**KEYSLARBANKI**

**Mikrokeys-1**

GuruhimdagiK.ismliqizningota-onasibilantortishibqoldim. Ular doim mening mashg‘ulot o‘tishim, bolalarga qilgan munosabatimdan nolishadi. K.ni boshqa guruhga o‘tkazish uchun mudiraga murojaat qilmoqchiman.

**Savollar:**

1. Tarbiyachining ijtimoiy-psixologik xarakteristikasini bering.

2. Tarbiyachiva ota-ona, tarbiyalanuvchi o‘rtasidagi munosabatning xarakteriga ta’sir qilgan omillarni aniqlang.

**Mikrokeys-2**

Guruhimdagi ayrim ota-onalarning farzandlarini haddan ziyod kech olib ketishlari natijasida uyga kech qaytaman. SHu sabab uyga kech qaytaman. Ko‘pgina uy-ro‘zg‘or ishlarini qilishag ham ulg‘urmay qolyapman. ishlarimga Bu holatlar turmush o‘rtog‘imning jahlini chiqardi. Bir kuni bolalardan birini uyga olib ketishga majbur bo‘ldim. U bolaning otasi kelganida turmush o‘rtog‘im bolaning otasi bilan qattiq tortishib qoldi. So‘ngra menga ham bog‘chada ishlamaslik talabini qo‘ydi. Men ishimni rosa yaxshi ko‘raman, guruhimdagi bolalar ham menga rosa o‘rganib qolishgan. Nima qilishimni bu fikrlarni turmush o‘rog‘imga qanday tushuntirishni bilmayapman.

Savollar:

1.Tarbiyachi qanday yo‘l tutgani ma’qul (psixolog sifatida maslahat bering)?\_\_\_\_\_\_

2.Ota-onalarga farzandlariga nisbatan mas’uliyatli bo‘lishni qanday tushuntirish darkor? O‘z fikringizni asoslang.

**Mikrokeys-3**

Guruhimdagi Sanjar ismli bolani negadir hech yoqtirmayman. Uning ota-onasi bilan ham oddiy masalalarda tortishib qolaveraman. Sanjarning qiliqlari ham mashg‘ulotlar davomida o‘zini tutishi ham menining jahlimni chiqaradi. Boshqa guruhga o‘tkazish uchun mudiraga kirganimda buning hozircha ilojisi yo‘qligini aytdi.

Savollar:

1.Tarbiyachining ijtimoiy-psixologik xarakteristikasini bering.

2.Tarbiyachiva ota-ona, tarbiyalanuvchi o‘rtasidagi munosabatning xarakteriga ta’sir qilgan omillarni aniqlang.

**Mikrokeys-4**

Guruh tarbiyalanuvchilaridan ayrimlari yuvinish xonasini tartibsiz holatga keltirganliklari uchun tarbiyachi ularni jazolash maqsadida tushlik paytida turg‘izib qo‘ydi. Bolalardan birining otasi ertaroq olib ketish uchun kelib qoldi va tarbiyachi bilan qattiq tortishib qoldi.

Savollar:

1.Sizningcha tarbiyachining bu usulito‘g‘rimidi?

2. Tarbiyachining bunday yo‘l tutishiga nimalar sabab bo‘lgan bo‘lishi mumkin?

3.Bunday vaziyatda siz qanday ish tutgan bo‘lardingiz?

**Mikrokeys-5**

Tushlik paytida yotoqxonada T va K ismli bolalar nomaqbul qiliqlar qildi. Guruhdagi bolalar bu vaziyat haqida tarbiyachiga xabar etkazishdi. Bolalarning bunday noma’qulchiliklari birinchi bor emasligi aniqlandi.

Savollar:

1.Sizningcha tarbiyachi nima qilishi kerak?

2.Bolalarning ota-onasi bilan suhbatni qanday amlga oshirishi kerak?

3.Bolalarining bunday yo‘l tutishiga nimalar sabab bo‘lgan?

**Mikrokeys-6**

Guruhda mayda o‘g‘irlik holatlari sodir etila boshlandi. Bolalar bunda G.ismli qizni aybdor deb ko‘rsatishdi. Qizcha suhbat davomida o‘g‘rilik qilmaganligini ta’kidladi. Ammo uning cho‘ntagidan yo‘qolgan kichkina o‘yinchoq topildi.

Savollar:

1.Sizningcha, tarbiyachi bunday vaziyatda qanday yo‘l tutishi kerak?

2.olaning bunday hulqiga nimalar sabab bo‘lgan deb o‘ylaysiz?

3.Psixolog bunday vaziyatda qanday metod va texnikalardan foydalangan xolda korreksion ishlarni amalga oshiradi?

**Mikrokeys-7**

Guruhdagi R.ismli bola xech kim bilan kelisha olmaydi. Doim kimnidir xafa qiladi. Guruhdagi bolalar ham uni yoqtirishmaydi. Sayrga chiqishda xech qaysi bola u bilan hamroh bo‘lishni istamaydi.

Savollar:

1.Bolaning bunday hulqiga nimalar sabab bo‘lgan deb o‘ylaysiz?

2.Psixolog guruhdagi vaziyatni samarali tashkil etish uchun nimalar qilishi kerak?

3. Bunday vaziyatda siz o‘zingizni qanday tutgan bo‘lardingiz?

**Mikrokeys-8** Mudiratarbiyachilargayig‘ilishdamurojaatqilib, “Yilliktadbirlarrejasinituzishimizkerak, o‘ylabko‘rib, taklifingizniaytinglar. Uni muhokama qilib, keyingi majlisida tasdiqlaymiz.”-dedi.

Savollar:

1.Tadbirlar rejasini tuzayotganda xodimlar bilan maslahatlashish shartmi?

2.Mudira rahbarlikning qaysi usulidan foydalandi?

3.Bunday yondoshuvni o‘z nuqtai nazaringizdan baholang.

**Mikrokeys-9**

Qismli bola mashg‘ulotdajuda loydan qunt bilan, sifatli qilib buyum yasadi. Bundan o‘zi ham xursand bo‘ldi. Tarbiyachi esa unga e’tibor bermadi. Bundan tarbiyalanuvchining kayfiyati buzildi. Axir u boshqalarga o‘zining yaxshi ishlay olishini ko‘rsatib qo‘ymoqchi edi-ku?!Birdaniga bunday befarqlik...

Savollar

1. Tarbiyachining bunday harakatinipsixologik nuktai nazardan qanday baholash mumkin?

2. Tarbiyachining kommunikativ qobiliyatiga tavsif bering.

**Mikrokeys-10**

Ota-onalar majlisga kelgan ota: «Meni faqat 10 minut vaqtim bor xolos. Xo‘sh, o‘g‘lim bezorilik qilmayaptimi, ovqatini eyaptimi,-demak, xayr.» Tarbiyachi hayron bo‘ladi: «Nimaga kamdan-kam ota-onalar bolalarining bog‘chada ovqatlanishinigina surishtirishadi. O‘rtoqlari uni hurmat qiladimi, uning o‘zi xushmuomalami, mashg‘ulotlarga qiziqadimi, guruhda ta’limiy ishlar to‘g‘ri tashkil etilganmi, kamchiliklar yo‘qmi, birgalikda qanday ishlarni olib borish mumkin?» -deb so‘ramaydilar.

Savollar:

1.Tarbiyachininghayron bo‘lishini siz qanday baholaysiz.

2.Ota-onalar bilan ishlash bo‘yicha tajribangizni qisqacha bayon eting.

**Turmushtarzingiznibaholang**

1. Agarertalabuyqudanertauyg‘onishsizuchunjudahammuhimbo‘lsa, unda:

A. Budilniiknisozlab, harehtimolgaqarshiyotokdanuzoqroqqaqo‘yaman.

B. Ichki ovozimga tayanaman.

V. Elkamni qisaman... Uyg‘onsam yaxshi, uyg‘onmasam shirin tush.

2. Har bir odam o‘zicha dam oladi. Siz ..... A. O‘rtoqlarim bilan ko‘rishaman.

B. Mening ko‘p qiziq ishlarim bor, shuning uchun bu hakda gap bo‘lishi mumkin emas.

V. Sershovqin shahardan qancha uzoqlashsam, shuncha yaxshi dam olaman.

3. Hafta yakunida qaysi faoliyatingizni ko‘proq eslaysiz? A. Oyokda horib ketguncha raqsga tushganimni.

B. Bir-ikki kilometr yayov yurganimni.

V. YOqtirgan mashg‘ulot zalida ter to‘kib mashq qilganimni.

4. Do‘stlaringiz bilan uyingizda bazm kechasini uyushtirishga qan- day qaraysiz?

A. Ko‘ngilxushlik qilishga zo‘r imkoniyat.

B. Faqat bekorga yo‘q qilgan vaqt yoki pul.

V. Nima bo‘lishidan qat’i nazar bahra olishga harakat qilaman.

5. Fe’l-atvoringizning kuchli tomoni qaerda? A. Nimani o‘ylasam, albatta 100% ga bajaraman.

B. «Kerakli ishni bajar, nima bo‘lsa bo‘lar» degan g‘oyaga amal qilaman.

V. Agar men bo‘lsam...

6. Agar sizni «tortishuv»ga chaqirishsa...

A. Asabimni buzmasdan, o‘zimni telbalarcha tutaman.

B. O‘z gapimni aytaman va gapimda oxirigacha turaman.

V. Tomog‘idan bo‘g‘aman, qolaversa, janjal sevimli mashg‘ulotlarimdan biridir.

**0—8 ballgacha.** Ko‘rinib turibdiki, turmush tarzingiz a’lo darajada. Bu juda zo‘r. Har kuni televizor oldida ovqat eyish siz uchun umuman yot holat. Mashqlar zali yoki basseyn sizga juda tanish joy. Do‘stlaringiz ham sizni hurmat qilishadi. Bo‘lmasam-chi! CHunki bunday turmush tarziga etishish uchun ko‘p mashaqqat talab qilinadi, bunga esa odatlanib qolgansiz!

**19-30 ballgacha**. Ko‘p hollarda idealga juda yaqinsiz; ko‘p harakat, ovqat rejimi, uyda va bo‘sh vaqtingizda foydali ish bilan shug‘ullanmoqchi bo‘lasiz, lekin ayrim hollarda yalqovlik domiga tortadi...

Hammamiz ham tirik odammiz, hammamizning ham kamchiligimiz bor, lekin zararli bo‘lgan harakat yoki harakatsizlikni qilmaganingiz ma’qul, chunki odat tusiga kirishi mumkin.

**33—42 ballgacha**. Eh-he, sizning hayot kechirishingiz boshqacha-ku? Turmush tarzingizda «sog‘lom» so‘zni uchratish qiyin. Afsus! Bu hakda yaxshilab bosh qotirishingiz kerak

**“Harflar inson xarakteridan darak beradi”**

Olmoniyapsixologolimlarninganiqlashichainsonningismi, sharifivao‘zismidanhayotdaqandayodamekanliginianiqlashmumkinekan.

**A** – kuch va matonat belgisi

**B** – katta hissiyotlarga ega shaxs

**V** – o‘zgaruvchan, turlanuvchan

**G(G‘)** – sirlilik, maxfiylik

**D** – odamlarni o‘ziga jalb qila oluvchi

**E(YO)** – safarbarlik holatidagi, doim bir nimaga shaylanib turmoq

**J** – ishonchsizlik holatdagi

**Z** – moddiy qiyinchilik, shubha, gumon

**I(Y)** – ta’sirlanuvchanlik, hassoslik

**K(Q)** – katta ehtiyojga erishmoq uchun siqiluvchi

**L** – mayda gap, ijodkor, ulkan kashfiyotchi

**M** – mehnatsevar

**N** – katta energiya egasi, jizzaki, nafsoniyati kuchli

**O** – katta hissiyotli

**P** – yolg‘izlik, kamtar, kamsuqum

**R** – g‘ayratli, qizg‘onchiq

**S** – asabiy, ruhiy siqiluvchi, xunob

**T** – to‘xtovsiz izlanuvchan, yangi g‘oyalar tashviqotchisi

**U(O‘)** – qo‘rqoq ichki hissiyotli

**F** – nozik ta’b, muloyim

**X(H)** – jinsiy muammoli

**CH** – sadoqatli, rostgo‘y

**SH** – o‘ta rashkchi, murosasizlik va kelishmovchilikka yo‘l qo‘ymaydigan

**E** – psixologik, ruhiy qarashlar targ‘ibotchisi

**YU** – salga qizishib ketadigan, jizzaki odam

**YA** – olijanob, ijodkor shaxs

Ha, shu usul bilan ham o‘z ustingiz yoxud tanlagan yoringizning xarakterini bilib olishingiz mumkin. Masalan: Ro‘ziev Bahriddin Mirtazoevich (RBM) – g‘ayratli, energiyali, kuchli hissiyotli, mehnatsevar inson.

**Sizning shaxsiy hayotingizda baxt bormi?**

AgarSizga, Sizshaxsiyhayotingizdabaxtlimisizyokiyo‘qliginibilishqiziqarlibo‘lsa, undabutestsavollarigajavobbering. Balki Siz, nikohingizning muvaffaqiyatli ekanligiga behuda shubhalanayotgandirsiz. Buni tekshirib ko‘rish imkoniyatidan foydalaning.

1. Siz, xizmat safarlarida yoki boshqa yurtlarda bo‘lganingizda uyingizni, oilangizni sog‘inasizni?

a) aksincha, o‘sha joydan chiqib olganimga xursand bo‘laman;

b) juda sog‘inaman va xizmat safarining tugashini sabrsizlik bilan kutaman;

v) vaziyatga bog‘liq

2. Siz o‘ta rashkchi odam ekanligingizni ta’kidlay olasizmi?

a) nima qilishimni bilmayman;

b) hech qachon, men turmush o‘rtog‘imga ishonaman;

v) ba’zan bo‘lib turadi.

3. Sizning oilangizda o‘z kechinmalarini baham ko‘rish, muammolarni muhokama qilish, bir-biri bilan maslahatlashish qabul qilinganmi?

a) menga turmush o‘rtog‘im bilan o‘z muammolarim haqida gaplashish qiyin;

b) bizning munosabatlarimiz to‘la ishonch va o‘zaro tushunishga asoslangan;

v) bu hamma vaqt ham bo‘lavermaydi.

4. Hayot oq va qora yo‘laklardan iborat. Sizni oilaviy hayotingiz yo‘lagi qaysi rangda?

a) to‘q qora rangda;

b) yorqin oq rangda;

v) har xil rangda; eng yorqindan to eng qora ranggacha.

5. Oila va mansabni qanday mujassamlashtiramiz?

a) qiyinchilik bilan, chunki oila ishdan chalg‘itadi?

b) osonlik bilan, chunki oila barcha ishlarda menga yordam beradi, meni qo‘llab-quvvatlaydi;

v) javob berishga qiynalaman.

6. Turmush o‘rtog‘ingiz bilan janjallashib qolganingizdan so‘ng o‘zingizni qanday his qilasiz?

a) qiynalaman va qanday yarashsam ekan deb o‘ylanman;

b) o‘zimni noroziligimni aytib olganimdan qoniqish his qilaman;

v) vaziyatga bog‘liq;

7. Sizning oilangizda yirik, qimmatbaho harajatlarni qilish masalasidagi qarorlar qay tarzda qabul qilinadi?

a) uzoq vaqt ikkovimizga ham ma’qul tushadigan qarorga kela olmay yuramiz;

b) hamma masalani birgalikda “qo‘shilish”, “qo‘shilmasliklar”ni chamalab hal qilamiz;

v) odatda hamma masalani turmush o‘rtog‘im hal qiladi

8. Siz o‘z oilaviy hayotingizning intim (jinsiy) jihatlaridan rozimizsiz?

a) “ha”dan ko‘ra “yo‘q”qa yaqinroq;

b) ha, hammasi ajoyib;

v) qachon qanday.

9. Sizga, turmush o‘rtog‘ingiz oilaviy muammolar bilan Sizga qaraganda kamroq tashvishlanadigandek tuyuladimi?

a) ha, hammasi mening zimmamda;

b) oilamiz uchun hamma narsani biz ikkovimiz ham teng bajaramiz;

v) yo‘q, oilaning ko‘plab muammolarining menga aloqasi yo‘q.

10. Oilaviy rishtalar Sizga malollik qiladimi?

a) ha,

b) yo‘q; v) ba’zan.

**Natijalar;**

Javoblaringiz orasida «a» variantli javoblar qanchalik ko‘p bo‘lsa, Sizning oilangizda jiddiy muammolar yuzaga kelib qolganga o‘xshaydi. Ikkinchi yarmingiz bilan o‘z muammolaringizni aniqlab olish, sabablarini bilib olish fursati keldi. O‘ylab ko‘ring, balkim psixoterapevt eki nikoh va oila muammolari bilan shug‘ullanuvchi psixologga murojaat qilish lozimdir. Tezda chorasini ko‘ring, aks holda Sizning oila kemangiz g‘arq bo‘lishi mumkin.

Agar «b» variantli javoblar ko‘proq bo‘lsa. Sizni nikohda baxtli deyish mumkin va Sizning shaxsiy haetingiz muvaffaqiyatli tuzilgan. Sizlar bir-biringlar uchun mehribon, tushunadigan va sevuvchi erxotinlarsizlar. Sizlarning ittifoqingiz mehribonlik, o‘zaro tushunish va sevgiga asoslangan. Agar, xatto Sizlarning boshingizga biror-bir tashvish tushib qolgudek bo‘lsa ham, Sizlar ularni enga olasizlar va muammolarni hal qila olasizlar.

Agar Sizda «v» variantli javoblar miqdori ko‘p bo‘lsa, bu shaxsiy hayotingiz Sizni qoniqtirishi yoki qoniqtrmasligini ishonch bilan ayta olmasligingizni bildiradi. Balkim, Sizlarning oilangizda nimadir ko‘ngildagidek emas. Ehtimol Siz o‘zingizning oilaviy muammolaringizni anglay boshlagan bo‘lishingiz mumkin. Buni cho‘zib va etilib kelayotgan nizolarni chuqurlashtirib yuborishning hojati yo‘q. Balki sabab aynan Sizda bo‘lishi mumkin? Bu erda gap nimada ekanligini hal qilishga urinib ko‘ring, buni eringiz (xotiningiz) bilan muhokama qilib oling.

**«Siz bir-biringizni tushunasizmi?» testi**

Sevgio‘zyo‘liga, biroqturmushqurganlar, agarularhaqiqatanhamuzoqvabaxtliumrqurishmoqchibo‘lsalar, undayanabirnarsa, ya’niularningbir-birlarinitushunishlarihammuhimdir. SHuning uchun ushbu test orqali Siz o‘z oilangizda bir-birini tushunish uchun qanday holatlar mavjudligini aniqlab olishingiz mumkin. Buning uchun berilgan savolga javob namunasining o‘zingizga ma’qulini tez belgilashingiz kerak bo‘ladi.

1. Sizda orangizdagi munosabatni jiddiy hal qilib olish kerak, degan fikr mavjudmi?

a) ha — 1 ball;

b) yo‘q — 0 ball;

d) munosabatlarni hal qilib olish foydasiz — 2 ball.

2. Agar siz muhim bir savol bermoqchi bo‘lsangiz, buni to‘g‘ridan to‘g‘ri, ortiqcha urinishlarsiz amalga oshirishingiz mumkinmi?

a) ha — 0 ball;

b) ha, lekin buning uchun qulay vaziyat talab etiladi —1 ball;

d) bu haqda so‘z bo‘lishi mumkin emas — 2 ball.

3. Turmush o‘rtog‘ingiz ko‘pincha o‘zini qiynoqqa solayotgan muammolar haqida indamaydi deb hisoblaysizmi?

a) ha — 1 ball;

b) tasavvur qila olmayman — 2 ball;

d) uning barcha muammolarini bilaman — 0 ball.

4. Har qanday vaqtda ham turmush o‘rtog‘ingiz bilan muhim narsalar haqida gaplasha olasizmi?

a) ha — 0 ball;

b) har doim emas, imkoniyat bo‘lgan vaziyatni kutish kerak — 1 ball;

d) deyarli ko‘p vaqtda yo‘q, chunki uni bo‘sh vaqti yo‘q — 2 ball.

5. Siz bir-biringiz bilan suhbatlashganingizda gaplaringizni aniq o‘ylab gapirasizmi?

a) ha, har bir gapimni o‘ylab gapiraman — 1 ball;

b) yo‘q, bir-birimizga nimani o‘ylasak to‘g‘ri gapiraveramiz— 2 ball;

d) o‘z fikrimni aytaman, lekin boshqaga ham quloq solaman — 0 ball.

6. Siz o‘z muammolaringizni turmush o‘rtog‘ingiz bilan hal qilganingizda unga ham tashvish orttirayotgandek his qilasizmi?

a) ha, bunday tez-tez bo‘ladi — 2 ball;

b) u meni muammolarimga e’tibor bermaydi — 1 ball;

d) u muammolarni men bilan doim hal etadi — 0 ball.

7. Sizning biringiz boshqalar bilan maslahatlashmagan holda muhim muammoni hal eta olasizmi?

a) shunday ham bo‘ladi — 2 ball;

b) birgalikda hal qilamiz, lekin har birimiz o‘z fikrimizda qolamiz — 1 ball;

d) birgalikda muhokama qilamiz va hal etamiz — 0 ball.

8. Siz umr yo‘ldoshingizdan ko‘ra ko‘proq do‘stlaringiz bilan o‘z fikringizni bo‘lishasizmi?

a) ba’zan shunday bo‘lib turadi — 1 ball;

b) yo‘q, men o‘z muammolarimni turmush o‘rtog‘im bilan muhokama qilaman — 0 ball;

d) do‘stlarim meni yaxshiroq tushunadi — 2 ball.

9. Turmush o‘rtog‘ingiz bilan gaplashganda siz boshqa narsalar haqida o‘ylaydigan holatlar bo‘lib turadimi?

a) shunday ham bo‘lib turadi — 2 ball;

b) yo‘q, men diqqat bilan eshitaman — 0 ball;

d) agar uni jahli chiqqanini sezsam diqqat-e’tiborimni qaratishga intilaman — 1 ball.

10. Suhbat jarayonida siz fikrlaringizni oldin aytib olishga harakat qilasizmi?

a) albatta — 2 ball;

b) turmush o‘rtog‘im o‘zini o‘ylantirgan muammoni aytishi uchun imkon beraman — 0 ball;

d) ikkalamiz birga muammolarni hal etishimiz zarur, deb hisoblayman. — 1 ball.

**Test natijalari tahlili:**

0—10 balgacha. Sizlarda har biringiz o‘z muammolaringiz haqida gapirib berish qabul qilingan. SHuning uchun sizning oilangizda o‘z muammolaringiz haqida gapirish yoqimlidir. Sizlar o‘z muammolaringizni bo‘lishasiz. Sizlarning har biringiz, o‘zingizni nima bezovta qilayotgan bo‘lsa, shu haqda gapirasiz va sherigingiz uni diqqat bilan tinglaydi. Sizni uydagilaringiz yaxshi tushunganliklari tufayli o‘z muammolaringizni boshqalar bilan bo‘lishish uchun zarurat yo‘q.

11—20 ballar. Sizlar bir-biringiz bilan o‘z muammolaringiz haqida maslahatlashmaysizlar, deb bo‘lmaydi. Biroq shunday masalalar borki, ular haqida Siz gapirmaysiz va ularni muhokama qilishga jur’at eta olmaysiz. Bu esa begonalanishga olib keladi. Siz o‘zingizni tushunadigan odamni chetdan qidira boshlaysiz. CHunki Siz sizni tushunadigan kishi oldingizda bo‘lishini istaysiz hamda shunday kishini izlayapsiz.

**«Oilangizda nizolar mavjudmi?» testi**

Oilaviyhayothamishabayramlar, to‘ylarvabetashvishkunlardaniboratemas. Oilaviy hayotda gohida tushunmovchiliklar, nizolar, ziddiyatli holatlar ham yuz beradi. Navbatdagi test oilangizdagi nizolarning mavjudligini aniqlaydi.

1. Siz uchun muhimi nima?

a) nikohning o‘zi oilali kishidir, deb hisoblash imkoniyatidir — 1 ball;

b) turmush o‘rtoqsiz, nikohsiz hayot yomon bo‘lmas edi — 0 ball.

2. Nikohga etilganlik bilan qarab, uni kattalarning o‘yiniga o‘xshaydi, deb hisoblaysizmi?

a) ha — 1 ball;

b) yo‘q — 0 ball.

3. Ota-onangizga moddiy bog‘langanmisiz?

a) ha — 1 ball;

b) yo‘q — 0 ball.

4. Sizning nikoh va kutishlar borasidagi qarashlaringiz mos tushadimi?

a) ha — 0 ball;

b) yo‘q — 1 ball.

5. Oila turmush tarzi, maishiy-xo‘jalik sohasi haqida tasavvurlaringiz turmush o‘rtog‘ingiz hamda boshqa oila a’zolari bilan bir xilmi?

a) ha — 0 ball;

b) yo‘q — 1 ball.

6. Munosabatlarni oydinlashtirishda nizo va kelishmovchiliklar tez-tez bo‘lib turadimi?

a) ha — 1 ball;

b) yo‘q — 0 ball.

7. Sizlarni umumiy qiziqishlaringiz, qarashlaringiz, mashg‘ulotlaringiz mavjudmi?

a) ha — 0 ball;

b) yo‘q — 1 ball.

8. Bolalaringiz nechta?

a) 2 ta va undan ortiq — 0 ball;

b) 2 tadan kam — 1 ball.

9. Bolalaringiz tarbiyasi qanday?

a) yuqori — 0 ball;

b) o‘rtacha yoki past — 1 ball.

**Test natijalari tahlili:**

0—2 ballgacha. Ajralish sizning oilangizga xavf solayotgani yo‘q. Mustahkam oila qurish, qiyinchiliklarni engish uchun barcha imkoniyatlar mavjud. Oddiy tortishuvlar o‘zaro munosabatlaringizga ta’sir ko‘rsatmaydi.

3—5 ballgacha. Sizning munosabatlaringiz taranglik chegarasida. Siz turmush o‘rtog‘ingizdan doim mamnun emassiz. Siz doim ham o‘zingizni tuta bilmaysiz, qo‘lga ololmaysiz. Bunday vaziyatlar ajralish uchun xavflidir. Bunday holatlardan uzoqlashing. Oilaviy hayotingiz ayrim hollarda zerikarli tuyulsa ham, siz undan qoniqasiz. Sizning o‘zaro munosabatlaringizda muloqot madaniyatiga e’tibor bering. Bir-biringizga g‘amxo‘rlik ko‘rsatishga harakat qiling.

6—9 ballgacha. Oilangizda ajralish vaziyati yuzaga kelgan. Oilaviy burchlarni taqsimlanishini haqiqat nuqtayi nazaridan ko‘rib chiqish, muammolarni bartaraf etish zarur. Oiladagi muloqot jarayonini o‘zgartirishga e’tibor bering, er va xotin har biringiz o‘zingiz uchun hayotiy qoniqmaslik sababini, turmush o‘rtog‘ingizni hayotdan qoniqmaslik sabablarini, imkoniyatlarini o‘rganib chiqish zarur. Bir-biringizga nazokatli, diqqat-e’tiborli, yumshoq, yaxshi niyat bilan murojaat qiling. O‘z navbatida bir-biringizga kamroq tanbeh bering. Er-xotinni bir-biri bilan bog‘laydigan, biriktiradigan xususiyatlarga ko‘proq intiling.

**«Sizjanjalkashinsonmisiz?» testi**

Gohidaoilaviymunosabatlardaoilaa’zolariorasidaturlidarajadakelishmovchiliklarvanizolaryuzagakelishimumkinliginibilamiz. Bundaesainsonningo‘zidagijanjalgamoyillikdarajasinihaminkoretibbo‘lmaydi. Sizo‘zingizniqanchalikjanjalkashekanligingiznianiqlamoqchibo‘lsangiz, ushbutestnio‘zingizdasinabko‘ring. Buninguchunsavollarnidiqqatbilano‘qib, ulardakeltirilganjavoblardano‘zingizgama’qulinitanlabjavobbering.

1. Tasavvur qiling, jamoat transportida bahslashuv boshlandi. Siz qanday yo‘l tutasiza) janjaldan qochishga harakat qilaman;

b) qo‘shningiz, ya’ni aziyat chekkan kishi tomoni yoki kim haq bo‘lsa o‘shaning tomonini olishingiz mumkin;

d) har doim qo‘shilasiz va oxirigacha o‘z fikringizni rostligini isbotlashga harakat qilasiz.

2. Oila davrasida boshqalar tomonidan yo‘l qo‘yilgan xatolar uchun aybdorni tanqid qilasizmi?

a) yo‘q;

b) ha, lekin unga nisbatan o‘z shaxsiy munosabatingizga bog‘liq ravishda;

d) xatolar uchun har doim tanqid qilasiz.

3. Sizning oilada bevosita oila boshliqlari sizningcha samarasiz ko‘ringan o‘z ish rejasini bayon qilayaptilar. Sizga afzal tuyulgan o‘z rejangizni taklif etasizmi?

a) agar boshqalar sizni qo‘llasa unda mayli;

b) albatta, siz o‘z rejangizni quvvatlaysiz;

d) tanqid uchun sizni qattiq koyishlaridan qo‘rqasiz va indamaysiz.

4. Siz o‘z yaqinlaringiz, do‘stlaringiz bilan bahslashishni yaxshi ko‘rasizmi?

a) faqat xafa bo‘lmaydiganlar bilan;

b) ha, lekin jiddiy, muhim masalalar bo‘yicha emas;

d) siz hamma uchun har qanday sababga ko‘ra bahslasha olasiz.

5. Kimdir navbatsiz sizdan oldinga o‘tib olishga harakat qilayapti, deylik, u holda:

a) Siz undan kam emasligingizni hisobga olib oldinga o‘tib olishga harakat qilasiz;

b) norozi bo‘lasiz, ammo ichingizda;

d) o‘z noroziligingizni ochiq aytasiz.

6. Tassavvur qiling, oilangizda biror ish bo‘yicha tadbirlar taklif qilinmoqda, unda dadil fikrlardan bir qatorda xatolar ham mavjud. Bilasizki, sizning fikringiz hal qiluvchi bo‘ladi. Qanday yo‘l tutasiz?

a) ushbu taklif bo‘yicha ijobiy fikringizni aytasiz;

b) taklifdagi ijobiy tomonlarini ajratib ko‘rasiz va ishni davom ettirishga imkoniyat berilishini taklif etasiz;

d) ishni tanqid qilasiz, chunki, yangilik bo‘lishi uchun xatoga yo‘l qo‘yish mumkin emas.

7. Tasavvur qiling: qaynonangiz (eringiz, xotiningiz) Sizga har doim iqtisod va tejamkorlik zarurligi to‘g‘risida gapiradi va o‘zi bo‘lsa doimo qimmat narsalarni xarid etadi. Siz bunga nima derdingiz?

a) ha, xarid qilgan narsasi o‘ziga yoqsa uni ma’qullaysiz;

b) bu narsa didsizligidan dalolat deb bilasiz;

d) shundayligi tufayli u kishi bilan har doim janjallashib yurasiz.

8. Siz mahalla chekkasida chekib turgan o‘smirlarni uchratib qoldingiz. Qanday harakat qilasiz?

a) boshqalarni yomon tarbiyalagan farzandlari uchun kayfiyatimni buzib nima qilaman, deysiz;

b) ularga tanbeh berasiz;

d) agar bu jamoat joyida bo‘lganida ularning adabini bergan bo‘lar edim, deysiz.

9. Restoranda, kafeda yoki magazinda sizning haqqingizdan urib qolishganligini sezdingiz. U holda nima qilasiz?

a) choychaqani bermaysiz;

b) boshqatdan hisob-kitobni talab qilasiz;

d) janjal bo‘lishiga olib kelasiz.

10. Siz dam olish oromgohidasiz. Bu erdagi xodimlar o‘z ishlarini yaxshi bajarmasa, boshqa narsalar bilan mashg‘ul bo‘laversa, bu hol sizni achchiqlantiradimi?

a) ha, ammo buni o‘zingizdan noroziligingizning aytganingiz bilan biror narsani o‘zgartirish amri mahol;

b) ularning ustidan arz qilish yo‘lini topasiz;

d) Siz noroziligingizni xodimlarga ochiq aytasiz.

11. Siz o‘z o‘smir o‘g‘lingiz bilan bahslashib uning haq ekanligiga ishonch hosil qildingiz. Siz bunda nohaq ekanligingizni tan olasizmi?

a) yo‘q;

b) albatta, tan olaman;

d)nohaq ekanligingizni tan olsangiz bola oldida qanday obro‘ga ega bo‘lishingiz mumkinligini o‘ylaysiz.

**Ballarni hisoblash:**

a — 4 ball;

b — 2 ball;

d — 0 ball.

**Test natijalari tahlili:**

**30—40 ballgacha.** Siz farosatli odamsiz, janjalni xohlamaysiz. Hatto janjalli holatni silliqlab olsangiz-da, bunday holatlardan osonlikcha qochasiz. Agarda mojarolarga aralashishingizga to‘g‘ri kelsa, bu sizning oilaviy munosabatingizda, holatingizda va do‘stlik munosabatlaringizda qanday aks etishini hisobga olasiz. Siz atrofdagilarga yoqimli ko‘rinishga harakat qilasiz. Ammo ularga yordamga kerak bo‘lib qolsa, yordam ko‘rsatishga har doim ham otlanavermaysiz. Bu haqida boshqalar qanday fikrda ekanligi to‘g‘risida ham bir o‘ylab ko‘ring.

**15—29 ballgacha.** Siz to‘g‘ringizda janjalkash odam deyishadi. Bu Sizning oilaviy, shaxsiy va o‘zaro munosabatlaringizga qanday ta’sir qilishidan qat’i nazar, o‘z fikringizda dadil turasiz. SHuning uchun ham sizni hurmat qilishadi.

**10—14 ballar.** Siz tortishuv uchun sabab izlaysiz. Ammo ularning ko‘pchiligi arzimas, ortiqchadir. Siz tanqid qilishni yaxshi ko‘rasiz, ammo bu sizga foyda bermaydi. Hatto siz nohaq bo‘lsangiz ham o‘z fikringizni o‘tkazishga harakat qilasiz. Agar sizni janjal qilishni yaxshi ko‘radi desalar, 16

xafa bo‘lmaysiz. O‘ylab ko‘ring, Sizning xulq-atvoringizda nomukammallik nuqsoni yashirinmaganmikan?

**Mehrvamuhabbatbering!**

**1. Mish-mishtarqatishgabo‘lganmoyillik.** O‘zyoriyokibirorbirqarama-qarshijinsvakilioldidaboshqaayolnitanqidgaolishyokiunimasharaqilish - barchaayollargaxosbo‘lganjihatdir. Buro‘yberishimumkinbo‘lganraqobatningoldiniolishuchunqilinadiganharakatdir. Lekinerkakkishihadebo‘zgalarsha’nigahaqoratyog‘diraveradiganayolniko‘pamyoqtiravermaydi. Bundayayoluningnazaridahimoyasiz, rahmgamuhtojvayoqimsizbirshaxsgaaylanibqolishimumkin.

**2. Maydagaplik.**

Erkaklargaharbirgapingizdaularningxatosiniko‘rsataversangizyokio‘shanarsaniyanadayaxshiroqamalgaoshirishimumkinligito‘g‘risidaeslataversangizularsizdanqattiqxafabo‘lishadi. Esingizdabo‘lsatanqidhechqachonhechkimgayoqmagan. O‘zgalardakamchilikko‘rgudaybo‘lsangizo‘shaxatosiniungayaxshitomonlamatushuntiribberishgaharakatqiling.

**3. Ojizlik.**

Agardaayolkishihechbirnarsanimustaqilamalgaoshirolmay, zimmasidagibarchamuammonierkakkishigayuklasa, buulargaumumanyoqmaydiganholatdir. Masalan, ayrimayollarhattokirestorandao‘tirganvaqtio‘zlarigaerkakkishiningmaslahatisizbiror-birtaomtanlabolisholmaydi. Bundayayollarharsoniyadaerkakkishigamurojaatetaveribularnipgjig‘ibiyronichiqishigasababchibo‘ladi.

**4. Rashkchilik.**

Erkakkishinio‘zingizgaqattiqbog‘labqo‘ymoqchibo‘lsangiz, ungaerkinlikhadyaeting.

Agarungaishonishmumkinliginihisetsangiz, unikeraksizshubhalardanxaloseting. Unihaqoratqilako‘rmang. Agarusizgaxiyonatqilishinibilsangiz, unitarketing.

**5. Noshukrlik.**

Mingbirxilurinishilaayolkishiniuchrashuvgachaqiribunibiror-birrestorangaolibborganerkakkaoddiy «rahmat» so‘ziniaytaolmaganayolerkakkishiningnafratigasazovorbo‘ladi. Engyaxshisiungahambiror-biryoqimlinarsahadyaqiling, masalanertasigaqo‘ng‘iroqqilibkechagiajoyibo‘tgansoniyalaruchunungayanabirborminnatdorchiligingiznibildiring.

**6. O‘tgankunlarxotirasi.**

Erkakkishiningnafratigasazovorbo‘ladiganyanabirnarsa: ayolkishihadebo‘tganishqiysarguzashtlariniesgaolaverishidir.

Agarshundayqilsangiz, sizundannoroziekanligingizniyokio‘shaolis-olislardaqolibketganmuhabbatingizundanustunroqdeganfikrgaborishimumkin. SHuningdek, ularningshaxsiyhayotidabo‘libo‘tganishqiysarguzashtlarto‘g‘risidagapiribberishiniiltimosqilsangizhamkattaxatogayo‘lqo‘yganbo‘lasiz. Bunarsaniularyoktirmaydilar.

**7. Doimonorozibo‘lish.**

Doimobiror-birnarsadannorozibo‘laveradiganayolnihattokiengkuchliirodalierkakhamsevaolmaydi.

**8. Ko‘pgaplik.**

Erkakniayolkishigaaloqadormavzularbilanqiziqtirishgaurinmang. Ularnikechakimqandayliboskiygani, kimqandaykosmetikvositadanfoydalanganligiyokisartaroshingizsizgaqandaymaslahatberganligiumumanqiziqtirmaydi. Ubilanqiziqsuhbatqurmoqchibo‘lsangiz, uningqiziqishiniuyg‘otaoladiganmavzularnitoping.

**9. Mas’uliyatsizlik.** Erkakkishiniuzoqvaqtkutgiribqo‘ymang. Agar siz unga bi-ron-bir joyga borishingiz uchun pardoz-andoz qilishingiz kerakligini aytgan bo‘lsangiz, bu degani yana bir soat bemalol ko‘zgu yonida o‘tirishingiz mumkin degan ma’noni anglatmaydi.

**Ranglar tafsiloti**

Odamlarningpsixologiyasibilanshug‘ullanuvchiolimlarningfikrichaodamlarningqaysirangnisevishlarigaqarab, ularningkimekanligini, qandayxaraktergaegaekanliginiaytibberishmumkin.

YAshil rang. Bu rangni sevuvchilar juda hissiyotli, didli, nozik tabiatli, yaxshi ko‘ruvchi, erkinlikni sevuvchi, ish bobida vafodor va ishonchga loyiq kishilardir.

Qizil rang. Bu rangni sevuvchilar qiziqqon, harakatchan, tezda bir qarorga keluvchi, jahli tez, har bir ishga arazlab, mojaro chiqarishni yaxshi ko‘ruvchi kishilardir.

Sariq rang. Bu rangni yoqtirgan odamlar tushungan, ravshan fikrli kishilardir. Ular xayolga beriluvchan, melanxolik, vafodor, xasadchi, afsonaga aylanish darajasida sevishga qodir, urishqoq bo‘ladilar.

Ko‘k rang. Bu rangni yoqtiruvchilar ichki olamdan ko‘ra tashqi go‘zallikni sevuvchilar bo‘ladilar. Ular aqlli, xushfe’l, bir so‘zli, ishqda vafodordirlar.

Binafsha rang. Bu rangni yoqtiruvchilar izzattalab, hammadan kuchli bo‘lishni istovchi, mijozi doim o‘zgarib turuvchi, hayoti doimo g‘alayondan iborat bo‘lgan odamlardir.

Oq rang. Bu rangni sevuvchilar pokiza, ma’sum kishilardir. Boshqalarga nisbatan muloyim, sovuqqon, hissiyoti esa kamroq bo‘ladi.

Qora rang. Bu rang badbin va nizotalab kishilarning sevgan rangidir. Bunday kishilar kam kuladi, hamisha tund bo‘lib yuradi, ishq bobida beqarordirlar.

**«Nikohingizdapulmuammosi» testi**

Oilaviyhayottashvishlarsizhamdabaxtlikechishiuchunalbattaiqtisodiyjihatdanhamoqilonaishyuritishkerakbo‘ladi. Navbatdagitesthayotimizdapulniiqtisodqilishyokisarflashdarajamizqandayligidanxabardorbo‘lishimizkerakliginibildiradi. Buninguchunsavolgatezdajavobberishingizlozim.

1. Sizningoilangizdamoliyaviymuammolarnikimhalqiladi?

a) otam;

b) onam;

d) ota-onam birgalikda;

e) boshqalar.

2. Sizning yoshligingizda onangiz ishlaganmi? (Uy ishlaridan tashqari)

a) ha;

b) yo‘q;

d) ha, ba’zida.

3. Sizning ota-onangiz quyidagilardan qaysilariga ega bo‘lganlar?

a) butun chiqimlar uchun umumiy jamg‘arma mavjud edi;

b) umumiy va alohida jamg‘arma mavjud bo‘lgan;

d) pulning boshqa bo‘laklari.

4. Siz o‘zingizni pulga bo‘lgan munosabatingizni qanday izohlaysiz?

a) pul menda doimo etishmaydi;

b) pul menga zo‘rg‘a uchma-uch etadi;

d) yana nimalarnidir sotib olishim kerak, deb tejab-tergab ishlataman.

5. Pulni qanday sarflaganda o‘zingizni yaxshi his qilasiz?

a) o‘zingizga (kiyim, mayda-chuyda narsalar, turli sayohat uchun);

b) do‘stlaringiz uchun (sovg‘a, o‘yin-kulgilar uchun);

d) oila a’zolari uchun.

6. Agar siz kutilmaganda 5000000 so‘m yutib olsangiz, nimalarga sarf etar edingiz?

a) hammasini kundalik chiqimlar uchun sarf qilardim;

b) hammasini saqlab qo‘yar edim;

d) qarzlarim yoki to‘lovlar uchun sarf qalardim.

7. Siz o‘zingizni moliyaviy muammolaringizni hal qilishdagi qobiliyatingizni qanday baholar edingiz?

a) a’lo;

b) yaxshi;

d) o‘rtacha;

e) yomon.

8. Sizda g‘amgin holat mavjud bo‘lib, o‘zingizni notinch, deb hisoblasangiz, nima uchundir asabingiz tinch emas, shunda nima qilar edingiz?

a) bu mavzuda yaqinlarim yoki tanishlarim bilan suhbatlashardim;

b) do‘konlarga yaxshi narsalar xarid qilish uchun borardim.

d) sport bilan shug‘ullanardim yoki sayrga chiqardim;

c) uxlar edim.

9. Oilada moliyaviy masalalarni qanday hal etish zarur?

a) er-xotin umumiy jamg‘armasi bo‘lib, chiqimlarni biri boshqarib turishi kerak;

b) er-xotinlar umumiy jamg‘armasi bo‘lib, chiqimlar muammosini birgalikda hal etishlari kerak;

d) er-xotin o‘zlarining alohida pullari bo‘lib, chiqimlar uchun alohida jamg‘arma bo‘lishi kerak.

10. Siz ayol (erkak) xohlasa o‘z mutaxassisligi bo‘yicha ishlashi mumkin, deb hisoblaysizmi?

a) albatta;

b) yo‘q; 25

d) bolalar ancha katta bo‘lib qolishsa, oilaviy iqtisodiy holat talab etsa ishlashi mumkin.

**Ballarni hisoblash tartibi:**

Agar har ikkalangizni javoblaringiz bir xil bo‘lsa, har bir javob uchun 10 balldan, har bitta javobingiz bir xil emas, lekin o‘xshash bo‘lsa, 5 balldan.

Javoblaringiz farq qilsa, 0 balldan hisoblab chiqing.

**Test natijalari tahlili:**

80—100 ballgacha. Sizlar o‘z shaxsiy moliyaviy muammolaringizni juda yaxshi hal eta olasiz. Sizning har biringiz boshqa oilalarning moliyaviy muammolarini hal etishda yaxshi maslahatchi bo‘la olasiz.

60 — 80 ballgacha. Sizning moliyaviy muammolarni hal etishdagi qobiliyatingizni kamligi shaxsiy hayotingizdagi qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. Siz unga e’tibor bering.

40—60 ballgacha. Baxt pulda emas. Ba’zan moliyaviy qiyinchiliklarni ortishi baxtsizlik holatlariga, his-tuyg‘uni so‘nishiga olib kelishi mumkin. Sizlarni hozirgi kunda nima uzoqlashtirayotganligi haqida o‘ylang.

40 balldan kam. Sizdan ko‘ra moliyaviy masalalarni yaxshiroq hal etadigan maslahatchini topmaguningizcha chiqimlar uchun pulni sarf etmang. Sizning oilangizda psixoiqtisodiy inqiroz mavjud. Siz yaxshi bir maslahatchi yoki psixologa uchrashingiz zarur.