

S.X. GAYUPOVA

UMUMIY PSIXOLOGIYA



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIIY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
CHIRCHIQ DAVLAT PEDAGOGIKA UNIVERSITETI

GAYUPOVA SAODAT XAMIDOVNA

UMUMIY PSIXOLOGIYA

O'quv qo'llanma

«Ilm nurli kitob»
TOSHKENT – 2024

UO·K 159.9
KBK 88.3
G-39

Gayupova S.X.

Umumiy psixologiya. Oquv qo'llanma. – T.: 2024. –160 b.

Ushbu qo'llanma psixologiya bo'yicha turli tadqiqot usullari, xulq-atvorning psixofiziologik asoslari, ong va ongsizlikning tabiati, nihoyat, diqqat va hissiyotlar orqali o'zining predmeti va tarixidan kelib chiqadigan psixologiyaning asosiy jihatlari qamrab oladi. Shuningdek asosiy nazariy mazmundan tashqari tavsiya etilgan o'qitish usullari va baholash vazifalari kabi amaliy elementlarni o'z ichiga oladi. Glossariy va bibliografiya ham rejalashtirilgan. Bunda asosiy e'tibor psixologiyaning umumiy ko'rinishiga qaratilib, o'ziga xos bo'lim O'zbekiston psixologiyasi tarixiga bag'ishlangan.

Qo'llanma 60110600-Matematika va informatika, 60111200-Tasviriy san'at va muhandislik grafikasi, 60111400-O'zbek tili va adabiyoti, 60111800-Xorijiy til va adabiyoti (ingliz tili), 60111800 - Xorijiy til va adabiyoti (nemis tili), 60112200 - Jismoniy madaniyat, 60112600-Maktabgacha va boshlang'ich ta'limda xorijiy til(ingliz tili), 60111900 - Maktabgacha va boshlang'ich ta'limda jismoniy tarbiya sport, 60110200 - Maktabgacha ta'lim, 60110500 - Boshlang'ich ta'lim, 60110800 - Kimyo, 60111000 - Geografiya va iqtisodiy bilim asoslari, 60111100-Tarix, 60111300-Musiqqa ta'limi, 60112100-Milliy g'oya va ma'naviyat asoslari va huquq ta'limi, 60112700-Maxsus pedagogika: surdo tarjimonlik faoliyati, 60112700-Maxsus pedagogika: Tiflopedagogika, 60112700-Maxsus pedagogika: Logopediya, 60220300 – Tarix ta'lim yo'nalishi talabalari uchun tayyorlangan.

Mas'ul muharir:

J.E. Usarov

Taqrizchilar:

N. Eshnayev – Chirchiq davlat pedagogika universiteti professori, p.f.d. (DSc)

Sh.A. Ataxo'jayeva – Biznes va fan universiteti dotsent v.b., p.f.f.d. (PhD)

Mazkur o'quv qo'llanma O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2024-yil 27 dekabrda 485-sonli buyrug'iga asosan nashrga ruxsat etilgan.

ISBN 978-9910-9398-8-4

KIRISH

Insonni har tomonlama tarbiyalash insoniyatning azaliy orzusi bo'lib, ajdodlarimiz ma'rifat va madaniyatni yosh avlodga o'rgatish, ularni komillikka yetaklash yo'llari aniqlash maqsadida bir qancha izlanishlar olib borilgan. Psixologik bilimlarni ijtimoiy hayotning barcha jabhalarida tatbiq etish ko'lami kengayib borishi uning mas'uliyati va nufuzi ortayotganligidan dalolat beradi. Mamlakatdagi iqtisodiy-ijtimoiy islohotlarning samarali bo'lishini taminlash, ishlab-chiqarishda va ijtimoiy hayotning barcha bo'g'inlarida inson omilidan samarali foydalanish, har bir ijtimoiy shaxs imkoniyatlarini to'la-to'kis yuzaga chiqarish masalasi O'zbekiston psixologlari oldiga umumiy psixologiya bilan bog'liq bir qancha vazifalarni amalga oshirishda mas'uliyatni yuklaydi. Ushbu o'quv qo'llanmada umumiy psixologiyaga kirish, shaxs va uning individual-tipologik xususiyatlari, bilish jarayonlari yuzasidan nazariy va amaliy tahlillar keltirilgan. Aynan mazkur masalalarni keng doirada tatbiq qilish zamon talablariga javob bera oladigan, raqobatbardosh kadrlarni tayyorlashdan iborat hisoblanadi. Albatta buning uchun insonlar psixologiyasini bilish, ularda kechadigan psixologik o'zgarishlarni anglagan holda yondashishni talab qilmoqda. Bu jarayonda o'z navbatida psixologik bilimlarga bo'lgan ehtiyojni ortib borishini ko'rishimiz mumkin. Chunki insonlar haqidagi bilimlarni qo'lga kiritish uchun avvalo psixologik bilimlardan xabardor bo'lishi lozim.

Psixologiya haqida tushuncha Inson mavjud ekan, u o'z hayotiy tajribasiga asoslanib, u yoki bu holda idrok etish, olamni anglash, narsa va hodisalarni ajratish kabi xususiyatlarga ega ekanligi haqida o'ziga o'zi hisob beradi.

Biz kunda qushlarning sho'x navosini, musiqa asboblarning xonishini, inson nutqini, uchib o'tayotgan samolyot shovqinini eshitamiz, atrofimizni o'rab turgan narsa, daraxt, hayvonlar, mashinalarni ko'ramiz. Ularning rangi va hajmini ajrata olamiz. Mazkur jarayonlar insondagi aks ettirish xususiyati bilan chambarchas bog'liq.

Psixologiya fanining predmetini tahlil qilishda asosiy e'tiborni quyidagilarga qaratish lozim. Jumladan, shaxs haqida fikr yurituvchi fanlar sirasiga psixologiya va pedagogika tanlarini kiritish mumkin.

Shunga ko'ra pedagogika shaxsni ta'lim- tarbiya jarayonida kamol topishini tadqiq qilsa, psixologiya shaxsda kechadigan ruhiy Jarayonlarni o'rganadi. Shundan xulosa qilishimiz mumkinki, psixologiya fanining predmetmi - shaxsning psixikasi va uning psixologik xususiyatlari tashkil qiladi.

I-BOB. PSIXOLOGIYA FANINING PREDMETI VA RIVOJLANISH TARIXI

Tayanch so'zlar: Psixika, Psixik jarayonlar, psixik mahsulot va natijalar, psixik obrazlar, holatlar, tushunchalar, xissiyot, psixologiya, obyektiv, borliq, sezgi, idrok, tafakkur, tuyg'u-hissiyot psixik holatlar.

1.1-§. Psixologiya fanining predmeti va vazifalari

Psixologiya oliy o'quv yurtlarda o'quv predmeti va fan sifatida o'rganiladi. O'quv predmeti sifatida ta'lim muassasi o'quv rejasiga kiritilgan bo'lib, talabalarning umumkasbiy tayyorgarligiga yo'naltirilgan o'quv fanlari tizimidan joy olgan, uni o'rganish uchun ma'lum o'quv soatlari ajratilgan va turli shakldagi mashg'ulotlar: ma'ruza, seminar va laboratoriya-amaliy, shuningdek, nazorat ishlari va imtihonlar ko'zda tutilgan.

Psixologiyani fan sifatida o'rganish bilan uning qanday fan ekanligi, xususiyatlari va nimalarni o'rganishi haqida bilimlarga erishiladi. Psixologik bilim va malakalarni o'zlashtirish talabalarga atrofdagi odamlarni ular bilan muloqot amaliyotida, munosabatlarda, o'zaro hamkorlik faoliyatida bilish uchun; ularning fikri, maqsadi, kechinmalari, qiziqish va qobiliyatlari, ehtiyoj va motivlari va h.k.larini bilish va qo'llash uchun zarurdir. Psixologik bilim va malakalar talabalarning kelajakdagi kasbiy faoliyati, oilaviy hayoti, bolalar tarbiyasi va boshqalarda asqotadi. Va, nihoyat, eng muhimi, psixologik bilimlar talabalarga o'zlarini anglashda, o'z ustilarida ishlashda va qiziqish, ijodiy imkoniyatlarini dolzarblashtirishlarida, barkamol shaxs bo'lib shakllanishlarida ahamiyat kasb etadi.

Psixologiya fani o'ziga xos fan bo'lgani uchun oliy o'quv yurtlari talabalari o'rganadigan ilmiy fanlar tizimida alohida o'rin egallaydi. Psixologiyaning fan sifatidagi o'ziga xos xususiyatlari quyidagilardan iborat: birinchidan, bu fan hozircha inson uchun noma'lum bo'lgan, eng murakkab – psixika, insonning ichki olami haqidagi fandir, ikkinchidan, bu fanda bilishning ob'ekti va sub'ekti tutashib ketgan. Bu holat va fikrni Shunday ifodalash mumkin: avval inson o'z fikrlarini tashqi dunyoga yo'naltirib, so'ngra o'ziga murojaat qiladi. Bunda fikr o'ziga qarata burilish yasagani uchun psixologiyaning

vazifalari boshqa fan vazifalari bilan taqqoslab bo'lmaydigan darajada murakkabdir. Va, uchinchi, psixologiyaning o'ziga xosligi uning noyob amaliy oqibatlariga ega bo'lishidir. Axir biror narsani anglash – uni egallab, boshqarishni o'rganishdan iborat. Insonning o'zida kechayotgan psixik jarayonlar, ularning vazifalari, qobiliyatlarini boshqarishni o'rganish, misol uchun, koinotni zabt etishdan ko'ra o'ta murakkab va muhim vazifa bo'lib hisoblanadi. Bunda inson o'zini anglab borgan sayin o'zini va atrofida qilgan o'zgartirib borishini alohida ta'kidlab o'tish lozim. Shuning uchun, psixologiya – insonni faqatgina anglovchi emas, balki uni yaratuvchi fan.

Biz har qanday fanni ikki katta asosiy guruhlariga bo'lishimiz mumkin: *Positiv Fanlar* va *Normativ Fanlar*. Fizik va hayotiy fanlar *positiv fanlar* deb atalishiga qaramasdan, logika, falsafa va etika kabi fanlar tabiiy fanlar kategoriyasiga kiradi.

Normativ fanlarni *positive fanlar* bilan taqqoslasak, *positive fanlar* faktlarni o'rganadi, "nima?"ligini tasvirlaydi va "nima bo'lishi kerak" degan savollarga javob beradi.

Psixologiya hech qanday shubhasiz *Positive fanlar* guruhiga kirib ketadi.¹

Psixologiyaning vazifalari asosan, quyidagilardan iborat:

- psixik hodisalarning mohiyatini va ularning qonuniyatlarini anglashni o'rganish;
- ularni boshqarishni o'rganish;
- olingan bilimlardan shakllangan fanlar va sohalar bilan bir qatorda turgan amaliyotning boshqa sohalarini samaradorligini oshirish maqsadida foydalanish;
- amaliy xizmatning nazariy asosi bo'lib xizmat qilish.

Ko'rsatilgan umumiy vazifalardan tashqari hozirda psixologiya quyidagi xususiy vazifalar bilan ham shug'ullanmoqda: psixikaning paydo bo'lishi va rivojlanishi; psixik faoliyatning neyrofizologik asoslari; tashqining ichkiga o'tish qonuniyatlari; inson psixikasining ijtimoiy-tarixiy omillarga bog'liqligi; olam psixik obrazlarining shakllanishi va va ularni tashqi, amaliy faoliyatga tadbiiq etish qonuniyatlari; inson psixikasining boshqariluvda biologik va ijtimoiy omillarning birligi; inson psixikasi tuzilishi; bilish, irodaviy va hissiy

¹ S.K.Mangal: "General Psychology" 2013y.5 p

jarayonlarning aks ta'sir-boshqariluvchi mohiyati, insonning ijtimoiy muhitdagi individual-psixologik hulq-atvori; inson faoliyatining ma'lum turlari psixologiyasi.

Har bir fanning asosi – maishiy tajriba. Masalan, fizika jismlarning harakati va pastga tushishi, yorug'lik va tovush, issiqlik va yana ko'plab boshqalar haqidagi bilimlarga tayanadi. Falsafa, iqtisod, jamiyatshunoslik va, albatta, psixologiya ham o'z boshlang'ich manbalarini kundalik hayotdan oladilar, chunki har birimiz bitta ham adabiyotni o'qimay turib va oliygohning psixologiya fakultetida tahsil olmasdan inson psixologiyasining ba'zi tomonlarini tushuntirib bera olamiz deb hisoblaymiz.

Kundalik maishiy bilimlar aniq bo'lib, haqiqiy vaziyatlarga bog'liqdir, ilmiy psixologiya esa asosli umumlashtirishga intilgani uchun nazariy tushunchalardan foydalanadi va tekshirilgan ma'lumotlarga tayanadi. Ular ichki fahm xususiyatiga ega bo'lgani uchun amaliy ruhshunoslarning ko'pchiligini ayollar tashkil etadi. Ilmiy psixologik bilimlar umumlashtirilgan, maqsadga muvofiq va anglangan bilimlardir.

Kundalik maishiy bilimlar chegaralangan bo'lgani uchun qiyinchilik bilan o'tkaziladi, ilmiy psixologik bilimlar esa to'planadi va o'tkaziladi, shuning uchun doimo kengayib boraveradi.

Maishiy psixologiyada bilimlarga ega bo'lish metodi sifatida kuzatish va mulohaza yuritish qo'llaniladi. Ilmiy psixologiyada ularga tajriba metodi ham qo'shiladi.

Ilmiy psixologiyaning afzalligi shundan iboratki, u keng, turli-tuman, noyob ma'lumotlarga egadir. Ular to'planib, psixologiya fanining maxsus sohalarida, deylik, yosh yoki muhandislik psixologiyasida o'rganiladi. Ularga biror bir shaxsning alohida o'zi egalik qilolmaydi.

Insonning xarakterini o'rganuvchi psixologiya fanini fizika, kimyo, botanika, zoologiya, astronomiya va matematika kabi boshqa *positive fanlar* bilan bir qatarga qo'ya olishimiz mumkinmi? Javob salbiy. Bu fanlarni bir biriga taqqoslasak, psixologiya unchalik ham rivojlangan fan emasligini bilamiz. Shunisi aniqki, bu organizim xususiyatlarini o'rganuvchi xarakterik fandır. Bu o'zgaruvchi va aniq bashorat qilib bo'lmaydigan xarakterdir. Bu fanni o'rganuvchi metodlar ham tabiiy fanlardagidek aniq va obyektiv emas. Boshqa tomondan, fizik va