

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA
O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI**

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

Xudoyqulova G.B.

**UMUMIY PSIXOLOGIYA
fanidan
seminar va laboratoriya
mashg'ulotlari ishlanmasi**

BUXORO -2022

Ushbu uslubiy ko'rsatmada talabalarning mustaqil o'quv faoliyatini tashkillashtirishi uchun seminar va laboratoriya mashg'ulotlari ishlanmasi yoritilgan. Ilmiy adabiyotlarni o'qish, amaliy topshiriqlarni bajarish va tahlil qilish bo'yicha tavsiyalar berilgan.

Mazkur uslubiy ko'rsatma nafaqat bakalavriatning talabalariga balki magistrantlar uchun ham foydali bo'lishi mumkin.

Taqrizchilar:

P.f.n., dotsent



Psixologiya fanlari bo'yicha (PhD.), dotsent



SEMINAR va LABORATORIYA ISHLARI UCHUN METODIK ISHLANMALAR

BIRINCHI MASHG'ULOT

M a v z u: Diqqat

1. Diqqat uning inson hayoti va faoliyatidagi roli haqida qisqacha tushuncha

Bizni o'rab turgan tashqi olamning juda ko'p narsa va hodisalari xar bir dakikada bizga ta'sir etib turadi. Ammo ularning xammasi bir xil aniqlikda aks ettirilavermaydi.

Bizni uziga ko'proq jalb qilgan qiziqirgan va bizning manfaatimiz bilan bog'liq bo'lgan narsa va hodisalarga biz uz diqqatimizni karatamiz. Diqqatimiz karatilgan narsa va hodisalar esa ayni shu onning uzida ta'sir etib turgan narsalarga nisbatan ravshanroq aks ettiriladi. Boshqalari shunchaki juda xira aks ettiriladi yoki umuman aks ettirilmaydi. Buning sababi tevarak-atrofdagi narsa va hodisalarga kishi diqqatining kay darajada qaratilganligi bilan bog'liqdir.

Diqqat-ongimizning muayyan ob'ektga yo'naltirilishi va unda to'planishidan iborat psixik xolatdir. Ongimiz yo'naltirilgan narsalar diqqatning ob'ekti deb ataladi. Ob'ektiv voqealikdagi narsa va hodisalar shuningdek sub'ektiv kechinmalarimiz taassurotlarimiz diqqat ob'ekti bo'lishi mumkin. Diqqat akl xissiyot va iroda singari mustaqil ong soxasini tashkil qilmaydi u xar bir ong funksiyasi bilan birgalikda namoyon bo'ladi; shaxs diqqat bilan idrok tasavvur va tafakkur qiladi diqqat bilan esda qoldiriladi va esga tushiradi.

Diqqatda ongning voqelikka nisbatan tanlab munosabatda bo'lish xususiyati namoyon bo'ladi: biz biror ob'ektga diqqat qilar ekanmiz ongimizda faqat shu ob'ektning uzinigina aks ettirib ayni vaqtda qolgan narsa xamda hodisalarni ong doirasidan chetda qoldiramiz. Diqqatning fiziologik asosi qo'zg'alish protsessining tajribalar uchun ishlannamalarni tayyorlashda quyidagi qo'llanmadan ijodiy ravishda foydalanildi.

Diqqat har kaday faoliyatimizning doimiy yuldoshidir. SHuning uchun diqqatning inson xayoti va faoliyatdagi roli xam benixoya katta. CHunki eng sodda ish-harakatlardan tortib eng murakkab ilmiy ishlarni xam diqqatning doimiy ishtirokisiz mutlaqo bajarib bo'lmaydi.

O'quvchining xarakteri

Tadqiqotning maqsadi: turli metodlar yordamida o'quvchining xarakterini o'rganish

Tadqiqotning borishi. Student quyidagicha usul orqali maktab yoki ped bilim yurti o'quvchisining xarakterini o'rganadi:

- dars va darsdan tashqari paytlarda o'quvchining xatti-harakatlarini ko'zatadi;
- o'quvchining faoliyat samaralari (turli predmetlar bo'yicha tutgan daftarlari kontrol ishlari inshosi yasagan narsalari va xokazolar) ni tahlil qiladi;
- o'quvchi bilan uning qiziqishlari sevimli mashg'uloti haqida suxbatlashadi;
- o'quvchi to'g'risida uning sinfdosh o'rtoqlari bilan suxbatlashadi;
- o'quvchi to'g'risida sinf raxbari va otasi-onasi bilan suxbatlashadi;
- o'quvchi to'g'risida ayrim o'qituvchilar bilan suxbatlashadi;

Bularning barchasi o'quvchiga xarakteristika yozish uchun ma'lumotlar olishga yordam beradi. Barcha ob'ektiv xarakteristikalami taqqoslab tahlil qilib chiqqandan so'nggina student o'quvchiga umumiy xarakteristika yozish uchun kirishishi mumkin.

Tadqiqot natijalarini tahlil qilish. Xarakterni tavsiflashda uning quyidagi tarkibiy qismlariga aloxida e'tibor bermoq zarur:

1. O'quvchi shaxsining yo'nalganligi (qiziqishlari e'tikodi intilishi va xokazo).
2. Aqliy faoliyati (qiziquvchanligi tirishkockligi urishkockligi fikrni dadillashi va xokazo).
- 3.. Hissiyoti (hissiyotining qo'zg'alishi ruxiy barqarortligi xis-hayajon ta'sirchanligi).
4. Irodasi (qat'iyatligi, maqsadga intilishi, uzini tuta bilishi, mustakqilligi, chidam-bardoshligi va xokazo).
5. Temperamentga xos xususiyatlari.

O'quvchi xarakterini tavsiflashda uning xarakteriga xos u yoki bu xususiyatlari: o'ziga ishonchi, o'zini boshqarishi, iroda kuchi, so'zda turishi, muvozanatlanishganligi va xokazolar xam xisobga olinishi kerak.

Xar bir student yozgan xarakteristika psixologiya o'qituvchisining boshchiligidagi grupp bo'lib muxokama qilinadi va baxolanadi.