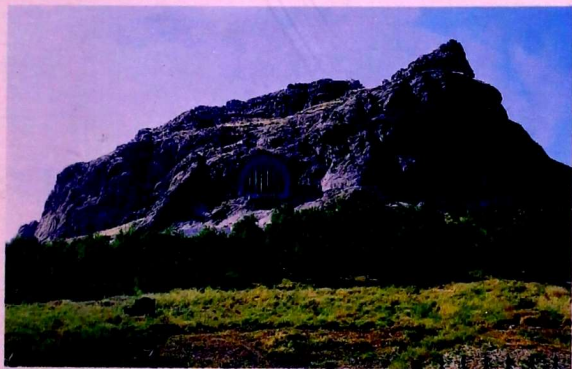


88.4

3-18

**Закиров Акимжан**



**Психология боюнча  
практикуми**





00.4  
3-18

Кыргыз Республикасынын билим берүү  
жана илим министрлиги

Ош мамлекеттик университети

Закиров Акимжан

*Психология боюнча  
практикум*

7805



Ош - 2010

УДК 159.9  
ББК 88 Я 7  
3-18

Кыргыз Республикасынын билим берүү жана илим министрлигинин окуу-методикалык бирикмеси тарабынан (2010-жылдын 22-июнундагы № 366/1 чи буйругу боюнча), жогорку окуу жайдын студенттери үчүн окуу китеби катары басмадан чыгарууга сунушталган.

Рецензенттер: **Аттокуров Т.А.**, философия илимдеринин доктору, профессор  
**Мурзаев М.С.**, психология илимдеринин кандидаты, доцент

**Закиров Акимжан.**  
3-18 **Психология боюнча практикум**  
**Окуу китеби-Ош; 2010; 165 бет;**  
**ISBN 978-9967-602-60-1**

Бул методикалык окуу китебинен жаш адистер окуучуларды, студенттерди ар тараптуу тарбиялап, окутуш үчүн балдардын инсандык сапаттарын, жүрүм-турум нормаларын тааныта турган теориялар, ыкмалар, менен тааныша алышат.

Окуу китеби жогорку окуу жайдын жаш окутуучуларына, студенттерине, мектеп мугалимдерине жана жалпы кызыгуучуларга багытталат.

S-0303020000-10  
ISBN 978-9967-602-60-1

УДК 159.9  
ББК 88 Я 7  
3-18

© Закиров А. , 2010

## Кириш сөз

Жаш адистерге жана кызыккан студенттерге сунуш этилип жаткан бул окуу китеби кокусунан эмес. Ушундай окуу куралын коомчулук психология багытындагы иштеген адистерден талап кылууда. Анткени адам баласы дүйнөдөгү жашаган жандыктардын ичинен эң татаал тибине кирет. Б.а. күндөлүк керектиктерин канааттандырууда түшүнүүгө мүмкүн болгон, айрым учурда мүмкүн эмес болгон маалыматтарга дуушар болуп, ал маалыматтарды психология илиминин мыйзам-ченеминде чечүүгө жетишип жаткандыгын жашоонун бир катар факторлорунан билебиз. Эгерде ушундай теориялык маалыматтарга таяна турган болсок, психология адам баласынын практикалык турмушундагы саясий-идеологиясын, материалдык экономикасын жана моралдык жүрүм-турум нормасын туура таанып, жашоого туура багыт бере турган илимдин бири.

Ошого байланыштуу азыркы күндө психология илими адамдын турмуш шартына көмөк көрсөтүү планында эки жүз сексен алтыдан ашык тармагына бөлүнүп, өндүрүшкө өз салымын кошуп келүүдө. Андай тармактагы психологиянын бөлүктөрү болуп: адам психологиясы, социалдык психология, медициналык психология, юридикалык психология, экономикалык психология, спорттук психологиялар ж.б. багыттарды саноого болот.

Окурмандарга сунуш этилип жаткан бул окуу китеби адам баласынын жашоосундагы эмгек ишмердүүлүгүн жеңилдетип, бирдиктүү жумушту аткарууда адамдын жана коомчулуктардын өз ара мамилесин жакшыртуу планында жазылды. Бул китепти колдонгон жаш адистер, студенттер, юристтер, медиктер, экономисттер, социалдык кызматчылар адамдын ички субъективдүү ой-толгоосун адам баласына мүнөздүү болгон жүрүм-турумун, акыл-ойун туура таанууда колдонмо материал катары пайдаланышат. Бул окуу пособиясын колдонгон адистер жана студенттер төмөнкү маалыматтарды билим системасы катары кабыл ала алышат:

- Ар бир адистик чече тураган проблемасына жараша теориялык жана эксперименталдык маалыматтарды алууну;

- Керектүү маалыматтарды психологиялык методдор, принциптер катары кабыл алууну;
- Зарыл болгон мезгилдерде, китептеги негизделген ыкмалардын жардамы менен, мааниге ээ болгон диагноздорду, эксперттик чечимдерди чыгарууну;
- Коомдук, үй-бүлөлүк жана коллектив аралык конфликттерди анализге алуу жана аларды жоюунун жол жоболорун берүүнү;
- Жаш адистерге, студенттерге дифференциалдык мазмунда сабак берүүдө ж.б. учурларда колдонмо катары пайдаланууга жетише алышат.

Ошондуктан биз сунуш этип жаткан окуу китебинин негизги максаты жана методологиялык негизи зарылдык керектике жараша жаштардын ички психикасына анализ берип, изилдөөчүүлөргө жардам берет. Экинчи бир өзгөчөлүгү болуп, жаштарды туура тарбиялоодо психикалык нормативдерге жараша, ар бир субъективдин ички мазмунуна, талабына жана эрежесине жараша колдонууга көмөк көрсөтөт.

Эгерде эрежеден четтеп эксперименталдык изилдөө жыйынтыктарын туура келбеген жерлерге колдонуп, чечим чыгара турган болсо, биринчиден чечим туура эмес болот, экинчиден андай маалыматтардын чечимин окуу китеби өз мойнуна албайт. Бул окуу китебин психологиялык билими бар, ыкмаларды түшүнгөн адистер колдонушуу керек. Психология боюнча түшүнүгү жок болуп, көрсөтүлгөн ыкмалар керек болуп калса, ал ыкмаларды психолог адистердин көрсөтмөсү боюнча колдонуу талапка ылайыктуу.

## Практикумдун психологиядагы орду

Тартип жана укук бузуунун аныктыгын териштирүүдө түрдүү далилдердин болушу зарыл. Ал далилдер күбө адамдардын көрсөтмөсүнөн, буюмдардагы калган белгилерден жана атайын экспертизанын жыйынтыктарынан табылышы мүмкүн.

Соттук психологиялык экспертиза - бул өзгөчө уюштурулган юридикалык иш-аракеттердин жыйынтыгы. Ал мыйзамдын чегинде гана жүргүзүлүп, корутунду алууга багытталат. Экспертиза, кылмыштуулукту анализдөөдө пайда болгон белгисиздикти аныктоо максатында жүргүзүлүп, атайын методикалык ыкмалардын жыйынтыктары менен бышыкталат. Адатта мындай ыкмалар жалпыга белгисиз, атайын кесиптегилер үчүн гана тааныш болот. Ошондой эле, юридикалык, психологиялык, медициналык, психиатриялык, бухгалтердик ж.б. экспертизалардын жыйынтыгына да бекем таянып иш алып барат.

Кээ бир учурларда юридикалык экспертизаны таза психологиялык ыкмалар аркылуу да жүргүзүүгө туура келет. Ошондуктан юрист-студенттердин кесиптик билимдерин өздөштүрүүсүндө психодиагностиканын ролу да чоң мааниге ээ. Юридикалык психологиянын ичинде психодиагностиканын төмөнкүдөй бир катар элементтерин берип кетүү максатка ылайыктуу:

1. Стандартташтырылган психометрикалык ыкмалардын негиздери жана принциптери;
2. Адамдын айрым бир психикалык мүнөздөмөлөрүн (мүнөз, жөндөмдүүлүк, мотив, установка ж.б.) аныктоочу конкреттүү ыкмалары менен иш алып баруу;
3. Психодиагностикалык ыкмаларды колдонуп, жекече маселелерди чечүү;

Психометрикалык көз-караш менен алганда ар бир колдонулган ыкмалардын ишенимдүүлүгү, тактыгы кошо көрсөтүлүш керек. Изилдөөгө сунуш кылынган психодиагностикалык ыкмалардын мүмкүнчүлүгү так, даана көрсөтүлүшү зарыл, себеби ашыкча, керексиз маалыматтардын кошулуп калышы тандалган ыкманын иштешине бир катар тоскоолдуктарды келтирет.

Европада соттогу психологиялык экспертизаны негиздөөдө, белгилүү психологдор Э.Клапаред, К. Марбе, В. Штерн өз салымдарын кошууп, алар алгачкы соттук

психологиялык экспертизанын авторлору болушкан. Бул окумуштуулар соттук экспертизанын жыйынтыктарын юридикалык практикадан сырткары дагы илим изилдөө иштеринде да колдонуп келишкен. Ошондуктан юридикалык психологиянын өнүгүшү, психологиянын калган тармактарына да өз таасирин тийгизип турат. Анткени кылмыштын себептерин изилдөөдө ал кылмышты жасаган инсандардын ички субъективдүү дүйнөсүнө мүнөздүү сапаттарын, жүрүм-турум нормаларын изилдөө аркылуу максатка жетишкен. Натыйжада кылмыштуулукту болтурбоонун алдын алуу, бетин ачуу үчүн ар бир инсандын психикалык типологиясына жараша окуу жана тарбия жумушун жүргүзүү максатка ылайыктуу.

Россияда соттук психологиялык экспертизасы жөнүндөгү алгачкы монография А.Е.Брусилковский тарабынан алгачкы жолу жарык көргөн. Ал монографияда К.Марбе тарабынан сунуш кылынган, «укук бузуунун атайын жасалгандыгын» же «кокустан болгондугун» аныктоочу эксперттик ыкмалар жөнүндө маалымат берилген. Документтер: кат, күндөлүк, билдирүү, ж.б. ыкмаларды колдонуу менен адамдын ички дүйнөсүнө изилдөөлөр жүргүзүлүп алар туурасында конкреттүү маалыматтар алынган.

Ошондуктан, эксперттик документтердин ушул сыяктуу аналитикалык (В.Штерн) жана синтетикалык (Ж.Варендонк) үлгүсү азыркы психологдордун көз карашы боюнча психологиялык чоң кызыгууларды жаратууда. Текстти талдоо ар дайым өзгөчө баалуу маалыматтарды алууга жардам берет. Бирок жогорудагыдай негиздөөлөргө карабастан, кээ бир укук таануу илимдеринин соттук психологиялык экспертизанын маалыматтарына шектенүү менен карап келиши, көп мезгилдерге чейин укук процесстерине психологдордун катышуусуна тоскоолдук берип келген.

Россияда 1950-жылдардын аягынан, 1960-жылдардын башынан тартып соттогу психологиялык экспертизаны юридикалык психологиянын өзүнчө бөлүмү катары кароо зарылдыгы кайрадан көтөрүлө баштаган. 60-жылдардын экинчи жарымынан баштап гана соттук психологиялык экспертиза жекече сот иштеринде колдонула баштаган. Көпчүлүк юрист-окумуштуулар, психологдор, тергөөчүлөр, адвокаттар соттук психологиялык экспертизанын ыкмалык



негизин байытуу маселесин көтөрүп, өздөрүү күндөлүк жумушунда кеңири колдоно башташкан.

Ошентип соттук психологиялык экспертизанын алгачкы натыйжалары сот ишинде чечилбей келген бир катар теориялык, практикалык маселелерди туура чечип, адам баласынын нормативдик жүрүм-турум нормаларын башкарууда так чечимдерди чыгарып келген. Ушундай теориялык жана практикалык маалыматтардын күндөөлүк турмушта жайылтылышы соттук психологиялык экспертизада колдонулган тесттик ыкмаларды бир эле укук коргоо багытында колдонулбастан окуу жана тарбия жаатында да колдонууга боло тургандыгын азыркы күндөгү турмуш көрсөтүп, практикада колдонулуп келүүдө. Алсак сабакты окуучуларга жакшы түшүндүрүп, алардын аң-сезимине жеткириш үчүн мугалим ар бир окуучунун ички субъектисине жараша мамиледе болушу шарт. Андай маалыматтарды алуу азыркы күндө бир гана психология илими тарабынан берилүүдө. Психология илиминин ичинен да психодиагностикалык ыкмалар биз сөз кылып жаткан маалыматтарга төп келет.

Окуу китебиндеги теориялык жана практикалык маалыматтарды өз деңгээлинде пайдаланыш үчүн керектүү адистер, студенттер математикалык статистиканы, психикалык таануу процесстерин, инсанга мүнөздүү психологиясын жакшы билүүсүн талап кылат. Ошондуктан бул окуу китебинде ушул сыяктуу адам туурасындагы маалыматтарды изилдеп, аларга так маалыматтарды бере турган психологиялык ыкмалардын батереясын беребиз.

Сунуш этилип жаткан ыкмалардын жардамында медицинада, экономикада, өндүрүштүк турмушта жана окуу-тарбия ж.б. багыттарды өнүктүрүүдө инсандар аралык мамилелерди изилдеп, адам турмушуна керектүү жардамдарды жасоого жетишүүгө болот. Алсак, адам баласындагы психикалык оорулар көптөгөн окмуштуу медиктердин көз карашында, адамдын жүрүм-турумун башкарган эмоционалдык (стресс, аффект, фрустрация, агрессия ж.б.) абалдардын учурашына жараша боло тургандыгын белгилешет. Мисалы, агрессия бир канча: физикалык агрессия, кыйыр жол аркылуу аткарылуучу агрессия, белгисиз, жинденүү, таарынуу, шектенүү, өзүн күнөөлүү сезүү ж.б. агрессиялардын түрүнө бөлүнүп, адам

баласын ооруга чалдыктырып, кылмышкерликке түртүп жаткандыгын америкалык окмуштуулар басма беттеринде, телекоммуникациялык билдирүүлөрүдө байма-бай билдирип келет.

Ал эми экономиканын булагы болгон адамдар арасындагы мамилесинде, ар бир инсанга мүнөздүү субъекттин өз ара кабыл алуусуна жараша болот. Окуу китептеги мындай ыкмалар жогорку белгиленген кесиптерден сырткары, жаштарды окутуп-тарбиялоодо да чоң мааниге ээ экендигин баса белгилеп кетебиз. Окуу жана тарбия багытындагы жумуштун эффективдүүлүгүн жогорулатууда мугалим китептеги сунуш этилген ыкмаларды пайдаланып, окуучулардын сабака карата болгон кызыгууларынын кендигин, акыл-интеллектуалдулугун, өз ара мамиледеги эмпатиялык сезимдерди, коллективдеги, группадагы батышуучулук жана батышбоочулуктардагы ж.б. психикалык абалдарды психодиагностикада изилдеп жетишүүгө боло тургандыгын белгилейбиз.

Эгерде китептеги ыкмаларды өз ыгы менен, керектүү жерлерде, инструкциясы боюнча психологиялык билими бар адистер колдоно турган болсо, ыкмалардын батереялары, медицина багытында колдонуп жүргөн аппараттардын кызматын толук алмаштыра алат. Башкача айтканда психиканы толук өлчөп бере ала турган барометр деп айта алабыз. Азыркы экономикалык, техникалык жактан прогресстин өсүшү, психологиялык ыкмаларды өндүрүштө колдонууну өркүндөтүп, өтө кыска убакыттын аралыгында, психологиялык операцияларды жасап, анализ берүү менен конкреттүү чечимдерди чыгарууну талап кылууда. Мисалы, адамдын 16 факторун аныктай турган MMPI ыкмасы 564 суроодон туруп, фактордун статистикалык обработкасынан өткөндүгүнө карабастан, компьютердин жардамы аркылуу тез психикалык диагноз чыгара алат. Болгону изилденүүчү компьютердин экранынан чыгып жаткан суроолорго, субъективдүү ой-толгоо менен туура жооп берсе, калган жумушту компьютер аткарат (психикалык диагноз принтерден чыгарылып берилет).

Ошундуктан психологиялык жумуштун маңызына маани берип, ишенүү менен мамиле жасоо, бул китепти колдонуучулардын жарым проблемасын чечет деп ишендиребиз.



## Биринчи бөлүм

### Инсандык сапаттарды изилдөөчү ыкмалар Тема: Инсандын (личностун) өзүн-өзү баалоосу

**Иштин максаты:** инсандын өзүн-өзү баалоо коэффициентин аныктоо.

Изилденүүчүлөр болуп: Кичинекей группанын каалаган тобун алууга болот: Класс коллективи, коомдук уюмга кирген инсандардын (спорттук, өздүк көркөм чыгармачылыкка катышкан окуучулар, студенттер, окуунун мыктыларынын группасы, начар окуган студенттердин группасы, о.э. мугалимдер коллективи) өзүн-өзү баалоо субъектилерин изилдөөгө жетишүүгө болот.

**Экспериментке керек болуучу материалдар:** инсандын жүрүм-турумун мүнөздөгөн сапаттардынын (50 личносттук жакшы, жаман болуп аралашкан) тизмеги алынат. Мисалы: Тыкан, жайбаракат, ачуусу чукул, терең ойлоочул, баамдуу, текебер, одоно, жайдары, көрө албоо, таарынчаак, кекчил, ак ниет, көшөргөндүк, кылдат, кежир, ишенчээк, бошон, кыялкеч, курулай шекчил, өч алуучулук, назиктик, кысылбоочулук, чечкиндүүлүк, жылуу жүздүүлүк, жеңилдик, сактык, боорукердик, бышыксынуу, сергектик, ишенбөөчүлүк, тийиштүү жолдо жүрбөөчүлүк, камкордук, жек көрүүчүлүк, ак көңүл, көйрөң, ойлонуп иш кылуучулук, чечкиндүү, сабырдуу, кайрымдуу, уялчаак токтоо, коркоок, кызыгуучулук, тырышчаак, тил алчаак, ишке берилгендик, туруктуулук, тез көнүгүү.

Андан кийин изилдене турган группанын ар бир катышуучуларына төмөндөгүдөй **инструкция** боюнча өзүн-өзү эксперимент жүргүзүүнү сунуш кылабыз.

**Биринчи жолу:** сизге сунуш этилген 50 инсандык сапаттардын ичинен жаман, жакшы сапаттарды аралаштырып, 20 сапатты тандап төмөнкү таблицанын биринчи бөлүгүнө жазасыз (№1 тиркеме сыяктуу).

**Экинчи жолу:** ошол биринчи колонкада тандалган 20 сапаттын ичинен сиздин оюңузда эң жаман деген сапаттан баштап, ага салыштырмалуу жакшыраак, эң буга салыштырмалуу андан да жакшы деп 20 сапатка келгенде сиздин оюңузча эң жакшы сапат менен аныктайсыз (айрымдары мисалда көрсөтүлөт)

Үчүнчү жолу: Биринчи колонкадагы 20 сапаттын жакшы жаманына карабастан сизде (өзүңүздө) эң аз кездешкенинен баштап, таблицасынын үчүнчү колонкасында дайыма кездешет деген мазмунда ранжировкалай баштайсыз. Б. а. 20 сапатты сизде кездешпегенинен баштап, дайыма коштоп жүргөн сапатты көздөй иретке коебуз.

Эксперименттин жүрүшүндөгү № 1 таблица.

Аралаш тандалган сапаттар	Менин оюмча жамандан жакшы сапаттарга карай.	Мындай сапаттар менде аздан көп кездешкенге карай.
1. Көйрөң	1. Көйрөң	1. Өтө эле бышыксынуу
2. Ишенбөөчүлүк	2. Ачуусу чукул	2. Көйрөң
3. Жайдары	3. Текебер	3. Жеңилдик
4. Жек	4. Өтө эле бышыксынуу	4. Текебер
көрүүчүлүк	5. Кежир	5. Кежир
5. Ишенчээк	6. Жеңилдик ж.б.у.с.	6. Ишенчээк
6. Ак ниет	.	ж.б.у.с.
ж.б.у.с.	.	16. Ишке берилгендик.
16. Ишке берилгендик	16. Боорукердик	17. Коркоок
17. Текебер	17. Тырышчаак	18. Жайдары
18. Кежир	18. Сергектик	19. Ак ниет
19. Кылдат	19. Адамкерчилик.	20. Боорукер
20. Боорукердик	20. Ак ниет	

Ошентип эксперимент аяктагандан кийин экинчи жана үчүнчү колонкадагы инсандык сапаттын жайгашуу номерине жараша инсандын баалоо коэффициентин төмөндөгү формула боюнча аныктайбыз.

$$P = 1 - \frac{6 \sum d_1^2}{n^3 - n}; \quad (1)$$

Эгерде формулага маани бере турган болсок; P – инсандын өзүн-өзү баалоо коэффициенти, n – 50 инсандык сапаттан тандалган сапаттардын саны (биз үчүн 20 га барабар).

$d_1$  – деген таблицанын экинчи жана үчүнчү колонкасындагы ар бир сапаттын жайгашуу номерине жараша айырмасы б.а. «бейгам» деген сапат экинчи колонкада үчүнчү катарда турса, ошол эле «бейгам» деген сапат үчүнчү колонкада экинчи катарда тура тургандыгын билдирет жана ал төмөндөгү көрүнүштү берет.

Ошентип  $d$ -нын суммасын табуу үчүн таблицадагы берилген экинчи жана үчүнчү колонкадагы инсандык сапаттардын биринен экинчинин айырмасынын квадратын төмөндөгүдөй табабыз.

Мисалы: көйрөң экинчи колонкада 1-тургандыктан, аны 3-колонкадан кайсыл номерде тургандыгын таап төмөндөгүдөй жазып суммасын табабыз.

$d_1^2 = 1-2=1^2 = 1$  болот. Ушундай эле калган сапаттарды дагы ушул эрежеде табабыз. Ачуусу чукул 2-колонкада 2-номерде турса, ушул эле сапат 3-колонкада 14-номерде турат. Булардын суммасын;  $d_2^2 = 2-14=12^2=144$  деп чыгарабыз. Ошентип калган номердеги сапаттардын айырмасынын суммасын 20-номерге чейин таап номер биринчи формуладагы  $d$  нын ордуна коебуз.

$d_3^2 = 3-4=1^2=1$ ,  $d_4^2 = 4-1=3^2=9$ , ж.б. ушу сыяктуу болуп чыгарылат.

Ошентип экинчи жана үчүнчү колонкадагы сапаттар жогорку көрсөтмөлөр сыяктуу өз ара ранжировкаланып 1-ден 20-катарга чейинки берилген жыйынтыктар суммаланып ( $d_i^2 = \sum d$  формуласы менен жыйынтыкталып) (1) формула  $\sum d_i - i = s$  нын ордуна коюлат.

Биздин мисалыбыз боюнча:

$d^2 = 1+144+1+9+0+9+100+0+0+9+25+4+4+4+1+4+4+25+14+1=359$  ду берет.

Ал эми,  $n = 50$  сапаттан тандалган сапаттардын саны. (Биздин шартта 20га барабар).

Бул көрсөткүчтөрдү (1) формулага алып барып кое турган болсок:

$$P = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n^3 - n} = 1 - \frac{6 \cdot 359}{20^3 - 20} = 1 - \frac{2154}{8000 - 20} = \frac{7980 - 2154}{7980} = \frac{5826}{7980} = 0,73$$

б.а. изилденип жаткан бул адамдын өзүн-өзү баалоо коэффициенти 0,73 болот. Мындай адамдар жогорку

теорияга караганда өзүн-өзү жогору баалаган адамдар деп эсептелет.

Эгерде мектепте мындай окуучулар кездеше турган болсо мугалим бул окуучу үчүн өзгөчө ыкмаларды колдонушу зарыл б.а. мындай окуучуга мугалим бир катар критикаларды жасап дайыма көңүл буруп, көңүлдүн сыртында калтырбастан бирдиктүү мамиледе болуп туруусу керек. Ошентип эксперименттин жыйынтыгында 0,1 ден баштап 1 деген коэффициентке чейин көрсөткүчтөр алынышы мүмкүн. (Биздин шартта 0,73 деген коэффициент алынды.) Аларды төмөндөгүдөй түшүнүүгө болот.

**Биринчи баалоо коэффициенти:** + , - менен 0,1-0,3 кө чейин боло турган болсо, мындай адамдарды өздүк баалоо коэффициентине карата төмөнкү адамдарга кошобуз. Мындай инсандар өзүнө критикалык мамилени жогорку деңгээлде жасап, өзүн дайыма башкалардан төмөн сезип, алдындагы проблеманы чечүүдө активдүүлүк көрсөтүүдөн тартынып, өзүн жөндөмү жок деп сезген тартынчаак адамдар болушат.

Ошондуктан мугалим-тарбиячылар мындай окуучуларга өзгөчө маани берип, алардын ар бир жасаган жумушун баалап, алар аткарып жаткан жумуш так атарылып жаткандыгын белгилеп туруу максатка ылайыктуу. Андай болбосо ал окуучунун активдүүлүгү коомдон артта калгандай сезилип, жаман окуган окуучулардын катарында болуп калат. Мугалим мындай окуучуларды критикалагандын ордуна мактап, көтөрүп туру абзел.

**Экинчи баалоо коэффициенти:** + , - менен 0,4-0,6 болуп чыккан учурлар болот, мындай изилденүүчүлөр өздөрүн өзгөчө баалайт дегенди түшүнөбүз. Окуу-тарбия учурунда окуучуларды мактоо жана критика менен да тарбиялап билим берүүгө болот.

**Бул түшүнүктү төмөнкүдөй түшүндүрөбүз.**

Кандай гана адам (инсан) болбосун өзү туурасында өздүк баасы болот. Өзүнүн реалдуу мүмкүнчүлүктөрүнө, социалдык шартына, билимине, жынысына карабастан, ушул өздүк жана коомдук берилген инсандык сапатка жараша адамдарды (биздин шартта окуучуларды) тарбиялап, мамиле жасоого болот. Анткени жогорку берилген теорияларга таяна турган

болсок, адам баласы өзүнүн мүмкүнчүлүктөрүнө карабастан өздөрүн башкача баалагандыгы, сезгендиги, өзүн жөндөмдүү дегендигине күбөбүз.

Ал эми үчүнчү баалоодо коэффициент +, - менен 0,7-1 болуп калган учурлар кездешет. Бул адамдар өздөрүн өтө жогору баалашат. Өздөрү жөнүндөгү түшүндүрүү 70-100% туура дегенди билгизет. Бул адамдарды тарбиялоодо, түшүндүрүүдө же үйрөтүүдө өтө кыйынчылык туулат. Тарбиялык мазмунда мугалим аларга дайыма көңүл буруп туруу керек, сабак учурунда аларга дифференциалдык формадагы сабакты уюштуруу максатка ылайыктуу.

Ошондуктан инсандык сапатты ар тараптуу изилдөө менен жумуш алып баруу адамдар ортосундагы мамилени жакшыртып, коомдук талапты туура чечүүдө негизги кызматты аткарат.

#### **Личносттун психикалык сапатын текшерүүчү суроолор.**

1. Личностту психологиялык негизде таануу.
2. Адам, индивид, индивидуалдуулук, ролдор теориясы.
3. Личносттун психологиялык негизи.
4. Личносттун психикалык структурасы.
5. Личностту түшүндүрүүчү сапаттар.
6. Личносттун активдүүлүгү.
7. Керектиктин түрлөрү.
8. Личносттук сапаттардын калыптанышындагы факторлор.
9. Личностту кыймылга келтирүүчү психикалык күчтөр.
10. Личносттун психикалык кризиси.

Ал эми инсандык сапаттарды ар тараптуу изилдөө керек боло турган болсо төмөнкү берилген адабияттардан таап, изилдөө жумуштарын уюштурууга боло тургандыгын эскертебиз.

#### **Керектүү адабияттар.**

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. -М., 1991.
2. Асломов А.Г. Психология личности. -М., 1990.
3. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды. -М., 1980. т.1
4. Братусь Б.С. Аномалии личности. -М., 1988.
5. Зейгарник Б.В. Теория личности в зарубежной психологии. - М.,1982.



6. Закиров А. Умаров Т. Психодиагностика. Ош - 1997.
7. Кон И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание. -М., 1984.
8. Минбаев К.М. Адам психологиясы. Ош - 2000.
9. Михайлов Ф.Т. Загадка человеческого Я. -М., 1976.
10. Леонтьев А.Н. Деятельности. Сознание. Личность. -М., 1982.
11. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. -М., 1976.
12. Петровский А.В. и др. Психология -М., 2000.
13. Практикум по психологии. Под ред. А.Н.Леонтьев, Ю.П.Гиппенрейтер. -М., Изд-во МГУ 1972. с. 214-237
14. Рубинштейн С.А. Основы общей психологии. -М., 1999.
15. Франк С.Л. Духовные основы общества. -М., 1992.
16. Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. -М. 1994, 8 гл.
17. Юнг К.Г. Феномен духа в истории и в науке. -М., 1992.

### **Тема: Инсандын агрессиялык сапатын изилдөөчү (Баса-Даркиндин) ыкмасы**

Агрессия психология илиминде инсандын жүрүм-турум нормасын бузуучу мотивдин бир формасы катары түшүндүрүлөт. Агрессиялык журум-турум жалпы коомдун жүрүм-турум нормасына карама-каршы келгендиктен инсандар аралык мамилени бузуп, өз ара конфликтти пайда кылат. Ушул проблеманы чечүү максатында бул ыкманын жардамы менен агрессиянын төмөнкүдөй формаларын изилдөөгө болот.

**Физикалык агрессия**-мында экинчи бир адам менен кол күчү аркылуу карама-каршылыкка барууга ниеттенүү.

**Кыйыр жол аркылуу аткарылуучу агрессия**-мында адам тамаша, ушак, көз артуучулук максатында ичкертеден жамандык келтирүүгө ниеттенүү.

**Жинденүү агрессиясы**-мында адам болор-болбос дүүлүктүргүчкө кыжырланып себепсиз эле бирөлөргө катуу сөз айтып өзүн токтото албай калуу абалы.

**Белгисиз агрессия**-өзүнөн чоңдорго, жетекчилерге жана өзүн авторитеттүү сезген адамдарга карата оппозициялык формадагы жүрүм-турумга ээ болууну айтабыз.

**Таарынуу агрессиясы**-мында адам чөйрөнү жек көрүү, жагынбоо, көңүлү чөгүү, адамдарды, чөйрөнү каалабай калуусу.

**Шектенүүчүлүк агрессия**-мында бирөөгө ишенбөө, өзүнөн-өзү эле бирөөлөрдөн сактанып, бирөөлөр жөнүндө туура эмес ойдо (пикирде) болуусу.

**Тил аркылуу аткарылуучу агрессия**-тил аркылуу бирөөлөргө жамандык издөө, ушак таратуу, каргап- шилөө, сөгүнүү ж.б.

**Өзүн күнөөлүү сезүү агрессиясы**-өзүн коомчулуктан төмөн сезип, өзүн-өзү жаман көрүү, өзүн жазалоого ниеттенүү.

Ошентип бул сунуш этилген методдун жардамы менен өзүнө таандык агрессиянын формаларын таанып изилденүүчү, күндөлүк турмушта экинчи бирөө менен мамилесин коомдук талапка жараша канааттандыра алат. Ал үчүн изилденүүчүлөргө төмөнкү инструкция берилет.

Урматтуу изилденүүчүлөр: сиздерге берилген суроонун мазмунуна жараша беш балдык системада (-2,-1,0,1,2) же үч баллдык системада (+, 0, -) жооп беришиңиздерди суранабыз.

Мында «-» ка карата берилген балл андай сапат жок деген учурда коюлса «0» орточо болуп калган учурда, ал эми «+» белги берилген сапат бар деген учурда коюлат. Ал эми -2, жана +2-лер өтө так маалымат керек болгон учурда колдонулат.

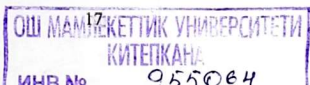
### **Изилдөөгө керек болгон суроолор.**

1. Айрым учурларда бирөөлөрдүн жинин тарата албаймын.
2. Кээде өзүм жаман көргөн киши менен деле ушак айтып олтура беремин.
3. Жиним тез келгени менен бат эле тарап кетет.
4. Эгерде менден жакшылыкча суранбаса мен анын суроо сун канааттандырбаймын.
5. Өзүмдүн милдетимди дайым эле сезе бербеймин.
6. Артыман кимдин кандай сөз айтаарын билемин.
7. Өз досторума аларды жактырганымды билдиргим келет.
8. Бирөөнү алдап койсом, артынан кыжаалат боло беремин.
9. Бирөөнү муштап жиберүүгө колум барбайт.
10. Жиним келгенде колумдагы нерсени ыргытып жиберемин.
11. Мен бирөөлөрдүн жетишпеген жагына көңүл бурбаймын.

12. Эгерде талап кылынган эреже мага жакпай калса, аны бузуп кете беремин.
13. Башкалар жагымдуу кырдаалдарды пайдалана билишет деп ойлоймун.
14. Өзүм күткөндөн да жакшы достук мамиледе болгон адамга кылдат мамиле жасаймын.
15. Адамдар менен женил тил табыша албаймын.
16. Мени арданткан ойлор кээде пайда болот.
17. Эгерде кимдир бирөө мени муштап жиберсе деле, унчукпай кала беремин.
18. Жиним келгенде эшикти тарс жаап чыгып кетемин.
19. Кээде мен өзүм ойлогондон да ачуулу болуп кетемин.
20. Кимдир бирөөлөр бой көтөрүшсө аларга чыдай албаймын.
21. Тагдырыма анча ыраазы эмесмин.
22. Мени көпчүлүк жактырбайт деп ойлоймун.
23. Талаш-тартыш учурунда көпчүлүк мени колдобосо мен өзүмдү токтото албай кетемин.
24. Кызматынан четтетилген адам өз күнөөсүн сезиш керек деп ойлоймун.
25. Эгерде бирөөлөр мени же менин үй-бүлөөмдү шылдыңдаса алар менен мушташып кетемин.
26. Одоно айтылган тамашаны көтөрө албаймын.
27. Эгерде мени мазактап гүлүшсө ызаланып кетем.
28. Адамдардын көөп кетпеши үчүн баардык аракеттерди жасаймын.
29. Өзүмө жакпаган адамдарды ар күнү учуратамын.
30. Мени көрө албагандар көп.
31. Адамдардан менин укугумду урматтоосун талап кыламын.
32. Мени, ата-энеме аз жардам бергендигим кыжаалат кылат.
33. Айрым адамдар мурдуна бирди жегиси келип калганда тийишип калат деп ойлоймун.
34. Бирөөлөргө орой мамилемди жасагандыгым үчүн дайыма азап тартамын.
35. Мага жасаган каардуу мамилеге капа болбоймун.
36. Бирөөнүн алдында өзүмдү жоготуп койсом дагы ага көңүл бурбаймын.
37. Кээде бирөөнүн жетишкен жагына ичим тарыса да ага билдиргим келбейт.
38. Кээде мени бирөөлөр шылдыңдап жаткандай сезиле берет.
39. Ачуум келсе дагы өзүмдү ачуулуу көрсөтпөймүн.



40. Өзүмдүн туура эмес иш-аракеттеримдин кечирилишин каалаймын.
41. Бирөө кол көтөрсө ага дайым эле жооп бере бербеймин.
42. Эгерде мен каалагандай болбой калса, таарынып каламын.
43. Адамдар кээде менин көз алдымда туруп деле ачуумду келтире беришет.
44. Мен көрө элек адам жок.
45. Менин принцибим эч качан бирөөгө ишенбөө.
46. Эгер бирөө менин ачуумду келтирсе мен ал адам жөнүндө оюмдун баарын айтып саламын.
47. Кийин өкүнүп калбашка көп аракеттенемин.
48. Бирөөгө жиним келгенде ага кол көтөрө албаймын.
49. Мен 10 жашымдан бери бирөөгө каарымды чача элекмин.
50. Өзүмдү жарылып кетүүчүдөй сезе беремин.
51. Сезимимди башкалар билсе, мени оңой менен ыкка көнбөйт деп эсептешмек, бирок мен андай эмесмин.
52. Башка бир адамдар мен үчүн жагымдуу бир нерселерди жасоого мажбурлай турган себептер жөнүндө ойлоно беремин.
53. Эгерде мага бирөө кыйкырып сүйлөсө мен дагы ага кыйкырып жооп беремин.
54. Ишим онунан чыкпай калса капалана беремин.
55. Менин урушуп кетүүм башкалар сыяктуу өтө тез-тез же өтө сейрек эмес.
56. Аябай ачуум келген учурларда колума урунган нерсени сындырып жиберген учурларым эсимде бар.
57. Менде, айрым учурларда урушту биринчи баштап жиберчүдөй сезиле берет.
58. Кээде каталык менден кеткендей сезилет.
59. Мурда көпчүлүк адамдар чындыкты гана сүйлөйт деп ойлосо, азыр ишенбей калдым.
60. Ачуумду токтото албай урушуп кетишим мүмкүн.
61. Мен туура эмес иш кылгандан кийин уялганымдан кыйнала беремин.
62. Менин укугумду коргогонго кол күчү керек болсо анны колдономун.
63. Кээде ачуум келгенде столду муштап жиберемин.
64. Өзүмө жакпагандарга орой мамиле жасаймын.
65. Мага зыян келтириши мүмкүн деген душмандарым жок.
66. Айрым адамдар жинимди кайнатса да анын адебин колуна



бере албаймын.

67. Мен туура эмес эле иштерди жасап жатам деп ойлоймун.

68. Сөзсүз урушуп кете турган адамдарды билемин.

69. Майда-чүйдө нерселерге капа болбоймун.

70. Кээде адамдар мени шылдындап жатат деген ойлор келе берет.

71. Кээде бирөөлөрдү максатсыз эле коркута беремин.

72. Акыркы убакта мен өзгөрүп кеттим.

73. Талаш учурунда мен үнүмдү бийиктетип жиберемин.

74. Жаман мамилемди жашырууга аракет кыламын.

75. Мен үчүн талашкандан көрө макул болуп эле койгон жакшы.

Изилдөөнү иштеп чыгуу үчүн төмөнкү жумуш аткарылат. Алынган маалыматтардын негизинде «ачкыч» боюнча агрессиянын формалары жана деңгээлдери аныкталат.

**Физикалык агрессия** «+» белгиге карата: 1,25,41,48,55,62., «-» белгиге карата: 9,17

**Кыйыр жол аркылуу агрессия** «+» ка карата: 2,10,18,34,56,63, «-» белгиге карата: 6,26,49.

**Жинденүү агрессиясы** «+» ка карата: 3,19,27,43,50,57,64,72, «-» ка карата: 11,35,69,.

**Белгисиз агрессиясы** «+» ка карата: 4,12,20,28, «-» ка карата:36.

**Таарынуу агрессия** «+» ка карата:5,13,21,29,37,44,51,58. «-» белги боюнча каталган эмес.

**Шектенүүчүлүк агрессиясы** «+»га карата: 6,14,22,33,45,52,59. «-» белгиге карата: 65,70.

**Тил аркылуу аткарылуучу агрессияга** «+» ка карата: 7,15,23,31,46,53,60,71,73. «-» га карата: 36,66,74,75..

**Өзүн күнөөлү сезүү агрессиясы** «+» белгиге карата: 8,16,24,32,40,47,54,61,67. «-» карата каталган эмес.

Мындагы 1,2,3, формаларындагы агрессиялар жалпы агрессияны түшүндүрсө, 5,6, душмандык кылуу агрессиясын түшүндүрөт, 4,7,8 агрессиянын жекелик мүнөзүн түшүндүрөт.

Ошентип ар бир изилденүүчү маалыматы такталып бүткөндөн кийин, группалык агрессияны билиш үчүн төмөнкүдөй таблица түзүлөт да изилдөө улантылат.

Таблица № 1.

№	Ф.И.О	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1	Асанова Г.								
2	Бектенов А.								
...									
25	Кошонов Ш.								

Бул таблица группалык агрессияны аныктоо үчүн пайдаланылат.

**Тема: Индивидуалдуулукту изилдөөчү ыкма**  
(инсанды изилдөөчү экинчи ыкма)

Силердин ар түрдүү адамдар менен биринчи жолу таанышкандагы сезиминер эсиңердеби? Бирөө сага көңдөй жана кызыксыз адам катарында таасир калтырды. Мындай сезим ал адам менен таанышкандан баштап эле ар кандай сандырак кептептерди сүйлөп, силерге ооз ачууга да мүмкүндүк бербегендигинен улам пайда болот. Башка бир адам, тескерисинче, силердин сөзүңөрдү чын көңүлү менен угуп, айтканыңардын баарына макул болуп, силерге жагып калат. Ал эми үчүнчү бирөө болсо «тамагына сөөк туруп калгансып» мелтейип унчукпайт, зеригип чыгасын. Кийинчерээк ошол тымпыйган неме силердин жакшы досунар болуп калышы ыктымал. Ал эми сенин сөзүңдү кунт коюп уккан же өзүн сынга ала куудулданып сүйлөгөн адам бара-бара өзүнүн толгон-токой кемчиликтерин көрсөткөндүктөн (сараң, көрө албас, калпычы ж.б. санаттары менен) силер ал адамды таптакыр көргүңөр келбей калышы мүмкүн. Бул жерде силер, «кийимине карап тос, акылына карап узатат» деген макалдын мазмунун эске алуу менен иш алып барасыңар.

Ар биринерге эртедир же кечтир чыныгы адам катарында баалана турган адамдар менен жолугушасыңар. Алар силердин келечектеги окуучуларыңар, жолдошторуңар, кызматташыңар болушу мүмкүн. Психологияда адамдын ким экендигин аныктаган сапаттардын бардыгын инсан (личность) түшүнүгү менен белгилешет. Ар кандай тирүү адам, эгер ал психикалык процесстеринин жардамы аркылуу айлана-чөйрөнү кабыл алууга жана түшүнүүгө жөндөмдүү болсо, инсан болуп саналат. Инсан (личность) деген сөз байыркы грек тилинен

орусча которгондо «личина» деген сөз менен үндөшүп турат. Бул сөз актердун бетине кийүүчү масканы билдирген. Оюндун жүрүшүндө актердун маскасы б.а. «личинасы» улам өзгөрүп турат. Ошондой эле адам дагы ар түрдүү жашоо-турмуштук жагдайларда өзүн ар түрдүү алып жүрөт. Анын инсандыгы ар түрдүү кырдаалдарда көрүнүп, байкалат. Ар бир адамдын инсандык сапаты башка адам тарабынан эч убакта кайталанбайт б.а. ар бир адамдын инсаны өзүнчө оригиналдуу. Жеке адамды мүнөздөгөн инсандык сапаттардын (мүнөз, темперамент, жөндөмдүүлүк, эрк, сезим ж.б.) өз ара айкалышуусун пайда кылган өзгөчөлүктүү психологияда индивидуалдуулук деп аташат. Адамдын индивидуалдуулугун аныктоо үчүн төмөнкү ыкманы сунуш кылабыз.

Суроолорго жакшы ойлонулбай берилген жооп силердин инсаныңардын бүткүл бейнесин (картинасын) бузуп коюшу мүмкүн экенин эсиңерден чыгарбагыла. Ал эми атайлап эле туура эмес жооп берүү ого бетер жарабайт.

**Өзүңөрдүн жүрүм-турумуңарга ылайык келген жоопторду тандап алгыла да, упайыңарды эсептеп көргүлө:**

1. Адамдар менен тез жакындаша аласыңарбы?  
а) ооба; б) анчалык эмес; в) жок.
2. Тамеки чегесинерби? а) ооба; б) кээде; в) жок.
3. Эгерде жаман жорук жосун жасасаңар же жалган сөз айтсаңар, анда: а) муну эч качан мойнума албаймын; б) кээде мойнума аламын; в) мойнума аламын.
4. Эгер досторуңар сунуш кылса, баңги заттарды колдонуп көрөт белеңер? а) ооба; б) билбеймин; в) жок.
5. Ичкилик ичпегендерди (мастарды) “өз эмес, жат” деп эсептейсинерби?  
а) ооба; б) көзүм жетпейт; в) жок.
6. Эгерде үй-жайы өрттөнгөндөр жардам сурап кайрылса, аларга акыркы акчаңарды берет белеңер?  
а) ооба; б) бардыгын эмес; в) жок.
7. Досуңардын кичинекей бөбөгүн же өзүнө тың эмес башка бир адамды кемсинтип жатканын көрсөңөр ал адамдарга болушат белеңер?  
а) ооба; б) көзүм жетпейт; в) жок.
8. Сокур адамга көчөдөн өтүү үчүн жардамыңар керек болуп калса жардам берет белеңер?

- а) ооба; б) шашылыш ишим болбосо; в) жок.  
 9. Эгер ата-энеңер бир нерсеге үйрөтүүгө аракеттенишсе:  
 а) үйрөнөм; б) таарынтпаш үчүн үйрөнүмүш болом;  
 в) шылтоо таап кутулууга аракет кыламын.

10. Ата-энеңер үй тиричилигине жардам бергиле деп суранышса жардам бересиңерби?

- а) ооба; б) кээде; в) мажбурлаганда.

Мисалы, изилденүүчү Шамшиев Т. ар бир суроого жооп берип ушундай жыйынтык алды 1 – а; 2 – а; 3 – б; 4 – в; 5 – в; 6 – а; 7 – а; 8 – а;

$$\sum = 1 + 1 + 3 + 5 + 5 + 5 + 5 + 3 + 5 = 33 \text{ упай}$$

9 – б; 10 – а. Изилдөөнүн жыйынтыгын чыгаруу үчүн керектелүүчү таблицадагы ачкычты колдонуп бардык жооптун суммасын чыгарабыз:

Демек, изилденүү Шамшиев Т. 33 упай алып төмөнкү аныктамага ээ болот.

**23 төн 38 упайга чейин.** Эгер кыйналып-кысталбай эле өзүңөргө “үч” жана “беш” койгон болсоңор, анда индивидуалдуулугуңардын ойгоңоюн деп калганы. Силер жаман таасирлерге каршы туруштук бере аласыңар жана мектепте окуган жылдар-бул турмуштун босогосу экенин түшүнүп, келечегинерге көз жүгүртө аласыңар. Турмуш жана анын сапаты азыр эмне иштеп жана кантип иштеп жатканыңарга жараша болот. Башка адамдар жөнүндө ойлойсуңар. Ойлогонун го ойлойсуңар, бирок көпчүлүк учурда анны ондоо туурасында эч кандай жумуш алып барбайсыңар. Башкаларга жардам берип, камкордук көргөн адам келечекте байкалбай, баркталбай калбай турган бир катар жакшы сапаттарга ээ боло турганын али түшүнө элексиңер.

**Сунуш:** Индивидуалдуулук башка адамдардын жыргалчылыгы үчүн жасалган жорук-жосундардан көрүнө тургандыгын унутпагыла. Жакшылык кылууга шашылгыла, ал өзүңөргө үч эселенип кайтып келет.

Ошондой эле экинчи изилденүүчү Болотов М. 19 упай алып төмөнкү аныктамага ээ болот:

**10 дон 22 упайга чейин.** Силердин индивидуалдуулугуңар эч качан көрүнбөй калышы мүмкүн. Келечекке көз чаптырбай, түркөйлүктү норма катарында кабыл алып, көрпөндөлик турмушта жашайсыңар. Бүт бойдон бирөөнүн



көзүн караган немесиңер. Анын үстүнө, көбүнчө өзүңөргө, андан да көбүрөөк силерге жан тарткан адамдар “дос сөрөйлөр” деп аташкан досторуңарга көз карандысыңар. Өзүңөрдү өзүңөр коргой албайсыңар. Анткен менен өзүңөрдү жакшы дос деп эсептеп, «досторубузду» коргой алабыз деп ойлойсуңар. Кеп уруш-мушташ жөнүндө гана эмес, “өзүңөрдө алгылыктуу ой-пикирлер барбы жана аны коргой аласыңарбы?” деген мааниде болуп жатат. Мүмкүн силер өз ой-пикириңерди коргой аласыңар. Бирок, бул процесс силердин акыл-чабытыңар аркылуу, өжөрдүгүңөр менен гана коргоого умтулууңар аркылуу болуп өтөт. Ал эми «өжөрдүк бул алсыздыктын белгиси» деп айтылат.

**Сунуш:** Жакшы жана жаман жорук-жосунуңар «дос сөрөйлөрдөн» алдында кадыр-баркымды түшүрөт деп ойлогонду токтоткула. Түркөйлүккө ыктабай, жарыкка карай умтулгула!

Изилденүүү Паратов И. 47 упай алып төмөнкү аныктамага ээ болот:

**39дан 50 упайга чейин.** Силердин индивидуалдуу-лугуңар бир кыйла даражада ачык көрүнүп калган. Чындыгында эмненин пайдалуу керек экенин жана өзүңдү өзүң өркүндөтүүн үчүн бошко кеткен убакыттын баасын билесинер. Өзүңөрдү өзүңөр башкарууга эркиңер жетет, Ошондуктан иштегенден коркпойсуңар. Билеги күчтүүлөргө эмес, “баары эле ушинтишет” деп ар кандай жийиркеничтүү нерселерди жыттап, чегип, жутуп жана ичип жүргөндөн качып, кызыктуу жана пайдалуу боло турган адамдар менен жакындашууну каалайсыңар. Силер менен алакада болуу жеңил. Башкаларды өзүңөргө тартып турасыңар, ал эми өзүңөр болсо муктаж болгон адамдарга жардам көрсөтүүдөн ырахат аласыңар.

Ушундай эле анализ класс коллективинде, группаларда жүргүзүлүп анализ жасаса болот. Группалык өзгөчөлүктү аныктап, билиш үчүн изилденүүчүлөр тарабынан алынган жоопторду төмөндөгү таблицага толтуруу керек.

№	Ф.И.О	I	II	III	IV
1	Шамшиев Т				
2	Бектенов А				
...					
25	Кошонов Ш				

Группанын көрсөткүчтөрүү таблицкага толтуулгандан кийин группага карата анализ жасоого болот.

### Тема: Мамилелешүүнүн деңгелин изилдөөчү ыкма

Адамдар арасындагы карым катнаштын эффективдүүлүгү, мазмундуулугу ар дайым эле объективдүү шарттардан көз каранды эмес. Көпчүлүк мезгилдерде субъективдүү шарттардан, б.а. адамдын инсандык касиеттеринен дагы көз каранды. Адамдын карым-катнашка болгон жакындыгын мүнөздөөчү инсандык сапаттарга мамилечилдикти, сөзмөрлүктү, чечендикти ж.б. киргизүүгө болот.

#### Изилдөөгө керектелүүчү суроолор.

1. Сизге жакпаган адам конокко чакырса, барат белеңиз?  
(а) ооба; б) өзгөчө майрам учурларында гана; в) жок.
2. Эгерде конокко барган мезгилиңизде жаныңызда душманым деп эсептеген адамыңыз олтуруп калса, эмне кылат элеңиз?  
(а) ага көңүл бурбаймын; б) суроо берсе жооп берип коемун; в) аны сүйлөшүп олтурууга өзүмдү мажбурлаймын.
3. Эгерде досторундун үйүнүн босогосуна барганда, үй-бүлөлүк чатактын жүрүп жаткандыгын угуп калсаңыз, эмне кылат элениз?  
а) такылдатып кирип барамын; б) чатак бүткүчөктү күтүп турамын; в) кирбей кетип каламын.
4. Эгерде конокко барганда жакпаган тамакты дасторконго алып келишсе эмне кыласыз?  
а) жакпаганына карабай жеп-ичүү;  
б) үй ээсине жей албасымды айтамын;  
в) аппетитимдин жок экендигине шылтаймын.
5. Нандын кандайын тандайсыз?  
а) эң коозун; б) эң таттуусун;  
в) колума тийгенин алып кете берем.
6. Эгер компанияда сөз токтоп калса, эмне кыласыз?  
а) кимдир бирөө жаңы тема баштамайынча унчукпаймын;

- б) сөздү улантышка өзүм аракеттенемин.
7. Эгерде сизде кандайдыр бир ыңгайсыздыктар пайда болсо, тааныштарыңызга айтасызбы?  
а) сөзсүз;  б) досторума гана; в) эч кимге айтпаймын.
8. Бирөөдөн уккан окуяларды кошумчалап айта аласызбы?  
а) ооба; б) болор-болбос;  в) жок.
9. Жакшы көргөн адамыңыздын сүрөтүн өзүңүз менен дайыма алып жүрөсүзбү?  
 а) ооба; б) кээде; в) эч качан.
10. Компанияда олтурганда айтылган анекдотко түшүнбөй калсаңыз эмне кыласыз?  
а) башкаларга кошулуп каткыра беремин;  б) унчукпаймын;  
в) жанымдагылардан кайталап айтып беришин өтүнөмүн.
11. Компанияда олтурганда башыңыз кокустан катуу ооруп калса, эмне кыласыз?  
 а) эптеп чыдап отурамын;  
б) баш оорунун дарысын сураймын;  
в) үйгө жөнөймүн.
12. Эгерде конокто олтурганыңызда телевизордон жакан берүүнүн башталып калгандыгын билсеңиз эмне кыласыз?  
а) үй ээсиден телевизор коюшун суранамын;  
 б) башкаларга жолтоо болбос үчүн коңшу комнатадан көрөм; в) көрбөй кала беремин.
13. Конокто олтурганда сизге кандай кырдаал жагымдуу?  
а) башкалардын көңүлүн ачып олтурган;  
 б) башкалар менин көңүлүмдү ачып олтурса;  
в) мага баары бир.
14. Конокто канча убакыт олтурушунузду алдын-ала аныктап коймой адатыңыз барбы?  
а) жок;  б) кээде; в) ооба.
15. Газетанын кабарчысы интервью сураса эмне кыласыз?  
а) аны сөзсүз жарыкка чыгарышын суранамын;  
 б) жооп берүүдөн баш тартамын; в) мага баары бир.
16. Жаман көргөн адамыңыз менен сырдашып көрүүгө кызыгасызбы?  
а) албетте; б) айрым учурларда;  в) жок.
17. Сиз үчүн жагымсыз болгон чындыкты сүйлөп жаткан адамдын оюна кошуласызбы?  
а) дайыма эмес; б) эгерде менин оюма ылайык



келсе;  в) жок.

18. Эгерде бирөө менен талаш жүргүзүп калсаңыз, аны качан токтотосуз?

- а) канча эрте болсо, ошончо жакшы;  
б) талаш эч кандай мааниге ээ болбой калса;  
 в) каршылашымды ишендирмейинче.

19. Элдин алдына чыгып ырдай аласызбы?

- а) жан дилим менен; б) эгерде суранышса;  в) эч качан;

20. Жаңы жылды шаардын борбордук аянтында тосмой адатыңыз барбы?

- а) ооба;  б) жок; в) туш келген жеримде тосом.

Изилдөөнүн жыйынтыгын чыгаруу үчүн төмөнкү «ачкычты» пайдаланасыз.

Жооп тор	Суроолордун номери									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
А	20	0	5	10	0	5	30	15	0	0
Б	5	5	10	0	5	0	5	5	5	5
В	0	25	0	5	10	0	0	0	10	10
	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
А	5	0	20	0	10	15	25	0	0	20
Б	10	5	5	5	0	5	5	5	5	5
В	0	10	2	15	5	0	0	10	10	0

Мисалы, изилденилүүчү Гапаров Н. ар бир суроого жооп берип ушундай результат алды: 1 – б; 2 – в; 3 – б; 4 – а; 5 – б; 6 – б; 7 – а; 8 – а; 9 – в; 10 – в; 11 – б; 12 – а; 13 – а; 14 – а; 15 – а; 16 – б; 17 – б; 18 – а; 19 – в; 20 – б.

Изилдөөнүн жыйынтыгын чыгаруу үчүн керектелүүчү таблицадагы ачкычты колдонуп бардык жооптун суммасын

$\Sigma = 5 + 25 + 10 + 10 + 5 + 15 + 30 + 15 + 10 + 10 + 10 + 0 + 20 + 0 + 10 + 5 + 50 + 10 + 5 = 200$   
чыгарабыз:

Демек излденилүүү Гапаров Н. 200 упай алып төмөнкү аныктамага ээ болду:

**101-200** балл. Сиздин коомдук турмушка болгон мамилеңизди аныктоо жеңил эмес. Бир жагынан сиз адамдар арасында болуу менен ырахат алсаңыз, экинчи жагынан адамдар арасына көнө албай кыйналып дагы чыгасыз. Бирок, чакыруу болгон жерлерге барбай кое албайсыз. Сиз жакшы көргөн адамдарыңыздын арасында отуруп гана өзүнүздү эркин сезесиз жана жагымдуу убактыңыздын көпчүлүгүн дагы ушул адамдар менен өткөрөсүз.

Ошентип, ар бир изилденилүүчү өзү жооп берген суроолордон алган упайга карап төмөнкү аныктамаларга ээ болот.

**280-300** балл. Сиз берилген суроолорго көңүл койбой жооп бердиңиз же чын ниетиңиз менен жооп бербедиңиз. Мүмкүн болсо, кайрадан жооп берип чыгыңыз. Себеби, мындай көрсөткүчкө ээ болгон адамдын турмушта болушу мүмкүн эмес.

**201-280** балл. Сиз бош убактыңызды адамдардын арасында гана өткөрүүнү каалайсыз. О.э. ар кандай адам топторунун энесеген коногу жана маектеши боло аласыз. Сиздин сөздөрүңүз таасирдүү болуп, эң сонун уга билгич жана сүйлөп бергич сапаттарына ээсиз. Мындай сапаттар сизди каалагандай эле компаниянын жандандыруучу адамына айлантат. Сизге кеңеш: сөзмөр, шайыр десе эле бардык нерсени тамашага айландыра бербей, сүйлөгөн сөздөрүңүзгө жоопкерчиликтүү мамиле дагы жасаңыз. Себеби, турмушта тамаша канчалык керек болсо, токтоолук, сыпайылык дагы ошондой эле керек болот.

**51-100** балл. Сиз жалгыздыкты сүйөсүз. Бош убактыңыздын көпчүлүгүн дагы чоң компанияларда эмес, үй-бүлөлүк тар чөйрөдө өткөрөсүз. Мазмунсуз сүйлөгөн адамдарды аябай жаман көрөсүз. Атактуу адамдардын көпчүлүгүнүн ушул категорияга киргендиги тарыхтан белгилүү.

**0-50** балл. Сиз өтө эле түнтсүз жана коомчулукка мүмкүн болушунча аралашпай жашоого аракеттенесиз.

Ошондуктан, көпчүлүк адамдар сизди тамшанын объектисине айландырып алышкан. Сизге берер кеңеш:

адамдар менен көбүрөөк аралашууга, сүйлөшүп турууга аракеттениңиз. Себеби, биринчиден, айланаңыздагылар мүмкүнчүлүгүңүздү, жөндөмүңүздү билишпегендиктен сизди төмөн баалашат, экинчиден адамдар арасында болуу сизге көп нерселерди үйрөтөт. Бул өзүңүз үчүн эле керек.

Ошентип, ар бир изилденүүчү изилденип бүткөндөн кийин, группалык өзгөчөлүктү аныктоону билиш үчүн төмөнкүдөй таблица түзүлүп арифметикалык орточо чыгарылат да изилдөө улантылат.

№	Аты жөнү	0-50	51-100	101-200	201-280
1	Азизов У.			200	
2	Гапарова А.				
3	Султанов Т.				
...					
N					
Ариф. орточо					

### Тема: Конфликтке жакын болгон сапаттарды аныктоо

Коомдогу жагымсыз көрүнүштөрдүн булактарынын бири катары социалдык психологияда конфликт эсептелет.

**Конфликт** – бул адамдардын кызыкчылыктарынын, пикирлеринин, идеалдарынын, каалоолорунун ж.б. карама-каршылыгынан пайда болуучу жана өз ара мамиледен көрүнүүчү психологиялык терс көрүнүш. Эгерде конфликттин пайда болуу себептерине ой жүгүртө турган болсок, ал дайыма эле түзүлгөн кырдаалга же шартка эмес инсандын өзүнө дагы жараша болот. Мисалы, айрым адамдар болбогон нерселер үчүн деле конфликт жарата беришет.

Адамдын конфликтке жакын же алыс экендигин аныктоо үчүн ушул тестти сунуш кылууга болот. Ар бир суроонун мазмунун түшүнүү менен өзүңүзгө ылайык келген 3 жооптун бирин тандайсыз.

#### Изилдөөгө керек болгон суроолор

1. Коомдук транспортто бейтааныш адамдар ызы-чуулуу талаш жүргүзүп жатса, эмне кылат элениз?

а) унчукпай кете беремин;

- б) талаш маселе жөнүндөгү оюмду кыскача билдиремин;
- в) жан дилим менен талашка кошуламын.
2. Жыйналыштарда жетекчилерди сындап сүйлөйсүзбү?
- а) жок; б) ишенимдүү фактылар жетиштүү болсо гана;
- в) жетекчилерди гана эмес, аларды жактап сүйлөгөндөрдү да кошуп сындаймын.
3. Жолдошторунуз менен талаш-тартыш жүргүзөсүзбү?
- а) эгерде таарынбай турган болушса;
- б) маанилүү суроолор боюнча гана;
- в) сөзсүз, талаш-тартыш менин жакшы көргөн нерсем.
4. Үйүңүздө тузу кем тамак жасашса, сиз эмне кыласыз?
- а) жок нерседен чуу көтөрбөймүн;
- б) унчукпай туздун идишин колго аламын;
- в) тийиштүү адамдарга күнөөлөрүн эскертип коемун.
5. Көчөдө баратканда бутуңузду бирөө тепселеп алса, эмне кылат элениз?
- а) унчукпай башты чайкап кете беремин;
- б) акырын жүрүңүз деп эскертемин;
- в) оозума кирген сөз менен урушамын.
6. Эгерде жакындарыңыздын бирөөсү сизге жакпаган буюм сатып алса, сиз эмне демексиз?
- а) унчукпаймын;
- б) мага жакпагандыгын маданияттуу билдиремин;
- в) жанжалга чейин барамын.
7. Лотереядан жолуңуз болбосо, эмне кыласыз?
- а) экинчи катышпаймын деп өзүмө сөз берүү менен унчукпай каламын;
- б) капаланбаймын, бирок кийинки сапар утам деп эсептейм;
- в) көпкө чейин көңүлүмдү чөгөрөмүн.
8. Эгерде үйүңүздөгүлөр музыканы катуу чыгарып коюшса, эмне кыласыз?
- а) унчукпай угуп отурамын; б) мага тынчтык беришин өтүнөмүн;
- в) сүйлөнүп барып өчүрөмүн.
9. Телефонду бошотпой узакка чейин сүйлөшө беришсе, эмне кыласыз?
- а) унчукпай сүйлөшүп бүтүшүн күтөмүн;
- б) мен дагы сүйлөшүүнү күтүп жаткандыгымды эскертемин;

10. Узун кезекте турганда, алдыңыздагылардын бирөөсү таанышын катарга (өз жанына) кошуп алса сиз эмне кыласыз?

- а) эч нерсе дебеймин;
- б) кезектин акырына барып күтүп турушун эскертемин;
- в) экөөнү тең кезектин аягына баруусун эскертемин.

Мында ар бир: а) жооп 4 балл; б) жооп 2 балл; в) жооп 0 балл менен бааланат. Андан кийин бардык баллдар суммаланат.

Мисалы, изилденилүүчү Кадыров Д. ар бир суроого жооп берип ушундай жыйынтык алды 1 – б; 2 – в; 3 – б; 4 – а; 5 – б; 6 – б; 7 – а; 8 – а; 9 – в; 10 – в.

Изилдөөнүн жыйынтыгын чыгаруу үчүн керектелүүчү таблицадагы ачкычты колдонуп бардык жооптун суммасын чыгарабыз:

$$\Sigma = 2 + 0 + 2 + 4 + 2 + 2 + 4 + 4 + 0 + 4 = 24 \text{ унай}$$

Демек, изилденилүүчү Д. Кадыров төмөнкү сумма аркылуу 24 баллга ээ болот. Алынган суммаларды төмөнкүдөй чечмелейбиз:

**18-30 балл.** Сизди конфликтке барбайт деп айтууга болбойт. Бирок аргасыздан, башка жол калбаганда гана конфликтке барууга мажбур болосуз. Мисалы, жалпы тартипти сактоо, өз көз карашыңызды коргоо үчүн же укугуңузду тебелетпөө үчүн ж.б. Мындай сапат айлана-чөйрөдөгүлөрдү сиз менен эсептешүүгө жана сизге урматтоо менен мамиле жасоого аргасыз кылат.

Ошентип ар бир изилденилүүчү өзү алган упайга карап төмөнкү аныктамаларга ээ болот.

**31-40 балл.** Сиз ортодогу тынчтыкты, достукту сактоого умтулган адамсыз. Ошондуктан сиз үйүңүздө болсун, жумушта болсун талаш-тартыштан, бирөөлөргө сын айтуудан качасыз.

Айлана-чөйрөнүздөгүлөр мындай сапаттарды байкашса, сизди көңүлчөөк, ар нерсеге макул боло берме адам катары эсептеши да мүмкүн.

**0-17 ге чейин балл** алсаңыз анда, конфликт жана талаш-тартыш сиздин сүйгөн адатыңыз. Бирөөлөрдү сындаганды жаныңыздай сүйөсүз, ал эми өзүңүздүн дарегинизге чаң жугузгунуз келбейт. Сиздин оройлугуңуз



дарегинизге чаң жугузгунуз келбейт. Сиздин оройлугунуз жана ачууңузду кармай албагандыгыңыз адамдардан гана алыстатат, башка эч кандай пайдасы жок. Ошондуктан айрым мезгилдерде үйүңүздөн да, жумушунуздан да сизге орун жоктой сезилиши мүмкүн. Айланаңызга жасаган мамилениздин мүнөзүн өзгөртүүгө аракеттениңиз. Мындай сапат жакшылыка алып барбайт.

Ошентип ар бир изилденүүчү изилденип бүткөндөн кийин, группалык өзгөчөлүктү аныктоо үчүн төмөнкүдөй таблица түзүлүп арифметикалык орточо чыгарылат да изилдөөгө анализ берилет.

Таблица

№	Аты жөнү	31-40	18-30	17ге чейин
1	Кадыров Д.		24	
2	Садыров А.			
3	Парпиев С.			
...				
N				
Арифм. орточо			24	

Таблицанын арифметикалык орточосуна карата изилденүүчүлөрдүн өз-ара мамлесин жакшыртуу жөнүндөгү сунуштарды берүүгө болот.

### **Тема: Мамиле келишпөөчүлүк абалдан чыгуунун жолун изилдөө ыкмасы**

(К.Н.Томастын ыкмасы аркылуу)

Америкалык психолог К.Н.Томас жаңжалдын пайда болуу себептерин төмөнкү факторлорго карата негиздеген:

**Тең тайлашуу** - мында индивид экинчи бирөөнүн укугун бузуу менен ага зыян келтирүү аркылуу ийгиликке жетүүгө умтулушу.

**Ыкташуучулук** - мында индивид өз кызыкчылыгын канааттандырыш үчүн керек болгон адамга жакындашат.

**Компромисс** - мында мамилелешүү үчүн өз ара макулдашууга баруусу.

**Качуу** - мында өз ара мамилени сактоо үчүн жаңжалдашуудан качуусу.

**Кызматташуу** - мында экинчи бирөөнү толук кубаттап, альтернативалык жолду издеши.

Бул көрсөтүлгөн ыкманы колдонуп керектүү проблеманы чечүүдө изилденүүчүлөр төмөндөгүдөй инструкция боюнча иш жүргүзүүлөрү керек. Тесттеги ар бир суроонун мазмунуна жараша беш же үч баллдык системада баа коюу менен жооп бериш керек. (-2, -1, 0, 1, 2 же "-", "+" жана "0"). Мында: "-" белги андай жумушка таптакыр барбайм деген учурда коюлса, "+" белги суроодогу жумуштарды аткарууга даяр экендигин билдиргенде, ал эми "0" калыс болгон учурда коюлат.

**Бул ыкманы ишке ашыруу үчүн төмөндөгүдөй суроолорго жооп берүү талап кылынат**

1. Айрым учурларда талаш маселени чечүүнү башка бир адам мойнуна алышына мүмкүндүк түзөмүн.
2. Талашканга караганда ал адам менен жакындаштыра турган жактарды издеймин.
3. Компромисстик чечимдерди табууну издеймин.
4. Мени менен сүйлөшүп жаткан адамдын кызыкчылыгына жараша, өз кызыкчылыгымды жокко чыгарамын.
5. Дайыма өз кызыкчылыгымды канааттандырууга умтуламын.
6. Айрым учурларда кээ бирөөлөрдүн кызыкчылыгы үчүн өз кызыкчылыгымды курмандык кыламын.
7. Бирөөгө өз оюмду таңуулабаймын.
8. Талаш маселени чечүүдө кимдир бирөөлөрдөн мени кубаттосун күтөмүн.
9. Пайдасыз ойдон алыс болууга аракеттенемин.
10. Өзүмө жагымсыз болгон абалдан алыс болгум келет.
11. Талаш маселелерди дароо чечпестен, анын акырындык менен өзү чечилүүсүн күтөмүн.
12. Бирөөнү өзүмө кошуп алыш үчүн, анын кээ бир кемсинтүүлөрүнө мани бербеймин.
13. Талаш маселени чечиш үчүн алдын ала себептерин издеймин.
14. Менин каалоомо дал келбеген чечимдерге тынчсызданбашка аракет кыламын.

15. Жалпы мамилени сактап, тынчсызданган адамды сооротууга аракеттенемин.
16. Айрым учурларда талаш маселени чечүүнү башка бир адам мойнуна алышына мүмкүндүк түзөмүн.
17. Талашканга караганда адам менен жакындаштыра турган жактарды издеймин.
18. Компромисстик чечимдерди табууну издеймин.
19. Мени менен сүйлөшүп жаткан адамдын кызыкчылыгына жараша, өз кызыкчылыгымды жокко чыгарамын.
20. Дайыма өз кызыкчылыгымды канааттандырууга умтуламын.
21. Айрым учурларда кээ бирөөлөрдүн кызыкчылыгы үчүн өз кызыкчылыгымды курмандык кыламын.
22. Бирөөгө өз оюмду таңуулабаймын.
23. Талаш маселени чечүүдө кимдир бирөөлөрдөн кубаттонуу күтөм.
24. Пайдасыз ойдон алыс болууга аракеттенемин.
25. Өзүмө жагымсыз болгон абалдан алыс болгум келет.
26. Талаш маселелерди дароо чечпестен, анын акырындык менен өзү чечилүүсүн күтөмүн.
27. Бирөөнү өзүмө кошуп алыш үчүн, анын кээ бир кемсинтүүлөрүнө барамын.
28. Талаш маселени чечиш үчүн алдын ала себептерин издеймин.
29. Менин каалоомо дал келбеген чечимдерге тынчсызданбашка аракет кыламын.
30. Жалпы мамилени сактап, тынчсызданган адамды сооротууга аракеттенемин.
31. Урушуп жаткан адамдарга кошулуп кетемби деп коркомун.
32. Талашып жаткан адамдын өз оюнда калышына мүмкүндүк түзүп беремин.
33. Чечим чыгарып жатканда мен орточо позицияны сунуш кыламын.
34. Бардык иштин оюмдагыдай болушу үчүн керектүү адамдардын бардыгын мажбурлаймын.
35. Мен өз оюмду айтып, ушул иш туурасындагы анын оюн ураймын.
36. Бир ишти аткарыш үчүн өз оюмдун логикасынын мүмкүнчүлүгүнүн жогору экендигин таңуулаймын.



37. Эгерде талаш маселе аны бактылуу кыла турган болсо, анда ошонун оюндагыдай чечилишине макул боломун.
38. Эгерде анын ою мени кубаттай турган болсо, мен анын өз оюнда калышына шарт түзөмүн.
39. Алдын ала биздин көз карашыбыздын эмнеден айырмалана тургандыгын билип, андан кийин гана сөз баштаймын.
40. Экөөбүзгө тең ылайыктуу болгон жолдорду издеймин.
41. Келишим түзүп жатып, калган жактарга да көңүл буруп турамын.
42. Чечиле турган маселеге түз мамиле жасагым келет.
43. Ишимдин оң болбой тургандыгын билсем да, өз оюмдан эч качан кайтпаймын.
44. Өзүмдүн туура экендигимди далилдеп түшүндүрүүгө жан талашып аракеттенемин.
45. Бирөөнүн алдында бечара болуп корүнгүм келбейт.

Суроолорго жооп берилип бүткөндөн кийин аны чечмелөө үчүн төмөндөгү ачкыч колдонулат

- |                   |                                   |
|-------------------|-----------------------------------|
| 1. Тең тайлашуу - | 5, 19, 21, 28, 29, 30, 34, 36, 42 |
| 2. Ыкташуучулук - | 2, 6, 7, 15, 22, 26, 35, 38, 44   |
| 3. Компромисс -   | 3, 12, 17, 18, 23, 25, 32, 37, 43 |
| 4. Качуу -        | 1, 9, 10, 11, 14, 16, 31, 40, 45  |
| 5. Кызматташуу -  | 4, 8, 13, 20, 24, 27, 33, 39, 41  |

Ар бир изилденүүчүнүн маалыматтарын алгандан кийин, группалык өзгөчөлүктү төмөнкү таблицаны толтуру менен менен иш жүргүзүлөт. Мында ар бир изилденүүчүнүн көрсөткүчтөрү боюнча баллдарды таблицага толтурулуп, арифметикалык орточосу чыгарылат.

№	Ф.И.О.	1-ф.	2-ф.	3-ф.	4-ф.	5-ф.
1.	Атагтаев А.					
25.	Эрешов З.					
	Орт:					

Изилдөө жумушу толук бүткөндөн кийин изилдөө көрсөткүчтөрүнө таянуу менен төмөнкү суроолорго жооп бериш керек.

Психологиялык теорияларга таянып, тең тайлашуу, ыкташуучулук, компромисс, качуу жана кызматташуу деген

факторлорду түшүндүрүп, ошол түшүнүккө карата ар бир изилденилүүчү жана группалык топтор интерпритацияланып анализге алынышат. Практикалык турмушта бул ыкманы колдонуп кандай проблемаларды чечүүгө болот? (Өз кесибине тиешелүү болгон мисалдардан келтир).

### **Карым-катнашты текшерүүгө керек болгон суроолор.**

1. Карым-катнаштын психологиялык негизи .
2. Карым-катнаштын түрлөрү.
3. Карым-катнаштын формалары.
4. Карым-катнаштын класстары.
5. Карым-катнаш жана кеп.
6. Карым-катнаштын инсандык сапаттарга карата Уюштурулушу.
7. Карым-катнаштын эмоцияналдык абалдардагы мүнөздөлүшү.
8. Карым-катнаштын жаштык мезгилдерге карата Уюштурулушу.

### **Колдонулган адабияттар.**

1. Андреева Г.М. Межличностное восприятие в группе. -М., МГУ, 1981.
2. Андреева Г.М. Социальная психология. -М., 1998.
3. Бодалев А.А. Восприятия человека человеком. -М., МГУ 1982.
4. Выготский Л.С. Мышление и речь. Собр. соч. т.2. -М., Педагогика 1982 с. 6-361.
5. Добрович А. Общение: науки и искусство. -М., Знание 1978.
6. Коломинский П.Л. Психология общения. -М., Знание 1979.
7. Леонтьев А.А. Педагогическое общение. -М., Знание 1979.
8. Рубинштейн Л.С. Основы общей психологии. -М., Питер, 1999.
9. Общая психология. Учебник. Под ред. А.В. Петровского, - М., 1987. с127-156.
10. Миңбаев К.М. Адамдын психологиясы. Ош-2000.

## Тема: Темпераменттин типтери

Жаштарды тарбиялап, заманбап ар бир адамга мүнөздүү болгон психикалык факторлор, типтер жана структуралык системалар чоң мааниге ээ. Ал эми окутуп-тарбия берүү учурунда темпераменттин типтери негизги оорунда турат. Анткени бардык эле адам баласы белгилүү бир иш системаны аткарууда бирдей типте кыймыл жасабастан, адамга тубаса берилген темпераменттин типтерине жараша кыймылда болуп, аткара тургандыгын темпераменти түшүндүргөн теориялардан билебиз. Ушул багыттагы теорияларга таяна турган болсок темпераменттин тибине-сангивиник, холерик, флегматик жана меленхолик кирет. Бул типтер жаштарды тарбиялоодо өзгөчө мааниге ээ болгондуктан, керектүү изилденүүчүлөрдүн типтерин аныкташ үчүн төмөнкү ыкманы сунуш кылабыз.

**Иштин максаты:** Изилденип жаткан адамдын (балдардын) темпераментинин типтерин аныктоо.

**Изилдөө объектиси:** Балдардын психикасына жараша жогорку нерв системасынын иштөө абалы.

**Эксперименталдык изилдөөнүн инструкциясы:** Изилдөөгө катышкан адамдарды (окуучуларды), алдын ала даярдалган, темпераменттин типтерин аныктаган 40 тесттик суроолорго, «ооба», «жок», «билбейм» деп жооп берүүнү «+» - ооба, «-» - жок, «0» - билбейм деген символикалык белги менен жооп берүүнү түшүндүрүп, төмөнкү бланканы толтуруп берүүнү суранабыз.

№	Тесттик суроолор	балл
1.	Сизди тынчы жок адам дешет ушул туурабы?	
2.	Сизди шайыр, ачык адам десе болобу?	
3.	Сиз жөнөкөй, жоошсузбу?	
4.	Сиз уялчааксызбы?	
5.	Сиз түз, бетке айтар адамсызбы?	
6.	Ишти аягына жеткирбеген адам дешет ушул чынбы?	
7.	Жумушту иреттүү аткарасызбы?	
8.	Жаңы чөйрөгө кеч көнөсүзбү?	
9.	Кеп талаштан оңой чыгасызбы?	

10. Өзүңүздү нормадан жогору көрөсүзбү?
11. Аз, ашыкча сүйлөбөгөн адам дешет ушул чынбы?
12. Бейтааныш адам менен таанышуу сизге кыйынчылыкты алып келеби?
13. Тез таарынасызбы?
14. Кыйынчылыктан оңой чыгысызбы?
15. Иштеп жаткан жумушунузду аягына жеткире иштейсизби?
16. Кыйналганда көңүлүңүз чөгөбү?
17. Ачууңуз тез келеби?
18. Иштеп аткан жумушунуз сизди кызыктырбаса көңүлүңүз ал жумуштан тез калабы?
19. Жөндөн-жөн эле күч колдонгунуз келеби?
20. Үнүңүз алсыз, кээде шыбырап калган учурлар болгонбу?
21. Тобокелдикке көп барасызбы?
22. Жаңы жумушту тез өздөштүрөсүзбү?
23. Катуу пландашкан жашоону каалаган адамсызбы?
24. Бирелөрдөн өзүңүзчө эле күмөн санай бересизби?
25. Көркөм кыймылдуу адамсызбы?
26. Сизди боорукер, жаңы чөйрөгө тез көнүккөн адам дешет ушул чынбы?
27. Мактоону жакшы көрөсүзбү?
28. Кыялкеч адамсызбы?
29. Чарчабастан жыңы жумуштарга умтулган адам дешет ушул туурабы?
30. Үнүңүздү катуу чыгарып тез, так сүйлөйсүзбү?
31. Өтө эле таарынчаак адамсызбы?
32. Кызыкчылыгыңызды, байлыгыңызды тез-тез алмаштыра бересизби?
33. Кыйынчылыка карабай максатыңызга жетесизби?
34. Оор кырдаалда өзүңүздү кармаган адамсызбы?
35. Чөйрө менен дайыма байланышта болгунуз келеби?
36. Сизди өтө эле аз сүйлөйт дешет ушул чынбы?
37. Көңүлүңүз тез алмашабы?
38. Дайыма чечим чыгарганга шашасызбы?
39. Баардыгынан иреттүүлүктү жакшы көргөн адамсызбы?
40. Бечара болуп жардам суроону жакшы көрөсүзбү?

Качан изилденүүчүлөр тесттик суроого жооп берип бүткөндөн кийин экспериментке катышкан адамдардын темпераментинин типтерин аныктоодо төмөнкү формула колдонулат.

$$P_1 = \frac{A_1}{A} * 100\%; \quad (1)$$

Мында  $P_1$  – ар бир темпераменттин типтери.

$A_1$  – ар бир темпераменттин типтери үчүн берилген жооптордун жыйынтыгы.

$A$  – ар бир темпераменттин тибине карата берилген ачкычтын жалпы жоопторунун саны.

Ал эми темпераментти аныктоо үчүн жогорку берилген 40 тесттик суроолорду төмөнкү **ачкыч** менен аныктоого жетишебиз.

$A_x - 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37$

$A_c - 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38$

$A_f - 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39$

$A_m - 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40$

Изденүүчүлөрдөн алынган көрсөткүчтөргө таянып төмөндөгүдөй жыйынтыктар чыгарылат: №1 формуланы колдонуп иштейбиз, мында  $A_x$  - №1 таблицадагы жооптордун суроого макулдугун берген + тардын суммасы. Ал жерден “-” жана “0” белгилери эсепке алынбайт. Ал эми  $A$  №1 таблицанын биринчи катардагы жалпы суроонун суммасы. Биздин шартта 10 деген санга барабыз. Эгерде  $A_1=7$  барабар боло турган болсо, ал төмөндөгүдөй чыгарылат. б.а. бул жоопторду берген  $n$  – изилденүүчү 70 %тик деңгээлде холериктик типке кире турганын билебиз. Ушул сыяктуу  $A_c$  - сангивиник типти бланкадагы экинчи катардын жообуна жараша таба турган болсок, үчүнчү катар аркылуу,  $A_f$  - флегматиктик типти тапсак, төртүнчү катар аркылуу,  $A_m$  – мелонхоликтик тип аныкталат. Ошентип экспериментке катышкан изилденүүчүлөрдүн ар бир бланкасы өзүнчө иштелип чыккандан кийин класстын же өндүрүштүк группанын темпераменттик типтери аныктоо үчүн, ар бир бланкадан алынган темпераменттик көрсөткүчтөрдү төмөнкү таблицага ар бири өзүнчө толтурулат.



Таблица № 2

№	Ф.И.О.	Темпераменттик типтер			
		Холерик	Сангвиник	Флегматик	Меланхолик
1	Чырмаш Т.	70	15	10	5
2	Алиев Ф.	35	60	5	0
3	Жаанбаев Г.	10	15	65	10
n					
	Ар. орт.	38,3	30	26,6	5

Эксперименттин аягында №1 жана №2 таблицаларга таянуу менен төмөнкүдөй анализ кылабыз. Жогорку таблицадагы темпераменттик типтеринин көрсөткүчтөрү 100%ке жакындаган сайын ал изилденүүнү же классты (группаны) ошол типтеги темпераментке кире турганын билүүгө болот. Ал адамдардын кандай личносттук сапатка ээ экендигин төмөнкү теориялык түшүнүктөр аркылуу анализдей алабыз.

**Сангвиник** - деген сөздү латын тилинен кыргызчага которгондо кан суюктугу деп которулат. Бирок илимий мааниге ээ эмес. Термин гана ошондой аталат. Кан суюктугу басымдуу адам дегенди психологияда түшүнө турган болсок, ал төмөнкүнү берет.

**Инсандык сапаты боюнча:** жандуу, кыймылы тез, шайыр, көп сүйлөшө алган, бирөөнүн тамырын сезе билген, сүйлөшүүгө мүмкүнчүлүк түзө алган, чыгармачыл, бирөө менен жайдары сүйлөшкөн, кыйынчылыктардан оңой чыккан, жаңы чөйрөгө тез көнүккөн ж.б. ушул сыяктуу жекече сапаттар кирет.

**Ишмердик сапаттары:** кызыктуу иштерде жаңы ойлорду таба алган, коллективдердин арасында бирөөнү кубаттоо, өзүнө тартуу жөндөмдүүлүгү аркылуу өзүн көрсөтө билген, көп сүйлөгөн, бирок мактанбаган сапаттар кирет.

**Жетишпеген жактары:** максатка умтулуусу жетишпейт, айрым учурларда баштаган ишин аягына чыгарбайт.

**Холерик:** латын сөзүнөн которгондо – өт суюктугу деп айтылат. Бирок бул дагы илимий мааниге ээ эмес. Мунун инсандык сапаттарына – жашоо үчүн чоң энергияга ээ

болгон, өтө эле жини тез келген, жиндене турган болсо көпкө чейин токтоно албаган, кыймылы өтө тез, түз сүйлөгөн сапаттар кирет.

**Ишкердүүлүк сапаттарына:** ички резев энергиясы көп, инсативасы күчтүү, жумушту жандили менен аткарган, абдан жогорку азарттуулук менен жумушту алып барган сапаттар кирет.

**Жетишпеген сапаттары:** ашыкча эмоционалдулука ээ болуу, өтө эле ашыкча активдүү, бирдей монотондуу жумушка көнүгө албаган, жай иштелген жумуштарды жактырбаган ж.б.

**Флегматик:** - латын сөзүнөн которгондо былжыр суюктук деп которулат. Бул дагы илимий мааниге ээ эмес.

**Инсандык сапаттары:** жүрүм-туруму жай, кыймылы тегиз, жумушту майын чыгара жай жасаган, өтө оор басырыктуу, чыдамдуу, иштеген ишин аягына чыгара иштеген, аз сүлөгөн, анча-мынчага маани бербеген, бир жактуу сапаттар кирет.

**Ишкердүүлүк сапаттары:** өжөр, айтканынан кайтпаган, эмгекчил, максатка карата умтулган, жумуштун майын чыгара иштеген, жумушка жан дили менен берилген инсан.

**Жетишпеген сапаттары:** биринчи болуудан корунган, инсатива жасоону жаман көргөн, аз сүлөгөн, активдүүлүгү төмөн сапаттар кирет.

Бул типтеги адамдардын инсандык сапаттарын жогорулатуу үчүн: активдүүлүгүн максатуу жогорулатуу керек.

**Меланхолик:** - бул дагы латын сөзүнөн «кара кан» дегенди түшүндүрөт (кыргызча көк боор дегенди билдирет). Бирок бул түшүнүк дагы илимий мааниге ээ. Жөн гана ушул типтеги адамдарды, бөлүп билүү үчүн колдонулган термин.

**Инсандык сапаттары:** - Жалгыздыкты жакшы көргөн, бирөө менен сүйлөшкөндү сүйбөгөн. Өзү менен өзү болгон, жаңы маалыматтарды билүүгө көңүл чаппаган, өзүнө анча ишенбеген, коркоок, демилгелүү болуудан айбыккан сапаттагы адам.

**Ишмердүүлүк сапаттары:** - Эгерде жумушчу орун түзүлүп, бирөөлөр жолтоо болбосо, иштеп жаткан жумушунун ийне жибине чейин маани берип, жумуштун майын чыгара иштей алган адам.

**Жетишпеген жактары:** - өтө тарынчаак кылдан кыйкым тапкан адам. Көпчүлүктү жактырбайт.

Бул типтеги адамдардын инсандык сапаттарын жогорулатуу үчүн: өзүнө критикалык анализ берүүдөн чыгып, тартынганды унутуу керек. Бирөө менен иштөөгө көнүгүп, иштеп жаткан жумушка активдүү мамиле жасай билүүнү сунуш кылабыз.

Ушундай ыкмаларды биз сунуш эткен адабияттардан таап мындан башка методикалардын жардамында изилдесе болот.

### **Өзүн-өзү текшерүүгө керектүү суроолор.**

1. Темперамент жөнүндө жалпы түшүнүк.
2. Темпераменттин типтерин гуморалдык, морфологиялык жана неврологиялык теорияларда таануу.
3. Темпераментти жогорку нерв системада түшүнүү.
4. Темпераменттин типтери.
5. Темпераменттин мүнөздөн айырмачылыгы жана окшоштуктары.
6. Темпераментти түшүндүрүүчү сапаттар.
7. Темперамент жана жөндөмдүүлүк.
8. Темпераменттин окуу жана эмгек ишмердүүлүгүндөгү колодонулушу.
9. Темпераменттин тарбия проблемасындагы ролу.

### **Колдонулган адабияттар.**

1. Мерлин В.С. Очерк теория темперамент. -М., 1964.
2. Закиров А. Методика психологического изучения личности. Ош- 1997.
3. Практические занятия по психологии. Под ред. А.В. Петровского, -М., 1972.
4. Психология индивидуальных различий. Тексты, -М., 1982 с.320-338
5. Рубинштейн С.Л., Основы общей психологии. -М., 1999 с.613-634
6. Стрелцов Я. Роль темперамента в психологическом развитии. -М., 1982.
7. Исследование свойств нервной системы как путь изучения

индивидуально-психологической различий. -М., 1989  
т.2 с.137-168.

8. Общая психология. Под ред. А.В.Петровского. -М., 1987.  
с. 401- 419.
9. Небылицин В.Д. Основные свойства нервной системы человека. -М., 1966.
10. Христоматия по психологии. -М., 1977 с.320-338.
11. Рогов Е.И., Психология общения. - М., 2001.

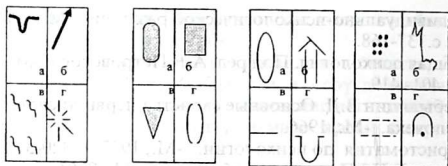
### **Тема: Мүнөздүн типтерин аныктоо**

Окуу китептерде берилгендей мүнөз 3 типке бөлүнөт. Ойлонулган тип, орточо тип, көркөм образдуу тип болуп. Ар бир тип адам баласын жаралуу мүнөзүнө жараша кыймыл аракетке келтирип, алардын жүрүм-турум нормаларын башкарып турат. Бирок адам баласындагы мүнөздүн типтерин бирин экинчисинен ажыратып, окуу - тарбия жумуштарында өзгөчө дифференцияланган жагдайда жасаш үчүн психологияда көнүктүрүлгөн төмөнкү ыкманы сунуш кылабыз.

**Иштин максаты:** Экспериментке катышкан изилденүүчүлөрдүн (окуучулардын) мүнөзүнүн типтерин аныктоо.

**Эксперименттин изилдөө объектиси:** Мүнөздүн типтери

**Экспериментти жүргүзүүнүн инструкциясы:** Экспериментке 4 группа бөлүнгөн «кыймыл», «сабырдуулук», «өзүнө ишенүү», «өзүнө ишенбөө» 16 символдуу сүрөткө көңүл коюп караңыз. Ар бир бөлүмдөн өзүңүздүн мүнөзүңүзгө туура келген бир символду тандаңыз. Төмөндөгү сунуш кылынган «кыймылга», «тынчтыка», «тең салмактуулукка» жана «тең салмаксыздыкка» карата мүнөздүн типтерин аныктоого боло турган сүрөттөрдүн, ар бири төрттөн варианка ээ болгон «тематикалык аперцепциялык тест» (ТАТ) сунуш кылынат. Ушул сүрөттөрдүн ар бир тобунан сиздин көңүлүңүзгө жаккан вариантын тандап жазуу керек.



«Кыймыл» «Тынчтык» «Ишенимдүүлүк» «Ишенбө-

өчүлүк»

Тандалган варианттар төмөнкүү акыч менен эсептелет.

а - 4  
б - 8  
в - 2  
г - 10

а - 10  
б - 8  
в - 2  
г - 4

а - 10  
б - 8  
в - 6  
г - 2

а - 10  
б - 8  
в - 2  
г - 6

Мисалы: 1-г, 2-а, 3-б жана 4-б тандала турган болсо, бул варианттар тесстин ачкычтарына салыштырып, төмөндөгү формула боюнча ар бир изилденүүчүлөрдүн жалпы алган баллынын суммасы табылат.

$M = \sum d_i = K + T + TC + TCЭ$  мында  $M$  - мүнөздүн типтери;  $d_i$  - изилденип жаткан мүнөздүн типтеринин элементтери;  $K$  - мүнөздүн тең салмактуулукка карата мүнөздөлүшү;  $T$  - мүнөздүн тынчтыкка карата мүнөздөлүшү;  $TCЭ$  - мүнөздүн тең салмактуу эместигине карата мүнөздөлүшү.

Ал эми ар бир топтун варианттары (а, б, в, г) өзүнчө баллдарга ээ. Алсак  $a=4$ ;  $b=8$ ;  $b=2$ ;  $g=10$ . Ошондой эле тынчтык тобу  $a=10$ ;  $b=8$ ;  $v=2$ ;  $g=4$ ; барабар.  $TC$  -  $a=10$ ;  $b=8$ ;  $v=4$ ;  $g=2$ ; о.э. ( $TCЭ$ ) тең салмактуу эместигине карата  $a=10$ ;  $b=8$ ;  $v=2$ ;  $g=6$ ; барабар болушат.

Ошентип жогорку мисалды төмөнкүдөй чыгарууга болот:

$M = \sum d_i = 10 + 10 + 8 + 2 = 30$  барабар болот.

**Анализ:** Изилденүүчүнүн кандай мүнөздөгү адам экендигин экспериментте берилген баллдар боюнча мүнөздүн типтерин аныктай алабыз. Мисалда көрсөтүлгөн изилденүүчү 28-34 балл алган мүнөздүн тиби менен мүнөздөлүп, мүнөздүн "ойлонуучулугу" тибине кирет. Андай адамдар - айтканынан кайтпаган бир мүнөздүү, принципти бекем кармаган, бирөөгө анчалык сырын ачапаган, кыйынчылык ситуациялардан алыс болууга аракеттенген типке кирет. Мындай факторлорду



төмөнкү шаблондук түшүндүрмөлөр аркылуу ишке ашырууга дагы болот. Чогулган баллдарды суммалоо менен.

**0 дон 13 кө чейин.** Сиздин жүрүм-турумуңуз биринчиден чөйрөгө көз каранды, көңүлүңүз тез чөгөт, сизге чөйрө өтө катуу басымдуулук кылат, сиз эмес чөйрө сиздин ордуңузга ойлонот. Сиз өтө эле эмоционалдуу адамсыз.

**14 төн 20га чейин.** Өз нугуңузда жүргөнүңүз менен ордуңузду табууга аракет кыласыз. Сиз өзүңүзгө сын көз менен карагандыктан, чөйрө сизге таасир бере албайт. Эгер коркуп жүргөн оюнуздун, туура эмес экени билинсе, оюнуздан кайтып кетесиз.

**21ден 27ге чейин.** Өзүңүздү күнөөсүз адам деп ойлойсуз. Бирок сиз сырткы таасирге чалдыккансыз. Жашоо проблемаларынан өзүңүздүн көз карашыңызды өйдө көрөсүз. Ошондуктан жашоодо өз алдынча алдын ала айтууңуз сизге оң жардам берет.

**28ден 34 кө чейин.** Сизге өз көз карашыңыздан, оюнуздан кайтуу кыйынга турат. Канчалык кимдир бирөө кысым көрсөтсө, ошончолук каршылыгыңыз күчөйт. Бирок чынында сиздин “ишенүүңүздө” кандайдыр бир оор ситуацияга түшүп калуу коркунучу бар.

**35тен 40 ка чейин.** Эгер бир нерсени ойлосоңуз, ал оюнуздан эч ким кайтара албайт. Бирок сизди жакшы билген адам билгизбей оюнуздү буруп коюшу мүмкүн.

Ушундай эле изилдөөнү класс коллективине өндүрүштүн группаларына дагы жүргүзүп анализ жасаса болот. Андай иштерди аткаруу үчүн изилденүүчүлөр тарабынан алынган жоопторду төмөндөгү таблицага толтуруу керек.

Таблица.

№	Ф.И.О.	Мүнөздүн типтери			
		кыймыл	Сабыр дуулу	Ишени мдүүлүк	Ишенбөөчү лүк
1	Ч. Т.	8	4	10	6 =28
2	А. Ф.	2	8	10	6 =26
3	Ж. Г.	10	8	8	6 =32
n		10	8	6	10 =34
	Ар. орт.	7,5	7	8,5	7=30

Эгерде бул таблицага анализ кыла турган болсок орточо балл 30 алып жогорку шаблонго жараша 28-34 баллдын мазмунундагы мүнөздү түшүнүүгө болот. б.а. жалпы класс коллективин орточо алганда өзүн күнөөлүү деп сезбеген, канчалык кимдир бирөө кысым көрсөтсө ошончолук ал адамга каршылык көрсөкөн адамдар болушат. Чынын айтса сиздин тую сезимиңизде сырткы чөйрөгө карата коркунуч бар. Ошол стресстик абалды алып таштоо максатка ылайыктуу.

Ошондуктан изилденүүчүлөргө коомдук талапка жараша окуу-тарбия иштерин уюштуруш үчүн ушул ыкманын көрсөткүчүн колдонуу аркылуу изилденип жаткан адамдар менен жеңил мамиледе боло алууга жетишүүгө болот.

### **Тема: Мүнөздүк сапаттарды изилдөөчү ыкма** (суроо жооп тест)

Сунуш этилген ыкма мүнөздүн сапаттарын изилдөөгө мүмкүндүк берет. Изилдөө жыйынтыгындагы мүнөздүн маанисине карата ал адам туурасында психологиялык маалымат алууга болот.

Ал үчүн төмөндөгү инструкцияны колдонуп, изилдөө жумушун уюштуруу керек.

**Инструкция:** Сизге сунуш этилген ар бир суроонун мазмунуна терең маани берип, оюңузга келген жоопторду пайдалануу менен убакытты кармабай, керектүү жооптун вариантын тегеректеп коюңуз. Студенттердин шартында китепти белгилөөгө болбойт, дептерге суроонун номерин жазып, тушуна жооптун вариантын (а, б, в, г) коюп коесуз. Мисалы: 1-в, 2-б, 3-а ж.б.

### **Изилдөөгө керектүү суроолор.**

1. Өзүңүздүн жасап жаткан жумушуңуз, курчаган чөйрөңүзгө өз таасирин тийгизет деп ойлойсузбу?  
а) өтө эле аз; б) аз; в) көп эле; г) өтө күчтүү таасирин тийгизет.
2. Көпкөндүктү же бой көтөргөндүктү кокустан болгон процесс деп ойлойсузбу? а) ооба, б) жок, в) билбеймин.
3. Бул сапаттардын ичинен элдер кайсынысын баалайт деп ойлойсуз?

- а) туруктуулук ,б) ойлоонун кендиги,  
в) өзүн эффективдүү көрсөтө алуу.
4. Сизде педантиздик сапат барбы?  
а) ооба, б) жок, в) билбеймин.
  5. Сизге учураган кокустукту тез унутуп кое аласызбы?  
а) ооба, б) жок.
  6. Өзүңүздүн жүрүм-турумуңузду анализдегенди жакшы көрөсүзбү?  
а) ооба, б) жок.
  7. Өзүңүзгө жакшы тааныш болгон адамдардын арасында:  
а) өзүңүз каалаган нерсени тандап сүйлөгүңүз келеби?  
б) өзүңүз менен өзүңүз болгонуз келеби?
  8. Кыйын татаал жумушту аткарып жатып, келечектеги андан да татаал нерселер жөнүндө ойлонуудан алыс болгонуз келеби?  
а) ооба , б) жок.
  9. Бул сапаттардын кайсынысы сизге дал келет?  
а) кыялкеч, б) «көйнөктө төрөлгөн баладай» болуучулук,  
в) эмгекке жанын берүү; г) тыкан;  
д) өзүнүн башына өзү чөп үйүп алуу.
  10. Талкууланып жаткан маселеде:?  
а) көпчүлүктүн оюна дал келбеген мазмунда сүйлөйт белеңиз,  
б) талкууланган маселе боюнча айкын чечимиңиз болсо да унчукпай олтура бересизби,  
в) өз оюңузда калуу менен көпчүлүктү ээрчип кетесизби,  
г) өз оюңузду удургутпаш үчүн, сизди муктаж кылган талапты кабыл аласызбы?
  11. Жетекчинин күтүлбөгөн кайрылуусу?  
а) жиниңизди келтиреби, б) тынчсыздандырабы,  
в) камкордук көрсөтөбү.
  12. Эгерде оппонентиңиз сизге каршы иш уюштурса:  
а) ошол эле тондо жооп беремин; б) изилдеп көрөмүн,  
в) ошол эле мезгилде аны шылдыңдаймын;  
г) танапис берүүнү өтүнөмүн.
  13. Эгерде сиздин жасаган ишиңизди жараксыз деп табышса?
  14. а) көңүлүм чөгөт; б) уят боломун, в) өзүмдү айыптабаймын.

15. Эгерде сизди иштен четтетип койсо, анда кимди күнөөлөйсүз?  
а) өзүмдү; б) пешенемдин жоктугун; в) объективдүү шартты.
16. Сиздин оюнузча коллегияңыз, жетекчиңиз, кызматчыларыңыз сиздин жөндөмдүүлүгүңүздү баалашпайт деп ойлойсузбу?  
а) ооба, б) жок.
17. Эгерде сиздин коллегияңыз же досторунуз кыйынчылык уудурса, анда?  
а) аларга жиним келет,  
б) акырындык менен көнүүгүгө аракеттенемин,  
в) жинимди келтирбестен аларды акырындык менен (ойноткум) шылдыңдагым келет.  
г) эч бир көңүл бурбай мыскылдып күлөмүн.
18. Шашылып жатканыңызда койгон жериңизден сумкаңызды, зонтигиңизди таппай калсаңыз?  
а) унчукпай издей беремин,  
б) үйүмдүн тартипсиз экенине нараазы боломун.  
в) издебей кете беремин.
19. Мен өзүмдү кармай албай калам, эгерде?  
а) узун кезекте туруп калсам, б) коомдук транспорттордо,  
в) бир эле жерге бир канча жолу кирсем.
20. Талаштан кийин өз оюңузду жакташ үчүн керектүү варианттарды ойлоносузбу? а) ооба, б) жок.
21. Өтө маанилүү жумушту аткаруу үчүн кандай жардамчыны тандайт элеңиз?  
а) демилгеси жок болсо дагы айтканды аткарып туруучу адамды, б) ишин жакшы билген, бирок айтканын бербеген адамды,  
в) өтө шалаакы бирок бир жактуу адамды.

Ошентип, бул ыкманы чечмелеп, сүйлөтүү үчүн төмөндөгү ачыкчы колдонуп изилденген жеке адамга жана группага анализ беребиз.

**Ачыкчы:**

1. $a=0$	6. $a=2, b=0$	11. $a=0, b=1, v=2$	16. $a, g, d=0$ $B=1, B=2$
2. $a=0, b=1$	7. $a=2, b=0$	12. $a=0, b=2, v=1$	17. $a=2, B=0$
3. $a=1, b=1$	8. $a=0, b=2$	13. $a=2, b=1,$	18. $a=1, b=0, v=2$

		B=0		
4. a=2, б=0	9.a=0, б=1, в=3, д=0	14. a=2, Б=0, в=0	19.a=0,б=1,в=2	
5.a)=0, б=2	10.a=2, б=2	15.a=0, б=2,В=3	20.a=2,б=1,в=2	

Таблица 1.

№	Ф.И.О.	Мүнөздүн типтери			
		0-15	15-25	26-38	38 ден жогору
1	Ч. Т.				
2	А. Ф.				
3	Ж. Г.				
n					
	Ар. орт.				

Изилдөөнүн көрсөткүчтөрүн чечмелеп сүйлөтүүдө төмөнкү колдонмо пайдаланылат.

**15 баллдан төмөнкүлөр:** Мүнөзү туруксуз, өзүн-өзү кармай албаган, келечекке ой жүгүртпөгөн адамдар. Эгерде кокустук болсо, өзүнөн башканын бардыгын күнөөлөшөт. Достукта же коомдук жумуштарда мындай адамдарга ишенүүгө болбойт.

**15-25 баллга чейин алгандар:** Булар катуу мүнөздөгү адамдар, булар турмуш чындыгына туура маани берет, бирок бардык эле дйлогону иш жүзүнө аша бербейт. Себеби катачылыктар да көп болот. Коллективде өздөрүн түз, чыдамкайлык менен кармашат. Ошондой болсо да, ишин максатка жеткирүү үчүн өздөрү туурасында да ойлонуулары керек.

**26-38 баллга чейин алгандар:** Булар жоопкерчиликти толук сезген адамдар. Бирок өздөрүнүн ойлорун жана бирөөнүн да оюн баалай билишпейт. Ошондуктан катуу мүнөз дегендиктин туура варианттарын тандай билүүнү сунуш кылабыз.

**38 ден жогору балл алгандар:** Булар жөнүндө эч нерсе айтууга мүмкүн эмес. Анткени бул өтө эле идеалдуу мүнөз. Мындай мүнөздөгү адамдар турмушта дээрлик кездешпейт, же изилдөө туура эмес жүргүзүлүп калышы мүмкүн.



### **Мүнөздү текшерүүгө керек болгон суроолор.**

1. Мүнөздүн психикалык жактан аныкталышы.
2. Мүнөздүн психикалык структурасы.
3. Мүнөздүн формалары.
4. Мүнөз жүрүм-турумдун программасы катары түшүндүрүлүшү.
5. Мүнөз биологиялык фактор катары түшүндүрүшү.
6. Мүнөз жана кол жазма.
7. Мүнөздүн типтери.
8. Мүнөз жана темпераменттин окшоштуктары жана айырмачылыктары.

### **Колдонуу үчүн керек болгон адабияттар.**

1. Ковалев А.Г. Мясичев В.Н. Психологические особенности человека. Т1 Характер. -ЛГУ., 1998.
2. Левитов А.Д. Психология характера. -М., 1964.
3. Леонгаз К. Акцентуация личности. Киев, 1984.
4. Психология индивидуальных различий тексты. -М., МГУ 1982, с 172-318
5. Рубинштейн Л.С. Основы общей психологии. -М., 1999 с. 662-664.
6. Миңбаев К. Адамдын психологиясы. Ош-2000.
7. Закиров А., Умаров Т. Психодиагностика. Ош-1998.
8. Практикум по психологии. Под ред. А.Н. Леонтьев - М., МГУ 1972. с-214-237
9. Практические занятия по психологии. Под ред. А.В. Петровского, - М., 1972. с 140-165
10. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология. -М., 2000.

### **Тема: Жөндөмдүүлүктөгү жүрүм-турум мотиви**

Психология предметинен көрүнүп тургандай жөндөмдүүлүк экиге бөлүнөт. Тубаса жөндөмдүүлүк жана калыптанган жөндөмдүүлүк болуп. Биздин шартта «калыптанган жөндөмдүүлүк» изилденет. Бул фактор окутуучулардын окуу-тарбия иштериндеги негизги проблемалардын бири болуп саналат. Студенттердин тубаса жөндөмдүүлүгүн, калыптанган жөндөмдүүлүгүнө дал

келтирүү биздин ишибиздин мазмунун түзөт. Ошондуктан студенттердин көңүлүнө жаккан кесипке багыт берүү үчүн бир канча психологиялык ыкмалар сунуш кылынат. Бул ыкмалардын бири «инсандын жүрүм-турумунун мотивин аныктоо» ыкмасы саналат.

**Иштин максаты:** Студенттердин сабакка болгон кызыгуу денгээлин аныктоо.

**Экспериментти жүргүзүү объектиси:** бир студенттик группа.

**Экспериментке керек болгон суроолор:** 78 суроо. Бул суроолорду 13 предметке бөлгөндө, ар бирине алтыдан суроо туура келет. Суроолордун сабактар боюнча бөлүнүшү төмөнкү таблицада берилген.

(Таблицадагы сандардын ордун алмаштырбоо керек)

Таблицада көрүнгөндөй, физика жана математика сабагына

1, 14, 27, 40, 53, 66 – суроолор, ал эми 13 – номердеги аскердик кесипке, предметтерге таблицадагы калган суроолор ушундай эле принципте бөлүнгөн.

Экспериментти өткөрүү жолу.

Таблицаны толтуруу төмөндөгүчө жүргүзүлөт. 78 суроонун ар бири үч варианттагы жоопко ээ деп шарттуу түрдө кабыл алынат. «Жагат» 3 балл менен бааланат.

«Жакпайт» 0 балл менен бааланат.

«Билбейм» 1 балл менен бааланат.

Мисалы: 1- суроону 1 - таблицага толтурабыз.

Изилдөөчү: «Математика сабагын сүйөсүңбү?» - деп студенттерге кайрылат. Жогоруда айткандай, бул суроонун жообу 3 вариантка ээ. Студент ушул варианттардын бирин тандап алуусу зарыл. Студент тандаган жооптун баллдары таблицадагы 1 деген сандын жанына жайгаштырылат: Мисалы,  $1/3$ ,  $2/0$ ,  $3/1$ . ж.б. деп ар предметтерге карата толтурулуп чыгат.

Ушул принципте бардык суроолор толтурулат. Суроолорго жөн бөргөндөн кийин горизанталдык багытта ар бир суроодо алынган упайлардын арифметикалык суммасы табылат. Ар бир кесипке, предметке ыйгарылган упайга карап, окуучулар кызыккан же кызыкпаган кесиптерди, сабактарды тактап, анын себептерин түшүндүрүү керек. Бул эксперименттин жыйынтыгы төмөндөгүдөй болот.

### Суруолордун предметтер боюнча бөлүнүшү.

1. Математика жана физика сабагын жактырасыңбы?
2. Химия сабагын сүйөсүңбү?
3. Электро-радио приборлордун түзүлүшү менен таанышууну жактырасыңбы?
4. Түрдүү өлкөлөрдүн мамлекеттик түзүлүшүн билүүнү каалайсыңбы?
5. Техникалык жаңылыктар жөнүндө билгин келеби?
6. Дүйнөлүк классиктердин чыгармаларын окуунучу?
7. Жаныбарлар жана өсүмдүктөр жөнүндө жазылган чыгармаларды окугун келеби?
8. Жаштар, тарбиячы, мугалим жөнүндө жазылган китептерди берилип окуйсүңбү?
9. Тарых жана коом таануу сабагын сүйөсүңбү?
10. Медицина илиминин жаңылыктары менен таанышууну каалайсыңбы ?
11. Сен жашап, окуп жаткан комнатаны таза кармагын келеби?
12. Сүрөт көргөзмөсүнө, театрга, музейге барууну жакшы көрөсүңбү ?
13. Согуш темасында жазылган чыгарманы окуйсүңбү?
14. Математикалык жана физикалык ачылыштар жөнүндө жазылган илимий-популярдуу адабияттарды окууну жакшы көрөсүңбү ?
15. Химия областы боюнча жаңы жетишкендиктер, ачылыштар, жаңылыктар жөнүндө билгин келеби?
16. Радиотехника боюнча илимий популярдык журналга жазылган макалаларды окуунучу?
17. Жаңы ачылган кен байлыктардын ички түзүлүшүн, пайда болуусун изилдөөнүчү?
18. Азыркы техниканын жаңы жетишкендиктери менен таанышуунучу?
19. Адабий сын макалаларды окуунучу?
20. Ботаниканы жана биологияны сүйөсүңбү?
21. Сүйлөмдүн жазылыш эрежелерин, оор математикалык маселелердин чыгарылышын жолдошуна түшүндүрүүнүчү?
22. Күндөлүк жаңылыктарды талкуулоого, талдоого кызыгасыңбы?
23. Анатомияны үйрөнүүгө кызыгасыңбы?
24. Картотека түзүүгө кызыгасыңбы?
25. Симфониялык, опералык музыкаларды угасыңбы?

26. Согуш техникасы менен таанышууну каалайсыңбы?
27. Физикадан тажрыйба жаанды жакшы көрөсүңбү?
28. Химиялык реакциялардын жүрүшүн жана тажрыйбалардын жыйынтыктарын билгиң келеби?
29. Турмуштук приборлорду ондогун келеби?
30. Минералдык коллекцияларды жыйнаганды жакшы көрөсүңбү?
31. Ар түрдүү механизмдерди топтоону жана ремонттонучу?
32. Ыр, ангеме жазууга аракеттендиңби?
33. Өсүмдүктөрдү өстүрүүгө жана аны кароого кызыгасыңбы?
34. Кичинекей балдар менен убакыт өткөрүүнү каалайсыңбы?
35. Мектепте коомдук иш-чараларды уюштуруунучу?
36. Кишинин бир жери шишип же чыгып кеткенде, биринчи жардам көрсөтүүнү каалайсыңбы?
37. Экскурсия учурунда тамак уюштургун келеби?
38. Сахнага чыгып, ырдаганды, көркөм окууганды?
39. Согуштук журуштөргө, оюндарга катышуунучу?
40. Физикалык, математикалык кружокторго катышканды каалайсыңбы ?
41. Реактивдерди тартууну, аралашмаларды даярдоонучу?
42. Электро, радио приборлорду конструкциялагын келеби?
43. Геологиялык жана географиялык экспедицияларга барганды каалайсыңбы ?
44. Кораблдердин, планерлердин, самолеттордун моделин түзүүнүчү?
45. Чет тилди үйрөнгүң келеби ?
46. Түрдүү жаныбарларга системалуу жардам бергин келеби?
47. Тарбиячы болуп иште десе иштейт белең ?
48. Эл аралык абал жөнүндө окуучулардын алдына чыгып сүйлөгүн келеби?
49. Оорулууга байкоо жүргүзүп, аларга жардам бергин келеби?
50. Магазинде кардарларга керектүү нерселерин тандоого жардам бересиңби?
51. Жыгачты оймолоону, сүрөт тартууну жана музыкалык аспапта ойноону каалайсыңбы?
52. Спорттун секцияларына катышкың келеби?

53. Физикалык жана математикалык олимпиадага катышууну каалайсыңбы ?
54. Химиядан татаал маселени чыгарууну жакшы көрөсүңбү?
55. Так өлчөөчү приборлорду колдонуп, эсептөөлөрдү жүргүзгүң келеби ?
56. Геологиялык жана географиялык карта түзүүчү?
57. Техникалык схемаларды, чиймелерди талдоонучу?
58. Сөздүн жана сөз айкашынын келип чыгышын изилдөөнүчү?
59. Айыл чарба өсүмдүктөрүнүн жаңы сортторун чыгаруунучу?
60. Доклад, лекция даярдап, аны аудитория алдында окугун келеби?
61. Ар турдуу өлкөлөрдүн социалдык өзгөрүшүн, саясий түзүлүшүн үйрөнүүнү каалайсыңбы ?
62. Оорулардын пайда болуу себебин жана адамдын денесинин бардык функцияларын үйрөнүүнүчү?
63. Адамдарга турмуш тиричилик жактан түрдүү көрсөтүүнүчү?
64. Искусствонун тарыхын жана теориясын үйрөнүүнүчү?
65. Атактуу кол башчылардын тагдырын жана ири салгылашуулардын тарыхын билүүгө кызыгасыңбы?
66. Математикалык формула, эреже талап кылган маселелерди чыгарууну жакшы көрөсүңбү ?
67. Химиялык билимди талап кылуучу тапшырмаларды аткаргын келеби?
68. Татаал радиотехниканы талдоонучу?
69. Катуу режимди сактам, татаал саякатка чыккын келеби?
70. Татаал долбоорлорду, чиймелерди аткаруунучу?
71. Библиографиялык справочниктер, адабий булактар жана сөздүктөр менен иштегин келеби?
72. Айыл чарба машиналарын, техникаларын, сүмдүктөрүн кароо максатында берилген тапшырмаларды аткаргын келеби?
73. Балдарды окутууну жана тарбиялоону жактырасыңбы?
74. Мектепте концерт, кечелерди өткөрүүнүчү?
75. Өзүңдүн жакындарыңдын ден-соолугу жөнүндө кам көрүүнүчү?
76. Ар дайым көп кишилер менен мамиле түзүүчүңү?



77. Театр, музыка, живопистен эстетикалык ырахат алгын келеби?
78. Күндөлүк режимди сактап, катуу режимде иштегинди жакшы көрөсүңбү ?

№ 1 таблица.

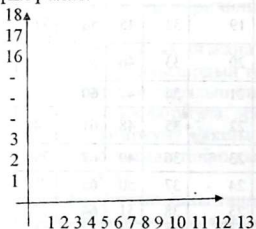
№	Предметтер	Суроонун номери жана текшеруунун жообу						Жалпы упайы
		1/	14/	27/	40/	53/	66/	
1.	Физика жана математика	1/	14/	27/	40/	53/	66/	
2.	Химия	2	15	28	41	54	67	
3.	Электро жана радиотехника	3	16	29	42	55	68	
4.	Геология жана география	4	17	30	43	56	69	
5.	Техника	5	18	31	44	57	70	
6.	Филология жана журналистика	6	19	32	45	58	71	
7.	Биология жана айыл чарба	7	20	33	46	59	72	
8.	Тарбия	8	21	34	47	60	73	
9.	Тарых жана коом таануу	9	22	35	48	61	74	
10.	Медицина	10	23	36	49	62	75	
11.	Тейлөө тармагы	11	24	37	50	63	76	
12.	Искусство	12	25	38	51	64	77	
13.	Аскердик иш	13	26	39	52	65	78	

Экспериментти группанын ар бир студенттине жана группалык коллективине жараша анализ жүргүзөбүз. Эгерде бир студентке анализ жүргүзө турган болсок, 78 тестик суроого карата студенттин 13 кесиптик багытка карата иш жөндөмдүүлүгүн аныктай алабыз. Ал эми группанын жүрүм-турум мотивин табуу үчүн төмөнкү таблица пайдаланылат.

№ 2 таблица.

№	Ф.И.О.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	Абасов Ч.													
2	Мамаев М.													
3	Жаанбаев Т.													
n														
	ар. орт.													

Мында эң жогорку балл 18, эң кызыккан кесиптин багытын түшүндүрсө, 0 таптакыр кызыкпаган (жаман көргөн) кесипти түшүндүрөт. Эгерде класс коллекивинин предметтерге карата болгон иш жөндөмдүүлүгүн кызыгуу мотивдерин, мугалимдердин балдарды кесипке (предметтерге) кызыктуу иш жөндөмдүүлүгүн группалык негизде да аныктоого болот. Андай графиктер төмөнкү көрүнүштү алат.



Ошентип бул ыкманы колдону менен биринчиден изилденип жаткан балдардын өздөрү окуган предметтерге карата болгон кызыгууларын жана ошол предметке карата болгон жөндөмдүүлүгүн билүүгө болот. Экинчиден балдарга сабак берген предметтик мугалимдердин өз предметине карата болгон билимин, сабак өтүү жөндөмдүүлүгүн, педагогикалык чеберчилигин да билебиз. Мындай факторлорду балдар канчалык ошол мугалим окуткан предметке жогору балл берсе ошол предметтик мугалим окуучуларга ошончолук жогору билим бергендигин түшүндүрүп турат. Эгерде тескерисинче болсо ал мугалимдин билими начар экендигин түшүндүрөт. Бул ыкманын

жардамында түрдү жагдайды иш жөндөмдүүлүктөрдү дагы чечүүгө болот.

**Тема: Жөндөмдүүлүктүн багыттарын изилдөөчү ыкма**

Сунуш этилип жаткан экинчи ыкма инсандын жекече жөндөмдүүлүгүн маалымат алуунун функция боюнча изилдейт, б.а. төмөнкүдөй факторлордун денгээлин аныктайт.

**Метафордук** түшүнүккө карата жүрүм-турумун башкаруу: мында кабыл алып жаткан адам сөз, ыр, образ, көркөм адабиятта берилген метафорлорго туура маани бере алуучулук жөндөмдүүлүктү түшүнөбүз.

**Маалыматты** образдуу кабылдоо жөндөмдүүлүгү: мында фантазиялык, образдуу элестете алуу, сүрөт, чийме менен өз оюн башка бирөөгө түшүндүрөө алуу жөндөмдүүлүгүнүн жогору же төмөн экендигин айтууга болот.

**Символикалык** белгилерге туура маани бере алуу жөндөмдүүлүгү: мында предметтин же маалыматтын мазмунун -белги, формула, график жана чийме аркылуу түшүндүрө алуу жөндөмдүүлүгү жөнүндө изилденет.

**Маалыматтарды тил** аркылуу бирөөлөргө түшүндүрө алуу жана өзү түшүнө алуу: Мында маалыматтарды сөз аркылуу бирөөгө түшүндүрө алуу жөндөмдүүлүгү аныкталат.

**Маалыматтарды абстракциялоо** аркылуу түшүндүрө алуу: мында абстрактуу ойлоонун негизинде жалпы чечимдерди, жыйынтыктарды чыгара алуу жөндөмдүүлүгү изилденет.

**Рефлексиялык** жөндөмдүүлүк (өзүнүн ички дүйнөсүнө маани бере алуу): мында кабыл алынган маалыматты өзүнүн субъективдүү ой-толгоосуна салыштырмалуу өзүн башкара алууга жетишүү.

**Кол эмгегинин** жардамы менен аткарылуучу жумуштарды так аткара алуучулук: мында кол эмгегинин жардамында керектүү буюмдарды жасап, тетиктерди оңдоп, жаңы моделдерди түзө алуу жөндөмдүүлүгү жөнүндө сөз болот.

Изилденүүчү ушул көрсөтүлгөн факторлордун кайсынысы боюнча жогору балл топтой турган болсо, ал ошол фактор боюнча жөндөмдүү деп табылат.

**Инструкция:** Урматтуу изилденүүчү сиздин жөндөмдүүлүгүңүздүн денгээлин изилдөө максатында берилген суроолордун ар бирине өзүңүздүн иш аткаруу формаңызга жараша алты (0,1,2,3,4,5) баллдык системада жооп беришиңизди суранабыз.

### **Изилдөөгө керек болгон суроолор.**

1. Кандайдыр бир маалыматты түшүнүү үчүн ал нерсенин образын элестете билесизби ?
2. Сүрөт тартууга кызыгасызбы?
3. Сиз формула, графиктер аркылуу маалыматтарды толук түшүнө аласызбы?
4. Досторуңуз менен турмуш жөнүндө аңгемелешкиңиз келеби?
5. Сизге берилип жаткан маалыматтарды абстрактуу элестетүү аркылуу түшүнүп, жыйынтык чыгара аласызбы ?
6. Өзүңүздүн айланаңыздагы маалыматтарды туура түшүнүү үчүн көп убакыт кетсе да алар туурасында ойлоносузбу?
7. Кандайдыр бир техникалык тетиктерди кыйналбай эле ондой аласызбы?
8. Кимдир бирөөлөр менен метафордук сөздөрдү пайдаланып сүлөшүү үчүн, билимиңизди жогорулаткыңыз келеби?
9. Килейлөө, сүрөт тартуу, макеттерди жасоо сиздин сүйүктүү ишиңизби?
10. Кимдир бирөөлөргө бир маалыматты сүрөттөп берүү үчүн чиймелерди, формулаларды пайдалангыңыз келеби?
11. Сизде адабияттык жөндөмдүүлүк бар деп ойлойсузбу?
12. Сизге абстрактуу түшүнүктөгү сүрөттөр (живопистер) жагабы?
13. Сиз абстрактуу сүрөттөөлөрдү кыйналбай түшүнө аласызбы?
14. Сиз кандайдыр бир аппараттарды, техниканы өз колуңуз менен ондогонсузбу?
15. Сөздүн метафоролоп, образдап сүйлөө кургак болот деп эсептептейсизби?
16. Китеп окуп жатканыңызда ошондогу каарамандар менен аралашып кеткендей сезим сизде пайда болобу?
17. Сиз кандайдыр бир символдорду, белгилерди, цифраларды эсиңизге жакшы сактай аласызбы?
18. Сизди «жакшы жомокчу» дешет, ушул чынбы?

19. Сиз бирөө менен сүйлөшүп жатканда керектүү сөздөрдү оной эле колдоносубу?
20. Көркөм адабияттагы белгилердин символикалык маанилерине оңой эле түшүнөсүзбү?
21. Кандайдыр бир жасалгалоо учурундагы кол жумуштары сизди өзүнө тартабы?
22. Сизге макалдап сүйлөгөн адамдардын сөздөрү жагабы?
23. Сиз искусствого байланышкан китептерди, сүрөттөрдү чогултасызбы?
24. Сиз формула, белги менен жазылган сөздөрдү эркин түшүнөсүзбү?
25. Ыр жазып көрдүңүз беле?
26. Сизди, тааныштарыңыз абстрактуу сүйлөйт дешет, ушул чынбы?
27. Бир эле күнөөнү ар түрдүү тегиздикте ой жүгүртүп көрдүңүз беле?
28. Сизди колуңузdan «корру төгүлгөн» уста дешет, ушул канчалык денгээлде чын?
29. Сиз мурун жазылган өзгөчө поэзияга кызыгасызбы?
30. Сизге белги, формула түрүндөгү маалыматтарга караганда көркөм адабий тилдеги маалыматтар түшүнүктүү көрүнөбү?
31. Бирөөгө кат жазганыңызда, экөөңүздөргө гана белгилүү болгон сөздөрдү колдонуп жазуу сизге жагабы?
32. Чогулуштарда чыгып сүйлөгүңүз келеби?
33. Сиздин ишиңиздеги белгилердин системасынын машинанын тили менен байланыштуу болушун каалайсызбы?
34. Жатканда оюңузга келген кыялыңызды системалаштырууга аракеттенесизби?
35. Техника менен иштөө сизди канааттандырабы?
36. Көркөм адабияттан өзүңүзгө жаккан образдарды, колдонуп макала жазгыңыз келкеби?
37. Өзүңүздү бай фантазияга ээмин деп эсептейсизби?
38. Компьюторго программаны кыйналбай эле түзө аласызбы?
39. Чет тилдерин билесизби?
40. Айрым учурларда сүйлөшүп жаткандыгы түшүнүксүз фразаларга кайрадан кайрыласызбы?
41. Аткара турган жумушуңузду ойлонуп туруп анан жасоого аракет кыласызбы?



42. Техникалык жаңылыктарды өздөштүрүүгө дараметим жетет деп ойлойсузбу?
43. Өзүңүз метафордук сөздөрдү тапкың келеби?
44. Сиздин сүрөт тартаканыңызды дайыма көрүүгө болобу
45. Түшүндүрүүнү жеңилдетүү үчүн формуланы, чиймени колдоносузбу?
46. Сиз ыр жазууга көп убакыт кетиресизби?
47. Керектүү маалыматтарды узакка эске сактоо үчүн өзүңүзгө гана түшүнүктүү болгон белгилөөлөрдү колдоносузбу?
48. Сизди өтө акылдуу адам дешет, ушул чынбы?
49. Сиз өтө кылдаттыкты, чыдамкайлыкты талап кылган кол өнөрчүлүк жумуштарын аткарууну каалайсызбы?

Алынган эксперименталдык изилдөөлөрдү чечмелеш үчүн эки этаптан турган жумуш уюштурулат.

Биринчи этапта изилдеген ар бир инсанга «ачкычты» пайдалануу менен жекече жыйынтыктар чыгарылат.

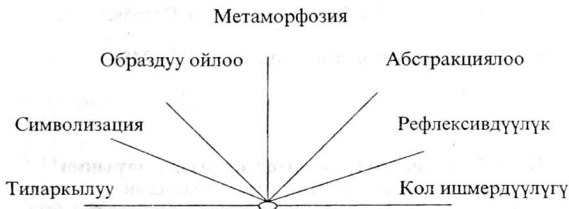
Экинчи этапта ар бир изилденүүнүн көрсөткүчү аркылуу группага тиешелүү болгон жөндөмдүүлүктүн формаларынын деңгээлдери аныкталат.

№	Факторлор	Суроолордун номери
1.	Метафорлоштуруу	1, 8, 15, 22, 29, 36, 43
2.	Образдуу кабыл алуу	2, 9, 16, 23, 30, 37, 44
3.	Символдоштуруу	3, 10, 17, 24, 31, 38, 45
4.	Тил аркылуу сүйлөшүү	4, 11, 18, 25, 32, 39, 46
5.	Абстракциялоо.	5, 12, 19, 26, 33, 40, 47
6.	Рефлексивдүүлүк.	6, 13, 20, 27, 34, 41, 48
7.	Кол ишмердүүлүгү.	7, 14, 21, 28, 35, 42, 49

Группалык факторду аныкташ үчүн төмөндөгү таблица толтурулат.

№	Ф.И.О.	Ф1	Ф2	Ф3	Ф4	Ф5	Ф6	Ф7
1.	Абдиева М.							
25.	Калыков А. Камилова Ы.							
Ариф. орточо								

Сунуш этилген жумуштар аткарылгандан кийин маалымат көрсөтмөлүү болуш үчүн ар бир изилденүүчү жана жалпы группа үчүн изилдөө көрсөткүчтөрүнө таянуу менен төмөнкүдөй графиги тургузууга болот.



Графиктен көрүнүп тургандай жөндөмдүүлүк кызыккан адистике жараша балдарда ар түрдүүчө болушу мүмкүн. Ошондуктан окуучулардын изилдөө жыйынтыгына жараша кесипке багыт берүүдө ушул ыкма пайдалуу деп ойлойбуз.

#### **Жөндөмдүүлүктү текшерүүгө керек болгон суроолор.**

1. Жөндөмдүүлүк жөнүндө түшүнүк.
2. Жөндөмдүүлүктүн сандык жана сапаттык жактан мүнөздөлүшү.
3. Жөндөмдүүлүктүн структурасы.
4. Жөндөмдүүлүк жана ишмердүүлүктүн окшоштуктары жана айырмачылыктары.
5. Талаптын пайда болушу жана анын структурасы.
6. Жөндөмдүүлүктүн түрлөрү.
7. Жөндөмдүүлүктү калыптандыруучу факторлордун психикалык жактан мүнөздөлүшү.

#### **Колдонууга керек болгон адабияттар.**

1. Введение в практическую социальную психологию. Уч.пособ. / под ред. Ю.М. Жукова изр. -М., 1997.
2. Лейтес Н.С. Умственные способности и возраст. -М., 1971.
3. Методика психологического изучения личности. Учеб.пособ. / составитель Закиров А. Ош-1997.
4. Педагогические занятия по психологии. Учеб.пособие. Под ред А.В. Петровского, -М., 1976.

5. Практикум по психологии. Уч.пос. Под ред. А.Н.Леонтьев, -М., 1972.
6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. -М., 1999.
7. Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий 2 т. -М., 1982.
8. Общая психология. Учебник, под ред. А.В. Петровского, - М., 1987
9. Хрестоматии по психологии. -М., 1977 с. 338-345.

**Тема: Инсандын өздүк кооптонуусун изилдөөчү ыкма**

Сунуш кылынып жаткан тест инсандын өзүн-өзү баалоосунда анын коопсуздугун кандай деңгээлде кабыл алаарын аныктоонун ишенимдүү ыкмасы. Бул ыкманын артыкчылыгы: адамдын реактивдик кооптонуусун (азыркы учурда коопсуздукту кандай кабыл алып жаткандыгын) жана инсандын кооптонуусун (салыштырмалуу туруктуу психикалык касиет катары) аныктоого мүмкүндүк берет. Тест Г.Д.Спилберг (США) тарабынан иштелип чыгып, Ю.Л.Ханин тарабынан көнүктүрүлгөн.

Инсандык кооптонуу-турмушта кезигүүчү түрдүү кырдаалдарды, адам катары кабыл алуусун инсандын салыштырмалуу туруктуу сапаты катары аныктайт. Инсандын кооптонуунун жогору болушу невротизм жана психосемантикалык оорулардын пайда болушу менен түздөн-түз байланышта турат. Ал эми реактивдүү кооптонуу-инсандын учурдагы тынчсыздануусун, нервдик чыңалуусун аныктайт. Реактивдүү кооптонуунун жогору болушу, көңүл буруунун жана жөнөкөй кыймылдардын бузулушун (калтыроо, титирөө ж. б.) пайда кылат.

Бирок, кооптонуунун алгачкы деңгээлин тескери сапат катары кароого болбойт. Кооптонуунун белгилүү бир деңгээлде болушу-адам үчүн зарыл жана табигый көрүнүш. Ошондуктан кооптонуу белгилүү бир деңгээлге чейин пайдалуу, андан ашыгын зыян катары кароо керек.

Ошентип, бул тест 2 бөлүктөн турат. 1-20га чейин реактивдүү кооптонуу (РК), 21-40 инсандык кооптонуу (ИК). Ар бир кооптонуу өз-өзүнчө аныкталат.

**Инструкция:** Төмөндө сунуш кылынган суроолорго жооп берүү менен башталат. Алардын ар биринин маанисине карап, 1, 2, 3, 4 деген баллдардын бирөөнү коюу керек.

Бул жердеги жоопторду «туура», «туура эмес» деп кабыл алууга болбойт. Ошондуктан, убакытты кармабай, ойго биринчи келген жоопту берүүгө болот.

1-жок, мындай эмес;

3 – ооба, ушундай эле;

2-кээде ушундай;

4 –ар дайым ушундай.

***Сиз өзүңүздү азыркы учурда кандай сезип турасыз?***

1. Мен токтоомун.
2. Мени эч ким коркутпайт.
3. Мен тынчы жок адаммын.
4. Менде өкүнүч бар.
5. Мен өзүмдү эркин сеземин.
6. Мен эч нерсеге көңүл бургум келбейт.
7. Келечек менин тынчымды ала берет.
8. Мен өзүмдү эс алгандай сеземин.
9. Мен бир нерседен коркуп жатамын.
10. Менде ички канааттануу сезими пайда боло берет.
11. Мен өзүмө ишенемин.
12. Мен туталана беремин.
13. Кээде өзүмдү коерго жер таппай каламын.
14. Мен таарынчаакмын.
15. Мен өзүмдү чарчагандай сеземин.
16. Мен бардыгына ыраазымын.
17. Мен келечекке кам көрөмүн.
18. Мен тез өзүмдү жоготуп коемун.
19. Мен кубанычтуумун.
20. Мага бардыгы жагымдуу сезилет.

***Сиз өзүңүздү адатта кандай сезесиз?***

1. Мен ырахаттанып жүрөмүн.
2. Мен тез эле чарчагандай боло беремин.
3. Мен тез ыйлап жиберемин.
4. Мен өзүмдү башкалардай эле бактылуу сезгим келет.
5. Мен көпчүлүк мезгилдерде жеткиликтүү чечимдерди кабыл алгандыктан, башкаларга уттуруп коемун.
6. Мен өзүмдү дайыма шайыр сеземин.
7. Мен токтоо, кылдат жана жыйынтыктуумун.
8. Келечектеги кыйынчылыктар менин тынчымды ала берет.

9. Мен жок нерселерге тынчсыздана беремин.
10. Мен жетишерлик бактылуумун.
11. Мен бардыгын жүрөгүмө жакын кабыл аламын.
12. Мага өзүмө-өзүм ишенгендик жетишпейт.
13. Мен адатта өзүмдү коркунучсуз сеземин.
14. Мен кыйынчылыктан качууга аракеттенемин.
15. Менде себепсиз кусалануулар болот.
16. Мен өзүм ыраазымын.
17. Мен болбогон эле нерселерге толкунданып кетемин.
18. Бир нерсеге кыжаалат болсом, анны көпкө чейин унута албаймын.
19. Мен тен салмактуу адаммын.
20. Өзүмдүн жумуштарым жөнүндө ойлогонумда катуу тынчсызданамын.

РКнын жана ИКнын көрсөткүчтөрү төмөнкү формулалар боюнча эсептелет.

$$PK = E1 - E2 + 35$$

E1 – 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18 суроолордун баллдарынын суммасы.

E2 – 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20 суммасы

$$IK = E1 - E2 + 35$$

E1 – 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40 суроолордун баллдарынын суммасы.

E2 – 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39 суммасы

Изилдөөнүн жыйынтыгын чечмелөөдө 30га чейинкилер төмөнкү деңгээлдеги кооптонуу, 31-45 нормадагы кооптонуу, ал эми 46дан ашкандан кийин жогорку деңгээлдеги кооптонуу деп баалоо туура.

Группалык көрсөткүч.

№	Ф.И.О.	РК			ИК		
		30	31-45	46	31	31-45	46
1.	Назова А.						
2.	Раев Р.						
25.	НабиеваК.						
Арифм. орточо							



Таблицага толтурулган көрсөткүчтөргө карата группалык анализ жүргүзүүгө болот.

### **Бышыктоо үчүн суроолор.**

1. Инсандын өзүн-өзү баалоосу жөнүндө жалпы түшүнүк.
2. Инсандын өзүн-өзү башкаруу системасы.
3. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмелөө.
4. Бул ыкманын практикалык жумуштагы орду.

### **Тема: Бүтпөгөн сүйлөм ыкмасы**

«Бүтпөгөн сүйлөм» ыкмасы эксперименталдык психологияда көптөн бери колдонулуп жүрөт. Ошондуктан мунун түрдүү варианттары да көп.

Биз сиздерге Сакс жана Леви тарабынан иштелип чыккан вариантын сунуш кылабыз. Бул вариант 60 бүтпөгөн сүйлөмдү өз ичине алат. Эгерде булардын маанисине карай турган болсок, 15 группага бөлүштүрүүгө болот. Алар: үй-бүлөгө, ата-энеге, жетекчиге, карама-каршы жыныстагыларга, досторуна ж. б. багытталган мамиленин деңгээлин аныктайт.

**Инструкция:** Сүйлөмдөрдөгү чекиттердин ордуна бир же бир нече сөздөрдү кошуп сүйлөмгө мазмун бериш керек.

1. Атам өтө аз ... деп ойлоймун.
2. Эгерде бардыгы мага каршы чыгышса, анда мен ...
3. Мен ар дайым каалайт элем ...
4. Эгерде мен жетекчи болуп калсам, анда ...
5. Эртеңки күн мага ... сезилет.
6. Менин жетекчим ...
7. Мен ... корком.
8. Чыныгы досту ... деп ойлоймун.
9. Мен бала кезимде ...
10. Менимче аялдардын (эркектердин) идеалы ...
11. Мен аял менен бараткан аялды көргөнүмдө ...
12. Көп үй-бүлөлөргө караганда менин үй-бүлөм ...
13. Мага ... иштөө жагат.
14. Апам жана мен ...
15. Эгерде ... унутулса, мен бардыгын жасамакмын.

16. Эгерде менин атам кааласа ...
17. Менен жетишпеген жактарымды жакындарым айтышса...
18. Мен өзүмдү ... жөндөмдүүмүн деп эсептеймин.
19. Эгерде бирөө менин кол алдымда иштесе ...
20. Мен ... болушуна үмүттөнөмүн.
21. Мектепте менин мугалимдерим ...
22. Менин ... корко турганымды жолдошторум билишпейт.
23. Мен ... адамдарды жаман көрөмүн.
24. Мен урушканга чейин ...
25. Менин оюмча көпчүлүк кыздар жана балдар ...
26. Менин оюмча жубайлардын жашоосу ...
27. Менин үй-бүлөм мага ... катары жасайт.
28. Мени менен иштеген адамдар ...
29. Менин апам ...
30. Менин эң чоң катам ... болгон.
31. Мен атамдын ... болушун каалайт элем.
32. Менин эң чоң кемчилдигим ...
33. Турмуштагы менин ички каалоом ...
34. Менин кызматчыларым ...
35. Мен бактылуумун качан ...
36. Менин жетекчим мага жакындашканда мен ...
37. Мен коркпот элем, эгерде ...
38. Мага ... адамдар жагат.
39. Эгерде мен кайрадан жаш болсом ...
40. Мен көпчүлүк аялдарды (эркектерди) ... деп ойлоймун.
41. Эгерде менде нормалдуу жыныстык турмуш болсо; ...
42. Мага белгилүү көпчүлүк үй-бүлөлөр ...
43. Мага ... адамдар менен иштөө жагат.
44. Мен көпчүлүк энелерди ... деп ойлоймун.
45. Мен жаш кезимде, ... болсо өзүмдү күнөөлүү сезет элем.
46. Мен атамды ... деп ойлоймун.
47. Эгерде менин ишим аткарылбай калса, мен ...
48. Мен бардыгынан мурда ... болууну каалаймын.
49. Мен башкаларга тапшырма берип жатканымда ...
50. Мен карыганда ...
51. Менен жогору турган адамдардын ... кабыл аламын.
52. Менин сактанганым, мени бир нече жолу ... жасоого мажбурлаган.
53. Эгерде мен жок болсом, менин досторум ...
54. Менин балалык кездеги эч эстен кеткис окуям ...

55. Мага аялдардын (эркектердин) ... аябай жагат.
56. Менин жыныстык турмушум ...
57. Мен бала кезде менин үй-бүлөм ...
58. Мени менен иштеген адамдар ...
59. Мен өз апамды жакшы көрөм, бирок ...
60. Менин эң жаман көргөн нерсем, бул ...

Ар бир группадагы сүйлөмдөр аркылуу тиешелүү системага карата мамилелердин оң, тескери же бейтарап экендиги анализделет. Мисалы, сүйлөм жана анын жоопторунун варианттарына берилген баллдар төмөнкүдөй көрүнүштө болот.

Мага белгилүү көпчүлүк үй-бүлөлөр ... .

1. Бактысыз, ынтымаксыз – 1 балл
2. Ынтымагы анчалык бекем эмес – 2 балл
3. Бардыгы бирдей эле – 3 балл

Мага келечек ... сезилет.

1. Коркунучтуу, жаман, кайгылуу – 1 балл
2. Белгисиздей, тумандуу – 2 балл
3. Таптакыр эч нерсе көрүнбөгөндөй – 3 балл ж.б.

Мына ушундай ыкма менен сандык баалоолорду жүргүзүү, эксперименттин жыйынтыгын чечмелөөнү жеңилдетет.

#### Ачкыч

Сүйлөмдөрдүн группасы	Сүйлөмдөрдүн ачкычы
1. Атага болгон мамиле.	1, 16, 31, 46
2. Өзүнө болгон мамиле.	2, 17, 32, 47
3. Ачыла элек мүмкүнчүлүгүнө болгон мамиле.	3, 18, 33, 48
4. Кол алдындагыларга болгон мамиле.	4, 19, 34, 49
5. Келечекке болгон мамиле.	5, 20, 35, 50
6. Өзүнөн жогору турган адамдарга болгон мамиле.	6, 21, 36, 51
7. Коопсуздануу.	7, 22, 37, 52
8. Досторго болгон мамиле.	8, 23, 38, 53
9. Башынан өткөн окуяларга болгон мамиле.	9, 24, 39, 54
10. Карама-каршы жыныстагыларга болгон мамиле.	10, 25, 40, 55

- |                                   |                |
|-----------------------------------|----------------|
| 11. Жыныстык мамиле.              | 11, 26, 41, 56 |
| 12. Үй-бүлөгө болгон мамиле.      | 12, 27, 42, 57 |
| 13. Кесиптештерине болгон мамиле. | 13, 28, 43, 58 |
| 14. Энесине болгон мамиле.        | 14, 29, 44, 59 |
| 15. Күнөөсүн сезүү.               | 15, 30, 45, 60 |

Таблица № 1.

Ф.и.о.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Б.Т															
А.А															
Ариф. орточо															

### Теманы бшыктоо үчүн суроолор.

1. Карым-катнаш жөнүндө жалпы түшүнүк.
2. Мамиленин инсандык сапат катары түшүндүрүлүшү.
3. Эксперименттен алынган жыйынтыкты психологиялык теорияларга таянуу менен чечмелениши.

### Тема: PEN ыкмасы

**Инструкция:** Сиздин мүнөзүңүзгө жана ден-соолугуңузга тиешелүү болгон суроолор берилет. Эгерде сиз «ооба» деп жооп бергиңиз келсе «+» белги менен, «жок» десениз «-» белгини коюу аркылуу жооп берип чыгасыз.

#### Суроолор

1. Сиздин хоббиңиз көппү?
2. Эмне иш кылаарыңызды алдын ала ойлоносузбу?
3. Сизде көңүл чөккөн же көтөрүлгөн учурлар тез-тез болобу?
4. Таптакыр башка адам болуп көрүнүүгө аракеттенип көрдүңүз беле?
5. Сөзмөр адамсызбы?
6. Алган карызыңыз жөнүндө тынчсызданасызбы?
7. Эч себепсиз эле өзүңүздү бактысыз адамдай сездиңиз беле?
8. Бир нерсени сатып алаарыңызда, кеткен акчаңызга

ичиңиз ачышабы?

9. Түндө эшикти илип жатасызбы?
10. Өзүңүздү шайырмын деп эсептейсизби?
11. Жаш баланын же жаныбарлардын кыйналып жатканын көргөндө чыдай аласызбы?
12. Өзүңүздүн айткан сөзүңүз үчүн кайра кыжаалат болдуңуз беле?
13. Өзүңүздүн убаданызды, сизге ыңгайсыз болуп турса да сөзсүз аткарасызбы?
14. Тоого чыгып, ырахат алдыңыз беле?
15. Ызы-чуу компанияга тез эле аралашып кете аласызбы?
16. Сиздин ачууңуз тез келеби?
17. Өзүңүздүн күнөөлүү экениңизди сезип туруп деле, ал үчүн башка бирөөнү күнөөлөдүңүз беле?
18. Сизге жаңы адамдар менен таанышуу жагабы?
19. Коргонуунун пайдалуу экенине ишенесизби?
20. Сизди оңой таарынтууга болобу?
21. Өзүңүздүн кылык-жоругуңузду жагымдуу деп эсептейсизби?
22. Көпчүлүктүн арасында көзгө көрүнбөөгө аракеттенесизби?
23. Сизге коркунуч келтире турган каражаттарды (алкоголь, наркотикалык) колдонуп көрдүңүз беле?
24. Сизди бардык нерселер жадаткан учурлар болгонбу?
25. Өзүңүзгө тиешелүү эмес, башка бирөөнүн буюмдарын бекитип алган учурларыңыз болгонбу?
26. Мейманчылыкка барганды жакшы көрөсүзбү?
27. Бирөөнүн кыйналганын көрүп ырахат алдыңыз беле?
28. Уялганыңыздан кыйналгансызбы?
29. Өзүңүз түшүнбөй туруп ал нерсе жөнүндө бирөөлөргө айтып бересизби?
30. Окуган китептериңиз жөнүндө бирөөлөргө айтып бердиңиз эле?
31. Сиздин чыныгы душмандарыңыз барбы?
32. Өзүңүздү жиндимин деп ойлогон учурларыңыз болдубу?
33. Туура эмес кылган ишиңиз үчүн дайыма кечирим сурайсызбы?
34. Досторуңуз көппү?
35. Сизге башкаларды капа кыла турган тамашалар жагабы?
36. Сиз тынчы жок адамсызбы?



37. Кимдир бирөөнүн атын өз кызыкчылыгыңыз үчүн колдондуңуз беле?
38. Убактыңызга карабай иштей бере аласызбы?
39. Сизден алыс болууга аракеттенген адамдар барбы?
40. Өзүңүздүн сырткы көрүнүшүңүздү жакшыртууга көп аракеттенесизби?
41. Жаман көргөн адамдарыңызга деле жылуу мамиле жасай аласызбы?
42. Адамдардын келеч үчүн жасаган иштерине кетирген убактысын, бекер убакыт өткөрүү деп эсептейсизби?
43. Өлүшкө аракет кылып көрдүңүз беле?
44. Кармалбашыңызга көз жетип туруп, дүкөндөн буюмдун акчасын төлөбөй кетте аласызбы?
45. Жандуу компанияда отурганды каалайсызбы?
46. Адамдарга орой мамиле жасап албайын деп этияттанасызбы?
47. Урушуп кеткенден кийин көпкө кыжаалат боло бересизби?
48. Өзүңүзгө кошуп алуу үчүн бирөөлөрдү мажбурлап, кысым көрсөткүңүз келеби?
49. Дайыма вокзалга автобустун жөнөшүнө акыркы минуталар калганда келесизби?
50. Сиз бирөөнү атайлап капа кылган учурларыңыз болду беле?
51. Сиз кычык сүйлөгөн адамдардын жанында турганды каалайсызбы?
52. Өзүңүздүн күнөөңүздөн улам досторунуздан айрылган учурларыңыз болду беле?
53. Жалгыздыктан кыйналдыңыз беле?
54. Сиздин сөзүңүз, дайыма ишиниз менен дал келеби?
55. Сизге жаныбарлар менен ойногон жагабы?
56. Сизге айтылган сындарга капа болосузбу?
57. Жашоо сизге кызыксыздай сезилди беле?
58. Сизде жумуштан же жолугушуудан кечиккен учурлар болгонбу?
59. Айланаңызда адамдардын коркуп турушун каалайсызбы?
60. Сизден адамдардын коркуп турушун каалайсызбы?
61. Сиздин алакаңдарыңыз от жаккандай ысып же муздай тоңгон чурларыңыз болгонбу?

62. Кээде бүгүнкү ишинизди эртеңкиге калтырып кое бересизби?
63. Сизди шайыр адам деп эсептесе болобу?
64. Сизге жалганды тез-тез айтып турушат деп ойлойсузбу?
65. Кээ бир окуяларга, буюмдарга өтө сергек мамиле жасайсызбы?
66. Өз айыбыңызды дароо моюнга аласызбы?
67. Капканга түшкөн жаныбарды көрүп, сиздин бооруңуз ооруйбу?
68. Сизге анкета толтуруш кыйынбы?
69. Балалык кезиңизде берилген буйрукту дароо аткарат белеңиз?
70. Өзүңүздү колунан иш келбеген адам катары сезген учурларыңыз олгонбу?
71. Сиз үчүн тазалык жана жагымдуу жүрүм-турум чоң мааниге ээби?
72. Коркунучтуу нерселерди эстеп алып, толкунданып көрдүңүз беле?
73. Сизде бирөөнүн буюмдарын сындырып же жоготуп жиберген учурлар болду беле?
74. Сиз бейтааныш адамдар менен таанышканда, сөздү дайыма биринчи баштайсызбы?
75. Бирөөнүн ички абалын оңой түшүнөсүзбү?
76. Ачууңуз келгенде өзүңүздү токтото албай каласызбы?
77. Керексиз кагаздарды турган эле жериңизге таштап басып кетесизби?
78. Көпчүлүктүн арасында азыраак сүйлөшкө аракеттенесизби?
79. Бирөөнү эскирген жаман адат деп эсептейсизби?
80. Сиз өзүңүзгө нааразы болгон учурларыңыз болду беле?
81. Сизге мактанчаактык жагабы?
82. Сүйлөбөй отурган адатты ташташ керек деп эсептейсизби?
83. Машинаны жай айдаган айдоочулар сиздин жиниңизди келтиреби?

84. Сиз өзүңүздүн ден-соолугуңуз жөнүндө көп тынчсызданасызбы?
85. Бирөөнү жамандап көрдүңүз беле?
86. Досторуңузга анекдот айтып берүү сизге жагабы?
87. Сизге бардык эле жемиштердин даамы бирдей сезилеби?
88. Сиздин жинденген учурларыңыз болобу?
89. Бала чагыңызда ата-энеге каяша айтып көрдүңүз беле?
90. Сизге адамдар менен сүйлөшүп отурган жагабы?
91. Ишиңизде ката кетиргениңизди билгенден кийин, ага кыжаалат болосузбу?
92. Уктай албай кыйналдыңыз беле?
93. Тамак ичээрдин алдында дайыма колунузду жууйсузбу?
94. Бирөөлөрдүн суроолоруна токтолбостон жооп бересизби?
95. Жолугушуучу жерге белгиленген убакыттан эрте келүүгө аракеттенесизби?
96. Өзүңүздү жөндөн-жөн эле чарчагандай сезе бересизби?
97. Сизге тез кыймылды талап кылган жумуштар жагабы?
98. Сиздин апаныз – жакшы адамбы?
99. Сизге тездетилген жашоо кызыксыздай сезилеби?

#### Акычтар.

**Психотизм:** «-» белгиге карата 2, 6, 9, 11, 19, 39, 43, 59, 63, 67, 78, 99., «+» ка карата: 14, 23, 27, 31, 35, 47, 51, 55, 71, 85, 88, 93, 97.

**Экстраверсия – инроверсия:** «-» белгиге 22, 30, 46, 84; «+» карата 1, 5, 10, 15, 18, 26, 34, 38, 42, 50, 54, 58, 62, 66, 70, 74, 77, 81, 90, 92, 96.

**Нейротизм:** «+» белгиге 3, 7, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40, 44, 48, 52, 56, 60, 64, 68, 72, 75, 79, 83, 86, 89, 94, 98.

**Чынчылдык:** «-» белгиге 4, 8, 17, 25, 29, 41, 49, 53, 57, 65, 69, 76, 80, 82, 91, 95; «+» ка карата 13, 21, 33, 37, 73, 87, 99.

№	Ф.И.О.	1	2	3	4
1.	Алиева Л.				
2.	Баатыров Т.				
25.	Кошматов Ш.				
Ариф. орточо					

Таблицага толтурулуу менен анализ жүргүзүлөт.

## **Тема 20: Инсандын багытталуусун аныктоочу ыкма**

Азыркы мезгилде инсандын багытталышын аныктоодо биринчи жолу 1963-жылы Басс-Даркин тарабынан негизделген анкетасы кеңири колдонулуп келүүдө.

Анкета 27 ой жүгүртүүнүн пункттарынан турат. Ар бир пунктка 3 варианттан жооптор берилип (А, Б, В) ал жооптор тиешелүү түрдө инсандын багытталуусунун 3 түрүн көрсөтөт. Изилденүүчү жооп бергенде өзүнүн учурдагы абалына, көз карашына туура келген жоопту белгилөөсү керек. Изилденүүчүнүн көз карашына туура келген ар бир жооп үчүн «2» балл, эң алыс турган жоопторго «0» балл, ал эми белгиленбей калган жоопторго «1» ден балл берилет. Андан кийин багытталуунун ар бир түрү үчүн алынган баллдар суммаланып эсептелет.

Бул ыкманын жардамында инсандын төмөндөгүдөй багытталуулардын деңгээлдери аныкталат.

1. Өзүнө карата багытталуу (Мен) – Багытталуунун бул түрү инсандын өзүн дайыма ардактуу көрсөтүүгө, бийлик кылууга, атаандашууга умтула тургандыгын билдирет. Керек болгон учурда түрдүү жаңжалдарды уюштурууга чейин барат.

2. Карым-катнашка болгон багытталуу (К-К) – Багытталуунун бул түрү инсандын ар дайым башка адамдар менен тыгыз мамилелешүүгө, биргелешип иштөөгө умтула тургандыгын билдирет. Башкаларга чын дилинен жардам берүүгө аракеттенишип, дайыма коомчулук менен бирге болууну аракеттентет. Бирок көпчүлүккө көз каранды болуп, өз алдынча чечим кабыл алууга жөндөмсүз.

3. Жумушка болгон багытталуу (ЖБ) – багытталуунун бул түрүнөн жогорку балл алгандар өз иштериндеги кыйынчылыктарды, маселелерди кызыгуу менен чечишет. Ар дайым жумуштун майын чыгара иштөөгө умтулушуп, башка адамдар менен жумуш тууралуу пикир бөлүшүүнү жактырышат.

### **Изилдөөгө керектүү суроолор.**

1. Мен эң чоң канааттууну алам ...

а). Өз ишими жактыруудан;

- б). Жумуштун жакшы аткарылышынан;  
 в). Досторумдун мени курчап тургандыгын билгенимде.
2. Эгер футбол (волейбол, баскетбол) ойносом, мен анда ... болууну каалайт элем.
- а). Оюндун тактикасын иштеп чыгуучу машыктыруучу;  
 б). Атактуу оюнчу;  
 в). Команданын капитаны;
3. Менимче эң мыкты педагог ...
- а). Окуучуларда кызыгууну пайда кылып, алардын ар бирине жекече мамиле жасайт;  
 б). Предметине кызыктырып, ал боюнча окуучулардын билимин тереңдетет;  
 в). Эч ким өз оюн тартынбай айта ала турган шарт түзөт.
4. Мага ... адамдар жагат.
- а). Аткарылган ишке кубанган;  
 б). Коллективде чын ниети менен иштеген;  
 в). Өз ишин башкалардан мыкты аткарууга умтулган.
5. Мен досторумдун ... адамдардан болушун каалайт элем.
- а). Ак ниет жана керектүү учурда жардам көрсөтө алган;  
 б). Чынчыл жана мага берилген;  
 в). Акылдуу жана кызыктуу.
6. Мен эң мыкты дос деп ... эсептеймин.
- а). Бардыгы менен жакшы мамиле күткөндөрдү;  
 б). Өзүм ишенген адамды;  
 в). Өз турмушунда көп нерселерге жетише алгандарды;
7. Менин эң жаман көргөнүм, бул ...
- а). Ийгиликке жетпей калган учурларым;  
 б). Досторум менен мамилем бузулган учур;  
 в). Мени сындап жатышкан мезгил.
8. Менимче педагог үчүн эң жаман нерсе, бул ...
- а). Окуучулардын жактырбагандыгын ачык билдирип, аны менен тамашалашуусу;  
 б). Коллективде атандашуулардын болушу;  
 в). Өзү окуткан предметти билбегендик.
9. Менин балалык кезимдеги эң жакан нерсем, бул ...
- а). Досторум менен убакыт өткөзүү;  
 б). Жумуш аткарып бүткөндүгүмдү сезүү  
 в). Бир нерсе жөнүндө мени мактагандык.
10. Мен ... адамдардан болууну каалайт элем.



- а). Турмушунда ийлиликке жетишкен;  
 б). Өз ишине жан - дили менен кызыккан;  
 в). Меймандостугу жана кичипейилдиги менен айырмаланган.
11. Мектептин биринчи кезектеги милдети, бул ...  
 а). Турмуштун койгон талаптарын чечүүнү үйрөтүү;  
 б). Окуучулардын жекече жөндөмдүүлүктөрүн өстүрүү;  
 в). Адамдар менен мамиле кылууга керектүү сапаттарды тарбиялоо.
12. Эгерде бош убакыт болсо, мен аны кызыктуу өткөрүү үчүн ...  
 а). Досторум менен сүйлөшүп отурмакмын;  
 б). Эс алып, көңүл ачмакмын;  
 в). Өзүмдүн сүйүктүү иштеримди жасап, ал жөнүндөгү илимимди жогорулатмакмын.
13. Мен эң чоң ийгилигиме жетишет элем, эгерде ...  
 а). Жагымдуу деген адамдарым менен бирге иштеп калсам;  
 б). Мен кызыккан жумуш болсо;  
 в). Менин аракетим жогору бааланса.
14. Мен үчүн эң жагымдуу мезгил, бул ...  
 а). Башка адамдардын баалашуусу;  
 б). Жакшы аткарылган жумуштан ырахат алуу;  
 в). Досторум менен убакытты кызыктуу өткөрүү.
15. Эгерде мен жөнүндө газетага жазууну чечишсе, мен анда ... каалайт элем.  
 а). Мен катышкан окуу, спорт, эмгек менен байланышкан кызыктуу жумушту жазышын;  
 б). Менин ишмердүүлүгүмдү жазышын;  
 в). Мен иштеген коллектив жөнүндө жазышын.
16. Мен бардыгынан жакшы окуйт элем, эгерде мугалим ...  
 а). Мага жекече мамиле жасаса;  
 б). Мени предметине кызыктыра алса;  
 в). Үйрөтүп жаткан проблемасы тууралуу коллективдүү талкууну уюштура алса.
17. Мен үчүн ... өткөн жаман нерсе жок.  
 а). Адамды шылдыңдоодон;  
 б). Эң маанилүү жумушту ийгиликсиз аткаргандан;  
 в). Досторунан айрылгандан.
18. Менин баарынан жогору балаган нерсем, бул ...  
 а). Ийгилик;

- б). Биргелешип иштөөгө ыңгайлуу мүмкүнчүлүк алуу;  
 в). Эң сонун акыл жана ой.
19. Менин эң жаман көргөн адамым, бул ...  
 а). Өзүн башкалардан кем сезүү;  
 б). Урушчаак, чыр адам;  
 в). Бардык жаңы чыккан нерселерге каршы чыккан адам.
20. Мен үчүн эң жагымдуу нерсе, качан ...  
 а). Бардык жумуштар үчүн манилүү нерсенин үстүнөн иштесем;  
 б). Көп дос күтө алсам;  
 в). Бардыгынын көңүлүн алып, бардыгына жаксам.
21. Менимче жетекчи биринчи кезекте, ... болуш керек.  
 а). Жеткиликтүү сүйлөй алган;  
 б). Авторитеттүү;  
 в). Талапты кое алган.
22. Бош убактымда ... жөнүндөгү китептерди кызыгып окуйм.  
 а). Досторду кантип күтүү;  
 б). Белгилүү адамдардын турмушу;  
 в). Илимдин жана техниканын акыркы жетишкендиктери.
23. Эгерде менде музыкалык жөндөмдүүлүк болсо, мен анда ... болууну каалайт элем.  
 а). Дирижер;  
 б). Композитор;  
 в). Солист.
24. Мен ... каалайт элем.  
 а). Кызыктуу конкурс ойлоп табууну;  
 б). Конкурета жеңип чыкканды;  
 в). Конкурс уюштуруп, аны алып барганды.
25. Мен үчүн баарынан ... билүү маанилүү.  
 а). Өзүмдүн эмне кылуумду каалаганымды;  
 б). Максатыма кантип жетүүнү;  
 в). Максатыма жетүү үчүн адамдарды кантип уюштурууну.
26. Адам ... умтулушу керек.  
 а). Башкаларды ыраазы кылууга;  
 б). Өзүнүн милдетин аткарууга;  
 в). Аткарылган иш үчүн анын кемчилдигин көрсөтүүгө.
27. Бош убактымда мен эң жакшы эс алат элем, эгерде ...  
 а). Досторум менен сүйлөшүп отурсам;  
 б). Көңүлдүү кино көрүп отурсам;  
 в). Сүйүктүү жумуштарымды иштеп отурсам.

Бардык суроого жооп берип бүткөндө кийин төмөнкү акыч боюнча алган балдарды эсептейсиздер.

### АЧКЫЧ

№	М	О	Д	№	М	О	Д
2	Б	В	А	16	А	В	Б
3	А	В	Б	17	А	В	Б
4	В	Б	А	18	А	Б	В
5	Б	А	В	19	А	Б	В
6	В	А	Б	20	В	Б	А
7	В	Б	А	21	Б	А	В
8	А	В	Б	22	Б	А	В
9	В	А	Б	23	В	А	Б
10	А	В	Б	24	Б	В	А
11	Б	В	А	25	А	В	Б
12	Б	А	В	26	В	А	Б
13	В	А	Б	27	Б	А	В
14	А	В	Б				

Группалык өзгөчөлүктү аныктоо үчүн колдонулуучу таблица.

№	Ф.И.О.	Я	О	Д
1.	Ишенова К.			
2.	Камалов А.			
25.	Шарапов П.			
Ариф. орточо				

**Билимди текшерүүгө керек болгон суроолор.**

1. Жөндөмдүүлүк жөнүндө түшүнүк.
2. Жөндөмдүүлүктүн сандык жана сапаттык жактан мүнөздөлүшү.
3. Жөндөмдүүлүктүн структурасы.
4. Жөндөмдүүлүк жана ишмердүүлүк.
5. Талаптын пайда болуу структурасы.
6. Жөндөмдүүлүктүн түрлөрү.
7. Жөндөмдүүлүктү калыптандыруучу факторлордун психикалык негиздери.

### Колдонууга керек болгон адабияттар.

1. Введение в практическую социальную психологию. Уч.пособ. Под ред. Ю.М. Жукова изр. -М., 1997.
2. Закиров А. Психология боюнча практикум. Ош-2005.
3. Лейтес Н.С. Умственные способности и возраст. -М., 1971.
4. Методика психологического изучения личности. Учеб.пособ. составитель Закиров А. Ош-1997.
5. Педагогические занятия по психологии. Учеб. пособие. Под ред А.В. Петровского, -М.,1972.
6. Миңбаев К. Адам психологиясы. Ош-2000.
7. Практикум по психологии. Учеб. пособ. Под ред. А.Н. Леонтьев, -М., 1972.
8. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. -М.,1999.
9. Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий 2том. -М., 1982.
10. Общая психология. Учебник. Под ред. А.В. Петровского, -М.,1987.

№	Ф.И.О.
1	Ишбаев К.
2	Канатов А.
3	Шарипов В.

## Экинчи бөлүм

### Таануу процесстери

#### Тема: Көңүл буруунун туруктуулугу жана бөлүнүүчүлүгү

Мектеп окуучуларына мазмундуу билим берүүдө психология илиминдеги таануу процесстери негизги орунда турат. Таануу процесстеринин ичинде «көңүл буруу» үйрөнүү процесстеринин эң алгачкысы. Ал теорияда кандай мазмунга ээ болуп, адам баласынын турмушуна кандай өз таасирин тийгизе тургандыгын теорияда байкаган чыгарсыздар. Ал эми керектүү (изилдене турган) инсандардын көңүл буруусун керектүү маалыматтарга багытоодо, окутуучулар көңүл буруунун структурасына кирген психикалык өзгөчөлүктөрүнө карата изилдөөлөрдү жүргүзүп, инсандын көңүл буруу деңгээлине жараша багытталуусу болот.

Көңүл буруу структурасы негизинен 6 топко бөлүнөт (көңүл буруунун-көлөмү, термелүүсү, туруктуулугу, бөлүнүүчүлүгү, алмашуучулугу жана бузулушу). Эгерде окутуучу ушул көңүл буруусунун ар бир структурасына маани берүү менен сабакты (тарбияны) баштай турган болсо окутуучу түшүндүрүп жаткан маалыматты түшүнбөй турган окуучулар болбойт. Турмушта окуучулардын өңү -түсү мугалимдерди караганы менен алардын ойлоосу, элестетүүлөрү башка маалыматтарга бурулуп жаткандыгын көп кездештиребиз.

Экинчиден психологиянын закондоруна маани бере турган болсок, кандай гана адам болбосун көңүл буруу термелип, бөлүнүп, бузулуп турат ж.б. Ушул сыяктуу психикалык өзгөчөлүктөрдү азайтып үйрөтүүнүн эффективдүүлүгүн жогорулатуу үчүн бир катар изилдөөлөрдү жүргүзүү менен окуп жаткан балдардын ким экендигин билип, ар бир окуучуга жекече подходдорду жасоого болот. Ушундай факторлорду изилдеген ыкмалардын бири болуп «көңүл буруунун туруктуулугу жана бөлүнүүчүлүгү» деген ыкма аркылуу окуучуларды изилдейбиз.

**Изилдөөнүн максаты:** изилденип жаткан окуучулардын көңүл буруусунун туруктуулугун жана бөлүнүүчүлүгүн аныктоо.

**Изилдөө объектиси:** Окуучулардын сабакка көңүл буруу денгээлдери.

Экспериментте колдонулуучу материалдар: туурасынан жана тигинен 30 дан басма менен жазылган түрдүү иретте жазылган алфавит тамгалардын бланкасы. Эгерде ошондой бланка болбой турган болсо бир номердеги газета, журналдагы статьяларды же эски китептердеги тамгаларды да пайдаланса болот. Мындан сыркары убакытты өлчөгөнгө мүмкүндүк берген секундомер колдонулат.

### **Экспериментти жүргүзүүнүн инструкциясы**

Эксперимент класс группаларына, же ар бир окуучуга жекече жүргүзүүгө да болот (биздин шартта студент өзүнө жүргүзүп, үйрөнүп алып, андан кийин жумушунда колдонсо болот).

Экспериментти жүргүзүүнүн алдында экспериментатор изилденүүчүлөргө төмөнкүдөй түшүндүрүү жумушун жүргүзөт.

Азыр сиздерге бардыгы бирдей болгон Бурданонун таблицасын таратып берем (ушул методиканы жараткан англиялык психолог). Эгерде ал таблица болбосо бирдей номердеги газетаны же журналды – деп жазылган материалдын адресин айтат.

Менин командам боюнча сиздер таратып берилген таблицадагы эки тамганы, окуп баратканда учурай турган болсо сызып кете бересиздер. Качан «мен» минута дегенде ошол жерди өгзөчө сызык менен белгилеп жумуш аткарууну уланта бересиздер. Ошентип эксперименталдык жумуш 10 минутка созулат. Мисалы: изилдөөчүү К жана Т тамгаларын сиз десе ошол тамгалар учураган сайын сызып кете бересинер.

Экперимент аяктагандан кийин 10 минут эс алып, окуучулардан чогултуп алынган Бурдононун таблицаларын текшерүүгө өтөбүз. Бул учурда изилденүүчүлөр өтө көңүл буруу менен иштесе да айтылган тамгаларды сызбай, ката кетирген учурларды байкайбыз. Б.а. ошол кетирген каталарга карата ал окуучулардын көңүл буруусунун туруктуу жана туруктуу эмес экендигин аныктайбыз.

**Эксперименттин жыйынтыктары.** Эгерде класс окуучуларын толук ала турган болсок экспериментке катышкан бардык окуучулардын – фамилиясы жазылган, 10



минутанын ар бир минутасында ката кетирген каталардын санын жаза турган таблица түзүлүп, аягында класстын, группанын орто көңүл буруусун туруктуу жана туруктуу эместигин аныктаган арифметикалык жыйынтыгы чыгарылган таблица түзүлөт.

№	Ф.И.О.	1 мин	2 мин	3 мин	4 мин	5 мин	6 мин	7 мин	8 мин	9 мин	10 мин
1.	А. Ф.	4	3	3	2	0	3	2	3	3	4
2.	У. Т.	0	2	1	0	4	2	1	0	2	2
3.	Ч. А.	1	2	1	0	2	1	0	2	3	1
	Ариф. орточо	1,7	2,3	1,7	0,7	2	2	1	1,7	2,7	2

Бул таблицадагы көрсөткүчтөргө маани бере турган болсок. Таблицадагы Асанов Фархат биринчи минутада 4 ката. Экинчи мин. 3, үчүнчү мин. 3 ж.б. Ушул сыяктуу болуп 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 - минутадагы кетирген каталарын билүүгө болот. Ушундай эле эрежеде Үсөнова Гүлзаттын, Чыңгызов Алмаздын кетирген каталарына жараша көңүл бурууларынын туруктуулугун аныктоого жетише алабыз.

Ал эми класстын (группанын) көңүл буруусун, туруктуулугун ар бир минутасындагы экспериментке катышкан окуучуларынын кетирген каталарынын сандарын тигинен (вертикалдуу) суммалап жалпы окуучунун санына бөлүү менен класс коллективинин ар бир минутага карата көңүл буруунун туруктуулугун аныктай алабыз жана графикалык диаграммада төмөндөгүдөй графиги көрсөтүүгө болот.

Эгерде жогорку таблицадагы 3 окуучуга карата арифметикалык орточосун таап, графиги тургуза турган болсок ал төмөндөгү көрүнүштү алат. Бул класс коллективинин орточо көңүл буруусунун туруктуулугун жоон сызык менен белгилеп, андан кийин ар бир окуучунун графигин таап үзүк сызык менен белгилеп, бирин экинчисинен айырмалайбыз. Ушул тургузган графигерге жараша, ар бир окуучуга жана класс коллективине анализ жүргүзөбүз.

### Анализ:

Изилденүүчүлөр канчалык катанын санын аз кетирип нөлгө жакындаган сайын ошол окуучунун класстын көңүл буруусунун туруктуу экендигин билүүгө болот. Мындай окуучулардын сабагына маани бере турган болсо, сабакты жакшы өздөштүрө алат деп түшүнөбүз. Эгерде катаны көп кетирип өздүк графиги класс коллективинин орто графигинен айырмалана турган болсо, сабак алардын көңүлүн өзүнө бура албагандыгын түшүндүрөт. Мындай учурларда сабакты демонстрациялык негизде жүргүзүп плакаттарды, слайдаларды, компьютердик технологияларды колдонуп сабак уюштурууну сунуш этебиз.

Ушул эле эксперименттин жыйынтыгы менен изилденүүчүлөрдүн (окуучулардын) сабакка карата көңүл буруусунун көлөмүн да аныктоого болот. Жогоруда алынган эксперименттеги Бурданонун таблицасындагы, изилденүүчүлөрдүн аткарган жумушунун ылдамдыгына жараша б.а. 10 минутанын ичинде таблицадагы канча строканы сызгандыгына карата. Анткени лекциядагы түшүнүккө таяна турган болсок - көңүл буруунун көлөмү дегенибизде, эки же андан көп маалыматтарга бир эле убакытта жооп бере алуучу психикалык процессти айтабыз. Бул аныктамалардан көрүнүп тургандай көңүл буруунун көлөмү айрым учурларда убакытка да жараша болот. Эгерде башка изилдөөлөргө салыштырмалуу таблицадагы көп строканы окуп, ал строкадагы сыз деген тамгаларды катасыз сыза турган болсо, анда окуучулардын, көңүл буруусунун туруктуулугу жана көлөмү жакшы иштеген окуучулар деп айта алабыз. Бирок мындай учурдагы окуучулар аз кездешет.

Көп строканы сызганы менен, ал ошончолук катаны көп кетирет мындай окуучулардын аткарып жаткан жумуштун сапатсыз болушу педагогикалык жумуштун максатына туура келбейт. Ошондуктан андай окуучуларга шашпай, катасыз аткарууну сунуш этебиз.

Айрым окуучулар аз строканы сызганы менен катаны аз кетирет. Мындай окуучуларга убакыт берип, алардын сабак аткаруу мүмкүнчүлүгүн эске алуу керек. Анткени андай окуучуларды нерв системасы жай иштеген окуучулар деп коёбуз.

Үчүнчү этапта: Жогорку экспериментти улантып «көңүл буруунун алмашуу» деңгээлин аныктоого болот. Бул учурда эксперимент мурунку караганда татаалдаштырылат.

Экспериментке керектүү каражаттар: - баштагыдай эле Бурданонун таблицасы же эски журнал, газеталар колдонулат. Мындан сырткары бир эле мезгилде керектүү тамгаларды сызуу менен угуу аркылуу магнитофонго жазылган сөздөрдүн тизмесине же ар түрдүү строкадан топтолгон ырлардын мазмунуна, жөн эле экспериментатор иреттүү системада столду ургулап такылдаткан үндүн санына маани берип, эки жумушту бирдей алып баруу милдеттендирилет.

**Инструкция:** Бул учурда да 10 минутада бир эле мезгилде керектүү тамгаларды сызып, чыккан үндүн санына жараша ар бир минутасын өзүнчө аткаруу керек. Мисалы: экспериментатор минута дегенде иштеп жаткан строкалардын келген жерин белгилеп, анын жанына такылдагандын санын жазып туруу керек.

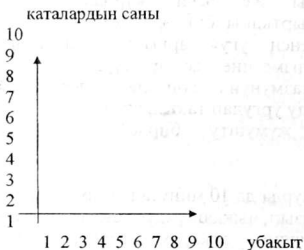
Изилденүүчүлөр ошол эле окуучулар болот. Эксперимент аяктагандан кийин анкеталарды чогултуп, класс окуучуларына карата төмөнкүдөй таблица толтурулуп график тургузулат.

Таблицада ар бир окуучунун тушундагы минуталар менен кесилишкен жерге кетирген катанын сандары тамгаларга жана такылдаткан үндүн сандары бир кавадратка бөлөк-бөлөк жазылат. М.: 4/7 мында 4 – 1 минутада сызбай кеткен тамгалардын саны, 7 – такылдаган туура сандын же жетпей калган сандардын айырмасы.

Ошондо таблица төмөндөгүдөй көрүнүштүү берет.

№	Ф.И.О	1 мин	2 мин	3 мин	4 мин	5 мин	6 мин	7 мин	8 мин	9 мин	10 мин
1.	А. Ф.	4/7	3/9	5/4	6/10	4/2	3/5	2/4	3/2	3/7	4/6
2.	Ү. Т.	0/2	2/6	1/3	0/3	4/5	2/1	1/3	0/0	2/2	2/1
3.	Ч. А.	1/5	2/6	1/2	0/2	2/1	1/5	0/6	2/1	3/2	1/3
N											
	Ар. орт.	1,7/4,7	2,3/7	2,3/3	2/5	3,3/2,7	2/3,7	1/4,3	2,3/1	2,7/3,7	2,3/3,3

Ал эми график, убакыт (минута) менен каталардын ортосундагы катыштарга жараша тургузулат. Тамганын каталары башка түстөгү сызык менен үндүн санынын каталары башка түстөгү сызык менен тургузулушу керек.



Ошондой эле ушул графикте керектүү окуучулардын көрсөткүчтөрү тургузулуп, аларга анализ берилет. Класстын орточо көрсөткүчүнө салыштырмалуу.

**Анализ:** Мында көңүл буруунун туруктуулугу көңүл буруунун алмашуучулугуна жараша боло тургандыгы анализге алынат. Изилденип жаткан окуучулардын бардыгы эле бирдей боло бербейт.

Көңүл буруунун алмашуучулугу күчтүү иштеген окуучуларда тамгалык каталар менен үндүк каталарында айырма аз болот.

Көңүл буруунун алмашуучулугу начар иштеген окуучуларда тамгалык ката менен үндүк каталардын айырмасы чоң болот.

Мунун негизги фактору болуп теориядагы маалыматтарга караганда адам баласы да калган жаныбарлар сыяктуу эле дүйнөнү 5 анализаторлор менен аңдап тааный алат (көрүү, угуу, жыт билүү, даам татуу жана тери сезүү). Натыйжада анализаторлор бардык учурларда бирдей иштей бербейт. Мугалим эксперименттин көрсөткүчтөрүнө карата ар бир окуучуга жекече подходдорду жасай билүү керек.

### **Көңүл бурууну текшерүүчү суроолор.**

1. Көңүл бурууну психологияда түшүнүү.
2. Көңүл буруунун табияты.
3. Көңүл буруунун физиологиялык негиздери.
4. Көңүл буруунун окуу процесиндеги орду.
5. Көңүл буруунун түрлөрү.
6. Көңүл буруунун структурасы.

Төмөнкү сунуш этилген адабияттарды колдонуу менен көңүл буруунун калган структураларына эксперименттерди жогорку эксперименттер сыяктуу жүргүзүү менен окуучуларды ар тараптуу изилдөөгө боло тургандыгын белгилейбиз.

### **Колдонулган адабияттар:**

1. Гальперин П.Я., Кабылницкая С.Л., Экспериментальное формирование внимания. -М., МГУ, 1974.
2. Нейрофизиологические механизмы внимания. Под ред. Е.Д.Хомский. -М., МГУ, 1979.
3. Страхов И.В. Воспитания внимания школьников. М., 1998.
4. Хрестоматия по вниманию. -М., МГУ, 1976.
5. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. -М., 1999 с. 417-435.
6. Миңбаев К.М. Адам психологиясы. Ош - 2000 (87-96 бет)
7. Практические занятия по психологии. Уч. пособие. Под ред. А.В.Петровского, -М., 1976.
8. Общая психология. Учебник под ред. А.В.Петровского. - М., 1987, с. 231-246

### **Тема: Инсандын өзүн-өзү жана экинчи бирөөнү кабыл алышы**

(Т. Лиринин ыкмасын колдонуу аркылуу)

Инсандык сапат тубаса берилбестен көпчүлүк учурда, инсан жашаган социалдык чөйрөнүн таасир этүү күчүнө жараша калыптанат. Ошондуктан изилдөөчүгө керек болгон инсандык сапаттын психикалык өзгөчөлүгүн кабыл алууда Т.Лири тарабынын түзүлгөн ыкманы керектүү шартка жараша көнүктүрүү инсанды ар тараптан изилдеп чечмелөөгө мүмкүндүк берет.

Анткени бул ыкма карама-каршы мүнөзгө ээ болгон 8 фактор боюнча изилденип инсандын 16 параметрин аныктап көрсөтөт. Ала турган болсок инсандын өзүн-өзү жана мамиледе боло турган адамдын инсандык сапаттарын төмөнкү факторлор аркылуу изилдей алат.

**Бийликке жетүүгө, чоңдукка, башкарууга умтулуу.** Өжөрдүк, көктүк, кежирдик сапаттар анын каршысындагы сапатка карата изилденет.

**Өзүнө-өзү ишенүүчүлүк** – бирөөнүн сөзүнө макул болбоо, катуу мүнөзгө ээ болуучулук фактору, анын каршысында жаткан сапаттарга карата аныкталат. (Мындан кийинки факторлордун карама-каршысындагы параметрлерди өзүнөр аныктагыла).

**Өзүн-өзү билүүчүлүк- ишенүүчүлүк,** өзүн-өзү жактыруучулук фактору анын каршысындагы сапатка карата изилденет.

**Бирөөгө жол коюучулук- коркоктук,** бирөөгө баш ийүүчүлүк факторлор алардын каршысындагы аркылуу изилденет.

**Ишенчээктик** – тил алчаактык фактору дагы өзүнүн каршысында жаткан сапатка карата изилденет.

**Ак көңүлдүк** – өзүн биле албоочулук, жакшы жашоону каалоочулук (конфоризм) фактору да каршысындагы сапатка карата изилденет.

**Боорукердик** – өзүмчүл эмес, кайрымдуулук фактору да каршысындагы сапатка жараша изилденет.

Урматуу изилденүүчүлөр силерге берилген суроолорго алты баллдык система боюнча жооп бересиңер. (0,1,2,3,4,5). «0» деген балл берилген суроодогу сунуш этилген сапаттар изилденип жаткан адамда таптакыр жок деп эсептеген учурда коюлат. Ал эми «5» деген баллды сунуш этилген сапат изилденип жаткан адамда 100% бар деген учурда коесуз. Ушул сыяктуу башка баллдар дагы өз деңгээлине жараша коюла берет.

### **Изилденүүчүгө берилүүчү суроолор.**

1. Бирөө менен кызматташ болуп ага жардам берүү.
2. Өзүнө-өзү ишенүү.
3. Бирөөнүн кадыр баркын өз жумушу үчүн колдонуу.
4. Бирөөнүн башкарганына жинил келүү.
5. Мүнөзү ачык болуу.



6. Арызчыл.
7. Дайыма бирөөдөн жардам суроо.
8. Бирөөлөрдөн кубаттоону күтүү.
9. Өтө ишенчээк жана бирөөгө жардам берип анны сүйүндүрүү.
10. Ачык болгонду жакшы көрүү.
11. Бирөөгө өзүнүн кадырлуу экенин көрсөтүү.
12. Өзүнүн туруктуу экенин көрсөтө алуу.
13. Жайдары мүнөз.
14. Кайрымдуу.
15. Өтө ачуулуу, жини тез келүү.
16. Мактанчаак.
17. Өзүмчүл.
18. Өз кемчилдигин сезе алуу.
19. Урматуу болууну каалоо.
20. Өз билгенин кое бербөө.
21. Өтө боорукер жана кемчилдигин сезе алуу.
22. Башкарганды жакшы көрүү.
23. Бирөөгө болушууга умтулуу.
24. Таң калтыруу.
25. Бирөөнүн чечим чыгаруусуна мүмкүндүк берүү.
26. Бардыгын кечирүү.
27. Түз, туура адам болуу.
28. Эч нерсе менен иши жоктук.
29. Өзүмчүл эместик.
30. Бирөөгө кенеш берүүнү жакшы көрүү.
31. Бирөөгө көз каранды болуучулук.
32. Өзүнө-өзү ишене албоочулук.
33. Дайыма капалуу.
34. Бирөөгө көңүлүн жибитпөө.
35. Сөзмөр, ким менен болсо да мамилелешип кете алуу.
36. Өз билгенин кое бербөөчүлүк, бирок ачыктык.
37. Жамандык ойлоо, кара ниеттик кылуу.
38. Бирөөгө баш ийип кете берүүчүлүк.
39. Өзүнө сын көз карашта боло алуучулук.
40. Өз буюмун аябоочулук.
41. Кичипейилдик.
42. Бирөөгө жол берүүчүлүк.
43. Таарынчаактык, уялчаактык.
44. Бирөөгө жардам берүүгө умтулуучулук.
45. Өзү жөнүндө гана ойлоочулук.

46. Ийкемдүүлүк, ызат көрсөтүүчүлүк.
47. Бирөөнүн сунушун чын дилден кабыл алуу.
48. Дайыма таң калуучулук, аңкоолук.
49. Колунан эч нерсе келбөөчүлүк.
50. Эрки бош, эзилме былжырагандай көрүнүү.
51. Бирөөлөргө сын мамиледе болуучулук.
52. Ынтымакчылыкка чакыруу.
53. Бийлигине, даражасына карап мамиле кылуу.
54. Ишенбестик.
55. Авторитетке ээ болууга умтулуу.
56. Кызганчаактык.
57. Коркоктук.
58. Бирөө менен достошо албоо.
59. Демилгесиз, сунушу жок.
60. Бардыгына тегиз мамиле жасоо.
61. Колунан ар нерсе келүү, эптүү.
62. Өтө сыпайы, дилгир кичи пейил.
63. Элдин сөзүн баалай алуучулук.
64. Ишенчээктик.

#### Эксперименталдык изилдөөнүн инструкциясы:

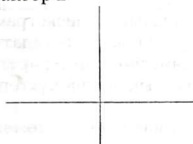
Мында ар бир суроону жообуна коюлган баллдарды төмөнкү «ачкычка» таянуу менен изилденүүчүнүн инсандык сапаттарын жогору же төмөн экенин ар бир факторлорду пайдаланып чечмелейбиз. Ошону менен бирге группалык өзгөчөлүктү анализдөөгө жетишебиз.

#### Изилдөөнү чечмелөөчү ачкыч

Фактор-н номери	Суроолор дун номери							
	1	2	3	4	5	6	7	8
I	3	10	11	19	20	22	24	30
II	2	12	16	28	32	45	53	59
III	5	15	17	36	49	50	51	58
IV	4	6	33	34	37	48	54	56
V	18	27	39	42	43	46	57	61
VI	9	7	8	14	25	31	38	55
VII	1	36	41	52	60	62	63	64
VIII	13	21	23	26	29	40	44	47

Ачыкча таянуу менен изилденип жаткан инсандык сапатты дискограммага карата аныктоого болот. Инсандык сапаттын көрсөткүчү канчалык дискограмманын борборундагы нолго жакындаган сайын изилденип жаткан инсандык сапаттын төмөн экендигин билдирет. Тескерисинче нолдон алыстаган сайын изилденип жаткан инсанда тиешелүү сапаттын күчтүү мүнөзгө ээ экендигин түшүндүрөт.

фактор 2



фактор 1

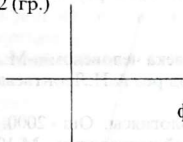
Ушул сыяктуу Ф-3 менен Ф-4 тургузса болот; Ф-5 менен Ф6; Ф-7 менен Ф8.

Мисалы, группанын орточо жыйынтыгын төмөндөгүдөй таблицаны бере турган болсо,

Фактор	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Орт.балл.	3	1	2,3	2	0,7	4	4,2	3

Анда бул таблицанын дискограммасы төмөнкүдөй көрүнүштө болот.

фактор 2 (гр.)



фактор 1 (гр.)

Ушул сыяктуу калган Ф-3 тон Ф-8 чейинки факторлорду тургузса болот. Мында рим цифрасы инсандык сапаты мүнөздөгөн фактор. Ал эми ар бир фактордун көрсөткүчү нөлдөн алыстаган сайын инсандык сапаттын жогорулагандыгын түшүндүрөт.

Ошентип изилденүүчүлөрдүн жекелик жана группалык мүнөзгө ээ болгон сапаттарын дагы аныктоого жетишебиз.

Ал үчүн төмөнкүдөй группалык таблица түзүлүп, ага карата дискограмма тургузулат.

Изилд. Форма. Ф.И.О.	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1. Акматов К.								
2. Жаанбаев Д.								
25. Усманова. Б.								
Ариф.орт.баллдар.								

Изилдөөнүн аягында группалык дискограммага салыштырмалуу ар бир изилденүүчүнүн инсандык сапатынын факторлоруна психологиялык чечмелөө (интерпретация) жүргүзүп, ал адамдын кандай сапаттык өзгөчөлүктөргө ээ экендигин кабыл алууга болот.

Бул эксперименталдык изилдөөлөр төмөндөгү суроолор менен бышыкталат.

#### Кабыл алуу темасын текшерүүчү суроолор

1. Кабыл алуунун мыйзамын түшүндүрүүчү теориялар.
2. Кабыл алуунун закондору.
3. Кабыл алуунун физиологиялык негизи.
4. Кабыл алуунун негизги өзгөчөлүктөрү.
5. Кабыл алуунун класстары.
6. Кабыл алуунун инсандар аралык мамиледеги оорду (А.А. Бодалевдун теориясы жана изилдөө жыйынтыктары).
7. Кабыл алуунун маалымат алмашуудагы маңызы.
8. Кабыл алуунун психо-физиологиялык формалары.

#### Колдонулган адабияттар.

1. Бодалев А.А. Восприятие человека человеком. -М., 1976.
2. Восприятие и деятельность. Под ред А.Н.Леонтьева -М., 1976.
3. Минбаев К.М. Адамдын психологиясы. Ош - 2000.
4. Рубинштейн С.А. Основы общей психологии. -М.1998
5. Общая психология.. под ред.А.В Петровского, -М., 1986, с. 225-256с
6. Фресс П., Пиаже Ж. Экспериментальная психология. -М.,1978.
7. Хрестоматия по психологии. Под ред. Ю.Б.Гипенрейтер, А.С.Романов, М., -1977. с. 247-263.

## Тема: Эске тутуунун типтери

Адам баласынын эске тутуу процесси эстин түрүнө (кыска-узак убакытка, сөз-логикалак эске, эмприкалык эске, механикалык эске ж.б.) жана ошондой эле «эстин тибине» жараша боло тургандыгын түшүнүүгө болот. Ушул айтылган эстин түрлөрүн, ар түрдүү приборлордун, психологиялык ыкмалардын жардамында изилдөө аркылуу ар бир адамдын (окуучунун) эске тутуу жөндөмдүүлүгүнө жараша ал адамдардын интеллектуалдуулугун аныктоого жетишебиз. Айрыкча азыркы коомчулукта интеллектуалдуулук эс процессинин иштөө принциптери аркылуу бааланып, адамдын билими, интеллектуалдуулугу бааланууда.

Ошондуктан өзүбүздүн шартка жараша «эстин типтерин» жана эске сактоого тоскоолдук келтирген «ретроактивдүү тормоздолуу» кубулуштарына карата эксперименталдык изилдөөнү көрсөтөлү.

Теориялык түшүнүкө караганда эстин типтери адам баласынын дүйнөнү таануу процессиндеги анализаторлоруна жараша 4 кө бөлүнөт. Б.а. көрүү эси, угуу эси, мотордук кыймылдуу эси, биргелешкен эс. Бул эстин типтерин аныкташ үчүн төмөнкү инструкция боюнча жумуш алып баруу керек.

Бул лабораториялык жумуштун максаты:

Окуучулардын эсинин типтерине жараша сырттан келген маалыматтарды сактап калуу мүмкүнчүлүгүн аныктоо.

Экспериментти уюштурууга керектөөчү каражаттар: эстин типтерин аныктоого керектүү болгон ар бир эстин тибине 10 дон 40 сөздүн тизмелери жана убакытты өлчөй турган секунтаметр.

### I. Көрүү эсинин тибине:

1. Самолет
2. Чайнек
3. Көпөлөк
4. Бут
5. Жаан
6. Каз
7. Шам
8. Кекилик
9. Үзөңгү
10. Журна

### II. Угуу эстин тибине:

1. Диржабель
2. Чырак
3. Көгүчкөн
4. Көз
5. Чагылган
6. Өрдөк
7. Тегирмен
8. Попугай
9. Моюнтурук
10. Барак

### III. Мотордук- кыймылдуу

тибине:

1. Пароход
2. Бочка
3. Коньки
4. Самовар
5. Араа
6. Тараза
7. Табышмак
8. Тон (пальто)
9. Эс алуу
10. Китеп

### IV. Биргелешкен эстин

тибине:

1. Машина
2. Челек
3. Лыжа
4. Казан
5. Балта
6. Метр
7. Тамсил
8. Көнөк
9. Тамаша
10. Калем сап

Мындан сырткары убакытты өлчөө үчүн секундомер керектелет:

Изилдөө **объектиси** болуп изилденип жаткан окуучулардын эске тутуу жөндөмдүүлүгүнүн типтери (көрүү, угуу, мотордуу кыймылдуу жана биргелешкен эстин типтери) саналат.

#### Экспериментти жүргүзүүнүн инструкциясы

Экспериментти жекече жана группада жүргүзсө болот. Ал үчүн жогорудагы сунуш этилген ар бир эстин типтерине колдонуучу сөздөрдүн тизмектерин өз-өз багыттарына жараша 4 бөлөк карткага ар бир изилдөөчүгө жетишкендей машинкада (компьютерде) жазып, атайын конверттерге салынып даярдалат. Эгерде «көрүү эстин тибинен» баштай турган болсок; экспериментатор алдын ала изилдөөчүүлөргө (окуучуларга) төмөндөгүдөй түшүндүрмө берет:

Балдар азыр ушул эксперименттин негизинде силердин көрүү эсиңерди аныктайбыз.

Ал үчүн силер төмөндөгү мен айткан инструкцияны ирээтүү, так аткарышыңар керек. Эгерде инструкция так аткарылбаса, башка эстин тибин өлчөп алышыбыз мүмкүн. Демек, силерге таратып берген карточкада 10 сөздүн тизмеси жазылган. Ар бир сөздү 5 сектордон токтолуп окуп, ичинерден кайталап жаттагыла. Ошондо 10 сөздү окуп жатташ үчүн 50 секунда берилет. Бул убакытты менин командам боюнча аткарасыңар. Качан мен «баштагыла» дегенде алдында тескерисинен жаткан картчканы колуна



алып, жогорку инструкция боюнча жаттай баштайсың. Качан, бүттү «жапкыла» дегенде картчканы ошол убакта буйдалбастан тескерисинен столдун бетине коюп, андан кийин 10 секундда ичиңден кайталап турасыз. Качан команда «жазгыла» деп берилгенде, алдын ала даярдалган дептерге (баракка) эсиңде калган картчкадагы сөздөрдүн тизмесин жаза баштайсыз. Жазып бүткөндөн кийин экспериментатордун уруксаты менен жазылган сөздөр менен карточкадагы сөздөрдү салыштырып, текшерип, ашыкча башка сөздөрдү жазып алсаң аларды сызып таштап өзүң жазган карточкадагы сөздөрдү гана калтырасың. Унутуп калган сөздөрдү текшерип жаткан мезгилде кошуп жазып алуу болбойт. Анда эксперимент жарабай калат.

Ошентип, маалыматтар төмөнкү формула аркылуу аныкталып, группалык түзүлгөн таблицалагы ар бир окуучунун фамилиясынын тушундагы «көрүү эси» деген колонка менен кесилишкен жерге жазылат. Мисалы: изилденүүчү көрүү эси аркылуу 10 сөздүн ичинен 7 ни туура жазды.

Анда анын коэффициентин төмөндөгү формулада аныктайбыз:

$$K = \frac{a}{b}; \quad (1) \text{ мында}$$

K – көрүү эсинин коэффициенти; a – карточкадагы 10 сөздүн ичинен эсте калган сөздүн саны; (7 болсо),

b – карточкадагы жалпы сөздүн саны; (биздин шартта 10 барабар)

Ошентип жогорку изилденүүчү үчүн көрүү коэффициенти:

$$K = \frac{a}{b} = \frac{7}{10} = 0,7 \text{ ге барабар болот б.а.}$$

бул изилденүүчүнүн көрүү эси 70% иштей тургандыгын түшүндүрөт. Мындай коэффициент бардык изилденүүчүлөрдө бирдей боло бербейт. Ал коэффициент 0,1 ден баштап 1 ге чейин болушу мүмкүн. Канчалык төмөнкү баллдагы коэффициенттин көрсөткүчү боло турган болсо, ал адамда ошол эстин тиби төмөн экендигин түшүндүрөт, улам коэффициент жогорулаган сайын эстин тиби жогору экендигин түшөнөбүз. Ал коэффициенттин

башка эстин типтеринде да жогорку инструкцияда жүргүзүлөт б.а.

2) Угуу эсинде: Карточкадагы 10 сөздү экспериментатор ар бир сөздү 5 секундадан 50 секундада окуп берет. Андан кийин 10 секунда өткөндөн кийин жогоркудай эле эсте калаган сөздөрдү дептерге жазып, текшерип, жогорку көрсөтүлгөн (i) формулага салып чыккан коэффициентти өзүнүн фамилиясынын тушунда угуу эси деген колонкага жазасыз.

Эскертүү: Эксперимент учурунда колу, буту, эриндерди кыймылдатууга болбойт.

3) Мотордук угуу эси дегенде эксперимент дагы башкача жүрөт б.а. сөздү 5 секунда токтолуп окуйт. Ушул учурда изилденүүчү уккан ар бир сөздү сөөмөйү же ручканын аркасы менен тамгаларды абага жазат. Мисалы: п - л - а - н - е - т - а деп.

Эгерде жазбай кое турган болсо, эксперимент жүрбөй, угуу эсинин эксперименти болуп калат. Булардын коэффициентти жогоркулардай табылып группалык таблицага жазылат.

4) Бириктирилген эстин тибинде да карточкалардын 10 сөз жогорку 3 этаптагы эрежелер бир мезгилде колдонуп эксперимент жүргүзүлөт б.а. экспериментатор 10 сөз жазылган карточкаларды бардык окуучуларга алдын ала тескерисинен коюлган шартта таратып, экспериментатордун командасы менен балдар карточканы колуна алып, көздөрү менен окуп ал сөздөрдү абага жазып, ошол эле моментте экспериментатор окуп берип жаткан сөздөрдү, колундагы сөздөр менен салыштырып эстерине гута башташат. 50 секунда бүткөндөн кийин, жогорку эрежелер боюнча коэффициент табылып группалык таблицага өзүнүн фамилиясынын турмушундагы биргелешкен эстин тибинин колонкасына жазылат. Группалык таблица төмөндөгү көрүнүштө болот.

Изилд форма	I	II	III	IV
Ф.И.О.				
1. Алиев К.				
2. Жаанбаев Д.				
25. Усманов Б.				
Ариф.орг.б.				

Бул таблицанын көрсөткүчтөрүнө карата ар бир изилденүүчүгө (окуучуга) жана класс коллективине карата эске тутуунун типтерине анализ берүүгө болот.

**Анализ:** кандай гана окутуучу болбосун өз предметин окуучуларга жеткиликтүү түшүндүрүп, мазмунун ачууда окуучулардын эске тутуу тибине жараша сабакты уюштуруу билимдин эффективдүүлүгүн жогорулатат. Ал ишти жасаш үчүн экспериментте алынган таблицага таянып, класстагы окуган окуучулардын ар биринин жакшы жана начар денгээлдеги эске тутуу тибин аныктап, андан кийин класстын группага түзүлгөн таблицадагы арифметикалык орточого салыштырмалуу ар бир типтеги колонкага карата окуучулар үч группага бөлүнөт.

Б.а. 0,1-0,3 коэффициент эске тутуусу начар окуучуларды түшүндүрсө, 0,4 - 0,6 коэффициенттеги окуучуларды орточо типтеги окуучуларга, ал эми 0,7-1ге чейинки коэффициенттеги окуучуларды эске тутуусу жогорку типтеги балдар деп, ар бир (көрүү, угуу, мотордуу жана биргелешкен) типтерге бөлүштүрүп класстык группага дифференциалдык мамиле жасаш абзел.

Мисалы, сабак учурунда көзү жакшы көргөн (0,7-1 коэффициенттеги) окуучулар. Класстын арткы парталарында, (0,4-0,6 коэффициентиндеги) көзү орточо көргөн окуучуларды ортонку столго же партага, ал эми көзү начар көргөн (0,1-0,3 коэффициентиндеги) балдарды алдыга олтургузуп сабактын мазмунун түшүндүргөнү жакшы. Ушундай эле иш-аракеттер угууга да жараша уюштурулса жакшы болот.

Мындан сырткары анализдөөнүн мазмунун башкача да уюштурса болот. Көрүү эси жакшы иштеген окуучуларга көбүрөөк өз бет алдынча окууну сунуш эте турган болсок, угуу эси жакшы балдарга көп түшүндүрүп айтып берип, мотордуу-кыймылдуу эси жакшы иштегендерге жазып окууну сунуш кылыш керек ж.б.

### **Эстин ретроактивдү тормоздолуу ыкмасы**

Эксперимент эки жол менен жүргүзүлөт. Биринчи учурда 10 катарда эки сандан турган сандар 100% жатталгандан кийин, дагы ушул сыяктуу 10 катар, эки сандан турган сандар

жатталып 5 минута өкөндөн кийин биринчи катардагы сандар текшерилет. (теория боюнча көп ката кетет).

Экинчи учурда: мурункудан башка 10 катар эки сандуу сандарды 100% жаттап, андан соң 10 сөздү жаттап кайра биринчи 10 катар сандарды 5 минутадан кийин суранганда, Биринчи учурга караганда аз ката кетет (теория боюнча).

Ушул теорияны колдонуу менен окуучулардын жекече ретроактивдүү тормоздолуу процесси экспериментте текшерүүгө болот.

Ошондой эле мектеп окуучуларындагы ретроактивдүү тормоздолууну төмөндөтүү үчүн предметтер аралык жадылбалдардын (расписаниенин) түзүлүшүнө коррективдик жүргүзүп туруу максатка ылайыктуу. Мисалы, математикада сабактын мазмунун жалаң сандар менен түшүндүрүүдө балдар ретроактивдүү тормоздолууга учурай тургандыгын айтууга болот.

Ошондой эле гуманитардык сабактарды (адабият, философияны ж.б.) жалаң сөздүн мазмуну менен түшүндүрүү да баланы ретроактивдүү тормоздолууга алып келет.

Ошондуктан сабактын мазмунун жакшыртууда сөзсүз ушул жагдайдагы психологиялык технологияны эске алуу азыркы коомдун бирден-бир талабы. Ушундай эле эс проблемасын өлчөгөн, изилдеген бир канча материалдарды, төмөнкү сунуш этилген адабияттардан таап, практикада колдонсо болот.

### **Эс темасын текшерүүгө керек болгон суроолор.**

1. Эстин психология предмеринде аныкталышы.
2. Эсти түшүндүрүүчү теориялар.
3. Эстин физиологиялык негиздери.
4. Эстин процесстери.
5. Эстин индивидуалдуулугу жана айырмачылыктары.
6. Эстин түрлөрү.
7. Унутуу жана аны жакшыртуунун жолдору.
8. Эске калтыруунун жолдору, аны жакшырттуунун психологиялык технологиясы.
9. Эске сактоонун жолдору.
10. Эс процессин окуу жана тарбия учурундагы колдонулушу.

### Колдонууга керек болгон адабияттар.

1. Зининко П.И. Не произвольное запоминание. -М., 1998.
2. Заборни Ю.М. Нейропсихология памяти. -М., 1977.
3. Практические занятия по психологии. Учеб. пособие. Под ред. Петровского, -М., 1972. с. 84-104.
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. -М., 1999. с. 256-295.
5. Смирнов А.А. Проблемы психологии памяти, -М., 1966.
6. Соколов Е.Н. Механизмы памяти. -М., МГУ 1969.
7. Лурия А.Р. Потерянный и возвращенный мир.- М., 1971.
8. Лурия А.Р. Нейропсихология памяти. -М., 1974.
9. Миңбаев К.М. Адам психологиясы. Ош - 2000. 120-134 беттер.
10. Хрестоматия по общей психологии, -М.,МГУ, 1981.

### Тема: Ойлоо процессин изилдөөчү ыкма

Дүйнөнү туура таанууда ойлоо процесси эң негизги психикалык процесстердин бири. Айрыкча жаштарды коомдук талапка жараша тарбиялоодо ойлоонун формалары негизги орунда турат. Ал эми ойлоо формаларына-түшүнүк, ой жүгүртүү жана ой корутундулоо кирет. Булардын ичинен да окуучулардын интеллектуалдуулугун жогорулатууда моралдык ой жүгүртүү негизги орунда. Окуучуларды коомдук талапка жараша активтештирүүдө көмөк көрсөтөт. Айрыкча моралдык этика-эстетикалык жүрүм-турумдарды башкарууга жетишүүгө болот. Ал үчүн тарбияланып жаткан жаштардын моралдык ой-жүгүртүүлөрүн экспериментте изилдеп, алардын ким экендигин билишибиз зарыл. Ошол изилдөөнүн жыйынтыгына жараша балдардын жүрүм-турумун башкаруу биздин (психологдордун) негизги иш системаларыбыз болуп саналат.

**Эксперименттин максаты:** Экспериментке катышкан окуучулардын моралдык ой-жүгүртүүсүн аныктап, изилдөө көрсөткүчкө карата окуу жана тарбия жумушун башкаруу.

Экспериментти жүргүзүүдөгү объектилер: Экспериментке катышкан окуучулардын ой-жүгүртүүчү психикалык процесси. Экспериментке ар бир окуучуну жекече



катыштырса да, же экспериментти класс коллективине бир мезгилде жүргүзсө да болот.

Экспериментти жүргүзүүнүн **инструкциясы:** Экспериментти жүргүзүү үчүн окуучуларга, ар бири өзүнчө мазмунга ээ болгон, моралдык ой-жүгүртүүнү мүнөздөгөн төмөнкүдөй суроолор берилет.

Сабакта окуучулар контролдук ишти аткарышууда. Сен контролдук ишти туура түшүнүп, чыгарып жатасың, ал эми сенин досуң кантип чыгарышты билбейт. Эгерде сенден көчүрүп алууну суранса, анда сен эмне кылат элеч? Жолдошуна жардам бересиңби? Жолдошундун көчүрүп алуусуна макулсунбу? Эмне үчүн мындай чечимге келдиң?

Тескерисинче, сен контролдук ишти чыгаруунун жолун билбейсиң. Ал эми досуң сага даяр ишти көчүрүп алууну сунуш кылса, сен кандай жолду тандайт элеч? Маселени өзүң чыгарууга аракет кыласыңбы же көчүрүп аласыңбы? Эмне үчүн анттиң?

Танапис учурунда досундун кокусунан терезени сындырып койгонун көрүп калдың. Ал эми досуң мугалимдин алдында күнөөсүн мойнуна албай, жашырууга аракет кылса, сен ак көңүлдүк кылып, досундун терезени сындырганын мугалимге айтат белең? Эмне үчүн анттиң?

Иштин жыйынтыгы төмөнкү таблицаны толтуруу менен жыйынтык чыгарылат.

Изилд. форма	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Ф.И.О.								
1. А. К.								
2. Ж. Д.								
25. У. Б.								
орт.б.								

«о» - ооба деген сөздү түшүндүрөт.

«ж» - жок деген сөздү түшүндүрөт.

Таблицага таянып, экспериментке катышкан окуучулардын «ооба», «жок» деген жоопторунун суммасын чыгаруу менен төмөнкү маселелерди чечүүгө аракеттенгиле:



Класстагы жалпы окуучулардын моралдык ой-жүгүртүүлөрүнүн деңгээлин аныктоо.

Туура моралдык принциптеги окуучулардын тобун табуу. Алардын сабакты өздөштүрүүсү.

Туура эмес принциптеги окуучулардын тобун табуу. Алардын сабакты өздөштүрүүсү жана жүрүш-туруш өзгөчөлүктөрү.

Экспериментти анализдөөдө берилген таблицаны аягына чейин бүтүрүп «ооба» деген макул болгон маалыматтарды «+» белгиси, себептерди бир сөз менен жооп берүүгө аракет жасалат. Мисалы, биринчи суроодогу «көчүрөм» же «көчүрбөйм» деген маалыматтын санын эсептөө менен жыйынтык чыгара турган болсок, экинчи суроону «эмне үчүн мындай чечимге келди деген суроону» кыска бир же эки сөз менен берүүсүн изилденүүчүлөрдөн сурануу керек. Алар өз оюн жазып бүткөндөн кийин жалпы мазмунга карата окуучулардын моралдык ой-жүгүртүүлөрүн анализге алабыз. Ушундай эле ыкмалар үчүнчү суроодо да колдонулат жана ал окуучулардан алынган проценттин көрсөткүчүнө карата жалпы окуучулар үч группага бөлүнөт. Ошондо экспериментке 25 окуучу катышса ал 100%-ти түзөт. Ал эми моралдык ой жүгүртүүсү төмөнкү, орточо жана жогорку балдар  $x\%$  ти түзүшөт. Ушул катышта жалпы класска карата класстык (элдик) моралдык ой жүгүртүүнү аныктап, ошого жараша саясий-идеялогиялык тарбия жана окуу процессин жүргүзүүнү мугалимдерге сунуш кылабыз. Мисалы, 25 окуучунун ичинен 14 окуучу көчүртпөйм, 5 окуучу билбейм, 6 окуучу көчүртөм деп жооп бере турган болсо, ал төмөнкүдөй иштелип чыгат.

а) көчүртпөйм. 25-100% анда 14-х математикалык эреже боюнча  $25x=14*100$  болот. Эгерде  $x$ -ти таба турган болсок:

$$x = \frac{1400}{25} = 56 \%$$

чыгат. Б.а. жалпы класстагы балдардын ичинен 56% ти көчүртпөйм класшташтарына жардам бербейм деген ойдо экенин билебиз. Эмне себептен экендигин экинчи суроонун жообуна жараша анализдеп себебин табабыз. Эгерде алар өз ойлорунун объективдүү түшүндүрө алса ушул байланыштагы саясатты кармоо керек. Эгерде өзүмчүлдүк менен коомдук, маданияттык, конституциялык закон ченемдүүлүккө тескери

мазмунда боло турган болсо, ал балдарга жекелик жана класстык негизде туура мазмунга ээ болгон саясий-идеялогиялык тарбияны сунуш этүү керек.

Ушундай эле эреже менен нормалдуу 5 окуучу 20% ти түзөт, көчүртөм деген 6 окуучу 24% түзөт, ушул проценттик масштабды эске алып класстын моралдык саясий нормасын, ошондой эле ал классты окутуп жаткан мугалимдердин билим деңгээлин саясий - моралдык нормасын, жүрүм-турум эрежелерин ушул ыкмада аныктоого болот. Ойлоо процессин аныктаган азыркы мезгилде бир канча методикалар бар. Эгерде кызыккан студенттер болсо төмөндөгү биз сунуш эткен адабияттардан методикаларды таап, биз жүргүзгөн эксперимент сыяктуу, ар кандай эксперименттерди жүргүзүп, аны күндөлүк турмушта колдонууга болот.

#### **Ойлоо процессин текшерүүчү суроолор.**

1. Ойлоо процессин психологиялык мыйзамда таануу.
2. Ойлоо жана туюу сезиминин айырмаланышы.
3. Ойлоо жана речь.
4. Ойлоонун формалары.
5. Ойлоонун түрлөрү.
6. Ойлоо жана акыл (интеллект)
7. Ойлоо жана информация (маалымат)
8. Ойлоонун башка психикалык процесстер менен болгон байланышы.
9. Ойлоо жана маселе чыгаруу.

#### **Колдонууга керек болгон адабияттар.**

1. Брушлинский А. Психология мышления и проблемное обучение. -М., 1983.
2. Выготский Л.С. Мышление и речь. -М., 1982.
3. Давыдов В.В. Визы обобщения в обучении. -М., 1972.
4. Матюшкин А.М. Проблемные ситуации в мышлении и обучении. -М., 1972.
5. Мышление: процесс, деятельность, общение. Под ред. А.Б.Брушлинского, -М., 1982.
6. Миңбаев К.М. Адамдын психологиясы. Ош -2000.
7. Миңбаев К.М. Жалпы психологиядан контролдук иш. Ош-1988.
8. Солоботчиков В.И. Исаев Е.И. Психология человека. Уч. пособ. -М., 1995

9. Практическое занятие по психологии. Уч. пособие. Под ред. А.К.Петровского, -М., 1972 с.102-123.
10. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. -М., 1998.
11. Тихомиров О.К. Психология мышления. -М., МГУ, 1984.
12. Общая психология. Под ред. А.В. Петровского, -М., 1987
13. Лук А.Н. Мышления и творчества. -М., 1983.

### **Тема: Q – ылого методу**

Бул тест өзүн-өзү элестетүүнү аныктоо максатында 1958-жылы В.Стефансон тарабынан жаратылган.

Ыкма реалдуу группадагы адамдын негизги алты тенденциясын аныктоого мүмкүндүк берет. Алар: көз карандылык, көз каранды эместик, мамилечилдик, мамилечил эместик, «таймашты» кабыл алуучулук, «таймаштан» качуучулук.

**Көз карандылык тенденциясы-** бул адамдын группа тарабынан кабыл алынган баалуулуктарды: социалдык, этикалык-моралдык нормаларга болгон ички умтулуусу.

**Мамилечилдик тенденциясы-** бул группанын мүчөлөрү же группадан сырткары турган адамдар менен болгон байланыштарды оңой түзө алуусу. Ал эми «таймашты» кабыл алуу тенденциясы бул адамдын коомдук турмушка активдүү катышкандыгын коомдогу өзүнүн ээлеген статусун жогорулатууга дайыма аракетте тургандыгын билдирет.

Изилдөө төмөнкүдөй көрүнүштө жүргүзүлөт: Изилденүүчү берилген суроолордун ар бирине «ооба», «жок» же «ортозармын» деп жооп берүүгө тийиш. Андан кийин ар бир тенденция боюнча «ооба» жана «жок» деген жооптордун саны эсептелип, ал 10го бөлүнөт. «ооба» деген жооптор «+» белги менен, «жок» деген жооптор «-» белги менен белгиленет. Жеке факторлор боюнча «ортозаар» жооптордун саны 3-4төн ашып кете турган болсо, ал адамдын чечкинсиздигинин белгиси катары эсептелет. Айрым бир учурларда адамдын жүрүм-турум тактикасынын ийкемдүүлүгүн да билдириши мүмкүн.

### Тестик суроолор.

1. Айланасындагы жолдошторуна сын көз караш менен кароо.
2. Группада чыккан жаңжалга кооптонуу менен мамиле жасоо.
3. Группанын лидерине кеңеш берүүгө жакын болуу.
4. Жолдошторун менен өтө жакын мамиледе болудан алыс болуу.
5. Группадагы достукту жактыруу.
6. Лидерге каршы чыгууга жакын болуу.
7. Группанын бир-эки мүчөсүн сүймөнчүгүчө айландыруу.
8. Группадагы жыйналыштардан качуу.
9. Сага группанын лидеринин мактаганы жагабы.
10. Ой жүгүртүүнү жана жүрүм-турумун эч кимден көз карандысыз болуу.
11. Талаш учурунда бир тарапты колдоп чыгууга даяр болуу.
12. Жолдошторунду башкарууга жакын болуу.
13. Бир-эки досторун менен маектешкенге кубануу.
14. Группанын мүчөлөрү тарабынан каршылык кетирилсе да өзүңдү эркин сезүү.
15. Өз группасынын көңүлүн көтөрүүгө аракет жасоо.
16. Группанын мүчөлөрүнүн жекече сапаттарына мани бербөө.
17. Группанын максатын четке кагууга аракет жасоо.
18. Өзүн лидерге каршы коюу менен ырахат алуу.
19. Группанын кээ бир мүчөлөрү менен жакын болуу каалоо.
20. Талаш учурунда калыс болууну жактыруу.
21. Лидердин активдүү болушун жана жакшы башкарышын жактыруу.
22. Түрдүү көз карашта кылдаттык менен талкуулоону жактыруу.
23. Ички пайда болгон сезимдерди жакшы башкарып кармай албоо.
24. Өз айланасына өзү менен көз карашы бирдейлерди топтоого умтулуу.
25. Жасалма мамилеге нааразы болуу.
26. Күнөөлөгөндө өзүн жоготуп унчукпай калуу.
27. Группадагы негизги багыт менен келишүүнү жактыруу.
28. Досторуна караганда группа менен көбүрөөк байланышта болуу.

29. Талашты курчутууга жакын болуу.
30. Көпчүлүктүн көңүлүнүн борборунда болууга умтулуу.
31. Кичине группанын мүчөсү болууну каалоо.
32. Компромисске жакын болуу.
33. Ойлогонуна лидер каршы чыкса кыжаалат болуу.
34. Жолдошторунун сыңдоосун оор кабыл алуу.
35. Акырын жүрүп жамандык кылуу.
36. Группадагы жетекчиликти өзүнө алууга жакын болуу.
37. Группага ачык болуу.
38. Группадагы түрдүү көз караштардын болушуна тынчсыздануу.
39. Жумуш пландаштыруунун жоопкерчилигин лидердин колунан алууну жакшы көрүү.
40. Достукту түзүүгө жөндөмү жок.
41. Жолдошторуна жинин келтирүү.
42. Лидерге башкаларды каршы тукуруу.
43. Группанын чегинен сырткары, тааныштарды жеңил күтүү.
44. Талашта акырын жылып чыгып кетүү.
45. Группанын башка мүчөлөрүнүн сунушуна оңой макул болуу.
46. Группанын ичинде майда группалардын пайда болушуна каршылык көрсөтүү.
47. Ачуусу келгенде жалгандан күлүү.
48. Бирөөнүн бөлүнүү аракетин жактырбоо.
49. Кичинекей, интимдик группаны жактыруу.
50. Өзүнүн чыныгы сезимин билдирбөөгө аракеттенүү.
51. Группадагы түзүлгөн түрдүү көз караш учурунда лидер тарапта болуу.
52. Мамиле түзүүнүн демилгечиси болууну каалоо.
53. Жолдошторунду сыңдоодон качуу.
54. Лидерге, башкаларга караганда тез-тез кайрылып турууну жактыруу.
55. Группадагы мамиленин бир адамга карата болушун жактырбоо.
56. Группада талашты күчөтүүнү каалоо.
57. Группада өзүнүн жогорку баалуулук абалын сактоого умтулуу.
58. Башка жолдошторунун мамилелерине кийлигишип, аны бузууга жакын болуу.
59. Бой көтөргөндүктү жакшы көрүү.

60. Лидерге нааразылык билдирбөөгө аракет жасоо.

### Ачкыч

1. Көз карандылык - 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 54
2. Көз карандысыздык - 6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 57, 60
3. Мамилечилдик - 5, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 52
4. Мамилечил эместик - 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 55, 58
5. «Таймашты» каб. алуу - 1, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47, 56, 59
6. «Таймаштан» качуу - 2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 53

Группалык өзгөчөлүк үчүн таблица.

№	Ф.И.О.	1	2	3	4	5	6
1.	А. Т.						
2.	Р. Л.						
25.	С. С.						
ар. орт.							

### Бышыктоо үчүн суроолор.

1. Инсан жана группанын лидери жөнүндө жалпы түшүнүк.
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмелөө.
3. Бул ыкманын практикалык жумуштагы оорду.

### Колдонууга керек болгон адабияттар.

1. Брушлинский А. Психология мышления и проблемное обучение. -М., 1983.
2. Выготский Л.С. Мышление и речь. -М., 1982.
3. Давыдов В.В. Визы обобщения в обучении. -М., 1972.
4. Матюшкин А.М. Проблемные ситуации в мышлении обучении. -М., 1972.
5. Мышление: процесс, деятельность, общение. Под ред. А.Б.Брушлинского, -М., 1982.
6. Миңбаев К.М. Адамдын психологиясы. Ош -2000.
7. Миңбаев К.М. Жалпы психологиядан контролдук иш. Ош-1988.
8. Солоботчиков В.И. Исаев Е.И. Психология человека. Уч. пособ. -М., 1995
9. Практическое занятие по психологии. Уч. пособие. Под ред. А.К.Петровского, - М., 1972 с.102-123.



10. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. -М., 1998.
11. Тихомиров О.К. Психология мышления. -М., МГУ, 1984.
12. Общая психология. Под ред. А.В. Петровского, - М., 1987
13. Лук А.Н. Мышления и творчества. -М., 1983.

## Үчүнчү бөлүм

**Эмоционалдык абалдарды изилдөөчү ыкмалар**  
**тема: Инсандын өзүн курчаган чөйрөгө карата эмпатиясы**  
**(тынчсыздануусу)**

Инсандын чөйрөгө жараша тынчсыздануусунун нормалдуу абалда болушу, инсандын жүрүм-турум нормасынын коомдук талапка жараша калыптангандыгын түшүндүрөт. Эгерде изилденип жаткан адам изилдөөдөгү суроолорго туура эмес жооп бере турган болсо, анда ал адам психикалык жактан кандайдыр бир деңгээлде функционалдык же неврологиялык оорулуу экендигин түшүндүрөт.

Сунуш кылынып жаткан диагностикалык ыкма изилденип жаткан адамдын **кең-пейилдигин, кам көрүүчүлүгүн, боорукердигин, жашоого болгон кызыгуучулугун, жоопкер-чиликти сезе билүүсүн, убадасына бекем тура ала тургандыгын, байкагычтыгын жана өзүн курчаган чөйрөгө өтө тыкан мамиледе боло алуусун** изилдеп көрсөтө алуучу ыкма болуп саналат.

Изилдөө ыкмасындагы суроолор инсандын жүрүм-турумундагы алты факторго карата маани берет. **Ата-энеге, жаныбарларга, карыган адамдарга, балдарга, көркөм адабияттагы каармандарга, тааныш жана тааныш эмес адамдарга маани берүүсүн** мөнүздөйт.

Изилденүүчүлөргө төмөнкүдөй **инструкция** берилет: Урматтуу изилденүүчү сизге берилген суроолордун ар бирине мазмунуна жараша алты баллдык системада балл берүүнүздү суранабыз. «0» деген балл «билбейм» деген жоопко коюлат. Ушул эле сыяктуу:

- 1-эч качан андай эмес,
- 2-кээде ушундай,
- 3-ушундай,
- 4-көпчүлүк учурда ушундай,
- 5-дайыма ушундай деген баллдар менен жооп берүү керек. Жооп берилбей калган суроо болбойт.

### **Изилдөөгө керек болгон суроолор.**

1. Атактуу адамдар жөнүндө жазылган китептерге караганда, мага саясат жөнүндө жазылган китептер жагат.

2. Чоң кишилердин чоңоюп эле калган балдарга жасаган камкордугу менин жинимди келтирет.
3. Мага башка бир адамдардын ийгилиги жана ишинин онунан чыккандыгы туурасында ой-жүгүртүү жагат.
4. Музыкалык берүүлөрдүн ичинен «азыркы ритм» туурасындагылары жагат.
5. Оорулуунун өтө эле ашыкча туура эмес тийише берүүсүнө жыл бою болсо да чыдоо керек.
6. Оорулууга сөз менен болсо да жардам бериш керек.
7. Чоочун адамдын, урушуп жаткан эки адамдын мамилесине кийлигишүүгө болбойт.
8. Карыган адамдардын себепсиз эле таарынчаак болуп калышына түшүнүү керек.
9. Жаш кезимде кайгылуу окуялар туурасында укканымда көзүмө жаш айланып кетчүү.
10. Ата-энемдин мен жөнүндөгү тынсыздануулары эмоционалдык абалымды өзгөртөт.
11. Мени сындап айтылган сөздөр мени тынчсыздандырбайт.
12. Жаратылыш жөнүндөгү кооз сүрөттөргө караганда мага адамдын портреттери жагат.
13. Ата-энелердики туура эмес болсо дагы аларды дайыма кечирүү керек.
14. Эгерде ат арабаны тарта албай калса аны камчы менен сабоо керек.
15. Адамдар туурасындагы драманы окуганымда өзүмдү да ошолордой сезе баштаймын.
16. Ата-энелер өз балдарына туура мамиле жасашат.
17. Жаңжалдашып жаткан адамдарды көргөнүмдө аларды ажыратууга аракеттенемин.
18. Мен ата-энемдин жаман маанайларына анча деле көңүл бурбаймын.
19. Ишимди таштап коюп жаныбарлардын же канаттуулардын жашоосуна кызыгып, байкоо жүргүзүп жүрө беремин.
20. Кинодогу же китептеги окуялар шайкелең, обу жок адамдарды гана жашытат, ыйлатат.
21. Тааныш эмес адамдардын өңүнө, бетине байкоо жүргүзүү мага жагат.
22. Жаш кезимде ээси жок иттерге, мышыктарга боорум ачып, аларды үйгө алып келип карачы элем.
23. Бардык адамдар негизсиз жамандыктарды ойлошот.

24. Бөлөк адамдарга карата өзүмдүн жашоо турмушумду билгим келет.
25. Токмок жеген жаныбарларды көрсөм, аларга жардам бергим келет.
26. Кичине мезгилимде шок болгондугумдан, артымдан дайыма байкоого алышат эле.
27. Эгерде адамдын арыз-мунун жакшылап уксаң, ал кичине жеңилдеп калат.
28. Көчөдөгү жаңжалдардан алыс болгум келет.
29. Жаш балдарга жумуш же оюн туурасындагы идеяларды сунуш кылсам, аларга дайыма жагат.
30. Көпчүлүк элдер жаныбарлардын сезгичтик жөндөмүн ашыкча эле мактай беришет.
31. Жаңжалдашууда түзүлгөн кыйынчылык абалдан адам өзү чыгышы керек.
32. Баланын ыйлашынын сөзсүз бир себеби бар.
33. Аксакалдардын бардык талаптарын жаштар аткарышы керек.
34. Мени менен окугандардын эмне жөнүндө ойлонуп жатышкандыгын изилдеп билгим келет.
35. Багуусуз калган жаныбарларды кырып жок кылыш керек.
36. Эгерде менин досторум өздөрүнүн жекече проблемалары тууралуу сөз баштаса, мен аларды башка темага бурууга аракеттенемин.

### **Изилдөөнүн жыйынтыгын чечмелөө**

Экспериментте изилденүүчүнүн туура же туура эмес толтургандыгын текшерүү максатында төмөнкүлөргө көңүл буруу керек:

2, 4, 16, 18, 33 - «билбейм»; 2, 7, 11, 13, 16, 18, 23 – «дайыма ушундай» деп толтурулган болсо, мындан сырткары дагы 7 жана 17, 10 жана 18, 17 жана 31, 22 жана 35, 34 жана 36 жубу менен «көпчүлүк учурда ушундай» жана 3 менен 36, 1 менен 3, 17 менен 28-суроолордун жооптору жуп-жубу менен «кээде ушундай» деп окшош жооп берилип, алган баллдарынын суммасы 5 же андан ашып кете турган болсо, анда изилдөө туура эмес, б. а. ишенимдүүлүгү жок болот. Эгерде сумма 4кө барабар болсо ишеничсиз, 3 болсо анда изилдөө туура болот.

Изилдөөнүн чындыгынын оң болуп калышы кокусунан эмес. Ал изилденүүчүнүн каалабагандыгынан улам изилдөөчүгө каршылык көрсөтүүсүнөн, айрым учурларда

психикалык функциялардын жана абалдардын бузулушунан да болуп калышы мүмкүн.

Ошондуктан изилдөөнү ишенимсиз чыгарган изилденүүчүлөр менен изилдөөлөрдү улантып чыныгы психикалык абалды изилдөө абзел.

Ал эми тынчсызданууну чөйрөгө жараша билүү үчүн төмөндөгү «ачкыч» колдонулат.

№	Факторлор	Быш-тоо ном-и	Сумма
I	Ата-энеге	10 / 13 / 16 /	
II	Жаныбарларга	19 / 22 / 25 /	
III	Кары адамдарга	2 / 5 / 8 /	
IV	Балдарга	26 / 29 / 35 /	
V	Каармандарга	9 / 12 / 15 /	
VI	Тааныш эместерге	21 / 24 / 27 /	

Ал эми эмпатиянын деңгээли алган балдарына жараша төмөнкү таблицанын жардамы менен аныкталат.

деңгээлдер	шкала боюнча	бардык сумма
өтө	15	82-90
жогорку	13-14	63-81
орточо	5-12	37-62
начар	2-4	12-36
өтө төмөн	0-1	5-11

Изилдөө - аяктагандан кийин сабакты бышыктоо максатында студенттерден төмөнкү суроолорду билүүсү талап кылынат.

1. Инсандык абал психологияда эмнени түшүндүрөт.
2. Эмпатия деп эмнени айтабыз.
3. Эмпатиялык тарбиянын жаштар үчүн кандай мааниси бар.
4. Кесиштик (педагогдук) турмушта бул ыкма аркылуу кандай проблемаларды чечсе болот.

### Тема: Активдүүлүктүн деңгээлин аныктоочу ыкма (АД)

Бул методиканын негизги максаты инсандын жүрүм-турумунун нормасын ситуациялык абалга жараша көрсөтүү болуп саналат. Башкача айтканда инсанга мүнөздүү болгон

чечкиндүүлүк сапаттын, болуп жаткан окуяга даяр болушун, чөйрө менен болгон мамилесинин активдүүлүгүн жана тескерисинче шалаакылык, түнттүк, ишине кайдигер мамиле жасоо сыяктуу жүрүм-турумдун нормасын изилдөөгө мүмкүндүк берет.

Ошентип, керектүү инсанды изилдөө үчүн төмөнкү **инструкция** боюнча жумуш аткарылат.

Урматтуу изилденүүчү төмөндөгү берилген суроолордун ар биринин мазмунуна жараша «менде ушундай сапат бар» дегенде «+», же тескерисинче «жок» дегенде «-» колдонуу менен жооп беришиңизди суранабыз.

Эскертүү: Берилген суроолорго чын ниетиңиз менен жооп беришиңиз зарыл. Андай болбосо изилдөө өзүнүн маанисин жоготуп коет.

### **Изилдөө үчүн суроолор.**

1. Кандайдыр бир жумушту баштоонун алдында терең ойлонуп туруп анан аткарууга киришем.
2. Эгерде алдымда аткарыла турган татаал проблема турган болсо, анын бардык талаптарын канааттандырмайынча менин жаным тынбайт.
3. Менин оюмча мага караганда менин тааныштарым чечкиндүүлүктү көрсөтө алышат.
4. Башка адамдар менен урушуп кетпеш үчүн өзүм жалгыз иштегенди жакшы көрөм.
5. Айрым учурда өзүмдү «тоону томкоро алчудай» сеземин.
6. Менимче ойлонулган жумуш турмуштун чындыгы менен дал келбесе, анда ал жөн эле убакытты өткөзүү болуп эсептелет.
7. Эгерде аткарып жаткан жумушум көп убакытты ала турган болсо, анда мен үчүн зарыл жана кызыктуу болгон жумуштарымдан да баш тартамын.
8. Мен өтө аз жумушту ынтызарлык менен, чын дилим менен аткарамын.
9. Кандайдыр бир жооптуу жумушту аткарууда жаңылышып каламбы деп корко беремин.
10. Элдердин арасында иштеп жатып чарчап калсам, жалгыз болгум келет.
11. Алдындагы жумушту аткаруунун ордуна, өзүнөн-өзү эле тартына берген адамды жаман көрөмүн.



12. Жасап жаткан ишим жакшы болбой калса, айланамдагылардын баары ушуну билип тургандай сезиле берет.
13. Ойлонууну көп талап кылган жумушта иштегенди жакшы көрөмүн.
14. Эгерде бир чечимди кабыл ала турган болсом, ошону аягына чыкмайынча иштеймин.
15. Чын дилим менен иштегенде өзүмдү жакшы сезип, жакшы уктаймын.
16. Шаардын сыртында жүрүп эс алганга караганда телевизордун жанында китеп окуп отурупканды жакшы көрөмүн.
17. Кызыктуу көрсөтмө-залдарга, кино-театрга кирүү үчүн, эртеден кечке билеттин кезегинде турсам да мейли.
18. Бүгүнкү аткарыла турган жумуштарым дайым эле эртесине калып кала берет.

### **Изилдөөнү жыйынтыктоочу ачкыч**

Мында ар бир суроого берилген оң жооп «+», 1(бир) деген, ал эми тескери мазмундагы « - » жооптор 0 (нол) балл алат. Андан кийин бардык суроолордун жоопторунун балдары суммаланат. Алардын чечмелениши төмөндөгү норматив боюнча жыйынтыкталат.

**0-5 балл** алган адамдын активдүүлүгү өтө төмөн деп белгиленет. Мындай адамдар аткара турган жумушунун ар бир деталына чейин маани берип, шашылбай аткарышат. Аткарып жаткан ишинен ката кетиремби деп коркот. Качан өзү жасаганда гана ишенимдүү сезет. Максатына жараша өжөрдүк менен иштейт. Өз чыгармачылыгы менен ойлонуп иш жасагысы келбейт. Жумушка өтө кыйынчылык менен көнүгөт.

**6-10 балл** алгандар орточо активдүүлүктөгү адамдар деп саналышат. Мындай адамдар өздөрүн жумушка карата теңдеп башкара алышат, турмушка ар тараптуу маани беришип, ички тынчсыздануусун токтото билишет.

**11-18 балл** алган адамдар жумушка өтө эле токтоо мамиле жасашып, жашоонун ички мазмунуна, күндөлүк жашоого чоң маани беришет. Ар бир иштин майын чыгара аткаруу туурасында көп ойлонушат. Аткарып жаткан жумушуна кимдир бирөөлөрдүн кийлигишүүсүн,

башкаруусун жаман көрүшүп, эс алганча жалгыз иштегенди каалашат. Өзүнүн үстүнөн көп эмгектенишет.

Экспериментин аягында керектүү группа туурасындагы маалыматтарды төмөнкү таблицка толтурабыз.

№	Ф.И.О.	0-5	6-10	11-18
1.	Асанов Ж.			
2.	Бегматов А.			
Ариф.орточо				

Мында ар бир изилденүүчүнүн алган баллы жаткан интервал менен фамилиясынын кесилишкен жериндеги графага «+» белги коюлуп, вертикалдуу формада ар бир деңгээлдин «+» тарынын саны эсептелет. Муну менен тиешелүү группанын активдүүлүк деңгээли табылат. Мындай көрсөткүчтөр ар бир изилденүүчү жана группалар менен дифференциалдык жекече иш алып барууда керектелет.

#### **Бул ыкма төмөндөгүдөй суроолор менен бышыкталат**

1. Инсанды кыймылга келтирүүчү күчтү тушүндүрүүчү психологиялык агымдар. Активдүүлүктүн түрлөрү.
2. Экспериментте алынган изилдөө жыйынтыктарын теорияга таянуу менен ар бир инсан үчүн жана группа үчүн анализге алуу.
3. Бул ыкманы пайдаланып адистигиңе тиешелүү болгон кандай проблеманы чечүүгө болот.

#### **Тема: Чыгармачылык потенциалды изилдөөчү ыкма**

Сиздерге сунушталып жаткан ыкма бир факторду изилдөөчү ыкмалардын катарына кирет. Чыгармачылыктын деңгээлин изилдөө азыркы мезгилдеги негизги проблемалардын бири. Анткени адам баласынын турмушунда чыгармачыл фактор дайыма эле эске алынбастан толук көмүскөдө калып калат.

Ошондуктан жаштарды туура, коомдук талаптагы адам катары тарбиялоодо, алардын чыгармачыл потенциалын эске алуу тарбиячы, окутуучулардын ишинде өз эффективдүүлүгүн

тийгизбей койбойт. Чыгармачыл мүмкүнчүлүктү аныктоо үчүн төмөндөгү инструкция боюнча иш жүргүзөт.

**Инструкция:** Сиздерге сунуш этилген ар бир суроонун мазмунуна карап, өзүңүз үчүн жооп берүүгө ылайыктуу деп эсептелген жооптун тиешелүү вариантын тегеректеп коесуз.

### **Изилдөөдөгө керектелүүчү суроолор**

Сизди курчап турган дүйнөнү оңолду деп эсептейсизби?

- а) ооба; б) жок; в) айрым бир гана жактары.
2. Өзүм кошулуп иштегенде гана айлана-чөйрөм оңолот деп эсептейсизби?
  - а) ооба, көпчүлүк учурда; б) жооп бере албаймын;
  - в) ооба, айрым учурда.
3. Сиздин айрым идеяларыңыз турмушумду оңдойт деп ойлойсузбу?
  - а) ооба; б) айрым жактарын гана;
  - в) айрым бир адамдар үчүн гана.
4. Сиздин коомдогу ээлеген оордуңуз жашоо турмушуңузду оңдойбу?
  - а) оңдошу мүмкүн; б) ыктымалдуулугу төмөн ;
  - в) болушу мүмкүн.
5. Кандайдыр бир жумушту баштоодо аягына чыгара алаар бекемин деп ойлойсузбу?
  - а) ооба; б) ишене албаймын; в) кээде,
6. Эч бир тааныш эмес жумушту иштөө жагабы?
  - а) ооба, сөзсүз; б) эч качан кызыкпаймын;
  - в) ошол жумуштун мүнөзүнө карап көрөмүн.
7. Тааныш эмес жумушту аткарууда талаптан артыкча мазмунда аткарууга аракеттенесизби?
  - а) ооба; б) канааттаныш үчүн гана;
  - в) ооба; эгер мен кызыгып калсам.
8. Сиз билбеген жумуш кызыктырса аны аткарып көрүү сизди кызыктырабы.
  - а) ооба; б) эң негизги жери гана;
  - в) мени кызыктырган жери гана.
9. Эгер ишиниз оңунан чыкпаса:
  - а) өтө катуу капаланам;
  - б) чындыкка жакын эмес деп басып кетем;
  - в) эч кандай көңүл бурбай ишимди жасай беремин.
10. Менимче кесипти - адистиктеги адамдар:
  - а) мүмкүнчүлүгүнө жараша тандаш керек;

- б) зарылдыкка жараша тандаш керек;
- в) келечектеги камсыз кыла алуусуна жараша тандаш керек.

11. Саякат мурунку бирөөлөр басып өткөн жол менен уюштурулуш керек.

- а) ооба; б) жок, бирок адашамбы деп коркомун;
- в) ооба мени кызыктырган жерлерди кайрадан көрүш

үчүн.

12. Сүйлөшүп жаткан мезгилде эмне жөнүндө сүйлөшкөнүнүздүн бардыгын эстей аласызбы?

- а) кыйналбай эле эстеймин. б) толук эстей албаймын.
- в) мен үчүн кызыктуу болгон жерин гана.

13. Чет тилин укканда маанисин түшүнбөй туруп эле кайталап айтып бере аласызбы? а)

кыйналбай эле; б) эстөөгө жеңил болсо;

в) туура эмес кайталаймын.

14. Бош убактыңызда эмнени каалайсыз?

- а) жалгыз отуруп ойлонгонду;
- б) компанияда отурганды;
- в) жалгыз болгон менен компанияда отургандын мен

үчүн айырмасы жок.

15. Кандайдыр бир жумушту аткарып жатып токтотуп коем, эгер?

- а) жумуш оңой аткарыла баштаса;
- б) анча-мынча канааттана баштасам;
- в) бардыгын аткара элек болсом.

16. Эгерде жалгыз болсоңуз:

- а) абстракттуу түшүнүк туурасында кыялданасызбы;
- б) баалуу жумушту иштейсизби;
- в) сиздин ишиниз менен байланышкан жумушту

иштегиниз келеби.

17. Башыңызга келген идея туурасында иш аткаргыңыз келеби? а) ким менен турсам да; б)

жалгыз калган мезгилимде;

в) тынч жерде болгонумда.

18. Өзүмдүн идеямды тануулаймын, эгерде:

- а) мени эч ким укпай койсо;
- б) өз оюмда калыш үчүн;
- в) каршылык күчтүү болбосо.

Жыйнтыгын чечмелеш үчүн төмөндөгү техника колдонулат. Мында ар бир суроодон алган баллдар суммаланат.

«а» жооптор үчүн – 3 балл,

«б» жооптор үчүн – 1 балл,

«в» жооптор үчүн – 2 балл берилет.

1, 6, 7, 8 – суроолор изилденүүчүлөрдүн кайрымдуулукка багытталган чыгармачылык мүмкүнчүлүгүн түшүндүрсө, 2, 3, 4, 5 – суроолор өзүнө ишенгендикти түшүндүрөт. 12, 13 – угуу эсинин жогорулугун түшүндүрсө, 11 – суроо көрүү эсинин жогорулугун түшүндүрөт. 14 – суроо баш ийбөөчүлүктү түшүндүрөт, 16, 17 – лер абстракциялоо жөндөмдүүлүгүн түшүндүрөт.

Бул ачкычты пайдаланып, чыгармачылык сапаттардын потенциалын аныктоого болот. Ошондой эле группаны аныктоодо да колдонулат.

Аныкталган бир чечимди алыш үчүн дифференциалдык техника колдонулат. Мисалы: 1, 6, 7, 8 – суроолорунун баллдары суммаланып, арифметикалык орточосу эсепке алынат.

Мындан сырткары дагы баллдын жалпы суммасына карата төмөнкүдөй чечмеленет.

**49 жана андан ашык балл алгандар:** бул адамдар өтө жогору чыгармачылык мүмкүнчүлүккө ээ. Мындай адамдардан каалагандай жөндөмдүүлүктү талап кылып, кесипке жеңил үйрөтүүгө болот.

**24-48 балл алгандар:** Мындай адамдар нормалдуу чыгармачылык мүмкүнчүлүккө ээ. Эгерде бул адамдын кызыгуусу менен таңдалган кесиби дал келе турган болсо, жакшы эле ийгиликтерге жетише алат.

**23 төн төмөн балл алгандар:** бул адамдардын чыгармачылык мүмкүнчүлүктөрдү төмөн болот. Мындай адамдарды көз жаздымга калтырууга болбойт. Аларга дайыма жардам керек. Андай болбосо алардын иши оңунан чыкпайт.

Андай адамдарды билүү үчүн төмөнкү таблица толтурулат жана колдонулат.

№	Ф.И.О.	49 жог.	24-48	23 төм.
1.	Ашимова А.			
...				
25	Жолдошева З.			
Орточо саны				

### Изилдөөнү бышыктоо үчүн төмөнкү суроолор.

1. Жөндөмдүүлүк деп эмнени айтабыз.
2. Чыгармачыл потенциал эмнеге байланыштуу болот.
3. Сиз окуган группа жана өзүңүз кандай чыгармачыл потенциалга ээ экениңизди анализге алуу менен жыйынтыкталат.
4. Ушул проблеманы турмушта кандай жолдор менен чечүүгө болот.

### Тема: Эмоционалдык чөйрөдө өзүн-өзү контролдоо ыкмасы

Коомдук талапка жараша жүрүм-турумду башкаруунун бир фактору болуп инсандын өзүн-өзү контролдоосу саналат. Анын ичинен да эмоционалдык чөйрөдө өзүн-өзү контролдоо бардык адамдарда бирдей боло бербейт. Жүрүм-турумдун бузулушу ушул эмоционалдык чөйрөнүн таасир этүү күчүнө жараша болот. Ошондуктан жаш адистердин коомдук кызматтарда иштешинде, өзүн жана өзү менен кызматташ болгондордун ким экендигин билүүсү эмгек өндүрүмдүүлүгүн жогорулатат.

Сиздерге сунуш этилген бул ыкма аркылуу инсандын: Эмоционалдык чөйрөдөгү өзүн-өзү контролдоосунун деңгээлин;

Ишмердүүлүк учурундагы өзүн-өзү контролдоосун; Социалдык чөйрөдө өздүк жүрүм-турум нормасын башкара билүү факторлорун изилдөөгө болот.

Изилдөө жумушу изилденүүчүнүн аң сезимине карата «өзүнө», «менин идеалым» жана «коомдун идеалы» деген ролдук позицияларга карата жүргүзүлөт.

**Инструкция:** Урматтуу изилденүүчү сиз жооп бере турган суроолордун мазмунуна терең маани берип, жооп бериле турган сөздөрдүн пункттарын ар бир ролдук позицияга карата тегерекке алып коюшуңузду суранабыз. Изилдөөнүн протоколу төмөнкү көрүнүштө болот.



бирине өзүнчө түзүш керек. Башкача айтканда, өзүнүн көз карашында өзүнө, идеал туткан адамына жана коом талап кылган адамга карата төмөнкү суроолордун мазмунуна жараша керектүү жообторду тандайт. Негизгиси өзүнө карата болгон көз карашын идеал туткан адамга, коомдун идеалына салыштырмалуу таанып биле алуусу изилдөөнүн негизги максаты болуп саналат.

### Изилдөө үчүн суроолор.

1. Мени адамдар өзүн-өзү кармай албаган адам деп ойлошот.  
а) ооба; б) ишенбейм; в) андай эмес.
2. Транспорттордо өзүмөн улуу жана колунда баласы барларга орун бошотмун.  
а) кандай шарт болбосун сөзсүз; б) кээде; в) бошотпоймун.
3. Туюу сезимиме көз салгым келет. а) дайыма; б) кээде; в) маани деле бербеймин.
4. Эгерде мага берилген тапшырмага түшүнбөй калсам:  
а) жумушту аткарбай туруп тактайм;  
б) айрым учурда тактаймын; в) жумуш үстүндө тактаймын.
5. Иш учурунда өзүмдүн жөндөмдүүлүгүмдү текшеремин.  
а) дайыма; б) мезгил-мезгили менен; в) текшербейм.
6. Кандайдыр бир идеяга толук ынанмайынча анын аргументин сунуштабаймын.  
а) дайыма б) адатта в) эгер сунуш максаттуу болсо.
7. Ар бир жумушту аткаруу үчүн ылайыктуу кийим керек.  
а) сөзсүз керек б) айрым иштерге в) кереги деле жок.
8. Адатта өз сунушумду жашы жана кызматы жогору болгон адамдар сүйлөгөндөн кийин сүйлөймүн.  
а) ооба; б) кээде; в) жок;
9. Мага адамгерчиликти, тактыкты, билгичтикти талап кылган жумуш жагат.  
а) ооба; б) орточосу жагат; в) жакпайт.
10. Эгерде мен кызарып кетсем, аны дайыма сеземин.

- а) ооба ; б) айрым учурда; в) сезбеймин.
11. Иш учурунда мага керектүү маалыматтарды текшерип турамын.  
а) дайыма; б) мезгил мезгили менен; в) текшербеймин.
12. Мен жумушка өз нормасындагы талапты дайыма каттуу коемун.  
а) ооба ; б) орточомун; в) андай эмесмин.
13. Жүрүм - турумду коомдук нормада кармаймын.  
а) дайыма; б) кээде; в) эч качан андай эмес.
14. Мага жакпагандарга орой мамиле кыламын.  
а) тура; б) кээде; в) туура эмес.
15. Эгер ишимде түшүнбөгөн жерлер учураса ага маани бербей кийинкисине өтүп кетемин.  
а) туура дайыма; б) кээде; в) түшүнгөнгө аракеттенемин.
16. Көпчүлүк учурда мага жакпаган адамдарга жиним тез келет.  
а) ушундай; б) айрым учурда; в) жиним келбейт.
17. Коомдук жерлерде үнүмдү акырын чыгарып сүйлөймүн.  
а) дайыма; б) айрым учурларда; в) катуу эле чыгарамын.
18. Жумуш учурундагы каталыктарды ондоо керек.  
а) эгерде бирөө аны көрсөтсө; б) шартка жараша; в) эч кимди күтпөстөн, сөзсүз.
19. Эгерде өтө катуу тынчсыздансам, жасап жаткан ишимди уланта албаймын.  
а) дайыма; б) айрым учурда; в) кебир учурда.
20. Чогулуштарда сүйлөп жатып үнүмдү, кыймыл-аракетимди, жесттеримди башкарууга аракеттенемин.  
а) дайыма; б) айрым кезде; в) өтө эле аз болот.
21. Мамилелешүү учурунда мен:  
а) өз оюмду эркин түшүндүрөм; б) орточо түшүндүрөм; в) оюму толук жеткизе албаймын.

Изилдөөнү андан ары улантуу үчүн төмөнкү **ачкыч** колдонулат.

1-фактор Эмоционалдык чөйрө:

1-сур. а=0, б=1, в=2      3-? а=2, б=1, в=0

10-? а=2, б=1, в=0      16-? а=0, б=1, в=2

19-? а=0, б=1, в=2      20-? а=2, б=1, в=0

- 10-? a=2, б=1, в=0      16-? a=0, б=1, в=2  
 19-? a=0, б=1, в=2      20-? a=2, б=1, в=0  
 21-? a=0, б=1, в=2

2-фактор Ишмердүүлүктөгү контрол.

- 4-? a=2, б=1, в=0      5-? a=2, б=1, в=0  
 9-? a=2, б=1, в=0      11-? a=2, б=1, в=0  
 12-? a=2, б=1, в=0      15-? a=0, б=1, в=2  
 18-? a=0, б=1, в=2

3-фактор Социалдык чөйрөдө.

- 2-? a=2, б=1, в=0      6-? a=2, б=1, в=0  
 7-? a=2, б=1, в=0      8-? a=2, б=1, в=0  
 13-? a=2, б=1, в=0      14-? a=2, б=1, в=0  
 17-? a=2, б=1, в=0

Ачкычка салынган баллдар төмөнкү таблицага толтурулуп, группанын контролдоо деңгээли аныкталат. (Мында *Мн-мен*, *Ми-менин идеалым*, *Ки-коомдун идеалы*)

№		1-факт.			2-факт.			3-факт.		
		Мн	Ми	Ки	Мн	Ми	Ки	Мн	Ми	Ки
1	Тасмаев									
2	Манашова									
....										
25	Пирматов									
Ар.	орточо									

таблицага таянуу менен изилденүүчүлөрдүн өзүн, өзүнүн идеалына, коомдук идеалына салыштырмалуу баалоо коэффициентин аныктоого жетишебиз.

Мында ар бир факторго карата канчалык балл жогору болсо, контролдоо деңгээли да ошончолук жогору, төмөн болсо төмөн болот.

Бул ыкманы бышыктоо үчүн төмөндөгү суроолор керектелет:

1. Эмоционалдык абал жана сезим деп эмнени айтабыз?
2. Психокоррекция деген эмне?
3. № 2-таблицанын көрсөткүчтөрүнө таянып, теориялык негизде анализ жасаңыз.
4. Бул ыкманы колдонуп практикалык турмушта кандай проблеманы чечсе болот. (Бир мисалды алуу менен)

## Тема: Стресстик абалды изилдөө ыкмасы

Практикалык турумуштагы жумуштун эффективдүү болушунда стресстик абалды башкара билүү чоң мааниг ээ.

Анткени стресстик абал эмгек өндүрүмдүүлүгүнө ар дайым өзүнүн терс таасирин тийгизип турат. Ошондуктан адам баласынын эмгектенүүсүндө стресстик абалды эске алып туруу зарыл.

Бул ыкманы төмөндөгү инструкция боюнча уюштура алабыз.

**Инструкция:** Урматтуу изилденүүчү сиз жооп бере турган суроолордун ар бирине терең маани берүү менен жооп беришинизди суранабыз. Эгерде коюлган суроолордун мазмуну сизде учурай турган болсо, «1» деген балл менен, учурабай турган болсо «5» деген балл менен бардык суроолорго жооп берип чыгасыз.

### Изилдөө үчүн суроолор

1. Ар күнү түштөнөсүзбү?
2. Күнүнө сегиз саат уктайсызбы?
3. Үй турмушунузду өз нугунда өтүп жатат деп эсептейсизби?
4. Кыйынчылык мезгилде жардам көрсөтөт деп ишенген досуңуз барбы?
5. Спорт менен такай машыгасызбы?
6. Тамеки чегесизби?
7. Ичимдик ичкенди жакшы көрөсүзбү?
8. Салмагыңыз өз боюңузга дал келеби?
9. Күндөлүк керектөөңүзгө акчаңыз жетеби?
10. Келечектеги бактылуу жашооңузга ишенесизби?
11. Кинотеатрга үзгүлтүксүз барасызбы?
12. Тааныш досторуңуз көппү?
13. Досторуңуз менен көңүл сүйгөн маселелер туурасында сүйлөшөсүзбү?
14. Талаш-тартыш учурунда өзүңүздү тең салмактуу кармай аласызбы?
15. Өзүңүздүн турмушунуздагы проблемалар туурасында коншуңузга же кесиптештериңизге айтасызбы?
16. Ишиниздин көптүгүнө карабай эс алууга убакыт таба аласызбы?

17 Күндөлүк убактыңызды сарамжалдуу пайдалана ала-сызбы?

18. Ар күнү коюу демделген кофе же чай ичесизби?

19 Күндүзү уктаганды жакшы көрөсүзбү?

Суроолорго жооп берилип бүткөндөн кийин изилденүүчүлөрдүн көрсөткүчтөрү төмөнкү таблицага түшүрүлөт.

№	Ф.И.О.	0-30	30-49	50-74	75-95
1.	Бөрүева Г.				
2.	Шабданов П.				
25.	Разыбаев Т.				
Орточо саны					

Изилдөөнүн көрсөткүчтөрүн чечмелөө үчүн төмөнтөгү колдонмо керектелет.

**30 балдан төмөнкүлөр:** буларда стресстик абал таптакыр кездешпейт десе да болот.

**30-49 балл аралыгы:** булар стресстик абалдын чегинде эле турушат. Стресстик абалга өтүп кетүүлөрү жеңил.

**50-74 балл:** булар толук эле стресстик абалда турушат. Жашоодо кыйынчылыкты туудурбай койбойт.

**75 деп ашык балл:** бул адамдарда стресстик абал өтө тереңдеп кеткен. Өз алдынча ал абалдан чыгып кетүүлөрү күмөн. Ошондуктан атайын психолог адистердин консультациясы керектелет. Себеби, көпчүлүк стресстик факторлордун таасири нерв системасын ээлеп алган.

#### **Бул ыкманы анализдөөдөгү талаптар.**

1. Эмоционалдык абал деп эмнени айтабыз?
2. Анын ичинен стресс деген эмне?
3. Ал кайсы мезгилдерде пайда болот жана кантип жоюуга болот?
4. Теорияга жана №1-таблицанын көрсөткүчтөрүнө таянып, чечмелөө жүргүзүлөт.
5. Бул ыкманы колдонуп практикалык турмуштагы кандай проблемаларды чечсе болот? (кесиптик проблема-лардын бирөөнү мисал келтирүү менен).

**Тема: Кооптонуунун пайда болушундагы инсандык шкала**

Сунуш кылынып жаткан тест кооптонуунун деңгээлин аныктоого багытталган. (ММРІнин кошумча шкаласы катары да колдонулуп жүрөт). Тест Т.А.Немчинов тарабынан көнүктүрүлгөн.

Берилген 50 суроонун ар биринин маанисине карап, изилденүүчү «ооба» же «жок» деп гана жооп берет. Тестирилөө мезгили 15-30 мин. аралыктан чыгып кетпеш керек.

**Изилдөөгө керектелүүчү соболдор.**

1. Адатта мен өзүмдү токтоо сеземин.
2. Менин нервим башкалардыкындай чыдамдуу эмес.
3. Менин ачуум тез-тез эле келе берет.
4. Менин башым тез-тез эле ооруй берет.
5. Мен тез-тез эле чарчай беремин.
6. Өзүмдү дайыма толук бактылуу сеземин.
7. Мен өзүмө ишенемин.
8. Өзүмдү досторума караганда шайыр деп эсептеймин.
9. Мен эч качан бозоруп же кызарып кетпеймин.
10. Мен башкаларга караганда азыраак кызарамын.
11. Менин жүрөгүмдүн дүкүлдөп кату согушу тез-тез болуп турат.
12. Адатта менин колум жетишерлик эле жылуу болот.
13. Мен башкалардай көп тартынчаак эмесмин.
14. Мага өзүмө ишенгендик жетишпейт.
15. Кээде өзүмдү колунан эч нерсе келбөөчү артыкбаш адамдай сезе беремин.
16. Кээде өзүмдү коерго жер таппай тынчсызданган мезгилдер болот.
17. Ашказаным тынчымды ала берет.
18. Мен алдыдагы кыйынчылыктарды жеңериме толук ишенемин.
19. Мен башкалардай эле бактылуу болгум келет.
20. Мен алдыдагы кыйынчылыктардын бардыгын жеңериме ишене албай кетемин.
21. Мен коркунучтуу түштөрдү көп көрөмүн.
22. Кээде бир нерсени жасаарымда колдорумдун калтыраганын сезип каламын.
23. Менин уйкум тынч эмес.
24. Мени алдыдагы ийгиликтердин болуш-болбошу көп ойлондурат.



25. Эч кимдин коркутпашын билип туруп деле кээде чочулай беремин.
26. Көңүлүмдү бир нерсеге топтой албай көп кыйналамын.
27. Өзүмдү зордуктап иштеймин.
28. Бирөөлөрдүн ишине оңой эле кийлигишип кетемин.
29. Менде дайыма белгисиз кооптонуулар пайда болуп турат.
30. Мен бардык нерсени тамашасыз (серьезно) кабыл аламын.
31. Көп ыйлаймын.
32. Мени уйкусуздук кыйнайт.
33. Менин ашказаным жок дегенде айына бир жолу ооруп турат.
34. Мен өзүмдү кызарып кетпесем экен деп коркомун.
35. Менин көңүлүмдү бир жерге топтошум өтө кыйын.
36. Мен материалдык абалыма көп тынчсызданамын.
37. Бирөө менен сүйлөшүүгө болбой турган нерселер жөнүндө ойлоно беремин.
38. Кээде коркконумдан уйкум бузулат.
39. Сөз таппай калган мезгилдерде менин абдан көңүлүм чөгөт.
40. Суукта деле мен жеңил кийимчен жүрө беремин.
- 41 Кээде оолугуп кеткенимде мени токтотуш кыйын болуп калат.
42. Мени тынчсыздандыруу оңой.
43. Өзүмдү кээде таптакыр керексиз адамдай сезе беремин.
44. Кеede ачуумду токтото албай каламын.
45. Кээде бирөөлөр менин тынчымды алып жаткандай сезиле берет.
46. Көпчүлүк адамдарга караганда мен сезимталдуумун.
47. Мен өзүмдү дайыма эле ачка калгандай сезе беремин.
48. Менин турмушум көп кыйынчылыктар менен чырмалышкан.
49. Бирөөнү күткөндө жиним келе берет.

Төмөндөгү суроолордун «ооба» деген жоопторуна 1 баллдан берилет. 14, 15, 16, ..., 49 чейин. Ал эми 1, 2, 3, ..., 13 чейин – «жок» деген жоопторуна 0 баллдан берилет.

Жалпы баллдардын суммасы 40-50 болсо кооптонуунун **өтө жогорку** деңгээлин, 25-40 **жогорку** деңгээлин, 15-25 балл **орточо** деңгээлин, 5-15 балл **төмөнкү**, ал эми 0-5 балл **өтө төмөнкү** деңгээлди билдирет.

орточо деңгээлин, 5-15 балл төмөнкү, ал эми 0-5 балл өтө төмөнкү деңгээлди билдирет.

Группалык өзгөчөлүктү аныктоо үчүн таблица.

№	Ф.И.О.	0-56	5-156.	15-25 б.	25-40 б.	40-50 б.
1.	Арапова					
2.	Аматов					
25.	Досонова					
Ариф. орточо						

**Ыкманын мазмунун бышыктоо үчүн суроолор.**

1. Кооптонуунун – инсандык сапат катарында үшүндүрүлүшү.
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психолгиялык жактан чечмелөө.
3. Бул ыкманын практикалык жумуштагы орду.

**Тема: Депрессияны аныктоочу ыкма**

Тест – Бехтерев атындагы илим изилдөө институтиунун парнология бөлүмүндө илимий кызматчысы Т.И.Балашова тарабынан көнүктүрүлгөн.

**Инструкция:** Берилген суроолордун ар биринин мазмунуна терең маани берип 1, 2, 3, 4 деген баллдарды коюу менен жооп берүү талап кылынат.

- 1 - мындай эмес
- 2 - кээде ушундай
- 3 – ушундай эле
- 4 – ар дайым ушундай

**Изилдөөгө керектелүүчү суроолор.**

1. Менин көңүлүм чөгүп жүрөт.
2. Мен эртең менен өзүмдү баарынан мыкты сеземин.
3. Мен өзүмдү ыйлап жиберчүдөй сеземин.
4. Менин уйкумдун тынчы жок.
5. Менин табитим мурдагыдан жакшы болуп калды.
6. Мага сулуу аялдарды тиктеген жагат.
7. Мен айланамдагылардан бөлүнүп калгандай боло беремин.
8. Жашоомдогу карама-каршылыктар мени кыйнай берет.
9. Менин жүрөгүм дүкүлдөп, мурдагыдан тез-тез сокчу болуп калды.
10. Мен себепсиз эле чарчап каламын.
11. Мен эмне жөнүндө ойлонуп жатканымды так билемин.

12. Мен колумдан келген нерселерди эч кыйынчылыксыз жасаймын.
13. Мен тынчсызданганымдан бир жерде көпкө отура албаймын.
14. Мен келечектеги бактылуу турмуш күтүшүмө толук ишенемин.
15. Мен мурдагыдан ачуулуу болуп кеттим.
16. Мага бир чечимди кабыл алуу кыйын эмес.
17. Мен эмненин зарыл жана пайдалуу экендигин сезип турамын.
18. Мен толук жетиштүү өмүр сүрүүдөмүн.
19. Мен өлүп калсам, көп адамдар үчүн жакшы болмок.
20. Мен ар дайым кубанычтын кучагында жүрөмүн.

Депрессиянын денгээли (ДД) төмөнкү формула боюнча эсептелет:

$$ДД = E_{оң} + E_{терс}$$

$E_{оң}$  – 1, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 13, 15, 19 суроолордун баллдарынын суммасы.

$E_{терс}$  – 2, 5, 6, 11, 12, 14, 16, 17, 18 суроолордун жоопторунун тескери баллдарынын суммасы.

1 деген балл – 4 баллга барабар

2 ники – 3 балл

3 түкү - 2 балл

4 түкү - 1 балл (бардыгы тескрисинче бааланат).

Эгерде 0-50 балл болсо депрессиялык абалдын жок экендигин түшүндүрөт;

50-59 баллды түзсө, анда депрессиянын жеңил формасы;

60-69 баллды көрсөтсө, анда депрессиялык абалдын ал адамда орношуп калгандыгын билдирет.

Ал эми 70 баллдан ашып кетсе, анда чыныгы депрессиялык абал бар экендигин түшүнөбүз.

Группалык өзгөчөлүктү аныктоо үчүн төмөнкү таблицаны толтуруу талап кылынат.

№	Ф.И.О.	50 чейин	50-59	60-59	70 тен көп
1.	Атамов Т.				
2.	Бегмат кызы. М.				
25	Иметов. З.				
Ар.орт.					

### Бышыктоо үчүн суроолор:

1. Эмоционалдык абал жөнүндө жалпы түшүнүк.
2. Депрессиянын инсандык өзгөчөлүктөрү.
3. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмеле.
4. Бул ыкманын практикалык жумуштагы орду.

### Тема: ММРІ ыкмасы

**Инструкция:** Төмөндө сиздин ден-соолугуңузга жана мүнөзүңүзгө тиешелүү болгон суроолор берилген. Ал суроолордун маанилеринин сизге ылайык келишине карап, «ооба» же «жок» деп жооп берүү керек. Эң туура жооп болуп оюңузга биринчи келген жооп эсептелет. Ошондуктан көп ойлонуунун пайдасы жок.

### Бул ыкма инсанга мүнөздүү болгон төмөнкүү сапаттарды изилдей алат

1. Сиздин аппетитиңиз жакшыбы?
2. Сиз эртең менен турганда эс алып калгандай сезесизби?
3. Сизди көпчүлүктүн жашоосу кызыктырабы?
4. Сиз жумуш учурунда кыйналып иштейсизби?
5. Кээде сиз айтууга болбой турган жаман ойлор пайда болобу?
6. Сиз тез-тез кыйынчылыктарга дуушар болосузбу?
7. Кээде үйүңүздү биротоло таштап чыгып кеткиңиз келеби?

8. Сиздин күлкүңүздү же ыйыңызды токтото албай калган учурларыңыз болобу?
9. Сиздин көңүлүңүз тез-тез айный береби?
10. Сизде мени эч ким түшүнө албайт деген ойлор пайда болду беле?
11. Сиздин бирөөлөр менен урушууну каалаган мезгилдериңиз болду беле?
12. Сиз жаман түштөрдү жумасына бир жолу көрүп турасызбы?
13. Сиз көпчүлүккө караганда көңүлүңүздү бир жерге кыйынчылык менен топтойсузбу?
14. Сиздин башыңыздан түшүнүксүз окуялар өттү беле?
15. Эгерде адамдар сизге каршы болсо, сиз ийгиликке жетише аласызбы?
16. Сиз балалык чагыңызда жок дегенде бир жолу уурулук кылдыңыз беле?
17. Сиздин көңүлүңүз келбегендиктенбир нече күнгө, жумага же айларга чейин жумушту артка сүргөн учурларыңыз болгонбу?
18. Сиздин уйкуңуз тынч эмеспи?
19. Сиз көпчүлүктүн арасында турганыңызда кулагыңызга түшүнүксүз нерселер угулгандай сезилеби?
20. Сиздин тааныштарыңыз сизди жагымсыз адам деп эсептешеби?
21. Сизде өзүңүздөн төмөн болгон адамдарга баш ийип калгандай сезимдер пайда болобу?
22. Сиз өзүңүзгө караганда көпчүлүк адамдарды өз турмушуна ыраазы деп эсептейсизби?
23. Сиз башкаларды бирөөлөрдөн жардам алыш үчүн, атайын өзүн бечара кылып көрсөтөт деп ойлойсузбу?
24. Сиз кээде капаланасызбы?
25. Сизде өзүңүзгө ишенүү жетишпейт деп ойлойсузбу?
26. Сиз өзүңүздү туура эмес иш кылып алгандай сезе бересизби?
27. Сиз тагдырыңызга ыраазысызбы?
28. Сиз бирөөлөрдүн башкарып жаткандыгын туура эмес деп ага каршылык көрсөтөсүзбүү?

28. Сиз бирөөлөрдүн башкарып жаткандыгын туура эмес деп ага каршылык көрсөтөсүзбү?
29. Сиз бирөөлөрдү артымдан жамандык ойлойт деп эсептейсизби?
30. Сиз көпчүлүк адамдарды арам жол менен пайда табат деп ойлойсузбу?
31. Сиз ашказаныңыздан жапа чегесизби?
32. Сиз көпчүлүк учурда эмнеден улам көңүлүңүздүн чөккөнүн билбей калган учурлар болгонбу?
33. Сизде айтайын деген оюнузду жоготуп койгон учурлар болобу?
34. Сиз үй-бүлөлүк турмушуңузду тааныштарыңыздыкынан жаман деп эсептейсизби?
35. Сиз кээде өзүңүздүн пайдасыз экениңизге ишенесизби?
36. Сиз өзүңүздү акыркы мезгилдерде жакшы сезип (самочувствие) жүрөсүзбү?
37. Сизде өзүңүздүн эмне жасаганыңызды өзүңүз билбей калган учурлар болобу?
38. Сизди туура эмес жазалаган учурлар болобу?
39. Сиз өзүңүздү азыркыдай эч качан мыкты сезе элек белениз?
40. Башкалардын сиз жөнүндө эмне деп ойлогону сиз үчүн мааниге ээ эмеспи?
41. Сиздин эске сактоонуз эң жакшыбы?
42. Сиз жаңы таанышкан адамыңыз менен сөздү уланта албай кыйналасызбы?
43. Көпчүлүк мезгилдерде өзүңүздү алсырагандай сезесизби?
44. Башыңыз көп ооруйбу?
45. Сиз тез басканда тең салмактуулугуңузду кармап албай каласызбы?
46. Сизге жакпаган тааныштарыңыз барбы?
47. Сиздин идеяңызды уурдай турган адамдар барбы?
48. Сиз өзүңүздү кечирүүгө болбой турган иш кылгам деп эсептейсизби?
49. Сиз өзүңүздү өтө эле тартынчаакмын деп эсептейсизби?
50. Сиз дайым бир нерселерден кооптонуп турасызбы?
51. Сиздин ата-энеңиз көпчүлүк учурда тааныштарыңызды жактырбайт деп эсептейсизби?
52. Сиз кошомат кыла аласызбы?
53. Сизге чечимдерди кабыл алуу оңой сезилеби?



56. Сиз ата-энеңиз же үй-бүлөңүз менен тез-тез кайым айтышып турасызбы?

57. Сиз кээде толкунданганыңыздан бир орунга отура албай каласызбы?

58. Сиз турмушунузду өзүңүздөн башка эч кимди кызыктырбайт деп ойлойсузбу?

59. Бирөөнүн катасын кайталаган адамды сындай аласызбы?

60. Сиз өзүңүздү кээде аябай эле күчтүү сезип кетесизби?

61. Акыркы убакта көзүңүздүн курчтугун начарлады деп эсептейсизби?

62. Тез-тез эле кулагыңыз чуулдаша береби?

63. Сиз өзүңүздү гипноз таасир этип жаткандай сезиниңиз беле?

64. Сиздин көңүлүңүз өзүнөн-өзү эле көтөрүлгөн учурлары болобу?

65. Сиз көпчүлүктүн арасында туруп деле өзүңүздү жалгыз калгандай сезесизби?

66. Сиз жагымсыз абалды болтурбаш үчүн жалган айта аласызбы?

67. Сиз башкаларга караганда өзүңүздү жоготуп коюсузбу?

68. Сиздин башыңыз кээде жай иштеп жаткандай сезилеби?

69. Адамдардын арасында ачууңуз тез-тез келеби?

70. Сиз спирттик ичимдиктерди көп ичтиңиз беле?

### Контрольдук шкалалар

1. (L) - изилденүүчүнүн канчалык деңгээлде чын ниети менен жооп бергендигин билдирет.

2. (F) – ишенимдүүлүк шкаласы - алынган жыйынтыктын канчалык деңгээлде чындыкка жакын экендигин билдирет.

3. (K) – коррекция шкаласы - изилденүүчүнүн тестирилөөнүн жүрүшүндөгү кылдаттыгын аныктайт. Бул шкаланын жогорку көрсөткүчтө болушу, жүрүм-турумдун аң-сезимсиз эле ишке ашкандыгын билдирет.

### Базалык шкалалар

1. Ипохондрия (HS) изилденүүчүнүн астеноневротикалык типке жакын экендигин билдирет. Бул шкала боюнча жогорку балл алгандар илең-салаң болуп, пассивдүү, бардык нерселерге ишене бербеген аңкоо, жаңы маалыматтарды жай

өздөштүргөн, көчүлүктүн арасында өзүн тез жоготуп бийликке кыңк этпей баш ийген адамдар болушат.

2. Депрессия (D), бул шкаланын жогорку көрсөткүчү сезгичтикти, шекчилдикди, таарынчаактыкты туюнтуп турат. Мындай адамдар ишине так, чынчыл, өз милдетин так аткарган адамдар болушат. Бирок жумуштуу өз бет алдынча иштей албайт. Болоор-болбос кыйынчылыкка туруштук бере албайт.

3. Истерияч (Hy) бул шкала неврологиялык коргонуу реакциясына жакын сапатты мүнөздөйт. Бул фактордон жогору балл алган адамдар жоопкерчиликтен качып, семетикалык оорулардын алгачкы белгилерине дуушар болушун күтүлбөгөн жерден проблема пайда болсо аны чечүүнүн ордуна, аны өзүнүн оорусуна шылтап аны аткаруудан качкан адамдардын белгилери. Ошондуктан мындай адамдардын сезимдери тайкы жана кызыгуулары үстүртөн болушат.

4. Психопатия (Pd) – бул шкаланын жогорку баллы – адамдын социалдык ийилгичтигинин төмөндүгүн билдирет. Мындайлар агрессивдүү, жаңжалды жакшы көргөн, коомдук нормаларды жана баалуулуктарды көзүнө илбеген адамдар болушат. Булардын настроениясы туруксуз, таарынчаак, тамашаны көтөрө албаган адамдар.

5. Паранояльность (Pa) – бул шкаланын жогорку баллы – өз идеясын өтө ашыкча, баалагандыкты билдирет. Бул адамдар бир тараптуу, агрессивдүү жана кекчил болушат. Эгерде булар менен ким макул болбосо, аларды «акмак» же душман деп эсептешет. Өзүнүн оюн башкаларга таңуулай беришендиктен, жүргөн жерлеринин баары жаңжал болот. Болор болбос ийгилигине мактана берип жадатышат.

6. Психоастенсия (Pt) – бул шкаланын жогорку баллы – корккондук, чечкинсиздүү эместик, курулай сактана берүүчүлүк жана эч нерсеге ишенбөөчүлүк сыяктуу мүнөздүк сапаттарынын жогорулугун билдирет.

7. Шизоидность (Se) – бул шкаладан жогорку балл алган адамдар абстракттуу образдарды кабыл алууга абдан жөндөмдүү келишет. Бирок, күндөлүк турмуштагы кубанычтар, көңүлдү чөгөрүүчү окуялар буларга таасир этпейт. Ошондуктан буларды эмоционалдык жактан суук же жүрөгү таш дешет. Ошондой эле инсандар аралык мамиледен сыртта калышат, мамилеси жок адамдарды айтууга болот.

жүрөгү таш дешет. Ошондой эле инсандар аралык мамиледен сыртта калышат, мамилеси жок адамдарды айтууга болот.

8. Гипомания (Ma) – бул шкаладан жогорку балл алган адамдардын көңүлү турмуштук кырдаалдарга көз карандысыз. Дайыма көңүлү ачык, шайыр, энергиялуу, ишкер жана жандуу кыймылдуу адамдар менен таанышканды жанындай көрүшөт. Бирок кызыгуулары үстүртөн жана туруксуз болот.

Бардык шкалалар боюнча жогорку балл деп 70 баллдан ашканы, ал эми 40 тан ылдый төмөнкү көрсөткүч деп эсептелет.

### Ачкыч

Шкалалар	Жооптор	Суроолор №
L	Туура эмес (H)	5, 11, 24, 47, 53
F	H	22, 24, 62
	Туура (B)	9, 12, 15, 19, 30, 38, 48, 49, 58, 59, 64
K	H	11, 23, 31, 33, 34, 36, 40, 41, 43, 51, 56, 61, 65, 67, 69, 70
	H	1, 2, 6, 37, 45
1(Hs)	B	9, 18, 26, 32, 44, 46, 55, 62, 63.
	H	1, 3, 6, 11, 28, 37, 40, 42, 60, 65, 61
2 (D)	B	9, 13, 11, 18, 22, 25, 36, 44
	H	1, 2, 3, 11, 23, 28, 29, 31, 33, 35, 37, 40, 41, 43, 45, 50, 60
3 (Hy)	B	9, 13, 18, 26, 44, 46, 55, 57, 62
	H	3, 28, 34, 35, 41, 43, 50, 65
4 (Pd)	B	7, 10, 13, 14, 15, 16, 22, 27, 52, 58
	H	28, 29, 31, 67
5 (Pa)	B	5, 8, 10, 15, 30, 39, 63, 64, 66, 68
	H	2, 3, 42
6 (Pt)	B	5, 8, 13, 17, 22, 25, 27, 36, 44, 51, 57, 66, 68
	H	3, 42
7 (Se)	B	5, 7, 8, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 30, 38, 39, 46, 57, 63, 64, 66
	H	43
8 (Ma)	B	4, 7, 8, 21, 29, 34, 38, 39, 54, 57, 60

Ал эми ачкычта берилген (L)- изилденүүчүнүн канчалык денгээлде суроолого туура же туура эмес жооп бергендигин билгизет. (F)- ишенимдүүлүк шкаласы, (K)- шкаланы коррекциялоо б.а. изилдөөнүн тактыгын көрсөтүп турат.

Алынган изилдөө көрсөткүчтөрүн төмөнкү таблицага түшүрөбүз

№	Ф.И.О.	1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Самарова А.								
2.	Ибраимов К.								
25.	Таипов Н.								
Ариф. орт.									

### Изилдөө жыйынтыктарын анализдөөчү суроолор.

1. Мүнөздүн белгилери жана акцентуациясы жөнүндө түшүнүк.
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмелөө.
3. Бул ыкманы колдонуп укук коргоо жана тарбия багытында кандай проблемаларды чечсе болот.

### Тема: Нерв системанын касиеттерин психомотордук көрсөткүчтөр аркылуу изилдөө ыкмасы

Теориялык жана практикалык изилдөөлөрдө нерв системанын касиеттерин билүүнүн мааниси чоң. Психодиагностиканын көпчүлүк лабораториялык методдорунда нерв системанын касиеттерин аныктоо үчүн атайын түзүлгөн шарттардын жана аппаратуралардын болушу зарыл. Бул өтө чоң көлөмдөгү эмгекти жана каражатты талап кылат. Мындай жетишпестикти жоюу үчүн экспресс-методикалар тагыраак айтканда теппинг-тест колдонулат.

Керектүү каражаттар: Стандарттык бланка. Ал кадимки эле ак кагазда (203\*283) бири-бирине барабар 6 тик бурчтукту 3 катарга жайгаштырып чийүү менен жасалат. Мындан сырткары секундомер жана караңдаш керектелет.

**Инструкция:** Экспериментатордун буйругуна карап, бланкадагы ар бир тик бурчтукка чекиттерди коюу керек. Экспериментатор «баштадык» деген белгини бергенде чекит коюуну биринчи тик бурчтуктан баштайсыз. Ар бир 5 секунд убакыттан кийин экспериментатордун «кийинкиге өттүк» деген командасы угулганда гана кийинки тик бурчтукка өтүү

зарыл. Эң акыркы 6-чы квадратка берилген 5 секунд убакыт бүтөөрү менен «токто» деген команда берилет. Ушул учурда чекит коюу токтотулат. Бир квадраттан экинчи квадратка өтүү саат стрелкасынын багыты боюнча гана кетиш керек. Мүмкүн болушунча берилген убакыт ичинде көп чекит коюуга умтулуу зарыл. Биринчи квадраттан экинчи квадратка өткөндө токтоп калып убакытты өткөзүп жиберүү туура эмес. Мындай учурда эксперимент кайрадан жүргүзүлөт.

Изилдөөнүн жыйынтыгын иштеп чыгуу төмөнкүдөй операцияларды өз ичине алат.

1. Ар бир квадраттагы чекиттердин саны өз-өзүнчө эсептелип чыгарылат.
2. Иш аткаруу жөндөмдүүлүгүнүн графиги түзүлөт. Ал үчүн абцисса (тике ок) огуна аралыгы 5 секунддан болгон убакыттын маанилерин, ал эми ордината (туура ок) огуна ар бир квадраттагы чекиттердин санын жайгаштыруу керек.

### **Изилдөөнүн жыйынтыгын чечмелөө**

Нерв клеткаларынын жана бүтүндөй нерв системанын иш жөндөмдүүлүгүнүн көрсөткүчү нерв процесстеринин күчү саналат. Күчтүү нерв системасы күчсүз нерв системасына караганда оор жана узак чыңалууларга туруштук бере алат. Изилдөөнүн жыйынтыгына карап нерв системасынын төмөнкүдөй 5 тибин шарттуу түрдө бөлүп көрсөтүүгө болот.

1. Томпок тип: Бул типтин өкүлдөрү өздөрүнүн эң чоң темпине биринчи 10-15 сек. ичинде жетишишет. Ал эми кийинки 25-30 сек. баштапкы темпи бир аз төмөндөйт. Бул тип күчтүү нерв системасына ээ болгондор.
2. Тегиз тип: Бул типтин өкүлдөрү убакыттын башынан аягына чейин бир темпти көрсөтүшөт. Булардын нерв системасынын күчү орточо.
3. Дал келбеген тип: Бул типтин өкүлдөрү эң чоң темпине биринчи 5 секундга жетип, убакыт өткөн сайын темпи азайып барат. Бул күчсүз нерв системасы.
4. Аралыктык тип: Бул типтин өкүлдөрүнүн темпи 10-15 секунддан кийин төмөндөй баштайт. Булардын нерв системасынын күчү орточодон төмөн, күчсүз болот.
5. Ийилген тип: Бул типтин өкүлдөрүнө алгач темпи жогору, андан кийин төмөндөп барып, кайрадан баштапкы темпине



ээ болушат. Булар дагы нерв системасынын күчү боюнча орточо - күчсүз.

Группалык өзгөчөлүктү аныктоо үчүн төмөнкү таблицаны толтуруу талап кылынат.

№	Ф.И.О.	томпок тип	тегиз тип	дал келбеген тип	аралык-тык тип	ийилген тип
1.	Аматов К.					
2.	Токеева В.					
25	Касымова М.					
Ариф. орт.						

### Бышыктоо үчүн суроолор.

1. Жогорку нерв иш-аракетинин психологиялык өзгөчөлүктөрү. (нерв системасынын күчү, козголуу-тормоздолуу процесстеринин катышы жана кыймылдуулугу).
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмеле.
3. Бул ыкманын практикалык жумуштагы орду.

### Тема 22: Өзүн-өзү контролдоонун деңгээлин аныктоо ыкмасы

Бул эксперименталдык психологиялык ыкма изилденүүчүнүн түрдүү турмуштук кырдаалдагы өзүн-өзү контролдоонун деңгээлин ылдам аныктоого мүмкүндүк берет. Мындан башка дагы артыкчылыгы тесттин жыйынтыгын клиникалык психодиагностикада, кесиптик талдоодо жана үй-бүлөлүк консультацияда колдонсо болот.

Ушуга окшош эле ыкмалар 60-жылдары АКШда иштетилген. Алардын ичинен эң эле белгилүүсү болуп Дж. Ротжесдин Локус контролдук шкаласы саналат. Бул шкала эки принципке негизделген.

Инструкция: Изилденүүчүлөр ар бир суроого 6 баллдык системада (-3, -2, -1, 1, 2, 3) жооп бериши керек. Эгерде суроого толук макул болушса +3, таптакыр макул эмесмин дегенде -3 менен жооп берүү керек. Калган баллдар өз деңгээлдерине жараша коюла берет.



### Изитлдөө жумушуна керектелүүчү суроолор.

1. Кызмат орундун жогорулашы көпчүлүк учурларда адамдын жөндөмдүүлүгүнө, аракетине жараша болбостон, ошол учурдагы түзүлгөн жагымдуу кырдаалга жараша болот.
2. Ажырашуулардын көпчүлүгү адамдардын бири-бирине ыңгайланышууну каалабагандыгынан келип чыгат.
3. Ооруу – бул кокустук. Ооруну эгер пешенеге жазса, андан кутула албайсың.
4. Адамдар чөйрөсүнө кызыкпашы жана достук мамиле болбошу боюнча бардыгы бирдей эле.
5. Менин каалоолорумдун ишке ашышы көбүнчө бактымдан көз каранды.
6. Башка адамдарга сүйкүмдүү көрүнүү үчүн аракет жасоонун пайдасы жок.
7. Ата-эненин жана байлыктын таасири жубайлардын мамилесинин таасирине караганда алардын бактылуу болушунда негизги орунда.
8. Мен көпчүлүк учурларда өзүмдүн аркамдан болгон окуяларга аз таасир тийгиземин.
9. Жетекчилердин кол алдындагыларын дайыма текшерип турушу, аларды өз эркине койгондогудан кыйла пайдалуу.
10. Менин мектептеги оң баалуум көпчүлүк учурда жөндөмдүүлүгүмө караганда мугалимдин маанайына жараша болот эле.
11. Мен план түзүп жатканда анын ишке ашышына ишенем.
12. Көпчүлүк адамдардын ою боюнча адамдардын ийгилиги алардын узак мезгилге чейинки аракетининин натыйжасы.
13. Туура жашоонун таасири врачтарга караганда ден-соолукка чоң пайда келтирет.
14. Эгерде адамдар бири-бирине жакындашпаса, анда алар үй-бүлө кура алышпайт.
15. Менин жумушту жакшы аткарышым башкалардын оң баа берүүсүнө жараша болот.
16. Балдарга ата-энеси кандай тарбия берсе, ошондой адам болушат.
17. Пешене же кокустук менин жашоомдо негизги ролду ойнобойт.
18. Мен планды өтө алыс түзбөймүн.

19. Менин жакшы баа алуум өзүмдүн аракетиме жана даярдыгыма жараша болот эле.
20. Үй-бүлөдөгү жанжалдан кийин мен наркы тарапка караганда көбүрөөк уялып калат элем.
21. Көпчүлүк адамдардын турмушу ошол учурдагы шарттан көз каранды.
22. Мен эркин иштөөгө мүмкүндүк берген жетекчилерди баалаймын.
23. Менин жашоо образым мендеги оорулардын себеби эмес.
24. Көпчүлүк адамдардын ийгиликке жетишүүсүнө оор кырдаалдар ар дайым тоскоолдук кылат.
25. Жумуштун начар уюштурулушуна ошол жердеги адамдар жооптуу.
26. Үй-бүлөдөгү начар мамилени оңдоого күчүм жетпей тургандай сезиле берет.
27. Эгерде мен кааласам бардык нерсеге киришип кете беремин.
28. Өсүп келе жаткан жаштарга ата-энелерге караганда турмуштук кырдаал чоң таасир тийгизет.
29. Эгерде менде кокустук болсо – мен аны жасадым деп эсептеймин.
30. Мен үчүн жетекчилердин эмне үчүн эл каалабагандай жасабастан башкага жасагандыгынын себебин табуу кыйын.
31. Адамдын ийгиликке жетише албоосунун себеби анын аракетинин жеткиликсиздигинен.
32. Мен көпчүлүк учурда өзүмдүн каалаган нерселериме үй-үлөмдүн мүчөлөрүнөн улам жетишемин.
33. Өзүмө караганда башка адамдардын жашоосунда көп кемчиликтер бар.
34. Балдарды туура кийинтүү мен үчүн аларды суук тийгенден сактоо.
35. Мен кыйын учурларда маселени чечпестен өзүнөн-өзү чечилишин күтөмүн.
36. Ийгилик пешенеге же кокустукка караганда адамдын тырышкан аракетине жараша болот.
37. Мен сеземин менин үй-бүлөмдүн бактысы башкаларга караганда көбүрөөк.
38. Бирөөлөргө жагам, экинчилерине жакпай калышымдын себебин түшүнүү мага кыйын.

39. Мен кабыл алган чечимди аткаруу үчүн эч кимден жардам күтпөймүн.
40. Тилекке каршы адамдардын эмгеги, алардын жан талашкан аракетине карабастан көпчүлүк учурда көз жаздымда калат.
41. Үй-бүлөлүк турмушта таптакыр жол берүүгө мүмкүн болбогон кырдаалдар боло берет.
42. Өзүнүн мүмкүнчүлүгүн пайдаланышты билбеген адамдар өздөрү күнөөлүү.
43. Менин ийгилигим башкалардын жардамы аркылуу гана болушу мүмкүн.
44. Менин ийгиликке жетише албай калууларымдын көпчүлүгү пешенеме карганда өзүмдүн билбестигимден жана жалкоолугумдан улам болот.

1. Жалпы интерналдык шкала (Иж). Бул шкаланын жогорку көрсөткүчү адамдын өзүн-өзү контролдоосунун өтө жогорку деңгээлде экендигин билдирет. Мындай адамдар башынан өткөргөн окуяларынын бардыгын өзүнүн иш-аракетинин натыйжасы ошондой эле ал үчүн өздөрүн гана жооптуу деп эсептешет. Ал эми төмөнкү баян өзүнөн өзү контролдоонун начардыгын билдирет. Бул адамдар айланасындагы таасиринен деп ойлошот.

2. Ийгиликтердин областындагы интералдардын шкаласы (Ид). Бул шкаланын жогорку баллы оң эмоционалдык окуялар учурунда өзүн-өзү контролдоонун жогору экендигин билдирет. Бул адамдар бардык жакшы нерселерге өзүм жетишем деп эсептейт жана келечектеги максаттарын ийгиликтүү орундатышка жөндөмдүү келишет.

3. Ийгиликсиздик областындагы интерналдык шкала (Ии). Бул шкаланын жогорку баллын алган адам жагымсыз окуялардын жана кырдаалдардын орун алышына чоң ички сезим менен маани беришет жана буга өздөрүн гана күнөөлөшөт.

4. Үй-бүлөлүк мамиледеги интерналдык шкала (Иү). Бул шкаланын жогорку баллын алган адамдар үй-бүлөсүндөгү мамилеге өзүн гана жооптуу деп эсептешет.

5. Өндүрүштүк мамиледеги интерналдык шкала (Иө). Бул шкалада жогорку балл алгандар өндүрүштүк жумуштарда өзүн аракеттин негизги фактору деп эсептешет.

6. Саламаттык сактоо жаатындагы интерналдык шкала (Ис). Бул шкаладан жогорку балл алгандар ден-соолугу үчүн өзүн гана жооптуу деп эсептешет. Эгерде ооруп калыша турган болсо, ага өздөрүн күнөөлөшөт.

### Ачыкы

1. Иж	+	-	2. Ид	+	-	5. Иө	+	-
2	1		12	1		19	1	
4	3		15	5		22	9	
11	5		27	6		25	10	
12	6		32	14		42	30	
13	7		36	26				
16	9		37	43				
17	10							
19	14		3. Ии	+	-	6. Ис	+	-
20	18							
22	21		2	7		4	6	
25	23		4	24		27	28	
27	24		20	33				
29	26		31	38				
31	28		42	40				
37	41							
32	30		44	41				
34	33							
36	35		4. Иү	+	-			
37	38		2	7				
39	40		16	14				
42	41		20	26				
44	43		32	28				

Группалык өзгөчөлүктү аныктоо үчүн төмөнкү таблица пайдаланылат.

№	Ф.И.О.	Иж	Ид	Ии	Ис	Иө	Ис
1.	Мамаев Ш.						
2.	Саматова Г.						
25.	Калыкова Р.						
	Арифм. орточо						

### Теманы бышыктоочу суроолор.

1. Социалдык кырдаал жөнүндө жалпы түшүнүк.
2. Инсан жана социалдык кырдаалдын өз ара мамилесин уюштуруунун психологиясы.

3. Изилдөөнүн жыйынтыгына карата психологиялык жактан чечимдерди чыгаруу.

4. Бул ыкманын практикалык жумуштагы ордун көрсөткүлө.

**Тема: Адептүүлүктүн аткарылышын баалоочу психологиялык тест**

**Көрсөтмө:** Төмөнкү айтылгандардан өзүнөрдү элестеткиле. Кимдир бирөө сизди мүнөздөйт. Эгерде сизге берилген тигил же бул мүнөздөмөгө макул болсоңуз, анда сиз «макулмун» деген вариантты чийиңиз, эгерде макул болбосоңуз «макул эмесмин» деген вариантты чийиңиз, эгерде чечимдүү пикириңиз болбосо, анда сиз «анык жообум жок» деп жооп бересиз.

**Тесттик суроолор.**

1. «Турмуш өтөт, турмуш өтөт, желип өткөн шамалдай» деген ырдын маанисине капаланган адамдарды, ал түшүнгөн эмес. «Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
2. Саясаттын негизги жүрүшүндөгү адамдын башкы максаты жаратылыш кандай болсо, ошол бойдон сактап калуу. «Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
3. Адамдардын жетишпестиги табигый нерсе, ошон үчүн аларга чыдамкайлык мамиле, жамгыр жаагандай мамиле жасоо керек. «Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
4. Ал эсептейт, бардык жалпы теңдикке жолу болбогондор умтулат. «Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
5. Ал саякатка чыгууну жакшы көрчү эмес. «Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
6. Ал тагдырга ишенген. «Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
7. Качан сага эч нерсенин кереги жок болгондо байлык – бул жандын абалы, деп ал белгилеген. «Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
8. Өзүнүн жагымсыз иш жасагандыгына, ал биринчи өзүн

күнөөлөгөн.

«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»

9. Ал жалгыз отурса да, эч качан зериккен эмес.

«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»

10. Тез өтүүчү убакытты токтотуу, кандай аянычтуу деген ой чындыгында анын оюна келген эмес.

«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»

11. Ал музейлерде болууну жакшы көргөн эмес, себеби бардык музейлерди окшош деп эсептеген.

«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»

12. Ал көптү билгендерди жакшы көргөн эмес.

«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»

13. «Бардыгы өтөт, бардыгы сынат, бардыгы жадатат»

«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»

13. Ал аристократтар (ак сөөктөр) менен сүйлөшүүнү жактырган эмес.

«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»

15. Ал эч качан бирөөнүн кеңешин уккан эмес, жада калса жакын досторуну да.

«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»

16. Ал айткан, эгерде адам өзүнө жакшы шарт түзө албаса, анда ага эч качан жакшылык болбойт.

«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»

17. Ал бардык ишинин башына ушул принципти койгон:

«Табигый окуянын жүрүшүн бузба»

«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»

18. Столдо отурганда эртеңки баш оору жөнүндөгү ой анын тынчын алган эмес.

«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»

19. Бийликти жакшы көргөндөрдү, ал аябай жек көргөн.



- «Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
20. Американын «Эгер сен акылдуу болсоң, анда эмне үчүн кедейсиң» деген макалы ага абдан жагат болчу.  
«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
21. Өзүнүн кызыкчылыгына карабастан, ал чечимдерди кабыл ала берген.  
«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
22. Ал мындай деп эсептеген, адам бардык билимди дүйнөдөн эмес өзүнөн алат.  
«Макулмун», «Макул эмесми», «Анык жообум жок»
23. Дүйнө кандай болсо, ошол бойдон кабыл албастан аны башкача кылууга умтулган адамдарды ал жек көргөн.  
«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
24. Ал айткан, дени сак адам өзүнүн өлүмү жөнүндө ойлонуусу бул акмактык.  
«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
25. Айлана тегерегиндегилер аны байкабай жүргөндүгүн ал каалаган.  
«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
26. Ачык айтып анын кыжырын келтирүү кыйын.  
«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
27. Ал «Мен» деп сүйлөгөндөрдү жактырбайт.  
«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
28. Жетишкен турмушту андан да жакшыртууга анын эч кандай максаты болгон эмес.  
«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»
29. Анын оюнга бирөө менен аңгемелешип отурганда өз оюнду ага жеткирүү эмес, негизгиси анын оюн угуу.  
«Макулмун», «Макул эмесмин», «Анык жообум жок»

Бул тести интерпретациялоодо ачыкчы берилбейт. Анализге алууда, экспериментатор төмөндөгү беш эркин факторду, өз түшүнүгү менен ар бир поступканын мазмунуна жараша бөлүнөт.

1. Бакыт – бул дүйнөнү өз жөндөмдүүлүгүнө жараша чечмелеп ача билүү.
2. Ак көңүл (берешен) – бүрөөнүн суранычына өз жөндөмдүүлүгүн (жанын дагы) аябоо.
3. Акылдуулук – алдын ала дүйнө туурасында ой-жүгүртө алуу.
4. Чындыкты тааный билүү - өзүнүн «Мен» деген түшүнүгүнө карата, дүйнө туурасындагы маалыматтарды ал маалыматын маани-маңызына жараша тааный билүү.
5. Корунбоочулук – жашоосундагы тоскоолдуктарды жеңе алуу иш - аракетин.

Мисалы, 29 поступка 100%, анын ичинен «бакытка» карата топтолгон поступканын саны 9 боло турган болсо, ал төмөндөгүдөй аныкталат.

$$29 \div 100\%$$

$$9 \div X$$

Эгерде X -таба турган болсок,  $X = 900 \div 29 = 31,1\%$  болот. Ушундай эле жол менен калган факторлор да аныкталат жана ар бир изилденүүчүнүн көрсөткүчтөрү таблицкага жазылат.

Алынган көрсөткүчтөргө жараша айланалык диаграмма түзүү үчүн төмөнкү таблица толтурулат.

№	Ф.И.О.	1	2	3	4	5
1.	Асанова Р.					
2.	Үсөнов Л.					
25.	Чамашова Г.					
Арифм. орточо						

### Изилдөө жыйынтыктарын бышыктоо үчүн керектелүүчү суроолор

1. Нравалык сезим жүрүм-турумду жөнгө салуучу механизми катарында. Нравалык сезим жана адамдын каалоосу.
2. Изилдөөнүн жыйынтыгын психологиялык жактан чечмеле.
3. Бул ыкманын практикалык жумуштагы орду.

## Тема: Эрктик сапаттарды изилдөөчү ыкма

Эрк инсанды түшүндүрүүдө өзгөчө психикалык абал болуп саналат. Анткени эрк процесси колдонулган иш аракетте жумушчу органдар дайыма аң сезимдүү башкарылып, максатка жетүү үчүн өзгөчө нервдик энергия сарпталат. Ошондуктан инсандын эрктик сапатынын жогору же төмөн болушу анын иш аткаруу процессиндеги спецификалык өзгөчөлүгүн мүнөздөйт.

Сиздерге сунуш этилип жаткан бул ыкма инсандын эрктүүлүк жана чечкиндүүлүк сапаттарынын жогору же төмөн экендигин изилдөөгө мүмкүндүк берет.

**Инструкция:** Сиздерге сунуш кылынган суроолордун мазмунуна терең маани берүү менен, ар бирине 4 баллдык (0,1,2,3) системада жооп берүү керек. Алсак, 3 деген балл ошол суроонун мазмуну сизге толук дал келсе коесуз. 1 деген баллды толук бир чечимге келе албай, орто абалда калганда, ал эми 0 деген баллды мындай сапат менде таптакыр жок деген мезгилде коесуз.

Изилдөөнү уюштуруу үчүн алдын-ала даярдалган бланкага же лабораториялык дептерге суроолордун номери жазылып, анын аркасынан ал суроонун жообуна коюлган баллдар коюлат. Изилдөөнү ар бир изилденүүчү үчүн жана «скоомдун идеалы» үчүн да жүргүзсө болот.

### Изилдөө үчүн суроолор

1. Сиз убактыңыздын тардыгына же шартыңыздын жоктугуна карабай, өзүңүзгө кызыксыз болгон жумушту аягына чейин чыгарып иштей аласызбы?
2. Кыйын шарттарга кыйналбай, оңой көңүгө аласызбы?
3. Көңүлүңүзгө туура келбеген жумуштарды жасайсызбы?
4. Эгер сиз катышып жаткан кече көңүлсүз өтүп жатса, сыналгы көрүп отуруп алат белеңиз?
5. Эгер үйүңүздө же жумушта жаңжалдуу абал пайда болсо, сиз аны туура чечүү үчүн жаңжалды башкарат белеңиз?
6. Жакшы көргөн жумушуңуз үчүн калган бардык жумуштарыңызды таштап кое аласызбы?

7. Эгер врач сизге диета жазып берсе, алдыңызда турган тамактардан баш тарта аласызбы?
8. Эгер сиз иштеген жерден, айлыгы көп жумуш чыкса, ойлонбой эле которулуп кетет белеңиз?
9. Кечинде пландаштыргандай, эрте туруп кете аласызбы?
10. Ойлонбой туруп айыбыңызды мойнуңузга алат белеңиз?
11. Күбө болуш үчүн, керектүү адамдар келгенге чейин жаңжал болгон жерден кетпей тура аласызбы?
12. Күтүлбөгөн жерден мейманчылыкка барасызбы?
13. Сизге келген катка ошол замат жооп жазасызбы?
14. Жооптуу сүлөшүүлөрдө өз оюңузду алмаштырасызбы?
15. Врачка тишинизди коркпой барып жулдуруп келе аласызбы?
16. Кереги жок буюмду сатып алган убактыңыз болду беле?
17. Сизге врач жазып берген өтө ачуу даарыны үзгүлтүксүз иче аласызбы?
18. Эгер сизден бирөө өтө катуу суранса, өмүрүңүздө жасап көрбөгөн жумушту аткарууга макул болот белеңиз?
19. Бирөөнүн өтүчүн аткаргандан кийин өзүңүзгө иш үйүп алаарыңызды билип турсаңыз дагы, өз сөзүңүзгө туруш үчүн, анын өтүнүчүн аткарат белеңиз?
20. Базар күн экендигин билип туруп, ишинизди уланта бересизби?
21. Тааныш эмес шаарга ойлонбостон командировкага кете бересизби?
22. Убадаңызды дайыма аткарасызбы?

Изилдөө аяктагандан кийин ар бир жооптун баллдары төмөнкү ачкыч боюнча такталып, суммаланат.

#### **Ачкыч**

Эрктүүлүк – 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21

Чечкиндүүлүк – 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22

Изилдөөнү тереңдетүү максатында өздүк баллдын суммалары группалык таблицка толтурулуп, эрктүүлүк жана чечкиндүүлүк сапаттарга карай топторго бөлөбүз.

Ал таблица төмөндөгү көрүнүштө болот.

№	Ф.И.О.	1-ф.	2-ф.	3-ф.	4-ф.	5-ф.
1.	Алиев А.					
...						
25	Эшенова З.					
	Ариф.орт:					

1-Ф изилденүүчү үчүн эрктүүлүк болсо, 2-Ф изилденүүчү үчүн чечкиндүүлүк болот, 3-Ф коомдун идеялы үчүн эрктүүлүк, 4-Ф коомдун идеялы үчүн чечкиндүүлүк болот.

Изилденүүчүлөрдүн ар бир эрктүүлүк үчүн, 2 жана чечкиндүүлүк үчүн 2+ белгини таблицага түшүргөндөн кийин гана таблицага толук толтурулду деп эсептелинет. Себеби өзү жана өзүнүн түшүнүгүндөгү коомдун идеялы экиден төрт саны алынат. Бул тесттеги коомдун идеалындагы ролдук позициясында алынышы, изилдөөчүнүн түшүнүгүндөгү жүрүм-турумдун нормасын эсептөө системасы катары кабыл алуу үчүн колдонулат.

Ошентип изилдөө жыйынтыгына карата эрктүүлүк жана чечкиндүүлүк төмөндөгүдөй үч деңгээлде чечмеленет.

**0-12** балл алгандар эрктүүлүгү жана чечкиндүүлүгү начар, төмөн экендигин билдирет.

**12-22** балл алгандар эрктүүлүгү жана чечкиндүүлүгү орточо экендигин түшүндүрөт.

**22-30** балл алгандар эрктүүлүгү баруу чечкиндүүлүгү жогору экендигин түшүндүрөт ж.б.

Окутуучу – тарбиячы изилдөөнүн ушул жагын эске алуу менен жумуш алып баруу максатка ылайыктуу.

### Билимди текшерүүчү суроолор.

1. Эркин психология илиминдеги мүнөздөлүшү.
2. Эркин инсандын активдүүлүгү катары таануу.
3. Эркин баалуулук жана детерменизм.
4. Эркин кокустук аркылуу таануу.
5. Эркин жекелик жактан мүнөздөлүшү.
6. Тарбия жана эркин өзүнөн өзү тарбияланышы.
7. Эрк жана демократия.

### Колдонулган адабияттар.

1. Выготский Л.С. Проблемы воли и ее развитие в детском возрасте. Собр.соч. т. 2. -М., Педагогика 1982, с. 454-465

2. Практикум по психологии. Под ред. А.Н.Леонтьев, -М., МГУ 1972
3. Общая психология. Под ред. А.В. Петровского, -М., 1987.
4. Мицбаев К. Адам психологиясы. Ош-2000 163-169 беттер.
5. Муздыбаев К. Психология ответственности. -Л., Наука 1983.
6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. - М., 1999.
7. Хрестоматия по психологии. -М., 1977. с. 311-315.



## Изилдөөдө керектелүүчү терминдик сөздүктөр

«А»

**Аң-сезим** – психиканын эң жогорку өнүккөн чекити. Аң-сезим адамга гана мүнөздүү болуп, анын жүрүм-турумун жогорку интеллектуалдуулукта интеграциялоочу психиканын формасы, эмгек ишмердигиндеги адамдардын үзгүлтүксүз карым-катнаштарында калыптанган тарыхый - коомдук шарттын натыйжасы.

**Афференттик жолчо** – (латын сөзү - жеткирүү) борборго умтулуучу. Органдардан түз баш мээге баруучу нерв жолчолору.

**Анемotropизм**- аба агымынын таасиринде пайда болгон психикалык норматив.

**Активдүүлүк** – тышкы жана ички стимулдук дүүлүктүргүчтөрдүн таасиринде спонтондуу кыймылдарды жасоо мүмкүнчүлүгү бар бардык тирүү жаныбарлар үчүн мүнөздүү көрүнүш.

**Активдүүлүк** – турмушта керектүү байланыштарды түзүү, же өзгөртүү, же зарыл деңгээлде кармап турууну ишке ашыруучу негизги булак.

**Аффект** – (латын сөзү- чын дили менен тең салмактуулук абалдан четтө, өзүн жоготуп коюу), жасап жаткан жумушуна маани бере албай, кыска убакыттын аралыгында болуп өтүүчү эмоциялык абалдар.

**Агрессия** – (латын сөзү, кыргызча «кол салуу») Агрессия-адамдагы, экинчи бир адамга же коллективге карата психологиялык жана физикалык каршылык көрсөтүү же аларды толук жок кылууга багытталган иш-аракеттин формалары.

**Анализатор** – адамдарды курчап турган чөйрөнүн айрым касиеттерин үйрөнүүгө мүмкүндүк берүүчү нерв клеткаларынын иш аракеттери (аппарат).

**Абсолюттук сезгичтик** – сезүүнүн төмөнкү жана жогорку чегине карама-каршы болуп, ар бир сезүү анализаторлор үчүн турактуу болгон чондуктар.

**Адаптация** – (латын сөзү, кыргызча – ылайыкташуу) чөйрөнүн шартына карата организмдин түзүлүшү жана функциясы, анын органдары жана жандуу организмдин негизги биримдигинин ылайыкташуусу.

**Апперцепция** – (латын сөзү, кыргызча «кабыл алууга кошумча» деген маанини түшүндүрөт).

**Апперцепция** – (латын сөзү, кыргызча «кабыл алууга кошумча») деген маанини түшүндүрөт).

**Аккомодация** – (латын сөзү, кыргызча «ылайыктануу, ыңгайлашуу»), түрдүү аралыкта жайгашкан заттарды ток ажыратуудагы көздүн ылайыкталышы, тактап айтканда көздүн торчосуна түшкөн сүрөттөлүштү так фокусттоо максатында көздүн чечекейинин ийрилигинин өзгөрүшү.

**Аутизм** – (грек сөзү, кыргызча «өзүм» деген маанини түшүндүрөт) Адамды курчап турган реалдуу дүйнөдөгү чындыкка шайкеш, ага жакын информацияларды башка адамдардын ишенимдүү адашпай колдонушу.

**Анализдөө** – кандайдыр бир бүтүн нерсени ой жүзүндө бөлүктөргө ажыратууну же анын деталдарын, аракеттерин, мамилелерин бөлүп алууну билдирет.

**Абстракциялоо** – (латын сөзү, бизче алаксып калуу дегенди түшүндүрөт), кандайдыр бир конкреттүү нерсени үйрөнүүдө анын айрым белгилеринен, жактарынын ой түрүндө алыстоону түшүндүргөн татаал процесс.

**Астеникалык** – (грек сөзү, кыргызча -алсыз, начар, жагымсыз-тескери сезимдер.) тескери- тую сезимдерине ээ болгон эмоциалык абал.

**Амбиваленттик сезим** –(латын сөзүнөн бизче “эки”, “күч”) – бир эле мезгилде оң жана тескери сезимдердин бир учурда келип калышын түшүндүрөт.

«Б»

**Бихевиоризм** – (англис сөзү, кыргызча «жүрүм-турум» деген маанини түшүндүрөт) психологияны стимул жана реакция негизинде түшүндүрүүгө аракеттенген агым.

**Белгисиз агрессия** – мында өзүнөн чоңдорго, жетекчилерге жана өзүн авторитеттүү сезген адамдарга карата оппозициялык формадагы жүрүм-турумдар.

**Бүтпөгөн аракет эффектиси** – күчтүү таасир калтырган зор мотивациялык кудуретке ээ болгон иш аракеттин же окуянын аягына чыкпай үзгүлтүккө учурап, адамдын эсинде жакшы калган маалыматтар.

«В»

**Вербал** – латын сөзү, кыргызча «геп- сөз» дегенди билдирет.

«Г»

**Гештальт психология** – Гештальт – немец сөзү, кыргызча «форма», «бүтүндүк» деген маанисин түшүндүрөт.

**Генетикалык психология** – адам баласынын жүрүм – турумун, тукум куучулук механизмдин, генотиптик негизин психикалык закон ченемдүүлүктө үйрөтүүчү психологиянын бир агымы.

**Геотропизм** – жердин тартылуу күчүнүн таасиринде пайда болгон психикалык нормативтер.

**Гуморалдык** – латын сөзү, бизче «суюктук».

**Гипертимдүү тип** – шартка көз каранды болбой, көңүлү көтөрүңкү, жумушка болгон активдүүлүгү жогору, кандай жумуш болбосун оюундагыдай иш-аракетти жасаган, турмушту сүйгөн адамдар.

**Графология** – (графо, логия деген грек сөздөрүнөн турат, кыргызча «жазма», «окуу» дегенди түшүндүрөт).

**Гениалдуулук** – (бул латын сөзү, «дух» дегенди билдирет) – коомдун турмушунда тарыхый мааниге ээ болгон личносттун жогорку чыгармачылыгы психикалык иш аракет.

«Д»

**Дифференциалдык психология** – адамдын индивидуалдуу өзгөчөлүктөрүнүн айырмачылыктарын изилдеген психология илимдеринин бир тармагы.

**Дедуктивдүү** – жалпы жоболордун негизинде жеке ой корутундулоого өтүү.

**Депрессия** – (латын сөзү, бизче “басуу”.) Депрессия терс эмоционалдык фондо пайда болуп, адамдын мотивациялык сферасын өзгөртөт, таануу мүмкүнчүлүгүн, жүрүм-турумун, жалпы абалын начарлатат.

**Демонстративдүү тип** – өзүнө керектүү ролду тез ойной алган, ийкемдүү, өзүн-өзү таанытууга көп умтулган, жүрүм-турумдагы адамдардын бир көрүнүшү.

«Ж»

**Жаңылык эффект** – керектүү маалыматтардын мазмунун баалаган, кабыл алынган маалыматтарды бекемдөө же анын социалдык установкасын өзгөртүү абалдарды түшүндүрөт.

**Жинденүү агрессиясы** – мында адам болоор-болбос дүүлүктүргүчкө кыжырланып себепсиз эле бирөөлөргө катуу сөз айтып өзүн-өзү токтото албай калган абалды айтабыз.

**Жөндөмдүүлүк** – личносттун ык, машыгуу, маалыматтарга жеңил, тез ээ болуп белгилүү бир иш аракетти ийгиликтүү аткара алган психикалык ишмердүүлүктүн бир касиеттеринин синтези.

«И»

**Интерспекция** – (латын сөзү, өзүн-өзү байкоо, кунт коюу, өзүн-өзү изилдөө жүргүзүү б.а.) ички дүйнөнү таанып биле алуучу психологиянын бир агымы.

**Индукция** – жекеликтен жалпылыкка өтүүдөгү ой корутундулоосу.

**Инстинг** – тукум куучулуктун негизинде өз керектигин (жеке тажрыйбасыз, атайын үйрөнүүсүз) канааттандырууга мүмкүндүк берүүчү татаал жүрүм-турум актысы.

**Индивид** – кандайдыр бир социалдык группанын же биологиялык уруунун өкүлү болгон адам, сүт эмүүчүлөрдүн тобуна кирүүчү биологиялык жандык.

**Индивидуалдуулук** – бир адамды экинчи адамдан айырмалай турган кайталангыс өзгөчөлүгүн көрсөтүүчү психикалык түшүнүк.

**Интеграция** – англис сөзү, кыргызча «өз ара таасир», «бири-бирине таасир этүү».

**Идентификация** – латын сөзү, кыргызча «окшоштуруу, бирдей деп билүү» деген маанини берет.

**Интроцептивдүү** - (ички сезүү) бул организмдин ички абалы жөнүндө маалымат берүүчү психикалык процесс.

**Иллюзия** – латын сөзү, кыргызча «ката, адашуу, алдоо». Реалдуу заттын жана анын касиеттеринин туура эмес бурмаланып кабыл алынышын туюндурат.

**Импринтинг** – англис сөзү, бизче «тутуп калуу, эстеп калуу» дегенди билдирет.

**Индуктивдүү** - мында адам жеке ой жүгүртүүдөн жалпы ой корутундулоого өтөт.

**Идеомотордук акт** – атайын элестетүү сезиминин натыйжасында кандайдыр заттын, өзүнөн-өзү кыймылга келип кетүүсүн билдирет.

**Ийилчээктик** – адамдын тышкы таасирлерге, өзгөрүүлөргө карата жеңил, тез ыңгайлашуу өзгөчөлүгү.

**Интровертүүлүк** – адамдын жүрүм-турумунун келечектеги кыялдардын жана өткөнкү элестердин таасиринде болушун мүнөздөйт.

«К»

**Козголуу процесси** – сезүү органдарына таасир этип жаткан маалыматтарга, предметтерге, карата баш мээнин психикалык кыймылга келүү процессин билдирет.

**Курак психологиясы** – түрдүү жаштык курактагы адамдардын психикалык процессинин өсүп өнүгүү динамикасын үйрөтүүчү психологиянын бир тармагы.

**Кызыгуу** – жагымдуулук, өзүнө тарта тургандык, өтө эле кызыктуулук маанисин билдирет.

**Карым-катнаш** – адамдык мамилелердин чындыкка айланышын туюндурган түшүнүк. Ал адамдарды жылуулукка, тамакка, активдүүлүккө, коопсуздукка болгон умтулууларына окшобогон өзгөчө керектөө.

**Коммуникация** – латын сөзү, кыргызча –маалымат берүү, байланыштыруу, пикирлешүү деген маанини берет.

Коммуникация – тилдин жана белгинин жардамы менен маалымат берүүнү, уюштуруучу психикалык норматив.

**Коммуникатор** – маалымат берүүчү адам.

**Коомдук мамиле** – адамдардын саясий, идеологиялык, диндик көз караштарын ачыкка чыгышына шарт түзгөн элдик көз караштын бир формасы.

**Көңүлгө кармоо эффектиси** – кабыл алуучу адам жашоо турмушунда, иш-аракетинде өзү жөнүндө башка адамдардан мактоолорду, жакшы сөздөрдү көп укса ар качан эмоционалдуу маанайда жүрүү менен өзүнө ошол сапаттардын оң жактарын тандап кабыл алуу абалын айтабыз.

**Кыйыр жол аркылуу агрессияга өтүү** - мында адам, тамаша, ушак, көз артуучулук максатында ичкертеден жетүү үчүн экинчи бир адамга жамандык келтирүүгө ниэттенген психикалык иш-аракетти түшүнөбүз.

**Көңүл буруу** – личность үчүн туруктуу же убактылуу мааниге ээ болгон объектиге карата анын психикалык иш аракеттеринин багытталышын жана көңүлүнүн токтолушун билдирет.

**Көңүлдүн топтолушу** – кабыл алуучу объектиге өтө берилгендикти, керексиз тоскоолдук кылуучу дүүлүктүргүчтөрдү атайын ажыратууну, терең үйрөнүүгө жардам берүүчү дүүлүктүргүчтөрдүн көңүлдүн борборунда кармап турууну түшүнөбүз.



**Көңүл буруунун туруктуулугу** – бул адамдын көңүлүн кескин өзгөртүп жиберсе деле ошол объектиге көңүлдүн бурулуп тура беришин түшүнүүгө болот.

**Көңүл буруунун термелүүсү** - негизги объектиге көңүлдүн бирде бурулуп бирде алаксып туруусу.

**Көңүл буруунун көлөмү** - белгилүү убакыттын аралыгында эки же андан көп маалыматтардын элементтерин адамдын эске сактап калуу мүмкүнчүлүгү.

**Көңүл буруунун бөлүнүүсү** - адам белгилүү бир иш аракетти жасаганда бир эле учурда көңүлүнүн борборунда бир нече объектилерди кармап турушу.

**Көңүл буруунун алмашуучулугу** – адамдын аң-сезимдүү түрдө өзүнүн көңүл буруусун бир объектиден экинчи объектиге которо билүү жөндөмдүүлүгү.

**Көңүл буруунун элегейлиги** – адамдын белгилүү объектиге көңүлүн көп убакытка чейин токтото албоо өзгөчөлүгү.

**Көңүл буруунун жалган элегейлиги** – адамдын бир ишке өтө берилип кетүүсүнүн натыйжасында экинчи аракетке болгон кызыгуусунун жоголгон абалы.

**Көңүл буруунун чыныгы элегейлиги** – мүнөздүү болгон адам белгилүү бир объектиге көңүл топтоодо эркти көп жумшап өзүн башкара албай калуу абалы.

**Кабыл алуу** – бул заттардын, кубулуштардын сезүү органдарына түздөн-түз таасир этүүсүнүн натыйжасында алардын касиеттеринин, маалыматтарын бир бүтүн касиет, маалымат катары баш мээде чагылдыра алуучу субъективдүү мазмундагы психикалык процессти түшүнөбүз.

**Кабыл алуунун предметтүүлүгү** - нерсени кабыл алуудан пайда болгон ойдун, элестин, издин ошол реалдуу заттын касиетерине дал келүүсүн чагылдыра алган адамдын психикалык жөндөмдүүлүгүн билдирет.

**Кабыл алуунун бүтүндүк касиети** – бул кабыл алуу учурунда сезүү органдарга таасир этпеген кубулуштардын, предметтердин жана алардын касиеттеринин жетишпеген элементтерин элестетүүнүн, алгачкы маалыматтын тажрыйбанын жардамы менен толуктоого жумшалган психикалык иш- аракеттин бир формасы.

**Кабыл алуунун туруктуулугу** – кабыл алуу шартын кескин түрдө өзгөрткөн учурда маалыматтардын касиеттеринин баш мээде жоголбой сакталып калуу абалын түшүндүрөт.



**Конвергенция** – көздүн көрүү шоолаларынын затка карай багыт алуу аракеттери.

**Контур** - эки реалдуу объектинин грандарын бири-экинчисинен бөлүп алуу дегендик.

**Көз ирмемдеги эс** – маалыматты эрктүү көз ирмемге кеткен убакыттын аралыгында баш мээде кармап тура алуучу эстин психикалык процесси.

**Кыска убакыттагы эс** – материалдын али баш мээге изи кала элек, ички байланыштары түзүлө элек мезгилдеги, анын элеси адамдын көз алдынан кетпей, үнү кулакка угулуп, түсү, формасы көзгө көрүнүп турган моменттиндеги эсти түшүнөбүз.

**Көргөзмөлүү образдуу ойлоо** – адамдын баш мээсинде керектүү маалыматтардын образдарынын көз алдыга келүү ойлоо процесси аркылуу пайда болгон психикалык иш жөндөмдүүлүктү айтабыз.

**Кыялдануу** – адамда болгон маалыматтарга таянып, жаңы идеяларды элестерди пайда кылган чындыкты чагылдыруунун өзгөчө формасы.

**Көнүл (настраения)** -жагымдуу, жагымсыз, пайдалуу, пайдасыз ж.б. ар түрдүү дүүлүктүргүчтөрдү жалпы организмге таасир этишинин натыйжасында адамдын жакшы жана жаман сезүү абалы.

**Кайраттуулук** – алдыда турган татаал коркунучтуу проблемаларды, рационалдуу ойлоп пайда зыянын таразалап, акыркы жыйынтыгын баш мээде көрүп, аны жеңүүгө бел байлаган инсандык сапат.

**Кунт-ынтаа** – адамдын бир иш-аракетке берилиши же өмүр бою аны коштоп жеткирүүгө аракети бар, эркин чечим кабыл алуу мүмкүнчүлүгүнө ээ болгон активдүү адам.

«Л»

**Личность** – Коомдо белгилүү бир ролду ээлеп, күндөлүк керектигин тукум куучулук закондун өзүнө таандык сапатына жараша аң-сезимдүү канаатандырган индивиттерди айтабыз.

**Либида** – латын сөзү, кыргызча «умтулуу, ынтаа».

**Личносттук мамиле** – коомдо түрдүү социальдык ролдо турган адамдардын ортосундагы мамилени айтууга болот (бала менен ата-эненин, кызматчы менен жетекчинин ж.б.).

**Логикалык эс** – эске калтырылып жаткан маалыматтардын түздөн-түз маанисине карата эмес, аларды байланыштырып

турган негизги белгилерине, маани-маңызына карата эске калтыруу процессин түшүнөбүз.

«М»

**Медициналык психология** – адамдардын психикалык процесстеринин бузулуу себептерин, аларды эскертүүнү, коррекциялоону иликтеп, ден-соолукту чыңдо багытындагы жумушту уюштуруучу психологиянын бир тармагын түшүнөбүз.

**Машыгуу** – жекече тажрыйбанын, атайын үйрөнүүнүн, көнүгүүнүн негизинде автоматташкан мүнөздөгү жүрүш-турушту аныктоочу феномен.

**Мотив** – (латын сөзү, кыргызча “козго”, “кыймылга келтирүү” деген маанини берет) – адамды иш аракетке ниеттендирген, керектөөнү канааттандырууга багытталган личносттун психикалык иш- аракеттери.

**Мотордуу эс** - бир канча механикалык кыймылдарды жасоо (кайталоо) менен ар түрдүү кыймылдарды, алардын системаларын эске тутуу жана эске түшүрүү аракети.

**Моралдык сезим** – коом тарабынан иштелип чыккан жүрүм-турумдун эрежелерине жараша адамдын адептүүлүк мазмунундагы мамилеси.

**Меланхолик** – (орусча кара өт- кыргызча көк боор – грекче майан холе). Денеде кара өт арбын болуп, адамда кысынуу, тартынчаактык касиеттердин пайда болушу.

**Мүнөз** – грек сөзү - “белги, өзгөчөлүк”-башка психикалык касиеттерге караганда бир жактуу, чектелген психикалык сфераны тейлегенге психикалык сапат.

**Мүнөздүн козголгуч тиби** – эмоциясы күчтүү, кызыгуусу жогору болгон адамдык касиет.

**Мүнөздүн туруктуу эмес тиби** – бул типтеги адамдар бала кыял, туруксуз болот, ырахаттанууну жакшы көрөт.

**Мүнөздүн токтоп калуучу тиби** –мында ал адам үчүн коом, социалдык чөйрө менен личносттун кызыкчылыктарында жалпылыктар болбой калган мезгилдеги абалын айтабыз.

**Мүнөздүн өздүк-каниеттик тиби** – ойлоонун оригиналдуулугу, өзгөчөлүгү менен адамдардын дүйнөлүк окуялардан өзүн ажыратууга аракеттенген жагы боюнча айырмаланган психикалык сапаттарды айтууга болот.

«О»

**Объект** – аң-сезимден тышкаркы, андан көз карандысыз жашаган сырткы дүйнө.

**Органикалык сезүү** - адамдын ички органдарынын абалын (ачкалыкты, суусагандыкты, бир жеринин ооругандыгын көңүл айланууну, абанын жетишпей калышын ) чагылдырат.

**Образдуу эс** – образдуу эс мурда кабыл алынган заттардын, кубулуштардын касиеттери толук ийне жибине чейин алардын жалпы белгилеринин негизинде пайда болгон көрүнүштөрдүн эсте сакталышы.

**Ойлоо** – объективдүү чындыктагы заттардын, кубулуштардын ортосундагы жана алардын өздөрүндөгү байланыштарды ачып көрсөткөн психикалык процесс.

**Ой жүгүртүү** - үйрөнүлүүчү объектини, анын касиеттерин жокко чыгарууну же чыгарбоону, тактоону билдирген психикалык процесс.

**Ой корутундулоо** – бир канча маалыматтардын жалпылуулук белгилерине карата тыянак чыгарууну түшүнөбүз .

«Ө»

**Өзүн-өзү баалоо** – бул личносттун өз мүмкүнчүлүгүн, сапатын, коомдогу ордун баалай билиши.

**Өз ара мамиле** – бирдей социалдык фунцианы ээлеген инсандардын бири-биринин болгон өз-ара мамилеси.

**Өзүн күнөлүү сезүү агрессиясы** – өзүн коомчулуктан төмөн сезип, өзүн-өзү жектөө, жаман көрүү абалы.

**Өз алдынчалык** – өз күчүнө ишенүү, жоопкерчиликти өзүнө алуу, иштин көзүн билүү менен тоскоолдуктардан кутулуунун жолун таба алуу.

«П»

**Психология** – психиканын закондорун, фактыларын жана механизмдерин үйрөтүүчү илимдердин бир тармагы.

**Психика** – объективдүү дүйнөнүн баш мээде субъективдүү чагылышы.

**Педагогикалык психология** – окуу жана тарбияга тиешелүү маалыматтарды психикалык жактан изилдөөчү жана теориялык жактан негиздөөчү психология илимдеринин бир багыты.

**Психодиагностика** – адам баласынын психикасын изилдөөчү психолоиянын бир түрү.

**Парапсихология** – грек сөзү- «психологияга жакын, жанында» деген маанини берет. Б.а. психологияга жакын болгон илимдердин өз ара байланыштарын, айырмачылыктарын түшүндүрүүчү психология илиминин бир түрүү. (Адамдын дене түзүштөрүнө байланыштуу окуяларды, абалдарды, телепатия, туюу сезимдер аркылуу дүйнөнүү таанытуучу илим.)

**Проскопия** – көзү ачыктык, тышкы дүйнөдө болуп жаткан окуяларды сезүү органдарынын жардамысыз кабыл алуу, келечекте боло турган окуяларды алдын ала көрө билүү.

**Пародиагностика** – оору менен байланышпай туруп диагноз коюу.

**Психокинез** – ойлоо дараметинин (дубалап) жардамы менен оор заттарды, иштебеген аппараттарды иштетип жиберүү.

**Паралингвистика** - үндүн сапаты, диапозону, тоналдуулугу жөнүндөгү илим.

**Перцепция** – латын сөзү, кыргызча «кабылдоо», «кабыл алуу», же «өз ара кабыл алуу» дегенди билдирет.

**Проприоцентивдүү сезүү** - адамдын организмдеги булчуңдардын жана муундардын иш-аракетинин негизинде сезүү процессинин иштеши.

«Р»

**Рефлекс** – латын сөзү, кыргызча “чагылуу” дегенди түшүндүрөт.

**Рецептордук нейрондор** – ички органдардын абалдарын, тышкы таасирлерден алган маалыматтарды чогултат, тийиштүү жактарга жөнөтөт.

**Реотропизм** – суюктуктун агымынын таасиринде пайда болгон кыймыл аракеттер.

**Рецепиент** – маалыматты кабыл алуучу адам.

**Рефлексия** – латын сөзү, бизче “артка кайрылуу, өзүн-өзү таануу” дегенди түшүндүрөт.

**Рецептор** – латын сөзү, “кабыл алуу”. Анализатордун атайын бөлүгүнүн жардамы аркылуу энергиянын өлчөмүн бир түрүнүн нерв системасын козгоо процессине айланышы.

**Реминиценция** – кыргызча “элес булас эске түшүрүү” деп айтылат.

**Ретроактивдүү тормоздолуу** – эске сактала турган маалыматтардын окшоштуктарынын негизинде эске сактоого тоскоолдук кылуучу психикалык процесс.

**Ригиддүүлүк** – бул жүрүм-турумдун инерттүүлүк деңгээли б.а. сырткы шартка көнүгө албоочулук.

**Реактивдүүлүк** – бирдей күчкө ээ болгон тышкы жана ички дүүлүктүргүчтөргө адамдын кандай эмоционалдык күч менен жооп бере тургандыгын билдирет.

**Реакциянын темпи** – кандай кырдаал болбосун адамдын психикалык процесстеринин кыймылынын ылдамдыгын, кеп темпин, акылынын тездигин, тапкычтуулугун түшүндүрөт.

«С»

**Социалдык психология** – өз ара мамиленин негизинде адамдардын жүрүм-турумун, иш аракеттерин жана өз-ара мамилелерин социалдык негизде талдоочу психологиянын бир түрүү.

**Структура (түзүлүш)** – кандайдыр бүтүн нерсенин байланышта болгон составдык бөлүктөрү, аны түзүп турган элементтери.

**Субьект** – аң-сезимдүү, эрктүү, дүйнөнү активдүү таанууга аракеттенген индивидин өздүк психикалык иш аракети.

**Стереотип** – грек сөзү, кыргызча «туруктуу калган из» деген мааниде.

**Стереотипизация** – группадагы адамдардын мүмкүнчүлүктөрүн жеткиликтүү үйрөнбөй туруп, өзүнө өнөкөт болуп калган кандайдыр бир касиетти аларга таануулоо аракети.

**Сезүү** - материалдык дүүлүктүргүчтөрдүн сезүү органдарына түздөн-түз таасир этишинен пайда болгон организмдин ички абалын жана тышкы заттардын айрым касиеттерин баш мээге чагылдыруучу жөнөкөй психикалык процесс.

**Сезүүнүн жогорку чеги** – адамдын сезүү жөндөмдүүлүгүн пайда кылуучу максималдуу психикалык күч.

**Сезүүнүн төмөнкү чеги** – адамда алгачкы сезүүнү пайда кылууга себепкер болуучу эң кичине дүүлүктүргүчтүн күчү.

**Сенсублизация** – (латын сөзү-сезгичтик)- дүүлүктүргүчтөрдүн таасири астында нервдик борбордогу сезимдин жогорулашы.

**Синестезия** – (грек сөзү, - бир убакта сезүү)- дүүлүктүргүчтөр конкреттүү анализаторго таасир этип, ндан тышкары кошумча сезүүнү пайда кылуучу кубулуш.



**Синтездөө** – анализдөөгө тескери операция. Анализделген маалыматтардын жалпылык белгилерине карата бир бүтүмдүн чыгарылышы.

**Салыштыруу** – кубулуштарды, заттарды бири-биринен айырмалоо жана алардын окшоштуктарын табуу.

**Сезим туудуруу** – объект, субъект тарабынан сын көз менен кабыл алынбаган учурда пайда болуучу өзгөчө психикалык абал.

**Сугестия** – сезим туудуруу.

**Сугестопедия** – сезим туудуруунун жардамы менен окутуу.

**Сезим** – адам баласына таасир этип жаткан маалыматка жана күчтөргө карата, психикалык жактан абалдардын өзгөрүшү.

**Стеникалык** – грек сөзү, бизче «оң сезимдер, күчтөр» бул индивиддин өзүн курчаган чөйрөсүнө карата оң туюу сезимдеринин пайда болушу.

**Стресс** - (чыңалуу) бул татаал психикалык процесс. Стресс - адамдын кыймыл аракеттеринин, ойлоосунун жогорку чыңалуу абалына өтүүсү, натыйжада кайсыл жумуштан баштоону билбей, дал болуп калуу абалы.

**Сабырдуулук** – максатка жетүү үчүн ага тоскоолдук кылуучу тескери факторлорго чыдоо, аларды жеңүү.

**Сангвиник** – (кан – латынча сангвинис) денедө нерв системасы күчтүү, тең- салмактуу, кыймылдуу типке кирген темпераменттик сапат.

**Сензитивдүүлүк** - (психиканын сезгичтиги) белгилүү бир жумушту аткарууда анча энергияны жумшабастан, кыйналбай максатка жеткен психикалык абал.

«Т»

**Тормоздолуу процесси** – козголууну кармап, аракетин чектеп, мээнин участокторуна жайланышууга, топтолууга мажбур кылат.

**Телепатия** – сезүү органдарынын тикелей жардамысыз адамдын аң-сезиминин аралыкка берилиши.

**Тропизм** – грек сөзү, кыргызча “бурулуу, багыт алуу” деген маанини берет. Өсүмдүктөрдүн мындай биотыкандык факторлорго өзгөчө кыймылдар менен жооп берүүсү.

**Термотропизм** -температуранын таасиринде тиричиликтин пайда болушу.

**Топотропизм** – механикалык кыймылдын таасиринде тиричиликтин пайда болушу.



**Тренинг** – англис сөзү, кыргызча «машыгуу», «бышуу, жетилүү» дегенди билдирет.

**Таарынуу агрессиясы** - мында адам чөйрөнү жек көрүү менен көңүлү чөгүп, чөйрө менен мамиледе болуудан баш тартуу.

**Тил аркылуу аткарылуучу агрессия** – буга тил аркылуу бирөөлөргө жамандык издөө, ушак таратуу жана каргап шилөө.

**Түшүнүк** – бул предметтин, кубулуштун жалпы жана негизги касиеттери жөнүндөгү маалымат.

**Теориялык ойлоо** – ойлоонун бул түрү тигил же бул маселени түшүнүктөрү аркылуу маселени чечүүдө колдонулуучу ыкмасы.

**Теориялык образдуу ойлоо** -ойлоонун бул түрүндө адам түшүнүктүү ой жүгүртүүнү, ой корутундулоону колдонбостон образдарга таяну менен жыйынтык чыгарууга жетишүү процессин айтабыз.

**Тырышчаактык** – личност алдындагы ишти аткарууда- оор, кыйын, узак убакытка созуларын билсе да, аны таштабай, акырына чыгууга багытталган психикалык күч, сапат.

**Темперамент** – адамдын жүрүм-турумунун жана психикалык процесстеринин кыймылга келүү динамикасын мүнөздөөчү жекече өзгөчөлүк.

**Талант** – жөндөмдүүлүктүн эң жогорку абалы жана анын объективдүү жашашын белгилөөчү деңгээл.

«У»

**Установка** – адамда кандайдыр бир турмуштук тажрыйбалардын негизинде калптанган социалдык жана биологиялык мазмундагы ички абалдын көнүгүү деңгээли.

**Умтулуу** – личносттун кандайдыр бир ишти ийгиликтүү аткарууга өзүнүн мүмкүнчүлүгү бар экендигин билген же жөн эле аткарууга ниеттенген каалоосу.

«Ф»

**Френология** – (грек сөзү, кыргызча “жан, акыл” деген маанини түшүндүрөт). – адамдын психикалык өзгөчөлүгү менен баш сөөктүн сырткы формасынын ортосундагы байланышты аныктоого багытталган илимдин бир тармагы.

**Филогенез** – (грек сөзү, эки сөздүн биригишинен түзүлгөн: фило-«уруу», генез-«тек, пайда болуу»). Ал организмдер

дүйнөсүнүн, алардын түрлөрүнүн, урууларын, тукумдарын, типтерин тарыхый жактан өнүгүү процессин изилдөөчү илимдин бир багыты.

**Фототропизм** – жарыктын таасиринде тиричиликтин пайда болушу.

**Феномен** -сезүү тажрыйбасы аркылуу таануучу кубулуш.

**Физикалык агрессия** – мында экинчи бир адам менен кол күчү аркылуу карама-каршылыкка барууга ниеттенген механикалык иш аракеттин бир түрүү.

**Феноменалдуу эс** – мында адам мааниси жагынан байланышкан же байланышпаган ар түрдүү маалыматтарды эч өзгөртпөй толук эсине сактап, зарыл учурда кайрадан баш мээсине түшүрө алуу процессти айтабыз.

**Фрустрация** – (латын сөзү, кыргызча жаңылып калуу), оюндагы маалыматтар менен чыныгы дүйнө дал келбегендиктен, өзүн-өзү башкара албай калуучу психикалык тынчсызданууга түрткү берген эмоционалык абал.

**Флегматик** – (былжыр суюктук – флегма) нерв системасы күчтүү, тең-салмактуу, инерттүү тибтеги адам.

«Х»

**Хемотропизм** – химиялык заттардын таасиринде тричиликтин пайда болушу.

**Халерик** – (сары өт – грекче холен) нерв системасы күчтүү, тең-салмактуу эмес, кыймылдуу тибке керген адамдар.

**Хиромантия** – бул гректин хир-мантия сөздөрүнүн айкашынан кыргызча “кол, жоруу” дегенди билдирет. Адамдын алаканында жайгашкан тарамдарга жана сызыкчаларга карап, адамдын тагдырын алдын ала айтып берүү аракетин жасаган психикалык ишеним.

«Ц»

**Циклоиддик тип** – мындай типтеги адамдын көңүлү ички жана тышкы себептерден улам психикалык кыймылга келүү абалы.

«Ч»

**Чыдамкайлык** – ишти жүзөөгө ашыруудагы адамдын физикалык, психикалык күчтөрүнүн жеткиликтүүлүгү.

«Ш»

**Шектенүүчүлүк агрессия** – мында бирөөгө ишенбөө, өзүнөн-өзү эле бирөөлөрдөн сактанып, бирөөлөр жөнүндө туура эмес пикирде болуу абалы.

«Б»

**Ырааттуулук эффект** – бул кубулуш кабыл алынуучу адам жөнүндө карама-каршы маалыматтар көп болуп, чечим, ишеним, биринчи айтылган маалыматка же эң акыркы маалыматка таянып, туура эмес болуп калаарын алдын ала билдирген чечимдер.

«Э»

**Эмприка** – «эмпейре» грек сөзү, кыргызча «тажрыйба» дегенди түшүндүрөт.

**Эфференттик жолчо** – борбордон четтөө. Мээден булчуңдарга, бездерге баруучу нерв талчалары.

**Эффектордук нейрондор** – булчуңдарга, ички органдарга баруучу командаларды берет.

**Эндопсихикалык подструктура** – бул адамдын личносттунун ички механизми.

**Экзопсихикалык подструктура** – личносттун тышкы чөйрөгө болгон мамилесин мүнөздөйт.

**Эдип комплекси** – латын сөзү, кыргызча «байланыш, айкалыш» дегенди түшүндүрөт.

**Экстролингвистика** – кептеш тынымдар (Мисалы: ыйлоо, жөтөлүү, ж.б.).

**Эрксиз көңүл буруу** – эрктик аракетти талап кылбай, аң-сезимсиз коюлган максаттын жардамы менен пайда болгон көңүл буруу.

**Эрктүү көңүл буруу** – мында адам алдына аң-сезимдүү максат коет, аны ишке ашыруу үчүн аракеттерди жумшоочу психикалык процесс.

**Эрктүү көңүл буруудан кийинки көңүл буруу** – мында адам алгач аң-сезимдүү максат койгону менен туруктуу аракеттерди жумшабастан, көңүлдүн автаматташуусун айтабыз.

**Экстроцептивдүү сезүү** – латын сөзү «экстрео», «рецептор» деген эки латын сөзүнөн турат, кыргызча «сырткы», «кабыл алуучу» маанилердин негизинде пайда болгон сезүү.

**Эс** – бардык психикалык процесстерди мүнөздөөчү негизги процесс болуу менен личносттук сапатты аныктоочу башкы

психикалык процесс. Эс – индивиддин өз тажрыйбасын негизинде эсте калтыруу, сактоо жана керектүү учурда кайрадан эске түшүрүү функциясын аткарган психикалык процесс.

**Эсте сактоо** – баш мээге кабыл алынган маалыматтарды сактап туруучу психикалык жөндөмдүүлүк.

**Эске түшүрүү** - кайсы бир мезгилде тажрыйбада белгилүү болгон ойлордун, образдардын, сезүүлөрдүн, кыймылдардын кайрадан баш мээде изинин пайда болушун түшүнөбүз.

**Элес** – бул кубулуш мурда же берилген учурда кабыл алынган маалыматтардын образдарын, формаларын таанып биле алуучу туюу сезимин түшүнөбүз.

**Эңсөө** – объективдүү чындыкты кайрадан өзгөртүп түзүүгө карата адамдын чыгармачылык күчүнүн багытталышы.

**Эргүү** - адамдын аң-сезиминде иреттелген формада өтө ачык, образдардын, ойлордун агымынын, эң жогорку деңгээлде түшүмдүү өтүшү.

**Эмоция** – латын сөзү, «толкундоо, козголуу» аркылуу тең салмактуулук абалдан четөөнү түшүнөбүз.

**Эстетикалык сезим** – адам баласынын коомдук жана табийгаттын таасиринин натыйжасында, алар тарабынан берилген нормативтерди тааный билүү.

**Эрк** – адамдын жүрүш турушун аң-сезимдүүлүк менен башкара билүү жана активдештирүү жөндөмдүүлүгү.

«Ю»

**Юридикалык психология** – адамдардын жүрүм-турумун коомдук нормативте, закондун эрежесинде, инсанды психикалык жактан изилдөөчү илимдин бир тармагы.

#### **Колдонулган адабияттар.**

1. Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию. -М., Международная пед. академия. 1995.
2. Андреева Г.М. Социальная психология - М., 1972.
3. Брусиловский А.Е. Судебно-психологическая экспертиза. Харьков, 1969.
4. Закиров А., Умаров Т. Психодиагностика. Ош-1998.
5. Закиров А. Инсандык сапаттарды изилдөөчү ыкмалар. Ош-1996.
6. Закиров А. Методы изучения качество личности.

- Ош-1996.
7. Зейгарник Б.В. Патопсихология. - М., 1976.
  8. Коченов М.М. Введение в судебную – психологическую экспертизу. -М., Изд-во Москов.университета, 1980.
  9. Леонтьев А.А. Педагогическое общение. -М., 1979.
  10. Методы психологической диагностики. Под. ред В.Н.Дружинина и др. - М., 1993.
  11. Методы исследования межличностного восприятия: Спец практикум. Под.ред. Г.М.Андреева. -М.,1986.
  12. Минбаев К. Адам психологиясы. Ош - 2000.
  13. Практикум по психодиагностике. дифференциальная психометрика. Под ред. В.В.Столина, А.Г.Шмелева. - М., Изд – во Москов. Университета, 1984.
  14. Практическое занятие по психологии, Под.ред. А.В. Петровского, - М., 1972.
  15. Практикум по психодиагностике. Под. ред., Г.С. Бабина, Изд. МГУ., - М., 1990.
  16. Психологические тесты. Под.ред. Ахмеджанов Э.Р. -М., 1996.
  17. Никифоров Г.С. Самоконтроль человека Изд. ЛГУ, - Л. 1992.
  18. Эйсман А.А. Заключение эксперта (структура и научное обоснование). - М., 1969.

## МАЗМУН

Кириш сөз _____	3
Практикумдун психологиядагы оорду _____	5
<b>Биринчи бөлүм</b>	
<b>Инсандык сапаттарды изилдөөчү ыкмалар _____</b>	<b>9</b>
Тема: Инсандын (личностун) өзүн-өзү баалоосу _____	9
Тема: Инсандын агрессиялык сапатын изилдөөчү ыкмасы (Баса-Даркиндин ыкмасы) _____	14
Тема: Индивидуалдуулукту изилдөөчү ыкма _____	19
Тема: Мамилелешүүнүн деңгелин изилдөөчү ыкма _____	23
Тема: Конфликтке жакын болгон сапаттарды аныктоо _____	27
Тема: Мамиле келишпөөчүлүк абалдан чыгуунун жолун изилдөө ыкмасы (К.Н.Томастын ыкмасы аркылуу) _____	30
Тема: Темпераменттин типтери _____	35
Тема: Мүнөздүн типтерин аныктоо _____	41
Тема: Мүнөздүк сапаттарды изилдөөчү ыкма _____	44
Тема: Жөндөмдүүлүктөгү жүрүм турум мотиви _____	48
Тема: Жөндөмдүүлүктүн багыттарын изилдөөчү ыкма _____	55
Тема: Инсандын өздүк кооптонуусун изилдөөчү ыкма _____	60
Тема: Бүтпөгөн сүйлөм ыкмасы _____	63
Тема: Р Е N ыкмасы _____	66
Тема: Инсандын багытталуусун аныктоо _____	71
<b>Экинчи бөлүм</b>	
<b>Таануу процесстери _____</b>	<b>77</b>
Тема: Көңүл буруунун туруктуулугу жана бөлүнүүчүлүгү _____	77
Тема: Инсандын өзүн-өзү жана экинчи бирөөнү кабыл алышы _____	83
Тема: Эске тутуунун типтери _____	89
Тема: Ретро активдүү тормоздолуу _____	93
Тема: Ойлоо процесин изилдөөчү ыкма _____	95
Тема: Q-ылгоо методу _____	99



### Үчүнчү бөлүм

<b>Эмоционалдык абалдарды изилдөөчү ыкмалар</b> _____	140
Тема: Инсандын өзүн курчаган чөйрөгө карата эмпатиясы (тынчыздануусу)_____	104
Тема: Активдүүлүктүн деңгелин изилдөөчү ыкма_____	107
Тема: Чыгармачылык потенциалды изилдөөчү ыкма_____	110
Тема: Эмоционалдык чөйрөдө өзүн-өзү кантролдоо ыкмасы_____	114
Тема: Стресстик абалды изилдөө ыкмасы_____	118
Тема: Кооптонуунун пайда болушундагы инсандык шкала_____	120
Тема: Депрессияны аныктоочу ыкма_____	122
Тема: ММРІ ыкмасы_____	124
Тема: Нерв системасынын касиеттерин психомордук көрсөткүчтөр аркылуу изилдөө ыкмасы_____	130
Тема: Өзүн – өзү кантролдоонун деңгээлин аныктоо ыкмасы_____	132
Тема : Адептүүлүктүн аткарылышын баалоочу психологиялык тест_____	137
Тема: Эрдик сапаттарды изилдөөчү ыкма_____	141
Изилдөөдө керектелүүчү сөздүктөр_____	145
Колдонулган адабияттар_____	160

**Закиров Акимжан Закирович**

## **ПСИХОЛОГИЯ БОЮНЧА ПРАКТИКУМ**

**окуу-методикалык калык пособия**

**Редактору: Закиров А.  
Корректору: Тыныбек кызы М.  
Техникалык редактору: Калбаев К.  
Компьютердик калыпка түшүргөн: Асранов Б.**

Терүүгө 02.03.10 ж. берилди. Басууга 12.04.2010-ж. кол коюлду,  
Кагаздын форматы 60x84 1/16 Офсеттик ыкма менен басылды.  
Нускасы 500. Көлөмү 10,25 басма табак. Келишим баада.



**ЖЧК «Кагаз ресурстары» басмаканасы**  
Ош шаары, А. Мамыров көчөсү 86.  
Тел: (03222) 4 69 16





**Закиров Акимжан**, 1954-жылы туулган, улуту кыргыз, билими жогору, ОшМУнун психология кафедрасынын профессору, психология илиминин кандидаты. 1985-1986-жылдары Москвадагы М.В. Ломоносов атындагы университеттин илимий стажеру, 1987, 1992-жылдары ушул эле университеттен билимин өркүндөткөн. 1994-жылы ушул университеттен кандидаттык диссертациясын коргогон. 1995-2006-жылдары кафедра башчысы, 2006-2008-жылдары факультеттин деканы, 2008-2009-жылдары “Илим жана жаңы технологиялар” бөлүмүнүн башчысы, 2009-жылдан бери ОшМУнун курамындагы

“Илимий кадрларды даярдоо жана үзгүлтүксүз билим берүү” институтунун директору.

**Эмгектеги алган сыйлыктары:** 1981-2010-жылдары бир канча жолу окуудагы жана жаштарды тарбиялоодогу жетишкендиктери үчүн ОшПИнин, ОшМУнун, Ош шаардык мэриянын, Ош областтык администрациясынын, Билим берүү жана илим министрлигинин жана чет элдик Кыргызстандагы посолдорунун Ардак грамотасы, төш белгилери, алкыштары, акчалай сыйлыктары менен сыйланган. 1997-жылдан бери “билим-берүүнүн мыктысы”. 1995 - 1997 - жылдардагы “Кыргызстан - Сорос” фондунун, КР Билим берүү министрлигинин жаңы технологиялар комитетиндеги проекттеринин жеңүүчүсү.

**Негизги илимий эмгектери:** 1981-2010-жылдары 100дөн ашык илимий эмгектердин автору. Анын ичинен 2 монография, 4 окуу китеби, 10 окуу куралы жана усулдук колдонмосу жарыкка чыккан.

**Алардын айрымдары:** “Этнопсихологияга киришүү”, Ош-1996, 106 бет., (моног.); Психосемантический подход к этнопсихологии” Ош-1996, 94 стр. (моног.), “Психология”, Ош-2006, 232 бет. (кыргыз тилиндеги окуу китеби); “Психология боюнча практикum”, Ош-172 бет. (окуу китеби) ж.б.

**Илимий баяндамалары:** Психологические норма поведения школьников. 1988г. г. Бухара (Узбекистан); Сознание, самосознание межличностного восприятия. 1990, г. Алма-Ата (Казакстан); Психологические исследование этнических стереотипов. 1991, г. Орджоникидзе. (Грузия); К проблемы сопоставительности образа мира различных национальных культур. 1991, г. Москва (Россия) ж.б.

**Илимий темасы:** Күнүдөлүк аң-сезимди этнопсихологиялык негизде анализ жасоо (Кыргыз этносуна мүнөздүү материалдар аркылуу).

ISBN 978-9967-602-60-1



S-0303020000-10



955064