psixologik tadqiqotlar asosan oila va oilaviy munosabatlarga bag'ishlangan. Chunonchi, birinchi ijtimoiy psixologik tadqiqot ham 70- yillarning oxiri 80- yillarning boshida I. Yoqubov tomonidan o'tkazilgan bo'lib, u oilaviy munosabatlarning barqarorligi va er-xotin ijtimoiy rollarining muvofiqligini ta'minlovchi sosial-psixologik omillarni o'rgandi. Tadqiqot natijasida,- shu narsa aniqlandiki, oila a'zolarining rollar borasidagi muvofiq o'zaro munosabatlari oilaviy xamjihatlikning muhim shartidir. Oilaviy majorolar esa, asosan hozirgi zamon o'zbek ayolining ijtimoiy mehnat bilan

bandligi hamda oilaviy munosabatlarda eskilik sarqitlarining saqlanib qolganligidadir.

G'.B.Shoumarov va YE.A. Morshinalarning (1986) tadqiqotlarida esa oilada bolalar tarbiyasiga bevosita ta'sir ko'rsatadigan ijtimoiy-psixologik omillar o'rganildi, chunonchi, unda o'ziga xos milliy va an'anaviy o'zaro munosaoat xususiyatlarining o'rni belgilandi.

Oilaviy munosabatlar psixologiyasi xususida o'tkazilgan muhim tadqiqotlardan biri N. Sog'inovning o'zbek oilasiga xos bo'lgan nikoh va oila munosabatlari - nikohdan qoniqish, nikoh motivlari, oila qurishning o'zbeklarga xos bo'lgan yosh xususiyatlari, yosh o'zbek oilalaridagi psixologik mojarolar va ajralishlarning sabablarini sistematik tarzda o'rgangan ilmiy ishidir. Bu tadqiqotda ilgari hech o'rganilmagan ilmiy ma'lumotlar to'plandiki, ularga ko'ra, o'zbek oilasining qurilishiga sabab bo'ladigan asosiy motiv—bu "Farzandli bulish", (birinchi o'rinda), ikkinchi o'rinda "Jamoatchilikning gap-so'ziga qolmaslik", uchinchi o'rinda "Ota-ona va qavmi-qarindoshlarning istaklarini bajo etish" va hokazolar aniqlandi. N.Sog'inovning to'plagan ma'lumotlari yosh oilalar, mojaroli oilalar va yoshlar tarbiyasi bilan mashg'ul bo'lganlar uchun muhim ilmiy yo'l-yo'riqdir.

Bundan tashqari, oxirgi yillarda katta guruhlar psixologiyasiga oid qator tadqiqotlar o'tkazildi. Masalan, V.M.Karimovanning o'zbek xotin-kizlari ijtimoiy tasavvurlarining o'zgarishi mexanizmini o'rganishga bag'ishlangan tadqiqoti (1987), E. Usmonovning o'zbek ayollarining suisidal (ya'ni o'z-o'ziga o't qo'yish) xulq-atvorining ijtimoiy-psixologik sabablarini o'rganishga bag'ishlangan tadqiqoti (1993), YE. No'monovanning o'zbek oilalaridagi reproduktiv ustanovkalarining xususiyatlariga bag'ishlangan, M. Zokirovanning erkak va ayollardagi rollar hakidagi tasavvurlarning o'ziga xosligini o'rganishga bag'ishlangan ilmiy tadqiqoti, M.Toshpo'latovning o'zbek yoshlaridagi ijtimoiy xulq-atvorning bozor iqtisodiyoti sharoitidagi o'ziga xos qirralarini o'rganishga qaratilgan ishlari va boshqalar shular jumlasidandir. Mazkur tadqiqotlarning ko'rsatishicha, bizning hududimizda ham oila-nikoh munosabatlari yil sayin o'zgarib bormoqda. Bu boradagi o'zgarishlarga:

1) oilaning jamiyat oldidagi funksiyalarining o'zgarib borishi; 2) oila a'zolari sonining va tug'ilishning kamayishi, murakkab ko'p oilali tipdan, alohida mavjud bo'lgan alohida oilalar tipiga aylanib borayotganligi; 3) oilaviy munosabatlar tizimida er va xotin funksiyalarining o'zgarib, oilaviy rollar haqidagi ijtimoiy tasavvurlarning o'zgarib borayotganligi; 4) iqtisodiy inqirozlarning oila a'zolari o'rtasidagi munosabatlarga ta'siri; 5) ayollardagi reproduktiv ustanovkalarining o'zgarib borayotganligi kabilarni kiritish mumkin. Bu tadqiqotlar natijasida yaqin kelajakda yangi etnopsixologik konsepsiya shakllanadi va bu respublikamizdagi ilmiy ishlarning rivojiga o'z hissasini qo'shadi.

Oila va nikoh borasida o'tkaziladigan tadqiqotlarda jahon va hamdo'stlikdagi davlatlarda o'tkazilgan izlanishlar, ulardan olingan natijalar va metodikalardan foydalanish mumkin. Ayniqsa, Sankt-Peterburg, Boltiqbuyi respublikalarida oila masalalariga bag'ishlangan tadqiqotlar ko'plab o'tkazilgan bo'lib, ularning tajribasidan biz ham keng foydalanishimiz kerak. Chunki o'sha hududlarda ro'y berayotgan ko'plab ijtimoiy jarayonlar, xususan, oilaviy munosabatlar borasidagi muammolar bizning jumhuriyatimizga ham taal-luqli. Masalan, ayollarning ijtimoiy mehnatda bandligi tufayli ularda oila, unda xotin kishining o'rni, roli haqidagi tasavvurlarning o'zgarishining o'zi butun psixologiyani qayta qurilishiga sabab bo'lmoqda. Lekin ikkinchi tomondan, demokratiya va erkinlik sharoitida yillar davomida taqiqlanib kelgan eski qadriyatlarimiz, birinchi vavbatda, dinning hayotga kirib kelishi, umuman oilaviy munosabatlarga shunday ta'sir ko'rsatmoqdaki, ko'pchilikda "endi ayol kishi an'anaviy o'z o'rnini egallarmikin?" degan tasavvurlar ham paydo bo'lmoqda. Ammo, hozirgi rivojlangan ijtimoiy-iqtisodiy munosabatlar sharoitida moddiy ishlab chiqarishni xotin-qizlarsiz tasavvur qilib bo'lmaydi. Shuning uchun ham ilmiy tadqiqotlar odamlar ongidagi ana shunday qarama-qarshiliklarning psixologik yechimini topgan holda oila va nikox tizimiga psixologik yordam ko'rsatishi zarur. Shaharlarda va yirik aholi punktlarida "oila xizmati" shoxobchalarini tashkil etish zarurki, ular bir tomondan, oila va nikoh borasidagi ilmiy muammolarni tadqiq qilib, ularni hayotda qo'llasa, ikkinchi

tomondan, yoshlarga, oilasiz odamlarga, ziddiyatli oilalarga bevosita psixologik xizmatlar ko'rsatishi kerak. Oilaviy munosabatlar sohasidagi alohida tadbqiqiy tarmoq bu yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashdir. Bu ish bizning o'lkamizda ham alohida ahamiyatga ega bo'lib, yangilik bilan eskilik qarama-qarshi kelayotgan sharoitlarda ayniqsa muhimdir. O'smirlik va o'spirinlik yillarida shakllanadigan attraksiya hodisasi, ya'ni shaxslarning bir-birlariga emosional bog'lanishlari — do'stlik sevgi hislarini tarbiyalash, ana shunday tarbiyaga shart-sharoitlar yaratish bizning sharoitlarimizda yangi va kelajagi porlok sohalardandir.

Insoniy munosabatlar shunday o'zaro ta'sir jarayonlariki, unda shaxslararo munosabatlar shakllanadi va namoyon bo'ladi. Bunday jarayon dastlab odamlar orasija ro'y beradigan fikrlar, his-kechinmalar, tashvishu-quvonchlar almashinuvini nazarda tutadi. Odamlar muloqotda bo'lishgani sari, ular o'rtasidagi munosabatlar tajribasi ortgan sari ular o'rtasida umumiylik, o'xshashlik va uyg'unlik kabi sifatlar paydo bo'ladiki, ular bir-birlarini bir qarashda tushunidigan yoki "yarimta jumladan" ham fikr ayon bo'ladigan bo'lib qoladi, ayrim hollarda esa ana shunday muloqotning muloqotning tig'izligi teskari reaksiyalarni- bir-biridan charchash, gapiradigan gapning qolmasligi kabi vaziyatni keltirib chiqaradi. Masalan, oila muhiti va undagi munosabatlar ana shunday tig'iz munosabatlarga kiradi. Faqat bunday tig'izlik oilaning barcha a'zolari o'rtasida bo'lishi mumkin (ona-bola, qynona-kelin va hokazo).

Shaxslararo munosabatlarni o'rganish psixologiya fanida eng dolzarb muammolardan hisoblanadi. Chunki inson shaxsining eng nufuzli va yetakchi faoliyatlaridan biri bo'lgan muloqot va u orqali o'zaro munosabatlar odamlar orasida umumiylik, o'xshashlik, uyg'unlik kabi sifatlar paydo bo'lishiga olib keladi. Ayniqsa, oila muhitida shaxslararo munosabatlarning, chunonchi, ota-ona va farzand orasidagi munosabatlarning o'ziga xos tomonlari shaxsning hayoti, faoliyatining samarasi va mazmuniga bevosita ta'sir etadi.

Sharq madaniyati va ma'naviyati shu qadar noyob, betakror va jozibali bo'lib, buning asosiy sabablaridan biri o'zbek oilasining betakror muhiti, undagi

an'analar, rasm-rusmlar va qadriyatlarning barhayotligidadir. Zero har qanday oila inson taqdiri va kamolotini, kelajagini belgilab beruvchi omil ekanligi bilan xarakterli hisoblanadi. Ayniqsa, undagi an'analar, milliy qadriyatlar ma'naviy boy, axloqan yetuk, intellektual rivojlangan yuqori bilimli, jismonan baquvvat, har tomonlama kamol topgan shaxsni, ya'ni sog'lom avlodni tarbiyalash, voyaga yetkazishda ularning o'rni va ahamiyati kattadir.

Demak, oila-hayotning abadiyligini, avlodlarning davomiyligini ta'minlaydigan, muqaddas urf-odatlarimizni saqlaydigan, shu bilan birga kelajak nasl qanday inson bo'lib yetishishiga ta'sir ko'rsatadigan katta tarbiya o'chog'idir.

Oila farovonligi-milliy farovonlikning asosidir. Oilada eng avvalo: halollik, rostgo'ylik, mehr-oqibat, or-nomus, sharmu-hayo, mehnatsevarlik kabi insoniy fazilatlar shakllanadi. Sharqda qadim-qadimdan oila muqaddas Vatan sanalgan. Agar oila sog'lom va mustahkam bo'lsa, mahallada tinchlik va osoyishtalik hukm suradi.

Oila va bola tarbiyasi muammosi hamma vaqt dolzarb masala bo'lib kelgan. Oila muhiti qanchalik axloq-odobning madaniyat qoidalari va milliy qadriyatlari asosida tashkil topgan bo'lsa, bola shaxsining to'g'ri shakllanishi uchun shart-sharoit yaratilsa, shaxs shunchalik barkamol, komil inson bo'lib yetishadi.

O'zbek oilasidagi an'anaviy ta'lim-tarbiya namunalarini farzandlarimizga amaliy tarzda o'rgatib, oilaviy munosabatlar madaniyatini yuksaltirishga da'vat etib shu orqali ota-ona va bolalar o'rtasidagi munosabatlarni oqilona tashkil etishga yordamlashish hammamizning vazifamizdir. Yosh avlodga ma'naviy, axloqiy tarbiya berishning yo'llari va vositalari xilma-xil bo'lib, bular ichida yoshlarni xalqimizning milliy an'analari ruhida tarbiyalash alohida o'rin tutadi.

Haqiqatdan ham, yaratilgan barcha moddiy va ma'naviy boyliklarning ijodchisi bo'lishi bilan birga asrlar davomida yaratilgan bu ma'naviy boyliklar yana xalq manfaatiga xizmat qiladi. Milliy an'analar xalqimizning ana shunday ma'naviy boyliklaridan biridir.

Ma'lumki, an'analar muhim ijtimoiy hodisa bo'lib, kishilarning odatlari, yurish-o'tirish qoidalari, axloq normalari bo'lib, asrlar davomida yashab kelsada, avloddan-avlodga o'tar ekan, mazmuni yanada boyiydi va insoniyat donishmandligining ifodasi sifatida xalq pedagogikasiga aylanadi. Bu donishmandlik odamlarning turmushi, his-tuyg'ulariga singib, ularning shunchaki qarashlari va ideallarigina emas, shu bilan birga, ijtimoiy ong formasi ham bo'lib qoladi. Ularda odamlarning dilidagi, ko'nglidagi, psixologiyasidagi eng ezgu orzu istaklari o'z ifodasini topadi.

O'zbek xalqi, mamlakatimizdagi boshqa qardosh xalqlar kabi yoshlarga axloq tarbiyasini berishda o'zining azaliy an'alariga ega bo'lgan. Bizning hozirgi kundagi vazifamiz esa, o'tmishda avlodlar tomonidan yaratilgan eng yaxshi an'analarni o'rganish va hayotimiz talablariga mos holda rivojlantirishdir.

Qadimiy, tarixiy manbalar, xalq og'zaki ijodi materiallari, sharq klassiklarining ta'lim-tarbiyaga oid asarlarini sinchiklab o'rganish shuni ko'rsatadiki, o'zbek xalqi qadim zamonlardan boshlab farzandni tarbiyalash sohasida o'ziga xos an'analarga ega bo'lgan. Ota-onalarning bolalarni sevishi, o'z navbatida farzandlarning ota-onani astoydil hurmat qilishi oila tarbiyasining ko'rki bo'lib hisoblangan.

Sharq mamlakatlarida ayniqsa, ota-onalarning shaxsiy namunasi farzand tarbiyasining eng muhim usullaridan biri hisoblangan. Shunga ko'ra, o'g'il bolalar yurish-turishi, o'zaro muomalasi, yerga ishlashi va kasb egallashda otasiga o'xshashlikka harakat qilgan. Ota kasbini egallash yaxshi tarbiyaning natijasi hisoblangan. Qizlar esa uyni saranjom-sarishta tutish, turli taomlar tayyorlash, to'qish va tikish, mehmon kutish kabi ishlarda onasiga o'xshashga harakat qilganlar. An'anaga ko'ra, farzandlar yurish-turishi va o'zaro munosabat qoidalari, yoshlarning ota-ona va kattalar oldidagi burchi, mehnati, kasb-kori va ularning inson hayotidagi roli haqidagi dastlabki tushuncha va tasavvurlarni oilada olganlar.

Agar o'g'il bolalarga oila tashvishi bilan yashash, uning shon-shuhrati uchun kurashishi, yoshlikdan biror kasbning boshini tutish, har qanday mehnatga tayyor turish kabi sifatlar sindirilsa, qizlarga esa kattalarni hurmat qilish, ota-onalarning so'ziga quloq solish har doim nazokatli va shirin so'z bo'lish, ota-yoki boshqa katta kishilar uyga kirib kelishganida o'rnidan turib qarshi olish kabi odob va ma'naviy hayot qoidalari oilada o'rgatilar edi.

Hayot tajribasini ko'rsatishicha, jamiyatning ravnaqi, gullab-yashnashi, farovon hayotning asosiy mezonini axloq-odob bo'lib hisoblangan. Shuning uchun ota-bobolarimiz oilaga, oilada bola tarbiyasiga, ularning ma'naviy kamoliga, axloqiga katta e'tibor berib kelganlar.

**Demak, jamiyat mustahkam, ma'naviy va axloqiy jihatdan sog'lom oila bo'lishidan manfaatdordir. Shunday ekan, kattalarning farzand tarbiyasi yuzasidan mas'uliyatini, salohiyatini kuchaytirish, ularning pedagogik layoqatini oshirish, oilaviy va ijtimoiy tarbiya birligini ta'minlash davr talabidir. Oiladagi nosog'lom muhit juda ko'p illatlar qatori, odamning o'z salomatligi holatiga bo'lgan munosabatini salbiy tomonga o'zgartirib yuborishi mumkin. Bunday o'zgarishlarning ham turlicha sabablari bor. Masalan, agar oila a'zolari ma'lum sog'lom turmush tarziga o'rgangan bo'lsalar ham, biror sabab bilan shu oilada nizo, janjal kelib chiqsa, bu holat barcha oila a'zolari tafakkurining salbiy tomonga o'zgarishiga olib keladi. Bu o'z navbatida umuman faollikning pasayishini keltirib chiqaradi. Demak, o'zaro muomaladagi sog'lom ruhiyat, samimiyat mavjud ijobiy odatlarning barqarorligini kafolatlaydi**

### **NAZORAT SAVOLLAR:**

1. Amaliy ijtimoiy psixologiyaning maqsadi nimadan iborat?
2. G. M. Andreyevaning asarlarining tadbqiqiy ijtimoiy psixologiyadagi ahamiyati?
3. Amaliy ijtimoiy psixologiya faoliyatining qanday jihatlari mavjud?

4. Amaliy ijtimoiy psixolog qanday ijtimoiy-psixologik hodisalar bilan ishlaydi?
5. Amaliy ijtimoiy psixologiyaning qanday vazifalari mavjud?
6. Amaliy ijtimoiy psixologiyada oilaga xos psixologik jarayonlar qanday o'rganiladi?
7. Oila va nikoh borasida o'tkaziladigan tadqiqotlarda qanday muammolar o'rganiladi ?
8. Amaliy psixologlar qaysi soxalarda qanday ish olib boradilar?

### **Adabiyotlar ro'yxati**

2. Mers D.G. Social psychology. 11 edition. – McGraw-Hill Education, 2012.
2. Andreyeva G.M. Sosialnaya psixologiya. Uchebnik – M.: “Aspekt Press”, 2003. – 364 s.
3. G'oziyev E.G. Sosial psixologiya. Toshkent, 2013.
4. Kuzmin YE.S. Osnovi sosialnoy psixologiyalGU 2001
5. Parigin V.D. Osnovi sosialnoy psixologicheskoy teorii M. 2001
6. Nemov R.S. «Psixologiya». Kn.1. - M., 2003
7. “Psixologiya” Uch. T-2. “Prospekt”. Moskva - 2004.
8. Psixologiya i pedagogika. Pod redaksiyey A.A.Radugina. Izd. “Sentr” 2003
15. Gamilton. Y.S. “Chto takoye psixologiya”. “Piter”, 2002.
16. Ananyev B.G. “Chelovek kak predmet poznaniya”. “Piter”, 2001.
17. Drujinina V. “Psixologiya “. Uchebnik. “Piter”, 2003.
18. Burlachuk F. Psixodiagnostika. “Piter”, 2002.
19. Ayzenk M. Psixologiya dlya nachinayushix. “Piter”, 2000.
20. Bolotova A.K, Makarova I.V. Prikladnaya Psixologiya: Uchebnik dlya vuzov.- M.Aspekt Press, 2002 – 383 s.
21. [www.google.com](http://www.google.com)  
[www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)  
[www.arxiv.uz](http://www.arxiv.uz)



**3 – MAVZU. Ekstremal vaziyatlarda tatbiqiy ijtimoiy psixologiya  
(2 soat)**

***PEXA:***

- 3.1. Ekstremal vaziyatlarda tatbiqiy ijtimoiy psixologiya.
- 3.2. Ekstremal vaziyatlar haqida tushuncha.
- 3.3. Ekstremal vaziyatlarda amaliy psixologik yordam.

**Tayanch tushunchalar:** Ekstremal, favqulotda vaziyat, ijtimoiy-psixologik diagnostika, shok terapiyasi, rehabilitasiya ishlari, maxsus psixologik yordam, texnogen, epidemiologik, ijtimoiy.

**3.1. Ekstremal vaziyatlarda tatbiqiy ijtimoiy psixologiya.**

## **Ekstremal amaliy ijtimoiy psixologiya**

Hayotning ko'pgina sohalari, ichki va tashqi xavf-xatarlar va tahdidlar tufayli ba'zan ekstremalga aylanadi. Hozirgi kunda Rossiyada deyarli barcha sohalar ekstremal holatda. Shuning uchun nafaqat amaliy ijtimoiy psixologlarning ekstremal vaziyatlardagi harakatlari haqida, balki ekstremal amaliy ijtimoiy psixologiyani mustaqil soha sifatida yaratish zarurligi haqida gapirish uchun barcha asoslar mavjud.

Ekstremal vaziyatlar ijtimoiy-psixologik diagnostika, ta'sir psixotexnikasi va konsultasiya o'tkazishni, ya'ni amaliy psixologlar kasbiy faoliyatining barcha asosiy yo'nalishlarini tasniflashni talab qiladi.

Ekstremal vaziyatlarda ijtimoiy-psixologik hodisalarning diagnostikasi o'ziga xos xususiyatlarga ega.

Bunday sharoitda vaqt tangligi tufayli diagnostika dasturini yaratish mumkin emas. Amaliy psixologning harakatlari favqulodda vaziyat rejasi bilan belgilanadi. Bunday sharoitda metodlar va metodikalar videoesyomka, ijtimoiy simptomlarni, retrospektiv yondashuv va boshqalarni tahlil qilishdan tashqari umuman qo'llanilmaydi. Ba'zan ekstremal holatlarning o'zi diagnostik rolni bajaradi. Bunday sharoitda shaxs "ochiladi". Faqat buni hammasini qayd qilish kerak.

Ekstremal vaziyatlarda psixoterapiya va treninglar emas, balki kontrtarg'ibotga oid xarakterdagi maxsus operasiyalarning metodlari ishlaydi. Aynan ular harbiy harakatlar paytida, jinoyatchilikka qarshi kurashda qo'llaniladi. Bu yerda "shok terapiyasi" dan ham foydalansa bo'ladi.

Ekstremal vaziyatlarda maxsus psixologik yordam, reabilitasiya ishlari, moslashtirish maqsadida xavfli vaziyatlar paydo bo'lgan joylardan kelgan qochoqlarga ko'rsatiladigan ijtimoiy yordam, u yoki bu sindromni olgan harbiy harakatlar qatnashchilariga, shuningdek aholi va maxsus bo'linmalarning harbiy harakatlar, terroristik harakatlar hamda front yonidagi joylar sharoitida ma'naviy va psixologik ruhini qo'llab-quvvatlash bo'yicha maxsus chora-tadbirlar katta ahamiyatga ega.

Hammasi ekstremal vaziyatlarda ijtimoiy-psixologik ta'sir maqsadlariga bog'liq: bir xil holatda odamni qo'llab-quvvatlash, yordam berish; boshqasida – masalan, mish-

mishlar, vahimani to'xtatish; uchinchisida – muzokaralarni o'tkazish; to'rtinchisida – dushmanga zarba berish; beshinchida – yangi madaniyatga moslashishda yordam berish kerak.

Ma'lumki, ekstremal vaziyatlar turli sabablarga ko'ra paydo bo'ladi.

Kelib chiqish manbasiga ko'ra quyidagi ekstremal vaziyatlar farqlanadi:

1) tabiiy (o'rmon yong'inlari, suv toshqinlari, zilzilalar, sellar, bo'ronlar, qor ko'chkilari, sunami, qurg'oqchilik, ekologik ofatlar);

2) texnogen (baxtsiz hodisalar, ofatlar);

3) epidemiologik (epidemiylar, yuqumli kasalliklarning avj olishi);

4) ijtimoiy (terrorizm, garovga olish, ijtimoiy nizolar (ish tashlashlar), fuqaroviy bo'ysunmaslik, fuqarolar urushi).

Quyidagi ekstremal vaziyatlar ijtimoiy keskinlikning turli shakllarida namoyon bo'lishi va baravar kelishi mumkin.

Ijtimoiy keskinlikning namoyon bo'lishining quyidagi shakllari va uning yuzaga kelishiga javob berish turlarini ajratib ko'rsatish mumkin:

1) muayyan ijtimoiy-demografik jarayonlar (tug'ilish, o'lim, umr ko'rishning davomiyligi);

2) jinoiy oqibatlar;

3) psixologik kayfiyat, ya'ni: tashvish, ommaviy norozilik yoki depressiya, vahima, tajovuz yoki mo'jizaga umid;

4) hokimiyat, ularning vakillariga ishonchsizlik;

5) norozilik bilan bog'liq xulq-atvor jihati.

Ijtimoiy keskinlik rivojlanishining uchta darajasini ham ajratib ko'rsatish mumkin: past – bu ijtimoiy barqarorlik va xavfsizlikka deyarli ta'sir qilmaydi; o'rta – jamiyatning hayotiy faoliyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi; yuqori – ijtimoiy institutlar va jamoalarning faoliyatini buzadi. Xavf amaliy psixolog shaxsi, uning kasbiy faoliyati va tayyorgarligiga alohida talablar qo'yadi.

Ekstremal vaziyatlarda savodli harakat qilish uchun amaliy ijtimoiy psixolog ularga moslashgan bo'lishi, stressga chidamli bo'lishi va ijtimoiy-psixologik kompetentlikka ega bo'lishi kerak [30].

Tabiiy, texnogen va epidemiologik omillarning ta'siri tufayli yuzaga keladigan ekstremal vaziyatlarda amaliy ijtimoiy psixologlarga vahima, mish-mishlar va posttravmatik sindrom kabi hodisalar bilan to'qnash kelishga to'g'ri keladi.

*Vahima* – ommaviy qo'rquv reaksiyasi. O'zining rivojlanishida u bir nechta bosqichlardan o'tadi. Amaliy ijtimoiy psixolog zarur hollarda uni bostirish bo'yicha tavsiyalar berishi shart.

*Posttravmatik sindrom* ekstremal vaziyatlarda ham, ular tugaganidan keyin ham sodir bo'ladi. Masalan, Armanistondagi zilziladan so'ng, zilziladan omon qolganlarning 86% i birinchi 5-10 kun davomida tormozlanish holatida bo'lib, nima bo'lganini tushunishda qiynalganlar; yaqin qarindoshlarini yo'qotganlarning 36% i zilziladan keyingi dastlabki bir necha kun voqealariga bo'lgan xotirani yo'qotganlar.

Ekstremal vaziyatlarga bo'lgan psixologik reaksiyalar har xil. Distress holatlardan va hatto psixologik buzilishlardan safarbarlik holatigacha bo'lgan stress reaksiyalarining bir nechta turlari bor.

Favqulodda vaziyatlarda jabrlanganlarga psixologik yordamni birinchi navbatda Favqulodda Vaziyatlar Vazirligi, Mudofaa Vazirligi, Ichki Ishlar Vazirligi, sog'liqni saqlashda ishlaydigan psixologlar ko'rsatishni bilishlari kerak. Yordam ko'rsatishning asosiy prinsiplari quyidagilardan iborat: tezkorlik, voqealar sodir bo'lgan joyga yaqinlik, normal holatni tiklashni kutish, psixologik ta'sirning birligi va soddaligi.

*Tezkorlik* jabrlanuvchiga yordam iloji boricha tezroq berilishi kerakligini anglatadi: jarohatdan keyin qanchalik ko'p vaqt o'tgan bo'lsa, shunchalik surunkali kasalliklarning (alkogolizm, giyohvand moddalar) paydo bo'lish ehtimoli yuqori bo'ladi.

*Yaqinlik* prinsipining ma'nosi – sharoit va ijtimoiy muhitni o'zgartirmasdan, "gospitalizm" ning salbiy oqibatlarini minimallashtirishda yordam ko'rsatishdan iboratdir.

*Kutish:* stressli vaziyatni boshdan kechirgan odamga bemor sifatida emas, balki oddiy odam sifatida munosabatda bo‘lish kerak. Normal holatga yaqin orada qaytishga bo‘lgan ishonchini qo‘llab-quvvatlash zarur.

Psixologik ta‘sirning birligi uning manbai bitta shaxs yoki yagona murojaat prosedurasi bo‘lishi kerakligini anglatadi.

Psixologik ta‘sir jabrlanuvchini jarohatlanish manбайдan uzoqlashtirish, xavfsiz muhit va tinglash mumkin bo‘lgan imkoniyatni ta‘minlashga qaratilgan.

Posttravmatik stressni bartaraf etish uchun psixologik va rehabilitasiya kurslari o‘tkaziladi, ya‘ni ijtimoiy va psixologik yordam ko‘rsatiladi. Ushbu chora-tadbirlar psixodiagnostika, konsultasiya berish, psixoterapiya, dibrifingni o‘z ichiga olishi mumkin.

*Dibrifing* – guruhga oid ruhiy travma bilan ishlash metodi (J. Mitchell). Dibrifingning maqsadi – sodir bo‘lgan voqeani uyushgan holda muhokama qilish orqali guruhga bo‘lgan patogen manbaning oqibatlarini kamaytirish.

Shu bilan birga maxsus markazlarda guruhga oid metodikalar, kurortda davolanish va sog‘lomlashtirish qo‘llaniladi [16]. Bunday yordam nafaqat jabrlanuvchiga, balki uning oilasi, yaqin qarindoshlari va boshqalarga ham ko‘rsatilishi kerak.

So‘nggi yillarda kelib chiqishi ijtimoiy bo‘lgan ekstremal vaziyatlar ko‘p uchrab turibdi. Bunga terrorizm, jumladan, siyosiy terrorizm, garovga olish, ish tashlashlar, norozilik va bo‘ysunmaslikning fuqarolik shakllari, millatlararo nizolar, ommaviy tartibsizliklar va fuqarolar urushi o‘choqlari kiradi.

Amaliy ijtimoiy psixologlar ijtimoiy nizolarni hal etish va garovga olinganlarni ozod qilishda muhim rol o‘ynashi mumkin. Shu bilan birga, ularning ijtimoiy-psixologik

kompetentligi beqiyosdir. Bu kompetentlik muzokaralar olib borishga; olomonga to‘g‘ri murojaat qilishga; jangovar harakatlar, axborot kurashi, psixologik qarama-qarshiliklar sharoitida qarshi targ‘ibot xarakteridagi maxsus choralardan foydalanish imkonini beradi.

*Muzokaralar* turli maqsadlarga ega: mehnat nizolarini hal qilish, garovga olinganlarni ozod qilish va boshqalar.

Hozirgi kunda muzokaralarning bosqichlari, ularni o‘tkazish texnikasi to‘g‘risida ko‘p adabiyotlar nashr etilgan (N. V. Grishina, M. M. Lebedeva va boshqalar), xususan, muzokaralarni o‘tkazish amaliyoti A. A. Bodalev, A. N. Suxov tomonidan tahrir qilingan “Ijtimoiy-psixologik nazariya asoslari” kitobida batafsil yoritilgan (Ryazan, 1995. – C. 100, 109, 236 - 240).

Olomonga *murojaat qilish* va ommaviy tartibsizliklar ishtirokchilariga psixologik ta’sir ko‘rsatish juda qiyin ish.

Ommaviy ekssslarni oldini olish va bostirish maqsadida psixologik ta’sir bir necha bosqichlarga bo‘linadi.

Birinchi bosqichda ta’sir ijtimoiy keskinlikning eksessga aylanishiga yo‘l qo‘ymaslikka; fuqarolarga murojaatlar orqali ekstremal vaziyatni cheklashga, ular bilan muzokaralar olib borishga, maxsus tadbirlar tashkil etishga qaratilgan.

Shuni yodda tutish kerakki, aksariyat ekstremal vaziyatlar ijtimoiy keskinlik va nizolarga asoslanadi. Shuning uchun amaliy ijtimoiy psixolog ijtimoiy nizolarni hal qilishda ishtirok etishga tayyor bo‘lishi kerak.

Nizolar sohasidagi mutaxassislar maxsus nazariyaga tayanishlari lozim.

Shu nuqtai nazardan ijtimoiy nizolarni prognozlash, kartografiyasi, ularning paydo bo‘lish sabablarini tahlil qilish va hal etish amaliyoti alohida ahamiyat kasb etadi.

Qurol-yarog‘ ishlatish bilan bog‘liq millatlararo nizolar yuzaga kelganda, vaziyatni yuzaga keltirish va nizolarni dezinformasiya yo‘li bilan eskalasiyaga, mish-mishlarning tarqalishiga olib kelishi mumkin. Shuning uchun ommaviy axborot vositalariga nafaqat favqulodda holat, balki ijtimoiy keskinlik sharoitida ham alohida mas’uliyat yuklanadi. Bu yerda axborotning obyektivligi va materialni taqdim etishning to‘g‘riligi masalasi o‘ta keskindir. Va bu yerda amaliy psixologlar alohida o‘rin tutadi. Albatta, bu yerda

ommaviy axborot vositalarining maxsus ishlash tartibi va ularning cheklovlari haqida gap ketmayapti.

Ekstremal amaliy ijtimoiy psixologiya nafaqat amaliyot bilan, balki muloqot, mutaxassislarni kasbiy tayyorlash bilan ham bog‘liq.

Ekstremal amaliy ijtimoiy psixologiyaning o‘quv fani sifatida asosiy maqsadi shaxs va guruhlarning xavfsiz xulq-atvorini shakllantirishdan iborat bo‘lishi kerak. Shu bilan birga, “Hayot xavfsizligi” va “Inson xavfsizligi” kurslariga muvaffaqiyatli tayanish mumkin [2].

Shu bilan birga, ekstremal vaziyatlarda harakatlar, ularning stressga chidamliligi va boshqa xususiyatlarini shakllantirish bo‘yicha mutaxassislarni maxsus tayyorlashni amalga oshirish kerak.

Ijtimoiy keskinlik va nizolar sharoitida ekstremal omillardan biri – xavfli vaziyatlar paydo bo‘lgan joylardan kelgan qochoqlar, ko‘chib kelganlar, muhojirlar va umuman madaniyatlararo o‘zaro ta’sirga moslashish muammosi hisoblanadi.

Yangi madaniy muhitga moslashish jarayoni ko‘pincha nevrotik va psixosomatik buzilishlar, deviant va delikvent munosabatlar, “madaniy shok”, “madaniy charchash”, “o‘tish shoki” bilan kechadi.

Yangi madaniyatga moslashish jarayoni uchta asosiy bosqichni o‘z ichiga oladi. Birinchisi – g‘ayrat va ko‘tarinki ruh bilan, ikkinchisi – frustrasiya, depressiya hamda ishonch va qoniqish hissiga o‘tadigan chalkashlik hissi bilan ajralib turadi (T. G. Stefanenko).

Nizo darajasi va yangi madaniyatga moslashish davomiyligi ko‘chib o‘tganlarning ijtimoiy-psixologik xarakteristikalarini hamda o‘z va boshqa madaniyatlar xususiyatlariga bog‘liq.

S. Bokker, madaniyatlararo o‘zaro ta’sir oqibatlarini hisobga olgan holda, yangi madaniyatga moslashishning to‘rtta variantini tasvirlangan: 1) genosid, ya’ni qarama-qarshi guruhning yo‘q qilinishi; 2) assimilyasiya, ya’ni boshqa mentalitet bilan to‘liq identifikasiyaga qadar an’analarni asta-sekin ixtiyoriy yoki majburiy qabul qilish; 3) segregasiya, ya’ni guruhlarning alohida rivojlanish kursi; 4) integrasiya, ya’ni umumiy

guruhga birlashganda guruhlar tomonidan ularning madaniy o'ziga xosligini saqlab qolish.

Shunga asoslanib, ko'chib o'tganlarning quyidagi tipologiyalari ajratiladi:

- 1) o'z madaniyatini rad etuvchi “qarshi tomon fikriga qo'shilganlar”;
- 2) begona madaniyatni tan olmaydigan “shovinninglar”;
- 3) ikki madaniyat o'rtasida ikkilanadigan “marginallar”;
- 4) ikkala madaniyatni sintez qiluvchi “vositachilar”.

Hozirgi kunda yangi madaniyatga moslashishga yordam beradigan turli dasturlar mavjud. Ular orasida ta'lim, yo'nalish, ko'rsatma, trening va “madaniy assimilyator” bor.

Ta'limning maqsadi – madaniyat, etnik jamoa va boshqalar haqida bilim olishdir.

Madaniyatlararo trening ikkita asosiy vazifani hal qiladi:

- madaniyatlararo farqlar bilan tanishish;
- madaniy farqlar sohasida ijtimoiy-psixologik kompetentlikni oshirish.

“Madaniy assimilyator” ning maqsadi – insonni boshqa guruh a'zolari nuqtai nazaridan vaziyatlarni ko'rishga, ularning dunyoqarashini tushunishga o'rgatishdir. Shuning uchun bu metodni madaniyatlararo sensitivlik texnikasi deb atash taklif etiladi.

“Madaniy assimilyatorlar” ikkita madaniyat qahramonlari o'zaro ta'sir o'tkazadigan vaziyatlarning tavsiflaridan (37 dan 100 gacha) hamda har bir vaziyatdagi qahramonlar xulq-atvorining to'rtta talqini keltirilgan.

Madaniyatlararo ta'sir o'tkazish muammosi akkulturasiya, ya'ni madaniy o'zgarishlar bilan cheklanmaydi. Aslida u millatlararo munosabatlardagi asoratlar ko'rinishida mavjud. Etnik jamoalar o'rtasidagi madaniy farqlar ko'pincha nizolarga olib keladi. Shu bilan birga, millatlararo nizolar nafaqat ijtimoiy-psixologik xarakterga ega, balki asosan iqtisodiy va siyosiy sabablar bilan izohlanadi. Shuning uchun ularni hal qilish Rossiyaning davlat tuzilishi, madaniy va diniy mansubligidan qat'iy nazar mamlakatning barcha fuqarolarining milliy xavfsizligini ta'minlash bilan bog'liq.

### **3.2. Ekstremal vaziyatlar haqida tushuncha**

Favqulodda (ekstremal) vaziyat (FV) – bu avariya, xavfli tabiiy hodisa, falokat, inson halokatiga olib kelishi mumkin bo'lgan tabiiy yoki boshqa ofatlar, inson



sogʻligʻiga yoki atrof-muhitga zarar yetkazishi, sezilarli moddiy yoʻqotishlar va odamlar turmush sharoitining buzilishi natijasida yuzaga kelgan muayyan hududdagi holat. Har bir favqulodda vaziyatning oʻziga xos sabablari, xususiyatlari va rivojlanish xarakteri bor.

Favqulodda vaziyatlarni quyidagi belgilarga koʻra tasniflash mumkin:

- toʻsatdan boʻlish darajasiga koʻra: kutilmaganda (oldindan aytib boʻlmaydigan) va kutilgan (bashorat qilinadigan). Tabiiy ofatlarni oldindan aytish qiyinroq boʻlsa-da, ijtimoiy, siyosiy va iqtisodiy vaziyatlarni bashorat qilish osonroq. Favqulodda vaziyatlar va toʻgʻri harakatlarni oʻz vaqtida prognoz qilish katta yoʻqotishlarning oldini olish va ayrim hollarda favqulodda vaziyatlarning oldini olish imkonini beradi;
- tarqalish tezligi boʻyicha: favqulodda vaziyat “portlovchi”, tezkor, tez tarqaladigan yoki oʻrtacha, bir tekisda boʻlishi mumkin. Koʻpincha harbiy mojarolar, texnogen avariylar, tabiiy ofatlar tezkor deb hisoblanadi. Ekologik xarakterdagi vaziyatlar nisbatan bir tekisda rivojlanmoqda;
- tarqalish koʻlami boʻyicha: lokal, mahalliy, hududiy, mintaqaviy, federal va transchegaraviy. Lokal, mahalliy va hududiy favqulodda vaziyatlarga bir funksional boʻlinish, ishlab chiqarish yoki turar joy doirasidan tashqariga chiqmaydigan favqulodda vaziyatlar kiradi. Mintaqaviy, federal va transchegaraviy favqulodda vaziyatlar butun mintaqalarni, davlatlarni yoki bir nechta davlatlarni qamrab oladi;
- harakat muddatining davomiyligi boʻyicha: qisqa muddatli yoki uzoq muddatli boʻlishi mumkin. Atrof-muhitning ifloslanishiga olib keladigan barcha favqulodda vaziyatlar uzoq muddatli hisoblanadi;
- xarakteri boʻyicha: qasddan (atayin) va bexosdan (beixtiyor). Qasddan favqulodda vaziyatlarga milliy, ijtimoiy, va harbiy mojarolar, terrorchilik harakatlari va boshqalar kiradi. Kelib chiqish xarakteriga koʻra tabiiy ofatlar bexosdan boʻlib, bu guruhga koʻpchilik texnogen avariylar va falokatlar ham kiradi.

Kelib chiqish manbasiga ko‘ra favqulodda (ekstremal) vaziyatlar quyidagilarga bo‘linadi:

- texnogen xarakterdagi favqulodda vaziyatlar;
- tabiiy xarakterdagi favqulodda vaziyatlar;
- biologik va ijtimoiy xarakterdagi favqulodda vaziyatlar.

Texnogen xarakterdagi favqulodda vaziyatlarning turlari: transport avariylari va falokatlar, yong‘in va portlashlar, halokatli kimyoviy zaharli moddalar (HKZM) va zaharli moddalar (ZM) ning chiqarilishi bilan bog‘liq avariylar, radioaktiv moddalar (RM) yoki kuchli ta‘sir qiladigan zaharli moddalar (KTZM), inshootlar to‘satdan qulashi, elektr-energiya tizimlari (EET) yoki kommunal tizimlaridagi avariylar, sanoat tozalash inshootlaridagi avariylar, gidrodinamik avariylar.

Tabiiy xarakterdagi favqulodda vaziyatlar turlari: geofizik, geologik, meteorologik, agrometeorologik, xavfli dengiz gidrologik hodisalari, tabiiy yong‘inlar.

Bioijtimoiy xarakterdagi favqulodda vaziyatlarning turlari: ocharchilik, terrorizm, ijtimoiy tartibsizliklar, alkogolizm, giyohvandlik, toksikomaniya, turli zo‘ravonlik harakatlari.

Litosfera holatining o‘zgarishlari bilan bog‘liq favqulodda vaziyatlar – quruqlik (tuproq, yer osti, landshaft); atmosferaning (havo) tarkibi va xossalari; gidrosferaning (suv muhiti) holati; biosferaning holati; odamlar, hayvonlar va o‘simliklarning yuqumli kasalliklari.

Amaliy maqsadlar uchun, tabiiy va texnogen xarakterdagi favqulodda vaziyatlarni baholash, favqulodda vaziyatlar chegaralarini belgilash va ularga yetarli darajada javob berish uchun yagona yondashuvni belgilash uchun favqulodda vaziyatlarning quyidagi tasnifi kiritildi:

- ushbu favqulodda vaziyatlarda zarar ko‘rganlar soniga qarab;
- yashash sharoitlari buzilgan odamlar;
- yetkazilgan moddiy zarar miqdori, shuningdek favqulodda vaziyat omillarining tarqalish zonasi chegaralari.

Favqulodda vaziyatning manbasi xavfli tabiiy hodisa, avariya yoki texnogen hodisa, odam, hayvon va o'simliklarning yuqumli kasalligi, shuningdek favqulodda vaziyatlar yuzaga kelishi mumkin bo'lgan zamonaviy qirg'in vositalaridan (ZQV) foydalanish.

Favqulodda vaziyat manbasining zarar yetkazuvchi omili favqulodda vaziyat manbasidan kelib chiqadigan xavfli hodisa yoki jarayonning tarkibiy qismi sifatida aniqlanadi va tegishli parametrlar bilan aniqlanadigan fizik, kimyoviy va biologik harakatlar yoki hodisalar bilan tavsiflanadi.

Favqulodda vaziyat zonasi favqulodda vaziyat manbaining vujudga kelishi yoki uning oqibatlarini boshqa hududlardan tarqalishi natijasida favqulodda vaziyat sodir bo'lgan hudud yoki suv hududi sifatida belgilanadi.

Zararlanish zonasi – bu xavfli kimyoviy moddalar yoki biologik (bakteriologik) vositalar tarqalgan hudud. Insonlar, hayvonlar, o'simliklar va atrof-muhit uchun xavf tug'diradigan miqdordagi RM.

Zararlanish o'chog'i – ZQV ning ta'siri natijasida odamlar, qishloq xo'jalik hayvonlari va o'simliklarning ommaviy qirilishi yoki nobud bo'lishi, bino va inshootlarning, shuningdek, atrof-muhit elementlari (AME) ning buzilishi va vayron bo'lishiga olib keladigan cheklangan hudud.

Favqulodda vaziyat tufayli zararni baholash 5 ta asosiy parametrlar bo'yicha amalga oshiriladi:

- favqulodda vaziyatlar tufayli bevosita yo'qotishlar;
- qutqaruv va boshqa shoshilinch ishlarni amalga oshirish xarajatlari;
- evakuasiya tadbirlari hajmi va ularni amalga oshirish xarajatlari;
- favqulodda vaziyatlarni bartaraf etish xarajatlari;
- bilvosita yo'qotishlar.

### **3.3. Ekstremal vaziyatlarda favqulodda psixologik yordam**

Favqulodda psixologik yordam odamlarga o'tkir stress (yoki O'SB – o'tkir stress buzilishi) holatida ko'rsatiladi. Bu holat emosional va aqliy tartibsizlikni his qilishdir.

Psixodiagnostika, ta'sir ko'rsatish psixotexnikasi va ekstremal vaziyatlarda psixologik yordam ko'rsatish tartibi o'ziga xos xususiyatlarga ega (Suxov, Derkach 1998).

Xususan, ekstremal vaziyatlardagi psixodiagnostika o'ziga xos xususiyatlarga ega. Bunday sharoitda vaqt yetishmasligi sababli standart diagnostika muolajalaridan foydalanish mumkin emas. Harakatlar, shu jumladan amaliy psixologning harakatlari, favqulodda vaziyatlar uchun tuzilgan reja bilan belgilanadi.

Ko'pgina ekstremal vaziyatlarda psixologik ta'sirning oddiy usullari qo'llanilmaydi. Bularning barchasi ekstremal vaziyatlarda psixologik ta'sirning maqsadlariga bog'liq: bir xil holatda qo'llab-quvvatlash, yordam kerak; boshqasida, masalan, mish-mishlar, vahimani to'xtatish kerak; uchinchisida – muzokara olib borish kerak. Ekstremal vaziyatlarning ta'siri natijasida psixologik jarohat olganlarga yordam ko'rsatishning asosiy prinsiplari quyidagilardan iborat:

- zudlik;
- voqea joyiga yaqinlik;
- normal holat tiklanishini kutish;
- psixologik ta'sirning birligi va soddaligi.

Zudlik jabrlanuvchiga iloji boricha tezroq yordam ko'rsatish kerakligini anglatadi: jarohatdan keyin qancha ko'p vaqt o'tgan bo'lsa, surunkali kasalliklar, shu jumladan jarohatdan keyingi stress buzilishining paydo bo'lish ehtimoli shunchalik yuqori bo'ladi.

Yaqinlik prinsipining mohiyati – oddiy va ijtimoiy muhitda yordam ko'rsatish, shuningdek, “kasalxonaga yotqizish” ning salbiy oqibatlarini minimallashtirishdir.

Normal holatning tiklanishini kutish: stressli vaziyatni boshdan kechirgan odam bilan bemor sifatida emas, balki oddiy odam kabi munosabatda bo'lish kerak.

Normal holatning yaqin orada qaytish ishonchini qo'llab-quvvatlash zarur.

Psixologik ta'sirning birligi shuni nazarda tutadiki, yo manba yagona shaxs bo'lishi kerak, yoki psixologik yordam ko'rsatish tartibi yagona bo'lishi kerak.

Psixologik ta'sirning soddaligi – jabrlanuvchini jarohatlanish manbaidan uzoqlashtirish, oziq-ovqat, dam olish, xavfsiz muhit va uni tinglash uchun imkoniyat yaratish kerak.

Umuman olganda, favqulodda psixologik yordam xizmati quyidagi asosiy vazifalarni bajaradi:

- amaliy: aholiga shoshilinch psixologik va (zarur hollarda) tibbiy yordam ko'rsatishni bevosita ta'minlash;
- muvofiqlashtiruvchi: maxsus psixologik xizmatlar bilan o'zaro aloqalarni ta'minlash.

Ekstremal sharoitlardagi psixolog ishi holatining odatdagi terapevtik vaziyatdan farqi (Lovellet, Malimonova, 2003):

- Guruhlar bilan ishlash. Ko'pincha jabrlanuvchilar guruhlar bilan ishlashga to'g'ri keladi va bu guruhlar psixoterapevtik jarayonning ehtiyojlaridan kelib chiqqan holda sun'iy ravishda psixolog (psixoterapevt) tomonidan yaratilmagan, ular falokatning dramatik vaziyati tufayli hayotning o'zi tomonidan yaratilgan.
- Bemorlar ko'pincha o'tkir affektiv holatda bo'ladilar. Ba'zan normal psixoterapevtik ish uchun odatiy bo'lmagan, jabrlanuvchilar hali ham jarohatlaydigan vaziyat ta'siri ostida bo'lganlarida ishlashga to'g'ri keladi.
- Ko'pchilik jabrlanuvchilarning ko'pincha ijtimoiy va ta'lim darajasining pastligi. Jabrlanganlar orasida, o'zining ijtimoiy va ta'lim darajasiga ko'ra, psixoterapevt qabuliga hayotlari davomida hech qachon kelmaydigan ko'p sonli odamlarni uchratishimiz mumkin.
- Jabrlanganlardagi psixopatologiyaning xilma-xilligi. Zo'ravonlik qurbonlari ko'pincha travmatik stressdan tashqari, nevroz, psixoz, xarakter buzilishlari va, qurbonlar bilan ishlaydigan mutaxassislar uchun eng muhimi, falokat yoki boshqa travmatik vaziyatdan kelib chiqqan bir qator muammolardan aziyat chekadilar.

Masalan, yashash uchun mablag'larning yo'qligi, ishning yo'qligi va boshqalar nazarda tutiladi.

- Deyarli barcha bemorlarda yo'qotish hissi bor, chunki qurbonlar tez-tez yaqinlarini, do'stlarini, sevimli yashash joylarini va ishlarini yo'qotadilar, bu esa travmatik stressning nozologik ko'rinishiga, ayniqsa, bu sindromning depressiv tarkibiy qismiga hissa qo'shadi.

- Shikastlanishdan keyingi psixopatologiyaning nevrotik patologiyadan farqi. Travmatik stressning psixopatologik mexanizmi nevrozning patologik mexanizmlaridan tubdan farq qiladi. Shunday qilib, "faqat" travmatik stress mavjud bo'lgan va travmatik stressni ichki yoki tashqi kelib chiqishning boshqa patogen omillari bilan murakkab uyg'unlashgan holatlarni qamrab olgan qurbonlar bilan ishlash strategiyalarini ishlab chiqish kerak.

Favqulodda psixologik yordamning maqsadi va vazifalari – o'tkir vahima reaksiyalarining, psixogen asab-psixik kasalliklarning oldini olish; shaxsning moslashish qobiliyatini oshirish; paydo bo'lgan chegara asab-psixik kasalliklarning psixoterapiyasi. Aholiga shoshilinch psixologik yordam ko'rsatish ongning yuza qatlamlariga intervensiya prinsipiga, ya'ni sindromlar bilan emas, simptomatika bilan ishlashga asoslangan bo'lishi kerak (Favqulodda vaziyatlar markazidagi psixoterapiya, 1998).

Psixoterapiya va psixoprofilaktika ikki yo'nalishda amalga oshiriladi. Birinchisi – aholining sog'lom qismi bilan oldini olish yo'lida:

a) o'tkir vahima reaksiyalarning;

b) kechiktirilgan asab-psixik kasalliklarning.

Ikkinchi yo'nalish – rivojlangan asab-psixiatrik kasalliklarga chalingan shaxslarning psixoterapiyasi va psixoprofilaktikasi. Falokatlar va tabiiy ofatlar sodir bo'lgan hududlarda qutqaruv ishlarini o'tkazishdagi texnik qiyinchiliklar uzoq vaqt davomida jabrlanganlarning tashqi dunyodan butunlay ajralib qolishiga olib kelishi mumkin. Bunday holda psixoterapevtik yordam favqulodda "axborot terapiyasi" shaklida tavsiya etiladi, uning maqsadi tirik, ammo tashqi dunyodan butunlay uzilib

qolgan odamlarning hayotini psixologik jihatdan qo‘llab-quvvatlashdir (zilzilalar, avariya, portlashlar va hokazolar natijasida binolarning vayron bo‘lishi). “Axborot terapiyasi” ovoz kuchaytirgichlar tizimi orqali amalga oshiriladi va jabrlanganlar eshitishi kerak bo‘lgan quyidagi tavsiyalarni o‘z ichiga oladi:

- 1) butun dunyo ularga yordamga kelayotgani va bu yordam ularga imkon qadar tezroq kelishi uchun hamma narsa qilinayotgani haqida ma’lumot;
- 2) izolyasiyada bo‘lganlar butunlay xotirjam bo‘lishlari kerak, chunki bu ularni qutqarishning asosiy vositalaridan biridir;
- 3) o‘z-o‘ziga yordam ko‘rsatish kerak;
- 4) binolar qulagan taqdirda, jabrlanganlar o‘zlarini evakuasiya qilish uchun hech qanday jismoniy kuch sarflamasliklari kerak, bu ular uchun xavfli bo‘lgan xarobalarning siljishiga olib kelishi mumkin ;
- 5) imkon qadar kuchingizni tejang;
- 6) ko‘zingizni yuming, bu sizni yengil uyqu holatiga va jismoniy kuchning tejalishiga yaqinlashtiradi;
- 7) sekin, chuqur bo‘lmagan va burun orqali nafas oling, bu organizmdagi namlik va kislorodni va atrofdagi kislorodni tejashga imkon beradi;
- 8) xayolda quyidagi iborani 15-20 tagacha sanab, 5-6 marta takrorlang: “Men mutlaqo xotirjamman”, bu ichki taranglikni yengillashtirish, puls va qon bosimini normallashtirish, shuningdek, o‘zining intizomini yaxshilashga erishishga imkon beradi;
- 9) “asirlikdan” ozod qilish qurbonlar o‘ylaganidan ko‘proq vaqt talab qilishi mumkin. “Jasoratli va sabrli bo‘ling. Sizga yordam kelyapti”.

“Axborot terapiyasi” ning maqsadi jabrlanganlarda qo‘rquv tuyg‘usini kamaytirishdir, chunki, ma’lumki, inqirozli vaziyatlarda haqiqiy buzg‘unchi omil ta’siridan ko‘ra ko‘proq odamlar qo‘rquvdan nobud bo‘ladi. Jabrlanganlar binolarning xarobalaridan ozod qilinganidan so‘ng, psixoterapiyani (va eng avvalo, amneziya terapiyasini) shifoxona sharoitida davom ettirish kerak.

Favqulodda vaziyatlarda psixoterapiya qo‘llaniladigan odamlarning yana bir guruhi – vayronalar ostida, tirik va o‘lik bo‘lgan odamlarning qarindoshlaridir. Ular uchun psixoterapevtik chora-tadbirlarning butun to‘plami qo‘llaniladi:

- psixoemosional qo‘zg‘alish, tashvish va vahima reaksiyalarini olib tashlashga qaratilgan xulq-atvor texnikasi va usullari;
  - yo‘qotish holatini qabul qilish, ruhiy og‘riqni bartaraf etish va psixologik imkoniyatlarni izlashga qaratilgan ekzistensial metod va usullar.

Favqulodda vaziyat zonasida psixoterapiya qo‘llaniladigan odamlarning yana bir guruhi – qutqaruvchilardir. Bunday vaziyatlarda asosiy muammo psixologik stress hisoblanadi. Aynan shu hol favqulodda vaziyatlar xizmati mutaxassislariga qo‘yiladigan talablarga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Mutaxassis o‘zi va hamkasblarida o‘z vaqtida psixologik muammolar alomatlarini aniqlashi, empatik qobiliyatlarga ega bo‘lishi va psixologik yordam, stressni bartaraf etish va hissiy zo‘riqish bo‘yicha mashg‘ulotlarni tashkil etishi va o‘tkazishi kerak. Inqiroz va ekstremal vaziyatlarda psixologik o‘ziga o‘zi va o‘zaro yordam berish ko‘nikmalarini egallash nafaqat ruhiy shikastlanishning oldini olish, balki stressli ta’sirlarga qarshilikni va favqulodda vaziyatlarda tez javob berishga tayyorlikni oshirish uchun ham katta ahamiyatga ega.

Keng qamrovli tadqiqot dasturi natijasida nemis psixologlari B. Gash va F. Lasogga (Lasogga, Gash, 1997) **favqulodda vaziyatlarda ishlaydigan psixolog, boshqa mutaxassis yoki ko‘ngillilar uchun bir qator tavsiyalar** ishlab chiqdilar. Ushbu tavsiyalar ommaviy ofatlar sodir bo‘lgan joylarda bevosita ishlaydigan psixologlar uchun ham, qutqaruvchilar va maxsus xizmatlar xodimlarini tayyorlash uchun ham foydalidir (Romek va boshq., 2004).

### **Qutqaruv ishchilari uchun qoidalar:**

1. Jabrlanuvchiga siz uning oldida ekanligingizni va qutqaruv choralari ko‘rilayotganligi haqida xabar bering.



Jabrlanuvchi bu vaziyatda yolg'iz emasligini his qilishi kerak. Jabrlanuvchining oldiga borib, masalan: "Tez yordam kelguncha siz bilan bo'laman", deb ayting. Jabrlanuvchiga hozir nimalar bo'layotgani haqida ham ma'lumot berish kerak.

2. Jabrlanuvchini begona ko'zlardan qutqarishga harakat qiling.

Qiziquvchan qarashlar inqirozli vaziyatda odam uchun juda yoqimsiz. Agar tomoshabinlar ketmasa, ularga qandaydir topshiriq bering, masalan, qiziquvchilarni voqea joyidan haydab chiqaring.

3. Ehtiyotkorlik bilan jismoniy aloqa qiling.

Yengil jismoniy aloqa odatda jabrlanuvchilarni tinchlantiradi. Shuning uchun jabrlanuvchini qo'lidan ushlab, yelkasiga sekingina qoqing. Bosh yoki tananing boshqa qismlariga tegish tavsiya etilmaydi. Jabrlanuvchi bilan bir xil darajadagi holatni egallang. Tibbiy yordam ko'rsatishda ham jabrlanuvchi bilan bir xil darajada bo'lishga harakat qiling.

4. Gapiring va tinglang.

Gapni bo'lmasdan, diqqat bilan tinglang, vazifalaringizni bajarayotib, sabr-toqatli bo'ling. Jabrlanuvchi hushini yo'qotsa ham, xotirjam ohangda gapiring. Asabiylashmang. Ta'na qilishdan saqlaning. Jabrlanuvchidan so'rang: "Siz uchun biror narsa qila olamanmi?" Agar rahm-shafqat hissini sezsangiz, bunday deyishdan tortinmang.

### **Psixologlar uchun birinchi yordam qoidalari:**

1. Inqirozli vaziyatda jabrlanuvchi har doim ruhiy hayajon holatida bo'ladi. Bu normal hisoblanadi. Qo'zg'alishning o'rtacha darajasi maqbuldir. Bemorga darhol terapiyadan nima kutayotganingizni va muammo ustida ishlash uchun qancha vaqt ketishini ayting. Muvaffaqiyat umidi muvaffaqiyatsizlik qo'rqividan yaxshiroqdir.

2. Darhol harakat qilmang. Atrofga nazar soling va qanday yordam (psixologik yordamdan tashqari) talab qilinishini, jabrlanganlardan qaysi biri ko'proq yordamga muhtoj ekanligini hal qiling. Bitta jabrlanuvchi uchun 30 soniya, bir nechtasi uchun taxminan besh daqiqa ajrating.

3. Aynan kim ekanligingizni va qanday vazifalarni bajarayotganingizni aniq ayting. Yordamga muhtoj kishilarning ismlarini bilib oling. Jabrlanganlarga yordam tez orada yetib kelishini va siz bu to'g'risida qayg'urganingizni ayting.
4. Jabrlanuvchi bilan yumshoq aloqa qiling. Jabrlanuvchining qo'lini ushlang yoki yelkasiga qoqing. Bosh yoki tananing boshqa qismlariga tegish tavsiya etilmaydi. Jabrlanuvchi bilan bir xil darajadagi holatni egallang. Jabrlanuvchiga orqa o'girmang.
5. Hech qachon jabrlanuvchini ayblamang. Uning holatida yordam ko'rsatish uchun qanday choralar ko'rish kerakligini ayting.
6. Kasbiy kompetensiya tinchlantiradi. O'zingizning malakangiz va tajribangiz haqida gapirib bering.
7. Jabrlanuvchining o'z kompetensiyasiga ishonishiga yo'l bering. Unga uddalay oladigan topshiriq bering. Bundan jabrlanuvchini o'zining qobiliyatlariga ishonirish, unda o'zini nazorat qilish hissi paydo bo'lishi uchun foydalaning.
8. Jabrlanuvchining gapirishiga yo'l bering. Uni faol tinglang, his-tuyg'ulari va fikrlariga e'tiborli bo'ling. Ijobiy narsalarni gapirib bering.
9. Jabrlanuvchiga u bilan qolishingizni ayting. Ajralish paytida o'rningizga odam toping va unga jabrlanuvchiga nima qilish kerakligi haqida ko'rsatma bering.
10. Yordam ko'rsatish uchun jabrlanuvchining yaqin atrofidagi odamlarni jalb qiling. Ularga ma'lumot bering va ularga oddiy ko'rsatmalar bering. Kimdadir aybdorlik hissini uyg'otishi mumkin bo'lgan har qanday so'zlardan qoching.
11. Jabrlanuvchini ortiqcha e'tibor va so'roqlardan himoya qilishga harakat qiling. Qiziqqanlarga aniq topshiriqlar bering.
12. Stress psixologga ham salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bunday ish paytida yuzaga keladigan keskinlikni dam olish mashqlari va professional nazorat yordamida olib tashlash mumkin. Nazorat guruhlarini malakali moderator olib borishi kerak.

*Favqulodda psixologik yordam ko‘rsatishda shuni unutmaslik kerakki, tabiiy ofat va falokatlar qurbonlari ekstremal vaziyat tufayli yuzaga kelgan quyidagi omillardan aziyat chekadilar (Everstine, Everstine, 1993):*

1. To‘satdan ro‘y berishi. Faqat bir necha ofatlarga potensial qurbonlarning ogohlantirilishini kutadi – masalan, asta-sekinlik bilan kritik fazaga yetayotgan suv toshqini yoki yaqinlashib kelayotgan bo‘ron, to‘fon. Voqea qanchalik to‘satdan bo‘lsa, qurbonlar uchun shunchalik halokatli bo‘ladi.

2. Bunday tajribaning yetishmasligi. Ofatlar va falokatlar kam uchraganligi sababli, odamlar ularni ko‘pincha stress paytida boshdan kechirishni o‘rganadilar.

3. Davomiyligi. Bu omil har xil vaziyatlarda o‘zgarib turadi. Masalan, asta-sekinlik bilan rivojlanayotgan toshqin xuddi shunday asta-sekinlik bilan pasayishi mumkin, zilzila esa bir necha soniya davom etadi va juda ko‘p vayronaliklar olib keladi. Biroq, ba‘zi uzoq muddatli ekstremal vaziyatlarning qurbonlarida (masalan, samolyotni olib qochish holatlarida) jarohatlar kun sayin ortib borishi mumkin.

4. Nazoratning yo‘qligi. Hech kim tabiiy ofatlar paytida voqealarni nazorat qila olmaydi; inson kundalik hayotning eng oddiy voqealarini nazorat qila olgunga qadar ko‘p vaqt o‘tishi mumkin. Agar bu nazoratni yo‘qotish uzoq vaqt davom etsa, hatto malakali va mustaqil odamlarda ham “o‘rganilgan ojizlik” belgilarini kuzatish mumkin.

5. Qayg‘u va yo‘qotish. Tabiiy ofat qurbonlari yaqinlaridan ajralishi yoki yaqin kishisini yo‘qotishi mumkin; eng yomoni, barcha mumkin bo‘lgan yo‘qotishlar haqida yangiliklarni kutishdir. Bundan tashqari, jabrlanuvchi ofat tufayli ijtimoiy roli va mavqeini yo‘qotishi mumkin. Uzoq muddatli shikastlanish hodisalarida inson yo‘qotgan narsalarni qayta tiklash uchun barcha umidlarini yo‘qotishi mumkin.

6. Doimiy o‘zgarishlar. Falokat oqibatida yuzaga kelgan vayronalar tuzatib bo‘lmas bo‘lishi mumkin: jabrlanuvchi butunlay yangi va adovatli muhitga tushib qolishi mumkin.

7. O‘limning ekspozitsiyasi. Hatto hayot uchun xavfli qisqa vaziyatlar insonning shaxsiy tuzilishi va “bilim xaritasi”ni o‘zgartirishi mumkin. O‘lim bilan takroriy

uchrashuvlar tartibga solish darajasida chuqur o'zgarishlarga olib kelishi mumkin. O'lim bilan yaqinlashganda, og'ir ekzistensial inqiroz ehtimoli katta.

8. Axloqiy ishonchsizlik. Tabiiy ofat qurboni hayotni o'zgartiradigan qiymatga asoslangan qarorlarni qabul qilish zarurati bilan duch kelishi mumkin, masalan, kimni qutqarish, qanchalik tavakkal qilish, kimni ayblash.

9. Hodisa paytida o'zini tutish. Hamma ham qiyin vaziyatda yaxshi tomondan ko'rinishni xohlaydi, lekin bu narsa ko'pchilikning qo'lidan kelmaydi. Falokat paytida biror kishi nima qilgan yoki qilmagan bo'lsa, boshqa yaralar allaqachon bitib ketgandan keyin uzoq vaqt davomida uni ta'qib qilishi mumkin.

10. Halokat ko'lami. Bir falokatdan so'ng, omon qolgan kishi, uning atrof-muhit va ijtimoiy tuzilishi uchun qilgan ishidan hayratda bo'lishi mumkin. Madaniy meyorlarning o'zgarishi insonni ularga moslashishga yoki begona bo'lib qolishga majbur qiladi; ikkinchi holatda, emosional zarar ijtimoiy nomuvofiqlik bilan qo'shib ketadi.

## NAZORAT SAVOLLARI

1. Ekstremal vaziyatlar haqida tushuntirib bering.
2. Ekstremal vaziyatlarning asosiy yo'nalishlari haqida gapiring.
3. Ekstremal vaziyatlarda maxsus psixologik yordam qanday olib boriladi?
4. Ekstremal vaziyatlar qanday sabablarga ko'ra paydo bo'ladi?
5. Posttravmatik sindrom nima?
6. Dibrifing qanday metod?
7. Favqulodda vaziyat tufayli zararni baholash nechta asosiy parametrlar bo'yicha amalga oshiriladi?
8. o'tkir stress buzilishi qanday emosional tartibsizlikni keltirib chiqaradi?

### **Adabiyotlar ro‘yxati**

3. Mers D.G. Social psychology. 11 edition. – McGraw-Hill Education, 2012.
2. Andreyeva G.M. Sosialnaya psixologiY. Uchebnik – M.: “Aspekt Press”, 2003. – 364 s.
3. G‘oziyev E.G. Sosial psixologiY. Toshkent, 2013.
4. Kuzmin YE.S. Osnovi sosialnoy psixologiyalGU 2001
5. Parigin V.D. Osnovi sosialnoy psixologicheskoy teorii M. 2001
6. Nemov R.S. «Psixologiya». Kn.1. - M., 2003
7. “Psixologiya” Uch. T-2. “Prospekt”. Moskva - 2004.
8. Psixologiya i pedagogika. Pod redaksiyey A.A.Radugina. Izd. “Sentr” 2003
9. Gamilton. Y.S. “Chto takoye psixologiya”. “Piter”, 2002.
10. Ananyev B.G. “Chelovek kak predmet poznaniya”. “Piter”, 2001.
11. Drujinina V. “Psixologiya “. Uchebnik. “Piter”, 2003.
12. Burlachuk F. Psixodiagnostika. “Piter”, 2002.
13. Ayzenk M. Psixologiya dlya nachinayushix. “Piter”, 2000.
14. Bolotova A.K, Makarova I.V. Prikladnaya Psixologiya: Uchebnik dlya vuzov.- M.Aspekt Press, 2002 – 383 s.

## IV. AMALIY MASHG‘ULOT MATERIALLARI

### AMALIY MASHG‘ULOTLAR MAZMUNI

**1-amaliy mashg‘ulot.** Ta’limda tatbiqiy ijtimoiy psixologiya. Tatbiqiy ijtimoiy psixologiya tabiiy va ijtimoiy fan sifatida (4 soat).

#### **Guruhning sosial – psixologik jihatdan o‘z – o‘zini jamoa sifatida attestasiya qilish metodikasi**

Mazkur metodika guruhdagi munosabatlarning rivojlanish darajasini aniqlashga mo‘ljallangan. U 75 ta hukmdan iborat. Sinaluvchilar har bir hukm guruhning qancha a‘zosiga ta’luqli ekanini belgilaydilar.

Ko‘rsatma. «Quyida 75 ta hukm berilgan. siz har bir hukmning mazmuni bilan tanishib, so‘ngra u guruhingizning qancha a‘zosiga tegishli ekanligini quyida berilgan ballardan foydalanib belgilang: 0 ball – hech kim, 1 ball – deyarli hech kim, 2 ball – kamchilik, 3 ball – yarmi, 4 ball – ko‘pchilik, 5 ball – deyarli barcha, 6 ball – barcha, «\_\_» - bir narsa deyishim qiyin».

1. O‘z so‘zini ish bilan isbotlaydilar.
2. Xudbinlik va individualizmni qoralaydilar.
3. Qarashlari bir xil.
4. Bir – birining muvaffaqiyatiga xursand bo‘ladilar.
5. Boshqa guruhlariga va o‘z guruhining yangi vakillariga yordam beradilar.

1. Bir – biri bilan kelishgan, uyushgan holda ishlaydilar.
2. Guruh oldidagi vazifalarni biladilar.
3. Bir – birlariga talabchanligi yuqori.
4. Barcha masalalarni kelishib hal etadilar.
5. Guruh oldidagi muammolarni baholashda hamfikrdirlar.
6. Bir – biriga ishonadilar.

7. Boshqa guruhlar va o'z guruhining yangi vakillari bilan tajriba almashadilar.
8. Nizoga yo'l qo'ymay vazifalarni o'zaro taqsimlaydilar.
9. Guruh faoliyatining natijalarini yaxshi biladilar.
10. Hech qachon, hech narsada adashmaydilar.
11. O'z yutuq va muvaffaqiyatsizliklarini to'g'ri baholaydilar.
12. Shaxsiy manfaatlarini guruh manfaatlaridan yuqori qo'ymaydilar.
13. Umumiy xobbilar /qiziqishlar/ga egalar.
14. Bir birlarini himoya qiladilar.
15. Boshqa guruhlar va o'z guruhining yangi vakillari manfaatlari bilan hisoblashadilar.
16. Zarurat tug'ilganda guruhiy ishda bir – birining o'rniga ishlab turadilar.
17. Guruh ishining ham ijobiy, ham salbiy tomonlaridan xabardordirlar.
18. Guruh oldidagi vazifalarni bajarish uchun sidqidildan mehnat qiladilar.
19. Guruh manfaatlariga ziyon yetsa, bunga befarq qarab turmaydilar.
20. Vazifalarni o'zaro taqsimlashda tez kelishib oladilar.
21. Bir – birlariga ko'mak beradilar.
22. Nafaqat o'z guruhlariga, balki boshqa guruhlariga ham, o'z guruhining nafaqat faxriy a'zolari, balki yangi a'zolariga ham adolatli munosabatda bo'ladilar.
23. Guruh ishidagi kamchiliklarni mustaqil aniqlaydilar va bartaraf etadilar.
24. Guruh ichida o'zlarini qanday tutishni yaxshi biladilar.
25. Hech qachon, hech narsada shubhalanmaydilar.
26. Boshlagan ishlarini chala qoldirmaydilar.
27. Guruhda qabul qilingan xulq – atvor meyorlari va qoidalarini qattiq himoya qiladilar.
28. Guruh manfaatlarini bir xilda to'g'ri baholaydilar.
29. Guruhdoshlarning muvaffaqiyatsizliklaridan samimiy qayg'uradilar.

- 30.O'z guruhining ham, boshqa guruhning ham, guruhdagi faxriy a'zolarining ham yangit a'zolarining yangi a'zolarining ham ishini to'g'ri baholaydilar.
- 31.Guruhda vujudga keladigan nizolarning oldini olishni va bartaraf etishni biladilar.
- 32.O'z vazifalarini va majburiyatlarini yaxshi biladilar.
- 33.Ongli ravishda intizomga rioya qiladilar.
- 34.O'z guruhiga chin dildan ishonadilar.
- 35.O'z guruhining muvaffaqiyatsizlarini bir xilda to'g'ri baholaydilar.
- 36.Bir – biriga bo'lgan munosabatda o'zlarini juda madaniyatli tutadilar.
- 37.Hech qachon o'z guruhlarini boshqa guruhlardan, o'z guruhidagi faxriy a'zolari yangi a'zoldan ustun qo'ymaydilar.
- 38.Bir – birlari bilan tez tild topisha oladilar.
- 39.Guruhdagi faoliyatda o'zaro qanday munosabatda bo'lish kerakligini yaxshi biladilar.
- 40.Doim har narsada haqlar.
41. Shaxsiy manfaatlarini guruhning boshqa a'zolari manfaatidan ustun qo'ymaydilar.
- 42.Guruh uchun foydali bo'lgan tashabbuslarni faol qo'llab – quvvatlaydilar.
- 43.Axloq hakida o'xshash tasavvurlarga egalar.
- 44.Bir – birlariga do'stona munosabatda bo'ladilar.
- 45.Nafaqat o'z guruhlariga, balki begona guruhlarga ham, nafaqat o'z guruhidagi faxriy a'zolarga, balki yangi a'zolarga ham munosabatda o'zlarini madaniyatli tutadilar.
- 46.Zarurat tug'ilsa, guruhga rahbarlik qilishni o'z qo'llariga olishlari mumkin.
- 47.Bir – birining huquq va majburiyatlarini yaxshi biladilar.
- 48.Guruhning moddiy boyligiga o'zinikiday munosabatda bo'ladilar.



49. Guruhdagi ezgu g'oyalarni, tadbirlarni qo'llab – quvvatlaydilar.
50. Guruhning har bir a'zosi qanday xususiyatlarga ega bo'lishi lozimligi haqida o'xshash qarashlarga egalar.
51. Bir – birlarini hurmat qiladilar.
52. Boshqa guruhlar bilan, o'z guruhining yangi a'zolari bilan faol hakorlik qilishga intiladilar.
53. Zarurat tug'ilganda guruhdoshlar vazifalarini o'z zimmalariga oladilar.
54. Bir – birlarining xarakter xususiyatlarini yaxshi biladilar.
55. Hamma narsani biladilar.
56. Har qanday ishni mas'uliyat bilan bajaradilar.
57. Guruh jipsligiga putur yetkazuvchi har qanday narsaga faol qarshilik qiladilar.
58. Guruh a'zolari o'rtasidagi rag'bat taqsimotini bir xilda to'g'ri baholaydilar.
59. Qiyin damlarda bir – birini qo'llab – quvvatlaydilar.
60. Boshqa guruhlarining, o'z guruhidagi yangi a'zolarining muvaffaqiyatidan samimiy xursand bo'ladilar.
61. Qiyin vaziyatlarda uyushgan holda, kelishib, harakat qiladilar.
62. Bir – birining individual qiziqishlari va odatlarini yaxshi biladilar.
63. Butun guruh uchun foydali bo'lgan ishda faol qatnashadilar.
64. Guruh muvaffaqiyatlari haqida shaxsan qayg'uradilar
65. Guruh a'zolari yo'l qo'ygan kamchiliklari uchun oladigan jazolarini to'g'ri baholaydi.
66. Bir – biriga e'tiborli munosabatda bo'ladilar.
67. Nafaqat o'z guruhlari, balki boshqa guruhlarining ham, o'z guruhining nafaqat faxriy a'zolari, balki yangi a'zolarining ham muvaffaqiyatsizligidan samimiy qayg'uradilar.
68. Nizolarsiz tezgina hamma rozi bo'ladigan qilib vazifalarni taqsimlay oladilar.

69. Bir – birlarining ishlariqanday ekanini yaxshi biladilar.

70. Hamma savollarga to‘g‘ri javob bera oladilar.

Javob varaqasi							
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	
8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.
16.	17.	18.	19.	20.	21.	22.	
23.	24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.
31.	32.	33.	34.	35.	36.	37.	
38.	39.	40.	41.	42.	43.	44.	45.
46.	47.	48.	49.	50.	51.	52.	
53.	54.	55.	56.	57.	58.	59.	60.
61.	62.	63.	64.	65.	66.	67.	
68.	69.	70.	71.	72.	73.	74.	75.

Hukmlarning 70 tasi ishchi bo‘lib, 5 tasi nazoratchi hukmdir. Nazoratchi hukmlar javoblarning chinligini aniqlash uchun ishlatiladi. Agar nazoratchi hukmlar yuzasidan berilgan javoblar samimiy javobni bildiruvchi variantda bo‘lsa, ishchi hukmlarga berilgan javoblar ishonchli bo‘lib, hisoblanadi, aks holda ular ishonchsiz bo‘ladi.

Ishchi 70 ta hukm 7 guruhga ajratilgan. Ushbu 7 guruh hukmlari jamoa sifatida guruhdagi 7 xil munosabatning qanchalik rivojlanganligini aniqlashga yordam beradi. Bu munosabatlar quyidagilardan iborat 1. Mas‘uliyat – guruh oldidagi maqsad va vazifalarga mas‘uliyat bilan yondoshish; 2. Kollektivizm – guruh oldida turgan muammolarni hal etish, guruhiy faoliyatni bajarishda hamkorlik qilish 3. Jipslik – guruh hayotidagi asosiy masalalar bo‘yicha guruh

a'zolari o'rtasidagi hamkorlik va guruhiy faoliyatda «bir tanu bir jon» bo'lib harakat qilish; 4. Muloqotchanlik – guruh a'zolarining o'zaro muloqotga, shaxsiy – emosional munosabatlarga kirishuvchanligi; 5. Ochiqliq – boshqa guruhlariga va guruhning yangi a'zolariga ijobiy munosabatda bo'lish; 6. Tartib – intizomlilik guruh faoliyati samaradorligi yo'lida uning tarkibiy tuzilishini tez o'zgartira olish, yangidan tuza olish; 7. Axborotga egalik – guruh ishlari va guruh a'zolari haqidagi ma'lumotni bemalol qo'lga kiritish imkoniyatining mavjudligi.

Natijalarni qayta ishlashga tayyorlash.

Javob varaqalaridagi natijalar qayta ishlanishi uchun quyidagi talablar bajarilishi kerak: 1) 15, 30, 45, 60, 75 hukmlarga qo'yilgan ball «0» bo'lishi (verbal bahoda «hech kim» degan javob berilgan bo'lishi) kerak. Eslatma: Ko'p hollarda javob varaqasida nazorat savollariga (15, 30, 45, 60, 75) berilgan javoblar orasida to'g'ri va noto'g'ri javob variantlari birgalikda mavjud bo'ladi. Bunday vaziyatda nazorat savollariga noto'g'ri javob berilgan satr va undan oldingi satr o'chiriladi va natijalarni hisoblashda inobatga olinmaydi; 2) Hukmlarga javoban qo'yilgan ballar kamida uch xil (masalan, 1, 4, 6 yoki 1, 3, 4) bo'lishi kerak.

Ushbu ikki talab bajarilgandagina natijalarni qayta ishlash jarayonini boshlash mumkin. Natijalar statistik qayta ishlanishi uchun quyidagicha tayyorlanadi.

1. Statistik qayta ishlashga yaroqli bo'lgan barcha javob varaqalari 7 ta ustunga ajratib kesib chiqiladi. Quyida to'ldirilgan javob varaqasining qayeridan kesish kerakligi punktir chiziqlar bilan ko'rsatilgan.

1.3	2.4	3.5	4. –	5.3	6.5	7.6
8. -	9.5	10.4	11.2	12.4	13.1	14.6
16.3	17.6	18.5	19.3	20.2	21.3	22.5

23.4	24.5	25.4	26.3	27.1	28.4	29.4
31.5	32.3	33.2	34.1	35.3	36.5	37.5
38.4	39.3	40.2	41.5	42.6	43.4	44.6
46.5	47.3	48.4	49.5	50.4	51.6	52.5
53.3	54.4	55.5	56.2	57.3	58.5	59.6
61.5	62.3	63.2	64.4	65.6	66.5	67.4
68.3	69.3	70.4	71.5	72.4	73.6	74.5

2. Hosil bo'lgan tasmalar ichida tartib raqami bir shkalaga tegishli bo'lganlari toza varaqqa yonma yon qilib yopishtiriladi. Bunday varaqlar soni 7 ta bo'ladi. Natijada quyidagi manzara hosil bo'ladi.

1.	1.	1.	1.	1.	1.	1.
8.	8.	8.	1.	8.	1.	8.
16.	16.	16.	8.	16.	8.	16.
23.	23.	23.	16.	23.	16.	23.
31.	31.	31.	23.	31.	23.	31.
33.	33.	33.	31.	33.	31.	33.
46.	46.	46.	33.	46.	33.	46.
53.	53.	46.	46.	53.	46.	46.
61.	61.	53.	53.	61.	53.	53.
68.	68.	61.	61.	68.	61.	61.
		68.	68.		68.	68.

## **Maskulinlik – feniminlikni aniqlash metodikasi.**

### **Maqsad: Erkak va ayollarni jinsiy rollari xususiyatlarini o‘rganish**

Fraybursk shaxsiy so‘rovnomasidan olingan “maskulinlik - feminlik” shkalasi . Metodika YE.I. Rogov amaliy psixologning stolidagi kitobidan olingan.– M.Vlodos. 1998 – 1 kitob.

Qo‘llanma. Sizga bir qator qarashlar taklif qilinadi. Ularning har biri sizning xulq atvoringizni qandaydir xususiyatlariga mos keladi yoki kelmaydi. Agar siz bunday moslik bo‘lsa, “ha” degan javobni berasiz, aks holda “yo‘q” degan javobni belgilashga to‘g‘ri keladi. O‘z javobingizni sizda bo‘lgan javoblar variantida qayd qiling, katakka krestikni qo‘yib, qarashni nomeriga sizning javobingizga mos keladiganini belgilang. Hamma savolga javoblar berish zarur.

So‘rovnoma matni.

1.Men har kuni o‘ylayman, agarda mendagi omadsizliklar bo‘lmaganida hayot yanayam yaxshiroq bo‘lar edi.

O‘z qarashlarimni himoya qila olish uchun jismoniy kuch ishlatish mumkin.

3.Men oson uyali ketaman

4.Ko‘p o‘ylab o‘tirmasdan xarakat qiladigan vazifalarni yaxshi ko‘raman

5.Mening ko‘pincha ishtaham yo‘q

6.Odatda men jur‘atliman va tez harakat qilaman

7.Men nimadandir qo‘rqsam, og‘zim qurib oyoqlarim qaltiraydi

8.Menga birovlarini o‘z xatlarini ko‘rsatishsa

rohat baxsh etadi

9.Jamoa tadbirlarini tashkil qilishda faol ishtirok etaman

10.Agar kimdandir qattiq jahlim chiqsa, uni urishishim ham mumkin

11.Meni kimningdir menga yomon munosabatda bo‘lishi hayajonlantirmaydi

12.Men hohlagan odamning menga kerakli ishni qildirishga iltimos qilishdan ko‘ra majburlash osonroq

13.Mening kayfiyatim ko‘pincha o‘zgarib turadi

14. Men o'z kelajagimga ishonaman

Kalit.

1 ball dan “ha” degan javoblarga 2, 4, 6, 8-12, 14 bo'yicha beriladi va “yo'q” javoblari 1, 3, 5, 7, 13 bo'yicha.

Ballarning umumiy summasi hisoblanadi, unga ko'ra ballar qanchalik yuqori bo'lsa maskulinlik, ballar miqdori kam bo'lsa, feminlik.

### «Nazokatlilik metodikasi»

**Maqsad:** shaxsdagi nazokatlilik xususiyatini aniqlashdan iborat Metodika ikki tomondan ikkita shkalani «nazokatlilik» va «estetik ta'sirchanlik» ni birlashtirish natijasida ko'rsatadi. V.M. Melnikovani va L.T. Yampolskiyni kitobida tasvirlangan va shaxsni eksperimental psixologiyaga kirish kitobidan olingan.

Ko'rsatma: sizga taklif qilingan savollarga «ha» yoki «yo'q» deb javob bering. Ko'p o'ylab o'tirmasdan kallingiza kelgan kelgan birinchi javobni bering.

So'rovnoma matni.

1. Men tibbiyot hamshirasi bo'lishni hohlar edim.

2. Men turli davlatlarda davlat boshqaruvi xususiyati xaqidagidan ko'ra san'at xaqidagi kitobni sotib olaman.

3. Kotiblik ishi yoqar edi.

4. Men doimo texnikaga qiziqar edim, masalan avtomobilga.

5. Men ovqat pishirishni yaxshi ko'raman.

6. Gazetada meni ko'proq «ishlab chiqarish va sotishni yaxshilash» sarlavhasidan ko'ra «madaniyat va san'atni zamonaviy muammolari» sarlavhali maqolalari ko'proq qiziqtiradi.

7. Agar men rassom bo'lsam ham gullarni chizishni yoqtirar edim.

8. Men go'zallikka, xayotni estetik tomonlariga.

juda ta'sirchanman

9. Men gulchi bo'lishni yoqtirar edim.
10. Men ko'proq ruhiy va badiiy qadriyatlardan ko'ra moddiy va ish bo'yicha muvaffaqiyatga qiziqaman.
11. Men bolalarni yaxshi ko'raman.
12. Men ilmiy yangilik xaqidagi maqoladan ko'ra yaxshi romanni hohlab o'qiyman.
13. Meni qo'g'irchoqlar bilan o'ynash qiziqtiradi.
14. Men poeziyani, ayniqsa lirikani yaxshi ko'raman.
15. O'ylashimcha, menga ayollarning tikuvchilik bo'yicha ishi yoqqan bo'lar edi.
16. Agar men jurnalist bo'lganimda, teatr xaqida ko'proq yozgan bo'lardim.
17. Men gullar terishni va xona gullarini o'stirishni yaxshi ko'raman.
18. Televizorda men serialdan ko'ra, siyosat xaqidagi ko'rsatuvlarni qiziqib ko'raman.

Natijalarni xisoblash:

«Ha» javoblarga n.n. bo'yicha 1-3, 5-9, 11, 12, 14-17.

«Yo'q» n.n. bo'yicha 10, 13, 18, 1 balldan beriladi.

Ballar qanchalik ko'p yig'ilsa, nazokatlilik shuncha ko'p namoyon bo'ladi.

### «Bir-biringizga mos kelasizmi?» testi.

**Maqsad: Erkak va ayollarni muloqotdagi sherigi sifatida psixologik mosligini aniqlash**

**Zarur material:** Psixologik testlar kitobidan olingan. – Rostov, D.Feniks 2000, er-xotin larning o'zaro muloqotda sheriklik masalalarini o'rganishga qaratilgan.

Ko'rsatma: sizga taklif qilingan savollarga qarashlaringiz va munosabatlaringizga qanchalik mos kelishiga qarab, ijobiy yoki salbiy javobni bering.

So'rovnoma testi.

1. Siz do'stlaringiz bilan tez-tez va faol muloqot qilishni yoqtirasizmi?

2. Er va xotin, oilaviy hayot stajidan qat'iy nazar ta'tilni birga o'tkazishi kerak deb hisoblaysizmi?

3. Turmush qurgandan keyin boshqa jins vakillaridan do'stlaringiz bo'lishiga rozimisiz?

4. Sizning ota-onangiz totuvlikda yashaydilar yoki yashashganmi?

5. Otangiz bilan munosabatingiz yaxshimi (ayollar uchun)?

6. Onangiz bilan munosabatingiz yaxshimi (Erkaklar uchun)?

7. Turmushdan qanday maqsadni eng mohiyatli deb hisoblaysiz?

a) bolalarning tug'ilishi va tarbiyasi

b) moddiy ta'minot va yuqori hayot darajasiga erishish

v) ikki kishini o'zaro tushunishi, xavfsizligi, iliqligi.

Natijalarni hisoblash:

1-savoldan 6 savolgacha har biri «Ha» javob uchun 5 balldan beriladi. «Yo'q» javobiga esa 0 ball. Agar 7 savolga er va xotin bir xilda javob berishsa, summaga yana 5 ochko qo'shiladi.

Natijalar.

Agar summalar o'rtasidagi farq, er-xotin bilan yig'ilgan 5-10 ballni tashkil qilsa, ularning turmushlari baxtli yoki baxtli bo'lishlari mumkin. Chunki ular o'zaro talablarini to'laligicha qondiradilar va bu ularning qarashlariga qarab rivojlanadi.

Agar farq 15-25 ballni tashkil qilsa, bu farqlar o'zaro tushunishdagi qiyinchilikning paydo bo'lishini sababi bo'ladi. Bu qoniqmaslikni keltirib chiqaradi. Er-xotin o'rtasida jarlik paydo bo'lishini yuzaga keltirishi mumkin.

Agar farq 25 ballni tashkil qilsa, er-xotinni xarakterlari va qarashlari turlicha va ularning turmushlari faqat kelishuvga asoslangan holda davom etishi mumkin.



## **2-amaliy mashg'ulot. Pedagog faoliyatida tatbiiy ijtimoiy psixologiya yetakchi ahamiyatga ega ekanligi. (4soat).**

Muloqot tushunchasining ijtimoiy-psixologik mazmuni.

Muloqot kategoriyasi psixologiya fanidagi markaziy kategoriyalardan biri bo'lib hisoblanadi (ong, xulq-atvor, shaxs kategoriyalari singari). So'nggi 20-25 yil ichida muloqot muammolari psixologiyaning, ayniqsa, ijtimoiy psixologiyaning eng yirik tadqiqot predmetiga aylanib qoldi.

Muloqot o'ta murakkab jarayon bo'lgani sababli unga yagona to'g'ri ta'rifni berish juda mushkul. Shuning uchun, odatda, muloqot tushunchasi uning ayrim tomonlariga urg'u berish orqali ta'riflanadi. Psixologiya lug'atida muloqot tushunchasiga ikki xil ta'rif beriladi: 1)muloqot-hamkorlikdagi faoliyat ehtiyoji bilan taqozolangan aloqa o'rnatish va uni rivojlantirish jarayoni; 2)muloqot-belgilar tizimi orqali subyektlarning o'zaro ta'sirlashuvi. Albatta, har hech bir ta'rif universallik maqomiga da'vo qilmaydi. Chunki unda, odatda, muloqotning ayrim tomonlari e'tibordan chetda qoladi, ikkinchi darajaga surib qo'yiladi. Shunday bulsa-da, shartli ravishda muloqotga nisbatan umumiy bo'lgan quyidagi ta'rifni berish mumkin: muloqot-kamida ikki kishing o'zaro ta'sir jarayoni bo'lib, bu ta'sir davomida axborot almashiniladi, munosabat o'rnatiladi va rivojlantiriladi, tugatiladi yoki korreksiyalanadi.

1-misol.1938 yil Richard Bard o'z xohishi bilan Antarktida muzliklarida 6 oy tanho qoladi. Bir tomondan u tajriba natijalariga qiziqsa, ikkinchi tomondan, kundalik hayotning g'ala-g'ovuridan biroz dam olishni istagan edi. Keyinchalik u mazkur davrni quyidagi so'zlar bilan eslaydi: «Bu yerdagi hayotim davomida bora-bora har bir harakatim, har bir ishim tobora mazmunsiz, mantiqsiz, maqsadsiz bo'lib borayotganday edi. Xavf xatarlardan qo'rqmaydigan odam bo'lsam-da, negadir bu yerda tomning bosib qolishidan, o'choqdan o't ketib qolishidan xavfsiray boshladim. Ovqatlanishimda muntazamlik yo'qoldi, yuvinmay qo'ydim».

2-misol. Tarixda yaponlarda «Moritao» nomli insonning o‘z-o‘zini takomillashtirish tizimi mavjud bo‘lgan. U shunday tizimlarning eng og‘iri va murakkabi bo‘lib hisoblanadi. Vaholanki, inson hech qanday jismoniy azoblarga duchor bo‘lmaydi. Faqatgina bir haftaga g‘orga kirib ketib, u yerda tanho qoladi. Bu yerda u, hatto, o‘zi bilan ham gaplashishi mumkin bo‘lmagan. Sinovdan o‘tganlar keyichalik har qanday uchrashuv va suhbatni hursandchilik bilan qarshi oladilar. Qizig‘i shundaki, ularda ko‘proq gapirish ehtiyoji emas, balki tinglash ehtiyoji kuchayar ekan.

Kishilar bir-birini idrok etish jarayonida, shuningdek, turli effektlar yuzaga kelishi mumkin. Ular orasida quyidagi uch effekt ancha chuqur o‘rganilgan:

1. Oreol effekti (xalo effekt) - odam to‘g‘risida axborot yetishmaganda, u haqidagi ilk taassurotlarning shu inson xulq atvori va shaxsiy xususiyatlarini keyinchalik idrok etish jarayoniga ta‘sir ko‘rsatishi.

2. Dastlabkilik effekti - Idrok etilayotgan odam haqidagi dastlabki axborotning idrok jarayonida hal qiluvchi ahamiyat kasb etishi. Bu effekt notanish odam idrok etilayotganida yuzaga chiqadi.

3. Yangilik effekti - Idrok etilayotgan odam haqidagi so‘nggi axborotning idrok jarayonida hal qiluvchi ahamiyat kasb etishi. Bu effekt tanish odam idrok etilayotganida yuzaga chiqadi. Birgalikdagi faoliyatning muvaffaqiyatli ro‘y berishi ko‘p jihatdan kommunikativ jarayon ishtirokchilari bir-birini qanday idrok etayotganini, har bir ishtirokchida boshqa ishtirokchi haqida qanday tasavvurlar shakllanayotganligiga bog‘liq. Bu esa muloqotning perseptiv tomonini o‘rganish zaruratini vujudga keltiradi.

### **Q-Sortirovka V-Stefanson uslubi.**

#### **O‘zi haqidagi tushuncha va real guruhdagi xulqning asosiy tendensiyalari diagnostikasi.**

Sinovdan o'tuvchi shaxs fazilatlarini tasdiqlovchi kartochkalar yig'indisi beriladi. Ularni "ko'p harakterli" va "oz harakterli" guruhlarga bo'linadi. Bu usulda kishining o'ziga xosligini, real "Men"i, "mkvofiq-nomuvofiq" ekanligi boshqa odamlarga nisbatan olinadi. Ijtimoiy "Men" (Meni boshqalar qanday ko'radi?) Ideal "Men" (Men qanday bo'lishini hoxlardim?), aktual "Men" (Men qanday bo'lishini hoxlardim?), "belgili boshqalar" (Men qanday bo'lishini hoxlardim?), "ideal sherik" (Men sherigimni qanday ko'rmoqchiman).

Uslub real guruhdagi kishining fe'l-atvorini aniqlashga yordam beradi; qaramlik (tobelik), mustaqillik, muomalalik, muomalasizlik, "kurashni qabul qilish va kurashdan qochish". Tobelik tendensiyasi shaxsning standart va qadriyatlarini, ijtimoiy va ahloqiy etik normalarni qabul qilishi bilan bo'ladi. Kirishimlilik tendensiyasi shaxsning muomalaga tez kirishishini o'z guruhida emosional aloqalarni xosil qilishiga aytiladi.

Kurash tendensiyasi – shaxsning guruh hayotida faol qatnashishi, shaxslararo munosabatda yuqori o'rin egallash, shuni aksi bo'lgan kurashdan qochish o'zaro munosabatdan ketishga, guruhdagi janjallarda betaraf bo'lish, murosaga moillik. Bizning fikrimizcha har bir tendensiya ichki va tashqi xarakteristikalariga ega, tobelik, kirishimlilik va kurash tendensiyalari haqiqiy bo'lishi mumkin. Yoki odamning ichki dunyosini yashiruvchi niqob ham bo'lishi mumkin. Agar juftdagi savolarga ijobiy javoblar 20ga yaqin bo'lsa shaxsning u yoki bu tendensiyasiga oidligini aniqlasa bo'ladi.

Tadqiqot quyidagicha o'tkaziladi. Sinovdan o'tuvchi shaxs savollarga ha, yo'q yoki shubhalanaman deb javob berishi kerak. Natijalar xisoblanadi. +1 va -1 chegarasida bo'lgan javob natijalarini o'nga bo'lamiz. "Ha" javobi ijobiy, "Yo'q" javobi salbiy javobni bildiradi. "Ha" va "Yo'q" javoblari mos kelib qolsa "0" baho bo'lishi mumkin. Shunday holat kishining ichki konflikt manbai bo'lishi mumkin. Qaysiki qarama-qarshi tendensiya ta'sirida bo'lgan odamda. Bu metodikani ishlatilishi kishini o'zi haqidagi tushunchalar va har bir shaxsning va guruh ichidagi kishilarning o'zlari haqidagi fikrini bilishga qiziqish o'yg'otadi.

## So'rovnoma

1. O'rtoqlarini tanqid qila oladi.
2. Guruhda janjal boshlansa xavotirlanadi.
3. Sardorning maslahatiga amal qiladi.
4. O'rtoqlari bilan yaqin aloqada bo'lmaydi.
5. Guruhdagi do'stonalik yoqadi.
6. Lidirga qarshilik qilishga moil.
7. Guruhning bir ikki a'zosiga hayrixox.
8. Guruhdagi uchrashuv va majlislardan qochadi.
9. Lidirning maqtovi yoqadi.
10. Fikrlash va o'zini tutishda mustaqil.
11. Janjaldan birovni tarafini oladi.
12. O'rtoqlarini boshqarishga moyil.
13. Do'stlardan bir ikkitasi bilan muomila qilishdan xursand bo'ladi.
14. Guruh a'zolari tomonidan dushmanlik bo'lsa tashqi tomonidan xotirjam.
15. O'z guruhini kayfiyatini ko'tarishga moyil.
16. Guruh a'zolarini fazilatlariga e'tiborsiz.
17. Guruhini uning maqsadidan chalg'itishga moiyl.
18. Lidirga o'zini qarama-qarshi qo'yib qoniqish xis qiladi.
19. Guruh a'zolari bilan yaqinlashishni xoxlaydi.
20. Baxsda betaraf bo'lishni ma'qul ko'radi.
21. Liderni faol va yaxshi boshqarishi yoqadi.
22. Kelishmovchiliklarni sovuq qonlik bilan hal qiladi.
23. Xislarini oshkor qilishda o'zini tutolmaydi.
24. O'z atrofida hamfikrlarini to'plashga harakat qiladi.
25. Juda rasmiy munosabatlaridan norozi.
26. Ayblashganda – o'zini yo'qotadi va jim turadi.

27. Guruhdagi asosiy yo'nalishlar bilan kelishishni ma'qul ko'radi.
28. Umuman olganda alohida o'rtoqlariga nisbatan guruhga bog'lanib turadi.
29. Janjal chiqarish va kuchaytirishga moyil.
30. Diqqat markazda bo'lishga harakat qiladi.
31. Tor guruh a'zosi bo'lishga harakat qiladi.
32. Kompromislarga moyil.
33. Lidir uning fikriga qarshi bo'lsa ichki xavotir sezadi.
34. O'rtoqlari tanbehini og'ir oladi.
35. Makkor va aldamchi bo'lishi mumkin.
36. Guruhda rahbarlikni olishga moyil.
37. Guruhda ochiq.
38. Ommaviy kelishmovchilik bo'lganda asabiylashadi.
39. Ishni rejalashtirayotganida lidirning ma'suliyatini o'z bo'yniga olishni ma'qullaydi.
40. Do'stona munosabatlarga moil emas.
41. O'rtoqlaridan hafa bo'lishga moyil.
42. Lidirga qarshi chiqishga boshqalarni undaydi.
43. Guruh tashqarisida oson o'rtoq topadi.
44. Janjalga aralashishdan qochishga harakat qiladi.
45. Guruh a'zolari bilan oson chiqishadi.
46. Guruh ichida guruhga bo'lishga qarshi.
47. Jaxli chiqqanda kulguli va xazilkash.
48. Ajralmoqchi bo'lganga nafrat bilan qaraydi.
49. Yaqin, intim guruhni ma'qul ko'radi.
50. O'zining haqiqiy xislarini ko'rsatmaslikka harakat qiladi.
51. Ommaviy kelishmovchiliklarda lidir tarafida bo'ladi.
52. Muomalada aloqa o'rnatishda tashabbuskor.
53. O'rtoqlarini tanqid qilishda qochadi.
54. Boshqalarga nisbatan lidirga murojaat qiladi.

55. Guruhdagi munosabatlarni rasmiyligi yoqmaydi.
56. Janjal chiqarishni yoqtiradi.
57. Guruhda o'zini yuqori o'rni saqlashga harakat qiladi.
58. O'rtoqlar munosabatiga aralashishi va uni buzishga moyil.
59. To'polonga moyil, to'pori.
60. Lidirdan norozi bo'lishga moyil.

### K a l i t

I	Tobe	3,9,15,21,27,33,39,45,51,54
II	Mustaqil	6,12,18,24,30,36,42,48,57,60
III	Kirishimli	5,7,13,19,25,31,37,43,49,52
IV	Odamovi	4,10,16,22,28,34,40,46,55,58
V	“Kurash” uvchi	1,11,17,23,29,35,41,47,56,59
VI	“Kurash” dan qochuvchi	2,8,14,20,26,32,38,44,50,53

**Siz boshqarishni yaxshi ko'rasizmi? metodikasi**

**Maqsad: insonlardagi boshqaruv xususiyatlarini tahlil qilishdan iborat**

Test ota-ona uchun mo'ljallangan psixologik testlar kitobidan olingan. Test modifikasiyalashtirish jarayonida erkakni oiladagi rolini hisobga olgan holda amalga oshirilgan.

Ko'rsatma: taklif qilingan qarashlar ro'yxatini o'qib, ularning har birining oldiga «+» belgisi bilan rozi bo'lganingizni, «-» belgisi bilan siz bo'lmaganingizni, «x» belgisi bilan agar siz nima deyishingizni bilmasangiz quyishingiz lozim. Javoblarni ko'p o'ylab o'tirmay, xayolingizga kelgan birinchi fikrni ayting.

So'rovnoma testi.

1. Bolalik yillaridan beri boshqalarga qaram bo'lish men uchun muammo edi.
2. Mening hisoblashimcha, oiladagi tartibni faqat boshqaruv qobiliyati rivojlangan erkaklar ta'minlay oladi.
3. Mening hisoblashimcha, o'ziga ayolni mute qila oladigan erkak xaqiqiy erkakdir.
4. To'g'risini aytganda, xotinim menga yordam berishini hohlamayman.
5. Men ayollarning asl tabiatini mutelik deb hisoblayman. Bu haqida hamma ham bilavermaydi, ammo bu haqiqat.
6. Oiladagi ko'pgina g'alamisliklar, erkakda kuchli xarakterning yo'qligidadir.
7. Murakkab oilaviy holatlarda menga uzoq vaqt talab qilinmaydi zarur choralarni ko'rish uchun.
8. Menda tinch joy bo'lishi haqidagi orzu yot emas. Unda oila a'zolarim mendan hech nima hohlama edi.
9. Men oilada lider bo'la olaman deb hisoblayman.
10. Balki hech qachon ichimdagini to'laligicha ochib bera olmasam kerak, xatto o'z xotinimga ham.
11. Bu g'alati ko'rinishi mumkin bo'lsa ham, menga nimadir lozim bo'lsa hatto xotinimdan ham so'rashni yomon ko'raman,.
12. Menda ko'pincha shunday xolat bo'lib qoladi ya'ni xotinim hamma narsa aniq va ravshan bo'lsa ham mendan o'zimni oqlashimni kutadi.

13. Mening nazarimda xarakterim otamnikiga yaqinroq chunki u oilada xokimlik qilgan.

Natijalarni hisoblash: har bir «ha» degan javobga 10 balldan qo'ying. «Bilmayman» degan javobga 5 ball. «Yo'q» degan javobga 0 ball. Yig'ilgan ochkolar sonini hisoblab chiqing.

Natijalar: 130-90 ochko – siz oilada diktatorlikka moyilsiz. 85-45 ochko – sizda dominasiya qilishga o'rtacha moyillik bor. Kerak joyda siz xokimlik qilasiz, keragida o'rin berasiz. 40-0 ochko siz oilada dominasiya qilishga moyil emassiz.

### **Ayzenk vebral testi.**

**Maqsad:** insonlarning intellektual qobiliyatlarini diagnostika qilish

1. Kavsdan tashqaridagi so'zlarga ma'nosi jixatdan bir xil so'zni toping.  
Ko'rkam(.....) chiroyli
2. Nuqtalar o'rniga shunday so'z topingki, u birinchi so'zning oxiri, ikkinchi so'zning boshi bo'lsin.  
Di (....) na
3. Anagramani yechib, ortiqcha so'zni o'chiring.  
Aruchk, Laaqam, Tugurg, Tokib
4. Quyidagi barcha so'zlar uchun umumiy qo'shimcha toping.  
E, Te, Se, Er, So, Be
5. Qavsdan tashqaridagi so'zlarga ma'nosi jixatdan qarama-qarshi so'zni toping.  
Xayoli(....) iboli
6. Birinchi so'zning oxiri, ikkinchi so'zning boshi bo'ladigan qo'shimchani toping.  
Kop(.....) zor
7. Anagrammani yechib, ortiqcha so'zni o'chiring.  
Nasjar, Rasdor, Alviye, Rasvra
8. . Quyidagi so'zlar bilan boshlanadigan umumiy qo'shimcha toping.  
Li, (.....) kor, Zor



9. Qavsdan tashqaridagi soʻzlarga maʼnosi jixatdan qarama-qarshi soʻzni toping.  
Badbashara(....) xunuk
10. Birinchi soʻzning oxiri, ikkinchi soʻzning boshi boʻladigan qoʻshimchani toping.  
Qa (.....) pochka
11. Anagrammani yechib, ortiqcha soʻzni oʻchiring.  
Urtubg, Lububl, Uqtov, Utxum
12. Quyidagi soʻzlar bilan boshlanadigan umumiylikni toping.  
Sapsar, Zor, Li, (....) jaxon, Mira
13. Birinchi soʻzning oxiri, ikkinchi soʻzning boshi boʻladigan umumiylikni toping.  
Bol(.....) roq
14. Qavsdan tashqaridagi soʻzlarga maʼnosi jixatdan qarama-qarshi soʻzni toping.  
Dovdir(.....) anqov
15. Anagrammani yechib, ortiqcha soʻzni oʻchiring.  
Nriadmna, Raon, Palenis, Syoqit, Umxro
16. Birinchi soʻzning oxiri, ikkinchi soʻzning boshi boʻladigan qoʻshimchani toping.  
Sud(....) oz
17. Quyidagi soʻzlar uchun umumiy qoʻshimcha toping  
D, S, Q, J, N(....), X, K, Es, Om
18. Ortiqcha soʻzni oʻchiring.  
Ibshafan, Dirgʻoqchl, Muchquch, Nazgʻziogʻ, Aimusch
19. Barcha soʻzlar uchun umumiy qushimchani toping.  
D, QS, T, X(....), N, J, B, Z, F
20. Qavsdan tashqaridagi soʻzlarga maʼnosi jixatdan bir xil boʻlgan soʻzni toping.  
Yurt(....) diyor
21. Birinchi soʻzning oxiri, ikkinchi soʻzning boshi boʻladigan qoʻshimchani toping.  
Qosh(.....) bol

22. Anagrammani yechib, ortiqcha soʻzni oʻchiring  
Xorubo, Dasaqamnr, antill, gʻarofan
23. Qavsdan tashqaridagi soʻzlarga maʼnosi jixatdan bir xil boʻlgan soʻzni toping.  
Anglamoq(.....) uqmoq
24. Barcha soʻzlar uchun umumiy qushimchani toping.  
Du, qa (....), mo, sek
25. Birinchi soʻzning oxiri, ikkinchi soʻzning boshi boʻladigan qoʻshimchani toping.  
Kos(....) kva
26. Anagrammani yechib, ortiqcha soʻzni oʻchiring  
Alyal(..), odshazx, marbay, ondanma, sra
27. Qavsdan tashqaridagi soʻzlarga maʼnosi jixatdan bir xil boʻlgan soʻzni toping.  
Sozanda(....) musiqachi
28. Birinchi soʻzning oxiri, ikkinchi soʻzning boshi boʻladigan qoʻshimchani toping.  
H(.....) cha
29. Anagrammani yechib, ortiqcha soʻzni oʻchiring  
Meksi, vshira, chianqivol, alqam
30. Quyidagi soʻzlar uchun umumiy qushimchani toping.  
M, q, t-...-, b, sh
31. Bat, kar, oiy, (.....) roʻz, qiron, bahor
32. Qavsdan tashqaridagi soʻzlarga maʼnosi jixatdan bir xil boʻlgan soʻzni toping.  
Ehtiyot qilmoq(....), ardoqlamoq
33. . Birinchi soʻzning oxiri, ikkinchi soʻzning boshi boʻladigan qoʻshimchani toping.  
Far(.....), sora
34. Anagrammani yechib, ortiqcha soʻzni oʻchiring  
Kertyumop, kyloʻak, yevtozelir, dviyeonagmifonto
35. Quyidagi soʻzlar uchun umumiy qushimchani toping.

Din, sha, na, momo, qiz

36. Birinchi soʻzning oxiri, ikkinchi soʻzning boshi boʻladigan qoʻshimchani toping.

Ho(...) apcha

37. Anagrammani yechib, ortiqcha soʻzni oʻchiring

Nyeburi, yoroifb, boboxouevno, vvasasyi, viyano

38. Qavsdan tashqari soʻzlar uchun umumiylikni toping.

Kiyev (....) dushanba

39. Quyidagi soʻzlar uchun umumiy qushimchani toping

Zim, jot, zir, mat, sib, (....) fas, hor, vbat, bira

40. Qavsdan tashqari soʻzlarga maʼnosi jihatdan qarama- qarshi soʻzni toping.

Bezovta boʻldi (.....) koʻzi toʻrt boʻldi

41. Birinchi soʻzning oxiri, ikkinchi soʻzning boshi boʻladigan qoʻshimchani toping.

E (.....) iya

42. Anagrammani yechib, ortiqcha soʻzni oʻchiring

ZpilY. Norayx, Puglsaras, Tijozoʻrox, Fabanish, Lugoʻqonq, triglua

43. Qavsdan tashqari soʻzlar uchun umumiylikni toping.

Gaz (.....) suyuqlik

44. Birinchi soʻzning oxiri, ikkinchi soʻzning boshi boʻladigan qoʻshimchani toping.

El (.....) a

45. Barcha soʻzlar uchun umumiy qoʻshimchani toping.

Sar, nar, (.....) roq, tar, tmas

46. Anagrammani yechib, ortiqcha soʻzni oʻchiring

Fniled, ukala, tki, ylakal

47. Barcha soʻzlar uchun umumiy qoʻshimchani toping.

N,b,l,k (....) t,x

48. Birinchi soʻzning oxiri, ikkinchi soʻzning boshi boʻladigan qoʻshimchani toping.

Lo (.....) ni

49. Quyidagi soʻzlar uchun umumiylikni toping.

Q,n (...),s

50. Anagrammani yechib, ortiqcha soʻzni oʻchiring

Kamia, lxo, gʻato, lakit, maam

Rus psixologi A.A.Bodalev «insonni inson tomonidan idrok etilishiga» sinonim ravishda «insonning boshqa insonni bilishi» iborasini qoʻllaydi. Inson jamiyat aʼzosi sifatida qabul qilinganligi sababli muloqotda ham shaxs sifatida namoyon boʻladi. S.L.Rubinshteyn aytganidek, «*biz insonni tashqi xulq-atvoriga qarab uni oʻqiyamiz*». Bundan, insonni tashqi qiyofasi uni qanday shaxs ekanligidan dalolat berishini anglashimiz mumkin.

*«Boshqa odamni bila turib, oʻrganayotgan individning oʻzi ham shakllanadi»*- deb yozadi L.S.Vigotskiy.

**Pedagogik muloqot** – bu muloqotning oʻquv tarbiyaviy jarayonlarni hissiy foni va vosita, mazmunini tashkil etadi. Muloqot muvaffaqiyatli boʻlishi uchun u albatta qayta aloqaga ega boʻlishi, yaʼni subyekt oʻzaro taʼsir natijalari haqida axborot olishi kerak. Kommunikator oʻzi uzatgan axborotni resipiyent qanday qabul qilishini va qanday munosabatda boʻlayotganligini qayta axborot maʼlumotlariga asoslanib bilib oladi. Muomalada suhbatdoshni yoki tinglovchini idrok etish bir-birini tushunishning asosiy shartidir. Agar oʻqituvchi oʻquvchilarini qanday idrok etayotganligini, tushunayotganligini anglay olmasa, pedagogik munosabat yaxshi boʻlmaydi. Ayniqsa, maʼruza oʻtayotganda bu juda muhimdir. **Nutq qobiliyati** - kishining oʻz tuygʻu-hislarini nutq yordamida, shu bilan birga mimika va pantomimika yordamida aniq va ravshan qilib ifodalab berish qobiliyatidir. Bu oʻqituvchidan oʻquvchilarga uzatiladigan axborot, asosan, ikkinchi signal tizimi - nutq orqali beriladi. Bunda mazmun jihatidan uning ichki va tashki

xususiyatlari nazarda tutiladi. («Biz uchun adabiyot o'qituvchimiz -Nazira opaning darsini eshitishdan katta lazzat yo'q. Nazira opamlar shu qadar yaxshi va chiroyli qilib gapiradilarki, hatto tanaffusga chalinadigan qo'ng'iroq ham xalaqit beradi»).

Darsda qobiliyatli o'qituvchining nutqi hamma vaqt o'quvchilarga qaratilgan bo'ladi. O'qituvchi yangi materialni tushuntiradimi, o'quvchilar javobini sharhlab beradimi, o'quvchilar javobini, ularning hatti-harakatlari yoki xulq-atvorini ma'qullaydimi yoki tanbeh beradimi, xullas nima qilishidan qat'iy nazar, nutqi hamma vaqt o'zining ishonchliligi, jozibadorligi kabi ichki quvvat bilan alohida ajralib turishi lozim. O'qituvchi nutqi, uning talaffuzi aniq, ravshan, oddiy va o'quvchilar uchun tushunarli bo'lishi kerak. Beriladigan axborotlar shunday tuzilishi kerakki, bunda o'quvchilarning fikru-zikri va diqqat-e'tiborini yuqori darajada faollashtiradigan bo'lsin. Buning uchun esa o'qituvchi o'rta savol tashlab, asta sekinlik bilan o'quvchilarni to'g'ri javobga olib keladi, o'quvchilarning diqqat-e'tiborini faollashtiruvchi: («Bunda ayniqsa ziyrak bo'ling!», «o'ylab, yana o'ylab ko'ring!») so'z va iboralarni o'z meyorida ishlatadi.

O'qituvchi uzun jummalarni, murakkab og'zaki izohlarni, qiyin atamalarni va zarurati bo'lmasa, turli ta'riflarni ishlatmasligi lozim. Shu bilan birga o'qituvchi shuni ham hisobga olishi kerakki, o'qituvchining lo'nda-lo'nda bo'lib chiqqan qisqa nutqi ko'p hollarda o'quvchilarga tushunarsiz bo'lib qolar ekan. O'qituvchining o'z o'rnida ishlatiladigan hazil aralash va xayrixoxlik bildiruvchi arzimagan kinoyali nutqi o'quvchilarni juda jonlantirib, o'quvchilar tomonidan o'ta yaxshi qabul qilinar ekan.

Qobiliyatli o'qituvchining nutqi jonli, obrazli, aniq-ravshan, intonasiyali va ifodali, emosiya boy, dona-dona bo'lib, bunda stilistik va grammatik xatolar mutlaqo bo'ymasligi lozim. Bir xil ohangdagi ezma nutq o'quvchilarni juda tez toliqtirib, ularni zeriktiradi va bexafsala qilib qo'yadi. Bu bilan birga bunday nutq I.P.Pavlovning fiziologik ta'limotiga ko'ra, doimiy ta'sir etuvchan

qo'zg'ovchiga aylanib, bosh miya katta yarim sharlari po'stida tormozlanish jarayonini yuzaga keltirib, o'quvchini ezma va uyquchan qilib qo'yadi. Nutq tezligi ko'p jihatdan o'qituvchining individual psixologik xususiyatiga bog'liq. Ayrim o'qituvchilar tez gapirsalar, boshqalari sekin gapiradilar. Ammo o'qituvchi o'quvchilarning bilimlarni egallab olishlari uchun eng qulay tezlikdagi nutq - o'rtacha jonli nutq ekanligini esdan chiqarmasligi lozim.

Shoshqaloq nutq bilim o'zlashtirishga xalaqit berib, bolalarni tez toliqtiradi va muhofaza qiluvchi tormozlanishni yuzaga keltiradi. O'ta sekin nutq lanjlik va zerikishga olib keladi. Nutqning balandligi - qattiq gapirish ham xuddi shu singari hollarga olib keladi. Haddan tashqari qattiq, keskin, baqirib gapirish o'quvchilarning asabiga tegib, ularni tez toliqtirib, muhofaza qiluvchi tormozlanishni yuzaga keltiradi. Mana shu yerda sharq mutafakkirlaridan Nasriddin Tusiyning «...o'qituvchi nutqi hech qachon va hech qayerda zaharxandali, qo'pol yoki qattiq bo'lishi mumkin emas, Dars paytida o'qituvchining o'zini tuta olmasligi ishni buzishi mumkin...» degan nasihatini keltirishimiz juda o'rinli bo'lardi. O'qituvchining bo'sh, past ovozi yomon eshitiladi. Nutqi, imo-ishoralar, turli keskin harakatlar o'quvchilarni jonlantiradi. Bu tariqa imo-ishoralar va harakatlar tajribali o'qituvchilarda o'z meyorida ishlatiladi. Lekin bir xildagi tinimsiz harakatlarning haddan tashqari ko'p bo'lishi kishining asabiga tegadi.

### **3-amaliy mashg'ulot. Ekstremal vaziyatlarda tatbiqiy ijtimoiy psixologiya (6 soat).**

Ekstremal vaziyatlar bilan ishlash diagnostikaning o'ziga xos ijtimoiy-psixologik metodlari, maxsus psixotexnika ta'siri va konsultasiya o'tkazish uslubidan foydalanishni talab qiladi.

Ekstremal vaziyatda vaqt yetishmasligi tufayli to'liq diagnostika dasturini yaratish imkoni yo'q. Amaliy psixologning harakatlari favqulodda vaziyat holatidagi rejaga

bog‘liq. Bunday sharoitda metod va metodikalardan, faqat videopsyomka, ijtimoiy simptomatikaning tahlili va retrospektiv yondashuvdan foydalanish mumkin emas. Ba‘zan ekstremal vaziyatning o‘zi diagnostika rolini o‘ynaydi, chunki unda shaxs “ochiladi” va uni faqat qayd qilish talab etiladi.

Favqulodda (ekstremal) vaziyatlar, birinchi navbatda, travmatik stressni keltirib chiqaruvchi inson ruhiyatiga o‘ta kuchli ta’sir ko‘rsatishi bilan xarakterlanadi. Travmatik stressning psixologik oqibatlarini o‘zining namoyon bo‘lishida shikastlanishdan keyingi stressning buzilishi (SHKSB) bilan ifodalanadi, bu hayot yoki sog‘liq uchun jiddiy tahdid bo‘lgan holatlarga uzoq muddatli yoki kechiktirilgan reaksiya sifatida yuzaga keladi.

Inson mavjudligiga tahdid soluvchi vaziyatlarda stressli ta’sirlarning intensivligi shunchalik katta bo‘ladiki, shaxsiy xususiyatlar yoki oldingi nevroitik holatlar endi SHKSB genezisida hal qiluvchi rol o‘ynamaydi. Albatta, ularning mavjudligi SHKSB ning rivojlanishiga yordam berishi, uning klinik ko‘rinishida aks etishi mumkin, lekin bu ko‘rinish deyarli har bir odamda halokatli sharoitlarda, hatto aniq shaxsiy moyillik mavjud bo‘lmaganda ham rivojlanishi mumkin. Shuni ta’kidlash kerakki, birinchidan, SHKSB – travmatik stressni boshdan kechirishning mumkin bo‘lgan psixologik oqibatlaridan biridir, ikkinchidan, ko‘plab tadqiqotlarning ma’lumotlari shuni ko‘rsatadiki, travmatik stressni (jismoniy travma, jarohati yo‘qligida) boshidan kechirgan taxminan 20% odamlarda SHKSB uchraydi. SHKSB ga chalingan odamlar turli profildagi shifokorlarga murojaat qilishlari mumkin, chunki uning namoyon bo‘lishi odatda boshqa ruhiy va (depressiya, alkogolizm, giyohvandlik va boshqalar) psixosomatik kasalliklar bilan birga kechadi. SHKSB ning psixologik ko‘rinishida travmatik stressorning o‘ziga xos xususiyati (harbiy harakatlar yoki zo‘ravonlik va boshqalar), albatta, SHKSB ning paydo bo‘lishi va rivojlanishining umumiy qonuniyatlari psixologik va psixosomatik kasalliklarga sabab bo‘lgan muayyan travmatik voqealarga bog‘liq bo‘lmasa-da, hisobga olinadi. Asosiysi, bu voqealar ekstremal xarakterga ega bo‘lib, oddiy insoniy tashvishlar chegarasidan chiqib, o‘zlarining hayotlari uchun kuchli

qoʻrquv, dahshat va chorasizlik hissini keltirib chiqargan. Ogʻir psixotravmatik omilning muhim xususiyatlari – kutilmagan holat, falokatli hodisaning tez rivojlanish darajasi va taʼsir etish davomiyligi hamda hayot davomidagi takrorlanuvchanlik (Tarabrina, 2001).

Shikastlanishdan keyingi stressli buzilishning (SHKSB) klinik tipologiyasi va tasnifiga koʻra, kasalliklarning bu guruhiga qisqa muddatli yoki uzoq muddatli ekstremal taʼsirdan soʻng harbiy xizmatchilar, urush faxriylari, sobiq deportasiya qilingan va harbiy asirlarning uzoq patologik holatlari kiradi. Shikastlanishdan keyingi patologiya doirasida mualliflarning aksariyati simptomlarni uchta asosiy guruhga ajratadilar: 1) haddan tashqari hayajonlanish (shu jumladan, vegetativ oʻzgaruvchanlik, uyquning buzilishi, xavotir, miyaga oʻrnashib qolgan xotiralar, shikastlanish bilan bogʻliq vaziyatlardan fobik qochish); 2) depressiv kayfiyatning davriy xurujlari (his-tuygʻularning zaiflashishi, hissiy karaxtlik, umidsizlik, chorasizlikni anglash); 3) jazavali reaksiyaning xususiyatlari (falaj, koʻrlik, karlik, tutqanoq, asabiy titroq) (Horowitz va boshqalar, 1980). Nevrotik va patoxarakterologik sindromlar orasida SHKSB ga xos boʻlgan holatlar ajratiladi: “askarning yuragi” (koʻkrak qafasidagi ogʻriq, yurakning tez urishi, nafas olishning boʻlinishi, ortiqcha terlash), omon qolganlar sindromi (surunkali “omon qolganligi uchun aybdorlik hissi”), fleshbek-sindrom (“chidab boʻlmas” voqealar haqidagi xotiralarning ongga majburan kirishi), “kombatant” psixopatiyaning namoyon boʻlishi (tajovuzkorlik, taʼsirchan xatti-harakat va zoʻravonlik, spirtli ichimliklar va giyohvandlik moddalarini suisteʼmol qilish, jinsiy aloqalarning tartibsizligi), progressiv asteniya sindromi (tez qarish, vazn yoʻqotish, psixik lanjlik va tinchlikka intilish shaklidagi normal hayotga qaytishdan keyin kuzatiladigan lagerdan keyingi asteniya), shikastlanishdan keyingi holatlar (passiv hayot holatiga oʻtish bilan bogʻliq boʻlgan foyda va imtiyozlardan ongli foyda bilan orttirilgan nogironlik). Bu holatlar maʼlum bir dinamikaga ega, xususan shikastlanishdan keyingi simptomatika yosh oʻtishi bilan nafaqat zaiflashmasligi, balki yanada aniqroq boʻlishi mumkin.



Hozirgi vaqtda SHKSB atamasi tinchlik vaqtidagi tabiiy (iqlim, seysmik), ekologik va texnogen falokatlar; yongʻinlar; terrorchilik harakatlari; talonchilik paytida oʻldirish sodir etilganda boshqalarning ishtirok etishi; baxtsiz hodisalar, shu jumladan, transport va ishlab chiqarish halokatlari; jinsiy zoʻravonlik; hayot uchun xavfli kasalliklarning namoyon boʻlishi; oilaviy dramalar kabi halokatlarning oqibatlariga nisbatan koʻproq qoʻllanilmoqda.

### **“STRESS BILAN KURASHISHINGIZ KERAKMI” testi**

(A.I. Tasheva boʻyicha, 2000)

*Oʻnta savolga “ha” yoki “yoʻq” deb javob bering. Agarda ijobiy savollar toʻrttadan ortiq boʻlsa, stress sizning koʻp kuch, manbaalariningizni, demak, sogʻiligingizni olmoqda.*

1. Oʻzingizni koʻpincha atrofdagilarning diqqat-eʻtiboriga javob berish juda toliqtirishini his etasizmi?
2. Boʻlar-boʻlmasga jahlingiz chiqdimi?
3. Oʻzingizni mehnat taʼtilidan soʻng (dam olish kuni, taʼtil) oʻzingizni undan oldingiga qaragandan ham koʻproq charchaganingizni sezisizmi?
4. Oiladagi nizolar natijasida kuchli bosh ogʻrigʻini sezisizmi?
5. Nizolar ovqat xazm qilish tizimingizga taʼsir koʻrsatadimi?
6. Yigʻlashga tayyor holatlar boʻlib turadimi?
7. Astmaga yoki teri toshmalariga moyilmisiz yoki kuchli emosional kechinmalardan soʻng shunday holatlar kuzatiladimi?
8. Hal qiluvchi ishni amalga oshirish uchun bor kuchni toʻplash talab qilinganda toʻsatdan kasallik xurujlarini yuz berish holatlari boʻlib turadimi?
9. Sizga boshqalarning muammosini hal qilishga koʻp vaqt sarf qilib, oʻz muammolaringizga vaqtingiz qolmayotganga oʻxshaydimi?

## «AVTOPORTRET» testi

Mualliflar: YE.S. Romanova, S.F.Potemkina. proyektiv metodikalardan biri. Katta maktab ukuvchilarining shaxsini diagnostika kilish uchun kullanishi mumkin. Avtoportret – insonning uzi chizgan kiyofasi. Bu metodikaning ikki xil interpretasiyasidan biri mualliflar, ikkinchisi R.Berns (AKSH) tomonidan taklif kilingan.

### Interpretasiya № 1

«Avtoportret» testi R.Berns (AKSH, Insonlararo munosabatlarni rivojlantirish instituti, Sietl) tomonidan kullanganda, u kishilarga uzining yakka xoldagi yoki oila a’zolari Bilan birga, xamkasblarning orasida tasvirlashni iltimos kilgan. R.Berns shunday yozadi: «Siz uyga kelib ukirib-ukirib yiglashingiz mumkin, ammo ishxonada bunday kilmaysiz. Bu xolatingiz siz chizgan portretde uz aksini topadi». Uning fikricha, avtoportretdegi belgilar kuyidagicha aniklanishi mumkin.

- Bosh. Katta bosh rasmi odatda katta intelektual (akliy) da’vogarlikni yoki uz itelektidan norozilikni bildiradi. Kichik bosh rasmi odatda itellektual yoki ijtimoiy noadekvatik xissini aks ettiradi

-Kuzlar. Rasmdagi katta kuzlar odatda gumonsirashni aks ettiradi shuningdek ular xavotirlanishni va ijtimoiy fikrga nisbatan uta sezuvchanlikni bildiradi. Kuzdagi uzun kipriklar-noz karashmani, uzini kuz-kuz kilishni bildiradi. Kichkina yoki yopik kuzlar uziga butunlay berilganlik va introversiyaga bulgan intilishni kursatadi.

- Ogiz Ogizning aloxida ajratib kursatilmaganligi extimoli bulgan: nutkiy kiyinchiliklarni va oddiy (sodda) ogzakii tendensiyalarni bildiradi. Rasmda ogizning yukligi yo depressiyani (ogir ruxiy sikilish) yoki mulokotdagi sustkashlikni ifodalaydi. Masxarabozning ogzi majburiy iltfot belgisi.

-Tishlar. Tajovuzkorlik (agressivlik).

- Kuloklar va burun. Katta kuloklar tankidga nisbatan sezgirlikni, kichik kuloklar esa xech kandy tankidni kabul kilmaslikka intilishni bildiradi. Burungi nisbatan aksent kilish seksual maylni mavjudligini bildiradi. Burun kataklarining aloxida kursatilishi agressiyaga moyillik borligidan dalolat beradi.

- Kullar. Kullar shaxsning atrof olam bilan boglikligining belgisi. Tortinchok kullar kattik mas'uliyatli, odamovi shaxs tugrisida dalolat beradi. Shalviragan xolda tashlab kuyilgan kullar samarasizlikni bildiradi. Murt, nimjon kullar jismoniy yoki psixologik nimjonlikni, vasiylikka bulgan extiyojni, bogliklikni bildiradi. Uzun - bakuvvat kullar izzat-nafslilik (nafsoniyati kuchlilik)ni va tashki olam xodisalariga kuchli kirishuvchanlikni bildiradi. Juda kalta kullar yoki kullarning yukligi noadekvatlik xissini bildiradi. Kul orkaga kilingan, yoki chuntakda bulsa, fu ayibdorlik xissi, uziga ishonchsizlikdan dalolat beradi. Boksining kulkopiga uxshagan kul sikilgani agressiY. Kulda barmoklar beshdan kup bulsa, tajavuzkorlik, jizzakilik. Barmoklar mushtga sikilgan bulsa - karshilik galayon.

- Oyoklar. Uzun oyoklr mustakillikka bulan extiyojni anglatadi. Oyoksiz rasm turgunlikning yukligi. suyanchikning va asosning yukligi, jur'atsizlik

- Gavda xolati. Agar odam ensasi kurinadigan kilib chizilgan bulsa, bu odamovilikning namoyon bulishi. Agar bosh yon tomondan kurinishda chizilgan bulsa ijtimoiy atrof muxit tufayli paydo bulgan xavfsirashdan dalolat. Agar stulning chekkasida utirgan odam rasmi

chizilgan bulsa - sharoitdan chikish yulinp topish xoxishi, yakkalanib kolishdan kurkish. Yugurib borayotgan odam- kimdandiryashirinish xoxishini bildiradi.

Kursatkichlar va ularning taxlili.Rasmning kogozdagi xolati. Agar rasm vertikal kuyilgan varakning urta chizigi joylashgan bulsa – bu norma xisoblanadi. Ok yoki sargishrok kogoz va urata yumshoklikdagi kalamdan foydalanish kerak: ok sillik kogoz, ruchka yoki flomaster ishlatmaslik kerak.

Rasm varagning yukorigi chekkasiga yakin joylashgan bulsa kanchalik yakin bulsa shunchalik yakkolrok uz-uzini yukori baxolash, uzining jamiyatda egallagan xolatidan uz atrof dagilarning tan olishining yetarli emasligidan norozilik, uzini tasdiklashga bulgan tendensiya sifatida baxolanadi.

Rasmning pastki kismidagi xolati – teskari tendensiya, uziga ishonchsizlik, uz-uziga past baxo, tushkunlik, jura’atsizlik, uzining jamiyatdagi xolatiga, uzining tan olinishiga kizikmaslik, uz-uzini tasdiklashga bulgan tendensiyaning yukligi.

Shakl (figura)ning markaziy kismi: bosh yoki uning urnini bosuvchi bulak.

Bosh ungga karagan – faoliyatiga xarakatchanlikka bulgan turgun tendensiya deyarli nima uylanilgan, rejalashtirilgan bulsa barchasi amalga oshiriladi, yoki juda bulmasa, amalga oshirilib boshlanadi (xatto oxiriga yetkazilmasa-da). Sinaluvchi uz tendensiyalarini amalga oshirishga faol kirishadi.

Bosh chapga karagan – refleksiyaga (uz tugrisida uylashga), fikrlashga bulgan tendensiY. Bu xarakat odami emas: fikrlarning fakat ozgina kismi amalga oshadi yoki amalga osha boshlaydi. Kupincha faol xarakatlardan kurkish yoki jur’atsizlik (Variant: xarakatga bulgan tendensiyaning yukligi yoki faollikdan kurkish – buni kushimcha aniklash zarur).

«Anfas» xolati, ya’ni bosh rasmni chizayetgan odamga (uziga) karatilgan bulsa, bu xolat xxxxxxx deb baxolanadi.

Boshda sezgi organlariga mos keladigan detallar – kuloklar, ogiz, kuzlar joylashgan bulsa informasiyalarga bulgan kizikuvchanlik, atrof dagilarning uzi tugrisidagi fikrlarning axamiyatliliigi. Boshka kursatkichlar va ularning majmuiga karab kushimcha ravishda odam ijobiy baxo olish uchun Biron-bir narsa kiladimi yoki

atrofidagilarning baxosiga nisbatan uz xatti-xarakatlarini uzgartirmasdan, fakat xissiy javob (xursandchilik, magrurlanish, xafa bulish, achinish) beradimi, shuni aniklanadi. Sal ochilgan ogiz til bilan birgalikda, lekin lablar anik chizilmagan bulsa – bu katta nutkiy faollik (kup gaplik) deb baxolanadi, bunga anik chizilgan lablar xam kushilsa sezgirlik, ba’zida u xam bu xam birgalikda bulishi mumkin. Ochik ogiz anik chizilgan til va lablarsiz bulsa, ayniksa kattik chizilgan bulsa – xavotirlanish, kurkuv, ishonchsizlikning osonlikcha paydo bulishi deb karaladi. Ogizda tishlar xam bulsa – nutkiy tajovuzkorlik, kupchilik xollarda ximoyaviy tajovuz: a) unga nisbatan salbiy xarakterda bulgan munosabatlarga karata gijinish, kupollik va b) bolalar va usmirlar uchun aylana shakldagi kattik chizilgan ogiz rasmi xos kurkuv, xavfsirash).

Kuzlarga aloxida axamiyat beriladi. Bu odamga xos bulgan kurkuv kechinmasini simvolidir: bu narsa kuzning pardasi bilan ta’kidlanadi. Kipriklarning borligi yoki yukligiga e’tiborini karatish kerak. Kipriklar – xulk-atvorning jazava – namoyishkorona manevrlari: erkaklar uchun: kuz korachigi bilan kuz pardasi mos ravishda chizilgan bulsa, ayollarga xos xarakter belgilari. Kipriklar – tashki chiroyi va kiyinishi manerasiga boshkalarning e’tibor berishiga kizikish, ya’ni bu narsaga katta e’tibor berish.

Bosh xajmining gavdasiga mos ravishda kattalashganini odamning uzida va atrofidagilarda mavjud bulgan rasional boshlanish (extimol, erudisiya)ni baxolashidan dalolat beradi.

Boshda shuningdek, kushimcha detallar xam bulishi mumkin: masalan shox-ximoya, tajovuz. Boshka belgilar – tirnoklar, dagal jun, ignalar bilan birgalikda bulsa Ushbu tajovuzning xarakterini aniklash kerak, spontan yoki ximoyaviy – javob. Parlar uzini bezashga, uz-uzini oklashga va namoyishkoronalikkka bulgan tendensiY. Yol, jun, prichyoskaga uxshagan soch – sezgirlik, uz jinsini ta’kidlash, ba’zida esa, uzining seksual roliga bulgan oriyentirovka.

Figuraning tayanch kismlari ( oyoklar, panjalar, ba’zida postament). Bu kismning butun figuraning razmeriga nisbatan va shakl buyicha asosiyliigi kurib chikiladi:

a) asosiylik uylanilganlik qaror kabul kilishning rasionalligi xulosalarga fikrlarning shakllanishiga olib boradigan yullar, axamiyatli xolatlar va muxim informasialarga tayanish;

b) fikrlarning yuzakiligi, xulosalardagi yengiltaklik va fikrlarning asossizligi, ba'zida qaror kabul kilishdagi impulsivlik (ayniksa oyoklar yuk bulsa yoki oyoklar deyarli yuk bulsa).

Oyoklarning korpus bilan birlashishi xarakteriga e'tibor berish kerak, birlashishi anik, puxta yoki palapartish, juda nimjon birlashtirilgagn yoki umuman birlashtirilmagan – bu uz fikrlarni, xulosalarini, qarorlarini nazorat kilish xarakterini bildiradi. Oyoklar, panjalar tayanch kismlar barcha elementlarining bir xilligi va bir xil yunalganlik fikrlarning va qaror kabul kilishlarning ustanovkalarining konformliligi (kelishuvchanlik), ularning standartliligi va oddiyliigi. Shakllardagi va bu detallarning xolatidagi rang-baranglik – ustanovka va fikrlarning uziga xosligi, mustakillik va oddiy emaslik, ba'zida xatto ijodiy boshlanish (mos ravishda shaklning odatdagidek emas) yoki boshkacha fikrlash (potologiyaga yakin).

Shakl (figura)dan yukoriga kutarilgan kismlar:

Funksional, kiskichlar yoki bezovchi bulishi mumkin: kanotlar, kushimcha oyoklar, kiskichlar, zirx kismlari, parlar, jingalakka uxshagan bantiklar, guli – funksional detallar – inson faoliyati turli soxalarini kamrash energiyasi, uziga ishonch yoki kizikuvchanlik, imkoni boricha kuprok atrofdagilarning ishlarida ishtirok etish xoxishi, kuyosh ostida uz joyini egallash, uz faoliyatiga berilganlik. Bezovchi detallar – namoyishkoronalik, atrofdagilarning e'tiborini uziga karatishga intilish (masalan, to yoki uning mavjud bulmagan ramzini tovus parlari bilan bezatilgan sultonla aks ettirish).

Dumlar. Uz xarakatlariga, qarorlariga, xulosalariga nutkiy maxsulotlariga bulgan munosabatini aks ettiradi – bunda dum (kogozda) unnga yoki chapga burilganligiga e'tibor berilishi kerak. Dumlar unnga burilgan – uz xarakatlari va xulk – atvoriga munosabat. Chapga burilgan bulsa – uz fikrlariga, qarorlariga boy berilgan imkoniyatlariga, uzining jur'atsizligiga munosabat. Bu munosabatning ijobiy yoki

salbiy tusdaligi dumning yukoriga yunalganligida (ishonch bilan, norozilik, uzining xakligiga ishonmaslik, kilingan, aytilgan narsadan afsuslanish va xakozolar) aks etadi. Dumning bir nechta kismlaridan, ba'zida takrorlanuvchi zvenolardan tashkil topganligiga, tushib turganligiga, uzunligiga va ba'zida shoxlab ketganligiga e'tiborni karatish kerak.

Shakl (figura) konturlari. Burtib chikishlar (kalkon, zirx, igna singari) kontur chiziklarni chizib tashlashlar va buyab koraytirishlar borligi yoki yukligiga karab taxlil kilinadi. Bu – atrofda gildardan ximoya, agar rasm utkir burchalarda chizilgan bulsa – tajovuzkorona ximoya; agar konturlar buyalgan, «iflos kilingan» bulsa – kurkuvli va xavfsirashli ximoya; agar kalkonlar, «Tusiklar» kuyilgan, chizik ikkilangan bulsa xavfsirovchi, gumonsirovchi ximoY. Bunday ximoyaning yunalganligi fazoviy joylashuvga mos ravishda: figuraning yukoriga konturi yukori mansabda turuvchi, ta'kiklash chegaralab kuyish imkoniga ega bulgan majburlashni amalga oshira oladigan shaxslarga karshi, ya'ni yoshi kattalarga, ota-onalarga, ukituvchilarga, boshliklarga, raxbarlarga karshi; pastki kontur – uz ustidan kulishlaridan, uzini tan olmasliklaridan, uz kul ostidagilarning oldida, yoshlar orasida xurmatsizlikdan ximoya, muxokamalardan kurkish, yonidagi konturlar – anik yunaltirilmagan xavfsirash, turli kurinishdagi va turli sharoitlarda uz-uzini ximoya kilishga tayyorgarlik; agar konturda joylashmagan bulsa, konturni ichida bulsa, xayvon korpuisning uzida bulsa – xudi shunday «ximoya» elementlar. Ungda bulsa – kuprok «real» faoliyat jarayonidagi ximoya, chapda bulsa uz fikrlari e'tikodi, karashlarini ximoya kilish.

Umumiy energiya tasvirlangan detallar mikdori baxolanadi – uylab topilgan mavjud bulmagan xayvon tugrisidagi tasavvurni berish uchun zarur bulgan mikdordagi belgilar (gavda, yuosh, kul – oyoklar yoki tana, dum, kanotlar va sh.k); tuldirilgan konturlik, shtrixlarsiz, kushimcha chiziklar va kismlarsiz, oddiygina kontur yoki fakatgina zarurini emas, xatto konstruksiyani murakkablashtiruvchi kushimcha detallarni xam ayamaskan ortikchasiga tasvirlash mavjud ekanligiga e'tibor karatish lozim. Mos ravishda tashkil kiluvchi kismlar va elementlar kup bulsa (zarurlaridan

tashkari), energiya shunchalik yukori buladi. Aksincha bulsa – energiyani tejash, organizmning astenikligi, surunkali somatik kasallikdir. (Xudi shu narsa chiziklarning xarakteri orkali – urgimchak tursimon nimjon chizik, «kalamni kogozga tegizgan xolos», kalamni bosmagan bulsa tasdiklanadi). Chiziklarning aksincha xarakterdaligi – bosib chizilgan bulsa –bu aksincha xarakteristika emas, bu energiya emas, balki xavotirlanish belgisi. Juda kattik bosib chizilgan (xatto kogozning orka tomonidan kurinib turadigan) chiziklarga e'tibor berish kerak – bu kattik xavotirlanish. Kaysi bulak, kaysi simvol shunday badarilganligiga (ya'ni xavotirlani nimaga boglikligiga) e'tibor berish kerak.

Chiziklar xarakterini baxolash (chiziklarni takrorlash, e'tiborsizlik, saranjom sarishtalikning yukligi, rasmning ayrim kismlarining koraytirilganlin, «ifloslanish» vertikal chizigidan ogish va boshkalar). Piktogrammani taxlil kilgandagi singari baxolanadi.

Mazkur jixatdan xayvonlar taxlika ostida bulganlar daxshatli va neyral turlarga bulinadi. Bu uz shaxsiga bulgan, uzining «Men»ga bulgan munosabatini bildiradi, uzini axamiyatiga kura aynan uxshatishiga (identifikasiya kilishga) kura uzining olamdagi, urni tugrisidagi tasavvurini bildiradi. Bu yerda rasm chizilgan xayvon – rasmni chizayotgan odam uzining vakili.

Chizilayotgan xayvonning odamga uxshatilishi xayvonni tika yuradigan kilib turta oyok urniga ikki oyokka turgizib kuyish, xayvonga odam kiyimlarini (ishton, yubka, bantiklar, kuylak, kamar) kiydirish, xayvon basharasini odamnikiga uxshatish, oyok va panjalarni kulga uxshatish – infantillik, xissiy norasolikdan dalolat beradi, bu xayvonni «Odamlashtirishning» namoyon bulish darajasiga mos ravishda buladi.

Tajovuzkorlik darajasi rasmdagi burchaklarning mikdori, joylanishi va xarakterida aks etadi, bunda burchaklarning tasvirning u yoki bu detali bilan boglikligi axamiyatiga ega emas. Bunda tajovusning belgilari namoyon buladigan burchaklar – tumshuklarning axamiyati shuningdek, jinsiy belgilar – yelin, emchaklar, kukrakka (odam figurasida) aksent kilishga e'tiborni karatish kerak. Bu jinnga bulgan munosabat, xatto seks muammosiga karatilganlikni bildiradi.



Aylana shakli (ayniqsa – xech narsa bilan tuldirilmagan bulsa) yopiklik belgisi, maxfiylikka, uz ichki dunyosining yopikligiga, atrofdagilarga uzi tugrisida ma'lumot bermaslikka intilishga, sinovga tortilishni xoxlamaslikka bulgan tendensiyani bildiradi. Bunday rasmlar odatda taxlil uchun juda kam ma'lumot beradi.

«Xayvon» tanasiga xar xil mexanik kismlar kushib kuyish – xayvonni postamentga, traktor yoki tank gusenisalariga, uch oyokka kuyish, boshga charxpalak, vint maxkamlash, kuzlariga elektr chiroklar kuyish, xayvon tanasiga va oyoklariga dasta (sop), klavish va antennalar kuyish xollariga e'tibor karatish kerak. Bu asosan shizofreniya bilan xastalanganlarda va chukur shizoid tiplarda kuzatiladi.

Ijodiy imkoniyatlar odatda figurada tuplangan elementlar mikdorida aks etadi: «tayyor», mavjud xayvonga detallar yopishtirilsa, masalan, kanotli mushuk, parli balik vash u kabi mavjud bulmagan xayvon paydo bulsa bu siykasi chikkanlik, ijodiy yunalishning yukligidir. Originallik esa tayyor kismlardan emas, balki mayda elementlardan figura tuzishda aks etadi.

Nomlanish mazmuniy bulaklarni rasional birlashtirishda ifodalanishi mumkin (uchar kuyon, «begimot», «muxojir» va boshkalar). Suz tashkil etishning boshka varianti – kitobiy bulishi mumkin. Birinchisi – rasionallik, oriyentirovkada va moslanishda konkret yunalish, ikkinchisi – namoyishkoronalik, asosan uz aklini, erudisiyasini, bilimlarini namoyish kilishga yunalganlik. Xech bir mazmunga ega bulmagan yuzaki – tovushlardan iborat suzlar xam bulishi mumkin, bu atrofdagilarga yengiltaklik bilan munosabatda bulish, xavf signalini inobatga ola bilmaslik, tafakkur asosida effektiv kriteriylarning mavjudligi, fikrlarda rasionallikka Karaganda estetik elementlarning ustunligi.

Xazil – yumoristik nomlar («rinochurka», «puzirend» va boshka) – atrofdagilarga nisbatan xazil – takaddurlik munosabatini bildiradi. Infantil nomlar odatda takrorlanuvchi elementlarni uz ichiga oladi («gru-gru», «lyu-lyu», «kus-kus» va boshka) xayolparastlikka (odatda ximoyalanuvchi) ishonish uzundan uzok nomlarda aks etadi («aberosinotikliron», «tulobarnikletaliyeshiniya va boshkalar).

## Interpretasiya № 2

Mazkur interpretasiya orkali insonning uzi xakidagi, uzining tashki tuzilishi, uzining shaxsi tugrisidagi tasavvurlarini bilish, individual-tipologik xusuiyatlarini aniklash mumkin.

15. Estetik tasvir – rassomlik kobiliyatlari bulgan badiiy tip.
16. Sxematik tasvir – ilmiy tip.
17. Realistik tasvir /uta tafsilotlar Bilan chizilgan rasm/ - mayda – chuydaga kup e'tibor beruvchi tip.
18. Metamorfik tasvir /odam uzini Biron predmet, masalan, choynak, probirka, usimlik, xayvon, badiiy personaj kurinishida ifodalagan rasm/ - fantaziyasi yaxshi rivojlangan, ijodiy kobiliyatlarga ega, albatta, kungilchan, kulguga moyil tip.
19. Emosional tasvir /biror emosional xolatni ifodalovchi rasm/ - juda yukori emosional ta'sirlanuvchanlikka ega tip. U odatda uzining xozirgi emosional xolatiga teskari xolatni tasvirlaydi. Masalan: xafa bulsa-da, kulayotgan yuzni chizishi mumkin.
20. Xarakatdagi tasvir-xarakatchanlikka moyil, odatda sport, raks bilan shugullanuvchi tip.
21. Orkaning tasviri – belgilangan tartiblarga zid xarakat kiluvchi tip.

«Avtoportret» testidan olingan ma'lumotlarni shuningdek, Rid sxemasi buyicha tartibga soli shva rasmning mikdoriy kursatkichlarini aniklash mumkin.

Sanab utuvchi rasm /bita avtoportret chizib berish iltimos kilinganiga karamay bir necha avtoportretlar chizilgan rasm/ - fikriy ekstrovert.

Organik rasm /odamni usimliklar, xayvonlar kurshovida, tabiat kuynida tasvirlovchi rasm/ - fikriy introvert.

Gaptik rasm /odamni biror bir xolatda kupincha «tishi ogriyotgan», «boshi ogriyotgan» xolatlarda tasvirlovchi rasm/ - sensor introvert.

Emfatic rasm /odamni biror emosional muxitda tasvirlovchi rasm/ - sensor estravert.

Dekorativ rasm /portretni turli bezaklar bilan, chiroyli ramkalarda, Yerkin ranglar Bilan tasvirlovchi rasm/ - sensor ekstravert.

Imajitar rasm / odamni biror bir adabiy kaxramon yoki xayoliy obraz tarzida tasvirlovchi rasm/ - emosional introvert.

Ritmik rasm /xarakatdagi odamni masalan, yurayotgan, zinadan chopayotgan va x. odamni tasvirlovchi rasm/ - intuitiv ekstrovert.

Strukturali rasm /odamni kanday bulsa, shundayligicha, ba'zan fakat yuzi, byustni yoki buy-bastni tasvirlovchi rasm/ - intuitiv introvert.

Ushbu belgilar buyicha kuyidagi jadvaldagiga uxshab, turli rasmlar urtasidagi mikdoriy farqlarni aniklash mumkin.

«Avtoportret» testi buyicha individual – tipologik farqlar /500 kishi orasida/

Tasvir kurinishi G.Rid buyicha	Psixologik tip K.Yung buyicha	Tasvirlararo mikdoriy farqlar
Sanab utuvchi	fikriy ekstrovert	2,4
Organik	fikriy introvert	30,3

Emfatik	sezuvchi ekstrovert	3,2
Gaptik	sezuvchi introvert	2,2
Dekorativ	xissiy ekstrovert	8,8
Imajitar	xissiy introvert	13,2
Ritmik	intuitiv ekstrovert	20,8
Strukturali	intuitiv introvert	19,1

### **Temperament tipini aniqlash metodikasi**

#### **Maqsad: shaxslardagi temperament xususiyatlarini aniqlash**

Berilgan fikrga qo‘shilsangiz “1” ball, qo‘shilmasangiz “0” ball qo‘ying.

#### **Siz:**

- 1.Saramjon behalovat
- 2.O‘zini tuta olmaydigan tez jahli chiqadigan
- 3.Betoqat
- 4.Odamlar bilan munosabati keskin
- 5.Qat’iyatli va tashabbuskor
- 6.O‘jar va qaysar
- 7.Tortishuv va bahslarda topqir
- 8.Bir xil tempda ishlamaysiz
- 9.Tavakkalchilikka moyilligingiz bor
- 10.Yomon narsalarni eslab yurmaysiz
- 11.Nutqingiz tez bo‘linuvchan ohangga ega
- 12.Muvozanatsiz tez qizishib ketishga moyilligingiz bor
- 13.Tez urishib ketadigan janjalkash

14. Kamchiliklarga murossasiz
15. Ifodali mimika egasiz
16. Tez harakat qilasiz qarorga kelasiz
17. Yangilikka muttasil intilasiz
18. Harakatlaringiz keskin va uzilishli
19. O'z oldingizga qo'ygan maqsadni albatta amalga oshirasiz
20. Kayfiyatingiz tez o'zgarishga moyil-**xoleriksiz**

**Siz:**

1. Dilkash va quvnoq
2. Tirishqoq va ishbilarmon
3. Ko'p hollarda boshlagan ishini oxiriga yetkazmaydi
4. O'zingizni yuqori baholaysiz
5. Yangilikni tez o'zlashtirib olasiz
6. Qiziqish va intilishlaringiz beqaror
7. Muvaffaqiyatsizlikni tez unutasiz
8. Turli sharoitga tez moslashasiz
9. Har qanday yangi ishga qiziqish bilan kirishasiz
10. Yangi ishga tez kirishasiz va tez birdan ikkinchisiga o'ta olasiz
11. Agar ish sizni qiziqitirmay qolsa tez soviysiz
12. Bir xil tempdagi ishlarda tez toliqasiz
13. Muomalaga tez kirishasiz
14. Chidamli va mehnatsevarsiz
15. Nutqingiz baland tez mimika va imo-ishoralarga boy
16. Qiyin vaziyatda o'zingizni tuta bilasiz
17. Doimo tetik kayfiyatda yurasiz
18. Tez qarorga kelib undan voz kechasiz
19. Tez chalg'iysiz
20. Behuda shoshilasiz-**sangviniksiz**

**Siz:**

1. Osoyishta va sovuqqon
2. Ishda tartibli izchil
3. Ehtiyotkor va aql bilan ish tutasiz
4. Sabr-toqat bilan kuta olasiz
5. Bo‘lar-bo‘lmas narsalar haqida gapirmay sukut saqlay bilasiz
6. Nutqingiz osoyishta bir xil tempda va hech qanday ifodali harakatlarga ega emas
7. Chidamli va o‘zini tuta bilasiz
8. Boshlagan ishni oxiriga yetkaza olasiz
9. Behudaga kuch sarflamaysiz
10. Ish rejimi va kun tartibiga qat’iy rioya qilasiz
11. Ehtirosni hayajonni osongina yengasiz
12. Tanqid va maqtovga e’tibor qilmaysiz
13. Yuvosh va ko‘ngilchansiz
14. Qiziqish va munosabatlaringiz barqaror
15. Ishga sekin moslashib boshqa ishga o‘tishga qiynalasiz
16. Munosabatlaringiz turli tuman
17. Har bir narsada tartib va intizom bo‘lishini hohlaysiz
18. Yangi sharoitga qiyinchilik bilan moslashasiz
19. Kayfiyatingiz barqaror
20. Vazmin tabiatli og‘ir-bosiq-**flegmatiksiz**

**Siz:**

1. Uyatchan va tortinchoqsiz
2. Yangi sharoitda o‘zingizni yo‘qotib qo‘yasiz
3. Notanish kishilar bilan aloqa o‘rnatishga qiynalasiz
4. O‘z kuchingizga ishonmaysiz
5. Yolg‘izlikni yoqtirasiz
6. Muvaffaqiyatsizlikda tez tushkunlikka berilasiz
7. Tez charchaysiz
8. Nutqingiz sekin kuchsiz

9. Boshqalar ta'siriga tez berilasiz
10. Ta'sirlanuvchan tez yig'laysiz
11. Tanqid va maqtozni tez qabul qilasiz
12. O'zingiz va boshqalarga nisbatan talabchan
13. Shubha va gumonga tez berilasiz
14. Tez xafa bo'lasiz va arazlaysiz
15. Har bir narsani o'zingizga tez qabul qilasiz
16. Muloqotga kirishishga qiynalasiz
17. Boshqalarga fikringizni aytishni yoqtirmaysiz
18. Sust va kam faollik bilan ajralib turasiz
19. Tez buysunasiz itoatkorsiz
- 20. Boshqalardan yordam hissini uyg'otishga harakat qilasiz-melanxoliksiz**

### **TAJOVUZ XOLATI TASHXISI.**

(Bass-Darki testi)

1. Jismoniy tajovuz – boshka odamga nisbatan jismoniy kuchdan foydalanish.
2. Bilvosita tajovuz – boshka odamga bilvosita yunaltilgan yoki xech kimga yunaltilmagan tajovuz.
3. Tajanglik – arzimas narsa ta'sirida salbiy xissiyotlarni namoyish etishga tayyorlik.
4. Negativizm – mavjud konun-koidalarga shunchaki Karshi chikishdan tortib, ular bilan kurashishgacha bulgan reaksiyalar.
5. Xafagarchilik – boshkalardan ularning xakikiy yoki xayoliy xarakatlari sababli nafratlanish va ularga xasad kilish.
6. Shubxalanuvchanlik – extiyotkorlik va boshkalarga ishonchsizlikdan tortib, boshkalarning yomon niyatda ekanligiga kattik ishonish.

7. Verbal tajovuz – negativ xissiyotlarning turli tovushlar bilan (kiykirish, chiyillash) yoki suzlar bilan (kargish, sukinish) ifodalanish.
8. Aybdorlik xissi – subyektning uzini yomon inson deb uylashi, kilayotgan ishlari yomonlik degan xayolga borishi, vijdon azobidan kiynalishi.

Savolnoma 75 ta xukmdan iborat. Biz surovnomani taxrir kildik, kursatkichlarni xisoblash jarayonini unifikasiyaladik, uning validligi va ishonchliligini tekshirdik.

Yuriknoma: Kuyidagi xukmlarni ukib (yoki eshitib) ularni uz xulk-atvoringiz bilan solishtiring va unga mo syoki emasligini bildirish uchun berilgan javob variantlaridan birini: «xa», «xa shekilli», yoki «yuk shekilli», «yuk» tanglang.

#### Metodika surovnomasi

1. Ayrim paytlarda birovga zarar yetkazmasdan tura olmayman.
2. Ba’zida uzimga yokmagan odamlarni giybat kilishim mumkin.
3. Jaxlim tez chikadi-yu, ammo uzimni tezgina tinchlantira olaman.
4. Agar mendan biror narsani bajarish yaxshilikcha suralmasa, iltimosni bajarmayman.
5. Xaar doim xam uzimga tegishli narsalarni kulga kirita olmayman.
6. Boshkalar orkamdan gapirishlarini bilaman.
7. Agar boshka odamlarning xarakatlari menga yokmasa, buni ularga dangal aytaman.
8. Bordi-yu biror kishini aldasam, vijdonim kiynaladi.
9. Menimcha odamga kul kutara olmasam kerak.
10. Men kachon narsalarni otib yuboradigan darajada jaxlim chikmaydi.
11. Birovning kamchiliklarini doim kechira olaman.
12. Urnatilgan tartib koida menga yokmasa, uni buzgim keladi.
13. Boshkalar kulay vaziyatlardan deyarli xamma vakt foydalanadilar.



14. Uzini men uylagandan ortik dustona tutayotgan odamlarga biroz shubxa bilan karayman.
15. Kupincha boshkalarining fikriga kushilmayman.
16. Ba'zida xayolimga shunday fikrlar keladiki, ulardan uyalaman.
17. Birov meni birinchi bulib ura, unga javob kaytarmayman.
18. Jaxlim chikkanda eshikni karsillatib yopaman.
19. Atrofdagilar uylaganidan xam jaxldorrokman.
20. Agar kimdir uzini xujayinlardek tutsa, doim unga Karshi bulaman.
21. Uz takdirimdan biroz uksinaman.
22. Menimcha, kupchilik odamlar meni yoktirmasa kerak.
23. Agar kimdir mening fikrimga kushilmasa, uzimni baxslashishdan tuxtata olmayman.
24. Menimcha, ishdan buyin tovlagan odamlarning vijdoni kiynalishi kerak.
25. Uzimni yoki oilamni xakoratlagan odam bilan mushtlashishga tayyorman.
26. Kupol xazil kila olmayman.
27. Ustimdan kulishganda kattik jaxlim chikib ketadi.
28. Odamlar uzini boshliklarcha tutsa, darov tanobini tortib kuyaman.
29. Deyarli xar hafta uzimga yokmaydigan biror kimsani kurib turaman.
30. Kupchilik menga xasad kiladi.
31. Xukuklarimning xurmat kilinishini talab kilaman.
32. Ota-onamga kam yordam berayotganimdan vijdonim kiynaladi.
33. Doim odamlarning asabiga tegib yuradiganlarning dodini berib kuyish kerak.
34. Jaxlim chikib ketganda, ba'zida «kovogimdan kor yogadi».
35. Odamlar menga yomon munosabatda bulsa xam, dilim siyox bulmaydi.
36. Kimdir jaxlimni chikarsa xam, unga e'tibor bermayman.
37. Tashkaridan Karaganda bilinmasa xam, ba'zida xasad kilaman.
38. Ba'zida menga ustimdan kulishayotganday tuyuladi.
39. Xatto jaxlim chikkanida xam kupol suzlarni ishlatmayman.
40. Xatolarimning kechirilishini juda-juda xoxlardim.

41. Kimdir meni ursa xam, kamdan-kam xollarda javob kaytaraman.
42. Biror narsa xoxlaganimdek chikmasa, ba'zida xafa bulaman.
43. Bazida oldimda odamlar borligi xam asabimga tegadi.
44. Xech kimdan xaddan tashkari nafratlanmayman.
45. Asosiy koidam: «Xech kachon begonalarga ishonma».
46. Biror kimsa asabimga tegsa, u xakidagi barcha fikrlarimni aytib yuborgim keladi.
47. Juda kup kilmishlarimuchun keyin afsuslanaman.
48. Jaxlim chiksa, birovni urib yuborishim xam mumkin.
49. Un yoshligimdan beri xaligacha birdan kattik jaxlim chikkan vaktlar bulmagan.
50. Kupincha uzimni portlay-portlay deb turgan poroxli bochkadek xis etaman.
51. Agar odamlar uzimni kanday xis etayotganimni bilganlarida meni til topishish kiyin bulgan odam deb xisoblardilar.
52. Doim nima sababdan odamlar menga yaxshilik kilishlarini tushunishga intilaman.
53. Menga bakirishganda, bakirib javob kaytaraman.
54. Muvaffakiyatsizliklar meni ranjitadi.
55. Mushtlashish borasida boshkalardan kolib xam, oshib xam ketmayman.
56. Jaxlim chikib ketganidan duch kelgan narsani sindirib tashlaganimni eslay olaman.
57. Ba'zida mushtlashishni uzim boshlashga tayyorligimni sezaman.
58. Ba'zida xayot menga nisbatan adolatsizlik kilayotganini xis etaman.
59. Avvallari kupchilik odamlar rost gapiradi, deb uylardim, endi esa bunga ishonmayman.
60. Jaxlim chikkanda sukinaman.
61. Biron narsani notugri kilib kuysam, vijdonim kiynaladi.
62. Agar uzimni ximoya kilish uchun kuch ishlatish lozim bulsa, uni ishlataman.
63. Ba'zida jaxlim chikkanini stolga musht bilan urish orkali kursataman.

64. Uzinga yokmaydigan odamlarga nisbatan kupolrok bulaman.
65. Menga zarar yetkazish niyati bulgan dushmanlarim yuk.
66. Odamni uz urniga tushirib kuyish talab kilinganda xam, bunday kila olmayman.
67. Tez-tez «notugri yashayapman» degan xayolga borib turaman.
68. Shunday odamlar borki, ular jaxlimni chikarganlaridan mushtlashib ketishim mumkin.
69. Mayda-chuydalar deb mening jaxlim chikavermaydi.
70. Odamlar jaxlimni chikarishga yoki xakoratlashga xarakat kiladilar, degan fikr kamdan-kam xayolimga keladi.
71. Kupincha odamlarni shunchaki kurkitib, aslida ularni jazolamokchi bulmayman.
72. Oxirgi paytlarda juda zikna va ezma bulib koldim.
73. Baxslashganda kupincha baland ovoz bilan gapiraman.
74. Odatda, odamlarga bulgan yomon munosabatimni yashiraman.
75. Baxslashib – tortishgandan kura rozi bulib kuya kolaman.

Natijalarni kayta ishlash jarayonida «xa» va «xa shekilli» javoblari uzaro kushilib «xa» javobi sifatida, «yuk» va «yuk shekilli» javoblari uzaro kushilib «yuk» javobi sifatida karaladi.

#### KALIT.

Natijalarni kayta ishlash uchun.

«1» Jicmoniy tajovuz (k=11)

1+, 9-, 17-, 25+, 41+, 55+, 62+, 68+.

«2» Verbal tajovuz (k=8)

7+, 15+, 23+, 31+, 39-, 46+, 53+, 60+, 66+, 71+, 73+, 74-, 75-.

«3» Bilvosita tajovuz (k=13)

2+, 10+, 18+, 26-, 34+, 49-, 56+, 63+.

«4» Negativizm (k=20).

4+, 12+, 20+, 28+, 36-

«5» Tajanglik (k=9)

3+, 11-, 19+, 27+, 35-, 43+, 50+, 57+, 64+, 69-, 72+,

«6» Shubxalanuvchanlik (k=11)

6+, 14+, 22+, 38+, 45+, 52+, 59+, 65-, 70-,

«7» Xafagarchilik (k=18)

5+, 13+, 21+, 29+, 37+, 44+, 51+, 58+.

«8» Aybdorlik xissi (k=11).

8+, 16+, 24+, 32+, 40+, 47+, 54+, 61+, 67+.

## 2- KALIT

Natijalarni taxlil kilish uchun varaka.

	«1»	«3»	«5»	«4»	«7»	«6»	«2»	«8»
	1+	2+	3+	4+	5+	6+	7+	8+
	9-	10+	11-	12+	13+	14+	15+	16+
	17-	18+	19+	20+	21+	22+	23+	24+
	25+	26-	27+	28+	29+	30o	31+	32+
	33o	34+	35-	36-	37+	38+	39-	40+
	41+	42o	43+		44+	45+	46+	47+
	48+	49-	50+		51+	52+	53+	54+
	55+	56+	57+		58+	59+	60+	61+
	62+	63+	64+			65-	66-	67+
	68+		69-			70-	71+	
			72+				73+	
							74-	
							75-	
K:	11	13	9	20	13	11	8	11

Ballar yignidisini xar bir reaksiya buyicha kalitda kavslar ichida berilgan koeffitsiyentga kupaytirib, kiyosiy taxlil uchun kulay meyoriy individual va guruxga tegishli natijalarni aks ettiruvchi kursatkichlarni aniklash mumkin («0» kursatkichli xukmlar xisobga olinmaydi).

Umumiy kursatkichlar:

(«1» + «2» + №3№): 3 = TI – tajovuzkorlik indeksi.

(«6» + «7»): 2 = DI – dushmanlik indeksi.

Tajovuzkorlikning meyoriy kursatkichi: indeks 21+/- 4.

Dushmanlikning meyoriy kursatkichi: indeks – 6,5-7 + 3.

## V. KEYSLAR BANKI

### 1. - Keys topshirig'i

Katta ilmiy xodim o'zining ilmiy tadqiqot ishi bo'yicha metodika tanlashga zarurat sezdi. Unga tadqiqot ishi bo'yicha bir nechta metodika tavsiya etildi. Metodikani ishonchlilik masalasi bo'yicha sizga maslahat bilan murojaat qildi. Siz ushbu masala yuzasidan katta ilmiy xodimga ko'rsatma berishingiz kerak bo'lib qoldi.

#### **Keysni bajarish bosqchilari va topshiriqlar:**

- Keysdagi muammoni keltirib chiqargan asosiy sabablarni belgilang (individual va kichik guruhda).
- Siz o'z tavsiyangizni ishlab chiqing va uni zarurat sezgan xodimga tavsiya eting

### 2 -Keys topshirig'i

Psixolog tashkilotdan psixologik xizmat masalasi bo'yicha buyurtma oldi. Buyurtmaga ko'ra tashkilotdagi sosial-psixologik muhitni va jamoa a'zolarining o'zaro munosabatini o'rganish masalasini qo'ydi. Psixolog buyurtmani olgach, tadqiqot ishlarini amalga oshirishni kompyuter dasturidan foydalanish masalasini tashkilot rahabariyatiga ma'lum qildi. Tadqiqot o'tkazilishidan bir kun oldin

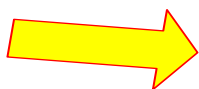
psixologga tashkilotga bir hafta mobaynida avariya tufayli elektr quvvati bo‘lmasligi va ularning buyurtmasini kechiktirmasdan o‘tkazish kerakligini ma’lum qilishdi.

**Keysni bajarish bosqchilari va topshiriqlar:**

- Keysdagi muammoni keltirib chiqargan asosiy sabablarni belgilang (individual va kichik guruhda).
- Psixolog psixolog tadqiqot doirasidagi buyurtmani hal qilishi uchun qanday yo‘l tutishi kerak bo‘ladi. Masalani hal etish yuzasidan o‘zingizni samarali variantini taqdim eting.

### 3– Keys topshirig'i

Korxonada ish samaradorligi tushib ketdi. Rahbar xodimlarini jazolash uchun oylik ish haqqilarini kamaytirishi to'g'risida qaror qabul qildi. Korxonada rahbari va xodimlar shu masala bo'yicha kelisha olmay janjallashib ketdilar va bir-birlarini behurmat qilib haqoratga o'tdilar. xodimlar rahbarlarining hatti-harakatlarini ko'rib nima deyishni ham bilmay qoldilar.



**Bu masala qanday xal qilinadi? Rahbar va xodimlarning harakatlari to'g'rimi?**

## VI. MUSTAQIL TA'LIM MAVZULARI

### **Mustaqil ishni tashkil etishning shakli va mazmuni**

Tinglovchi mustaqil ishni muayyan modulning xususiyatlarini hisobga olgan xolda quyidagi shakllardan foydalanib, tayyorlashi tavsiya etiladi:

- meyoriy xujjatlardan, o'quv va ilmiy adabiyotlardan foydalanish asosida modul mavzularini o'rganish;
- tarqatma materiallar vositasida ma'ruzalar qismini o'zlashtirish;
- maxsus adabiyotlar bo'yicha modul bo'limlari yoki mavzulari ustida ishlash;
- amaliy mashg'ulotlarda berilgan topshiriqlarni bajarish.

### **Mustaqil ta'lim mavzulari**

- 1.Ijtimoiy psixologik g'oyalar shakllanishi tarixi .
- 2.Ijtimoiy psixologiya fanining predmeti.
3. Shaxslararo munosabatlar tizimida muomalaning o'rni.
4. Ijtimoiy psixologiya fanining metodlari.
- 5.Ijtimoiy psixologiyada guruhlarmuammosi.
- 6.Kichik guruhlar psixologiyasi
- 7.Ijtimoiy ustanovka.
- 8.Xalqlar psixologiyasi.
9. Amaliy ijtimoiy psixologiyaning darajalari va predmeti.
- 10.Liderlik va rahbarlik.
11. Amaliy ijtimoiy psixologiyaning ijtimoiy amaliyot sohasidagi vazifalari.
12. Amaliy ijtimoiy psixologiya asoslari.
- 13.Amaliy ijtimoiy va psixologik tadqiqotlarning asosiy yo'nalishlari.
14. O'zbekistonda tadbqiqiy ijtimoiy psixologiya fanining rivojlanishi.
15. Ekstremal vaziyatlarda psixoterapiya.
16. Ekstremal vaziyatlarda tabiiy, texnogen va epidemiologik omillarning.



17. Ekstremal vaziyatlar haqida tushuncha.

18. Ekstremal vaziyatlarda favqulodda psixologik yordam.

## VII. GLOSSARIY

Termin	O‘zbek tilidagi sharhi	Ingliz tilidagi sharhi
<b>individual</b>	tug‘ma va o‘zlashtirilgan xususiyatlarning noyob uyg‘unligini ifodalovchi alohida inson.	the individual as a unique combination of its innate and acquired properties..
<b>Kommunikasiya</b>	(lot. communicatio — umumlashtiraman, bog‘layman) Inson yaratgan texnikaviy tizimlarda quyidagi 4 ta asosiy K. turi bor: "inson-inson", "inson-mashina", "mashina-inson", "mashina-mashina".	Communication is simply the act of transferring information from one place to another
<b>“Yumshok kuch”</b>	“nomoddiy, bilvosita ta’sir kuchiga ega bo‘lgan – madaniyat, qadriyatlar hamda mafkura kabilar orqali diplomatik ta’sirni o‘zi ichiga oladi	Soft power is a concept developed by Joseph Ne of Harvard University to describe the ability to attract and co-opt rather than by coercion (hard power), using force or giving money as a means of persuasion. Soft power is the ability to shape the preferences of

		others through appeal and attraction
<b>Metod</b>	<b>(sinonimi – usul):</b> voqelikni nazariy va amaliy jihatdan o‘rganish operasialari yoki usullari yig‘indisi.	(synonym - method): set of methods and operations of practical or theoretical understanding of reality.
<b>Metodologiya</b>	fanlar uchun yshnalish beradigan ilmiy bilish hisoblanib, u fanda tadbiq etiladigan tadqiqot usullarini majmui hisoblanadi.	This is usually a ready-made "recipe", an algorithm, the procedure for carrying out any action aimed.
<b>Individ</b>	tug‘ma va o‘zlashtirilgan xususiyatlarning noyob uyg‘unligini ifodalovchi alohida inson.	the individual as a unique combination of its innate and acquired properties.
<b>Intreaktivlik</b>	inglizcha «Interack» so‘zidan olingan bo‘lib – o‘zaro munosabat, bir-biriga bog‘liqlik, o‘zaro aloqa. Bu texnologiya bir nuqtadan ikkinchi nuqtaga axborot almashash sharoitini yaratadi, ya’ni aloqa jarayonidagi barcha	Interaction is a kind of action that occurs as two or more objects have an effect upon one another. The idea of a two-way effect is essential in the concept of interaction, as opposed to a one-way causal effect.

	ishtirokchilarni bir vaqtning o'zida o'zaro bog'laydi	
<b>Muloqot</b>	<b>Muloqot</b>	<b>communication</b>
<b>Konvergensiya</b>	birlashish, ko'shilish ma'nosini bildirib, OAV soxasida ikki yo'nalishda namoyon bo'ladi: a) bir kanal orqali turli media vositalar ishtirokida axborot yetkazish; b) bir taxririya ostida turli media kanallarining mavjudligi (matbuot, Internet nashr, TV va radiokanal va x.zo).	In general, convergence is a coming together of two or more distinct entities or phenomena. Convergence is increasingly prevalent in the media; in this context the term refers to the combination of two or more different technologies in a single medium.
<b>Psixologik eksperiment</b>	tekshiriluvchilarning hayot faoliyatiga maqsadli ilmiy aralashuv orqali psixologiya haqidagi yangi ilmiy bilimlarni olish uchun maxsus sharoitlarda o'tkaziladigan tajriba.	held in special conditions of experience to produce new scientific knowledge about the psychology of researchers through targeted interventions in the vital activity of the test.
<b>Psixologik tadqiqot</b>	psixik hodisalarni ilmiy o'rganishdir	scientific study of psychic phenomena

<p><b>Vizualizasiya</b></p>	<p>ma'lumotlarni vizual xolatga o'tkazish talabi va jarayoni</p>	<p>Visualization is any technique for creating images, diagrams, or animations to communicate a message. Visualization through visual imagery has been an effective way to communicate both abstract and concrete ideas since the dawn of man.</p>
<p><b>Rasmiy gurux</b></p>	<p>Rasmiy gurux</p>	<p>formal group</p>
<p><b>Sosial psixologiya</b></p>	<p><b>Sosial psixologiya</b></p>	<p>Social psychology</p>

## VIII. ADABIYOTLAR RO‘YXATI

### Asosiy adabiyotlar:

1. Andreyeva G.M. Sosialnaya psixologiy. Uchebnik – M.: “Aspekt Press”, 2003. – 364 s.
2. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiy. Darslik – T.: “Fan va texnologiyalar”, 2012, 172 b.
3. G‘oziyev E.G. Sosial psixologiy. Toshkent, 2013.
4. Kuzmin YE.S. Osnovi sosialnoy psixologiyalGU 2001
5. Parigin V.D. Osnovi sosialnoy psixologicheskoy teorii M. 2001

### Qo‘shimcha adabiyotlar:

6. Sveniskiy A.L. Sosialnaya psixologiya upravleniy. L., MGU. 1985
7. Karimova V.M. Psixologiy. T. 2002.
8. Prikladnaya sosialnaya psixologiy. M. 1999
9. Nemov R.S. Psixologiya v trex tomax. M, 2005
10. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya va ijtimoiy amaliyot. «Universitet». 1999
11. Ansupov.A.YA, Shetilov A.I. “Sosialniy konflikt”1992.
12. Agayeyev V.O. “Sosiologiya truda”1990.
13. Bodaleyev A.A. “Lichnost i obsheniye”1996.
14. Bodaleyev A.A. Psixologiya obsheniye M.,Izd – vo «Institut prakticheskioy psixologii» 1996
15. Vorojevskiy I.YE. Osobennosti chelovecheskoy kommunikatsii shkolniy

### Veb saytlar

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

**O‘zbekiston milliy universiteti huzuridagi pedagog kadrlarni qayta tayyorlash va ularning malakasini oshirish tarmoq (mintaqaviy) markazi “Psixologiya” yo‘nalishidagi mutaxassislik fanlaridan tayyorlangan “Tadbiqiy ijtimoiy psixologiya” moduli bo‘yicha qayta tayyorlash va malaka oshirish masofaviy kurslari uchun tayyorlangan materiallar talablarga javob berishi bo‘yicha**

### **EKSPERT XULOSASI**

“Psixologiya” yo‘nalishi qayta tayyorlash va malaka oshirish kursi mutaxassislik fanlaridan fanlaridan tayyorlangan **“TADBIQIY IJTIMOY PSIXOLOGIYA”** moduli bo‘yicha test savollari, o‘quv-uslubiy majmua, bitiruv ishi mavzulari hamda masofaviy materiallar mazkur modul bo‘yicha tasdiqlangan namunaviy **dastur doirasida tayyorlangan va unga qo‘yilgan talablarga javob beradi** hamda BIMM internet portaliga qo‘yishga tavsiya etiladi.

Tarmoq (mintaqaviy) markazi  
Direktori.

Bo‘lim boshlig‘i.

“Ijtimoiy psixologiya” kafedrasi mudiri

Tuzuvchi



O‘.Tilavov

O‘.Muxamadiyev

Shamsiyev O‘.B.

Shamsiyev O‘.B.

