

F.I. XAYDAROV
N.I. XALILOVA

15.010
X-18

UMUMIY PSIXOLOGIYA



1-KITOB

DARSLIK

15.010.
X-18.

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIV VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI

F.I. XAYDAROV, N.I. XALLOVA

UMUMIY PSIXOLOGIYA

DARSLIK

1-kitob

Bakalavriat yo'nalishi: 5140800-pedagogika va
psixologiya talabalari uchun darslik

-13964/3-

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIV TALIM,
FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
CHIRCHIQ DAVLATI PEDAGOGIKA UNIVERSITETI
AXBOROT RESURS MARKAZI

Toshkent RESPUBLIKASI OLIV TALIM,
"METODIST NASHRIYOTI"
CHIRCHIQ DAVLATI PEDAGOGIKA UNIVERSITETI
2023
AXBOROT RESURS MARKAZI
1-FILIALI

UDK: 15.010
BBK: 88.3
X-18

F.I. Xaydarov, N.I. Xalilova.

Umumiy psixologiya / darslik / 1-kitob / Toshkent: "METODIST NASHRIYOT", 2023, 288 bet.

Umumiy psixologiya darsligi inson shaxsida psixologik xolatlar, xususiyatlar, jarayonlar haqidagi dastlabki bilimlar majmuasini berishga qaratilgan. Darslik psixologiyaga kirish, mulqot, faoliyat, shaxs, bilish jarayonlari shaxsning hissiy-irodaviy motivatsion sohasi, shaxsning individualpsixologik xususiyatlari nomi bo'limlardan iborat. Psixologiyaga kirish qismida psixologiyaning predmeti, hozirgi zamon psixologiyasining tuzilishi va tadqiqot metodlari, psixiki va ongning taraqqiyoti mavzulari, ikkinchi bo'limda mulqot, faoliyat, shaxs mavzulari, bilish jarayonlari bo'limida diqqat, sezgi, idrok, xotira, tafakkur, xayol mavzulari, shaxsning hissiy-irodaviy motivatsion sohasi bo'limida hissiyot, iroda, motivatsiya mavzulari, shaxsning individual psixologik xususiyatlari bo'limida xarakter, temperament, qobiliyat mavzulariga doir ma'ruza matnlari, mavzular yuzasidan test topshiriqlari, shuningdek mustaqil ishlash uchun mavzular va adabiyotlar ro'yxati, nazorat savollaridan iborat. Shuningdek nazariy materiallarni yaqqol ifodalash maqsadida chizma grafik, jadvallardan foydalanilgan.

Darslikdan oliy o'quv yurtlari pedagogika va psixologiya yo'nalishi bo'yicha ta'lim olayotgan talabalar, magistrantlar, o'qituvchilar, ilmiy xodimlar, umuman shu sohaga qiziqqan keng kitobxonlar ommasi foydalanishlari mumkin.

Ma'sul muharrir:

M.G. Davletshin - Psixologiya fanlari doktori, professor

Taqrizchi:

Z.T. Nishonova - Psixologiya fanlari doktori, professor

Sh.A. Do'stmuhammedova - Psixologiya fanlari nomzodi, dosent

O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi
tomonidan nashrga tavsiya etilgan

ISBN 978-9943-9629-5-8

© Xaydarov F.I., Xalilova N.I., 2023.
© "Metodist nashriyoti", 2023.

KIRISH

"Ta'lim to'g'risidagi" Qonunning maqsad va vazifalari, davlatimizning bu borada amalga oshirayotgan siyosati zamonaviy kadrlar tayyorlash tizimining tashkil qilishga yo'naltirilgan, Respublikamizdagi uzluksiz ta'lim tizimi strategiyasi, taraqqiyoti, xalqimizning boy ma'naviy merosi va umuminsoniy qadriyatlarini, madaniyat, iqtisod, fan- texnika va texnologiyalarda erishilgan yutuqlari negizida barcha davlat tuzilmalari va jamiyat tashkilotlari oldiga oliy pedagogik maktablar shuningdek, psixologiya fanlarining ham pedagogik kadrlar tayyorlash tizimi va ta'lim islohatlarini hayotga tadbiq etishni jonlantiruvchi asosiy vazifalarini belgilab bergan.

Aynan mazkur masalalarni keng doirada tadbiq qilish zamon talablariga javob bera oladigan, raqobatbardosh kadrlarni tayyorlashdan iboratdir. 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. Shu bois yozilgan darslik shaxs psixologiyasiga doir dastlabki bilim, ko'nikma va malakalarni tushuncha va tasavvurlarni hosil qilishga yordam beradi.

Inson psixologiyasini bilish asosida shaxsni shakllantirishga, uning ijtimoiy taraqqiyotini ta'minlashga jiddiy e'tibor qaratish ma'mlakatimiz taraqqiyotida muhim ahamiyat kasb etadi. Zero, mazkur dasturning hayotga tadbiq etilishining natijasi - bu har jihatdan intellektual salohiyatga, ishlab chiqarish malakasiga va ijtimoiy-siyosiy bilimlarga ega bo'lgan shaxsdir. Bu ulkan vazifani yechish inson omili bilan bog'liq bo'lib, bunda psixologiya fanlarining alohida o'rni, salohiyati hamda ma'suliyati yaqqol sezilib turadi.

Ayniqsa respublika mustaqillikka erishgandan so'ng psixologiya fanlariga e'tiborning kuchayishi bu boradagi ishlarni rivojlantirishga turtki bo'ldi. Shu bois umumiy psixologiya fanidan yozilgan darslik mazkur masalalarni o'zida qamrab oladi.

1-BO'LIM. PSIXOLOGIVAGA KIRISH

PSIXOLOGIVANING PREDMETI. PSIXOLOGIVA HAQIDA TUSHUNCHA

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

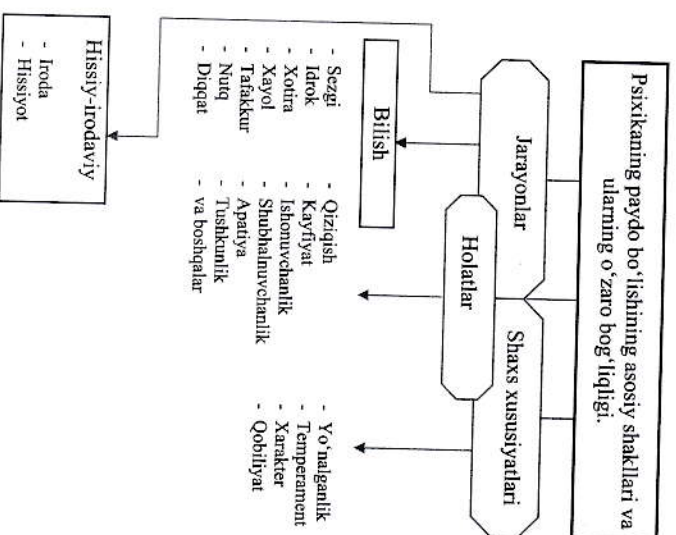
Biz kunda qushlarning sho'x navosini, musiqa asboblarning xonishini, inson nutqini, uchib o'tayotgan samolyot shovqinini eshitamiz, atrofinimizni o'rab turgan narsa, daraxt, hayvonlar, mashinalarni ko'ramiz. Ularning rangi va hajmini ajrata olamiz. Mazkur jarayonlar insondagi aks ettirish xususiyati 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 fanlarini 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 predmetini - shaxsning psixikasi va uning psixologik xususiyatlari tashkil qiladi.

Psixologiya so'zining lug'aviy ma'nosi grekcha psyuxé - jon, ruh, logós - fan, ta'limot degan ma'noni anglatadi. **Psixologiya** fan sifatida psixik faktlar, ularning qonuniyatlari va mexanizmlarini o'rganadi. Psixologiya asosan psixikani keng doirada tadqiq qiladi. Shunga ko'ra psixikaning yuzga keltiruvchi asosiy psixik faoliyatlari ko'rsatilgan. Aynan psixik faoliyatlar quyidagi jarayonlarni o'z ichiga oladi:

- **bilish faoliyatlari:** diqqat, nutq, faoliyat;
- **bilish jarayonlari:** sezgi, idrok, xotira, xayol, tafakkur;
- **shaxsning, hissiy, irodaviy sohasi:** - hissiyot, iroda;

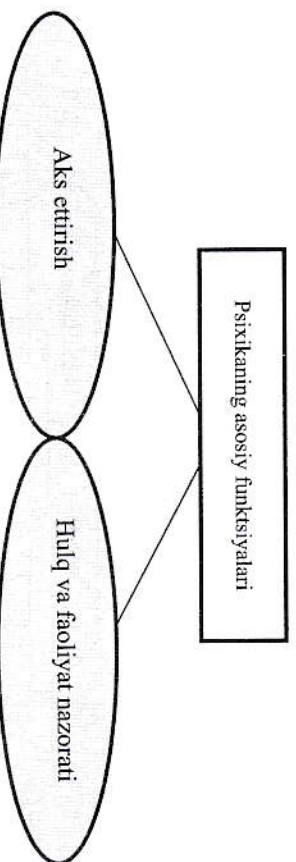
- **shaxsning individual psixologik xususiyatlari:** temperament, xarakter, qobiliyat. Psixikaning paydo bo'lishining asosiy shakllari M.Gamezo va Domashenkolarining "Atlas po psixologii" nomli qo'llanmasida quyidagicha ifodalanadi:



Shunga muvofiq bir qator olimlar tomonidan psixikaga ta'riflar berilib, uning mazmun mohiyati ochib berilgan. Jumladan, professor M.G.Davletshin fikricha, **psixika** deganda - oliy darajadagi materiyaning (miyaning) xususiyati tushunilib, u obyektiv birligi aks ettirilishida namoyon bo'ladi, subyekt faoliyatini ma'lum maqsad asosida yo'naltiradi hamda xulq-atvor negizida shakllanadi, professor V.M.Karimova fikricha **psixika** - inson ruhiyatining shunday holatiki, u tashqi olamni (ichki ruhiy olamni) ongli tarzda aks ettirishimizni, ya'ni bilishimiz, anglashimizni ta'minlaydi.

Psixika bu aks ettirishdir. Jonli va jonsiz tabiatda aks ettirishning o'ziga xos usullari mavjud.

Aks ettirish jarayonini quyidagicha ifodalash mumkin.



Jonsiz materiya uchun aks ettirishning mexanik, kimyoviy va fizik turlari xosdir. Masalan, ko'zguning aks ettirishi, suvdagi ta'sir va boshqalar. Jonli materiya uchun aks ettirishning fiziologik, psixik aks ettirish turlari xos bo'lib, ong va o'zini-o'zi anglash uning eng yuqori bosqichidir. Psixik aks ettirish quyidagi xususiyatlarga ega:

- 1) obyektiv borligini to'g'ri aks ettirish imkoniyatini beradi;
- 2) shaxsning faoliyati davomida mukammallikka erishib boradi;
- 3) doimo rivojlanib va takomillashib boradi;
- 4) Shaxsning individualligi orqali namoyon bo'ladi.

Psixologiyaning fan sifatida shakllanishi

Insonda jismoniy tanadan tashqari undan farqlanuvchi yana nimadir borligi haqidagi tasavvurlar qadimdanog mavjud bo'lgan. Eng qadimgi davrlardayoq inson tush ko'rish hodisasi orqali ayrim odamlarning noyob qobiliyatlari (masalan, ovdagi muvaffaqiyatlar) o'lim va boshqa hodisalarning sabablarini tushuntirishga intilgan. Ammo dastlabki qarashlar mitologik xarakterda edi. Ular fikrlash orqali emas, ko'r-ko'rona ishonch vositasida egallanardi. Ruh haqidagi qarashlar ko'pincha nafas

bilan bog'lanardi, ruhani esa uchar mahlug sifatida tasavvur etardilar.

Psixologiya haqidagi fikrlar qadim zamonlardan beri mavjuddir. Ilk davrlarda psixologik xususiyatlarni jonning ishi deb tushuntirilgan. Jonning o'zi esa odam tanasidagi maxsus iktilamchi jism deb qaralgan. Bunday tasavvurlar "**animizm**" deb ataladi. **Animizm** so'zi -anima "jon" degan ma'noni anglatadi. Jon o'z mohiyatiga ko'ra olovsimon uchqundan iborat ekanligi **Geraklit** tomonidan, yoki olovsimon atomdan iboratligi **Demokrit** tomonidan ta'kidlangan.

Platonning "ideyalar tug'ma bo'ladi" degan g'oyalari psixologik fikr taraqqiyotiga juda katta hissa qo'shdi. **Platon** ta'limotiga ko'ra "ideyalar" mohiyati abadiy va o'zgarmas, ularning tabiiy olamdan tashqarida oliy olam mavjud bo'lib, ularni odam ko'zi bilan ko'ra olmaydi.

Platon psixologiyada "**dualizm**" oqimining asoschisi hisoblanadi. **Dualizm** so'zi ikki yoqlamalik yoki ikki mustaqil fikr degan ma'noni anglatadi. Dualizm ta'limoti mohiyati moddiy va ruhiy olam tana va psixikaning bir-biriga bog'liq bo'lmagan holda mavjud bo'lib, azaldan qarama-qarshi narsalar deb tushuntiradi.

Platonning dualizm shogirdi **Arastu (Aristotel)** eramizdan oldingi IV asr 384-322-yillar) tomonidan bir muncha muvaffaqiyatli bartaraf etildi. Aristotelning "**Jon haqida**" asari o'sha davrdayoq psixologiya maxsus fan sifatida maydonga kela boshlaganidan dalolat beradi. Ana shu tufayli psixologiya jon haqidagi fan sifatida maydonga kelgan va hozirgi kunda psixologiya fani o'z mazmunini batamom o'zgartirgan.

Arastu kishilik tafakkuri tarixida birinchi bo'lib ruh va jonli tananing ajralmasligini isbotlab berdi. Unga ko'ra, jon qismlarga bo'linmaydi, lekin u faoliyatimiz davomida oziqlanishi, his etishi va harakatga kelishi, aql-idrok kabi turlarga oid qobiliyatlarda namoyon bo'lishi mumkin. Birinchi qobiliyatlar o'simlik uchun, ikkinchisi va uchinchisi hayvonlarga, to'rtinchisi esa insonlar uchun xosdir. O'simliklar,