

GUMANISTIK PSIXOLOGIYADA SHAXS

Normo'minova Shohsanam Sherzod qizi

Denov Tadbirkorlik va Pedagogika instituti

Pedagogika fakulteti 1-bosqich talabasi

tel raqam:97 071 02 82

Annotatsiya: *Ushbu maqolada shaxsning o'zligini anglash o'z-o'zini ifodalash va ijobiy rivojlanishiga e'tibor qaratadigan psixologiyaning bir turi hisoblanadi.*

Kalit so'zlar: *gumanistik psixologiya, o'zini anglash, shaxsiy o'sish, ijobiy psixologiya.*

Аннотация: *В данной статье самосознание представляет собой вид психологии, ориентированный на самовыражение и позитивное развитие.*

Ключевые слова: *гуманистическая психология, самосознание, личностный рост, позитивная психология.*

Abstract: *In this article, self-awareness is a type of psychology that focuses on self-expression and positive development.*

Keywords: *humanistic psychology, self-awareness, personal growth, positive psychology.*

Kirish: Gumanistik psixologiya inson tabiatini tushuntirishda o'zining yondashuvi bilan boshqa psixologiya fanidagi yunalishlardan farq qiladi. Bu borada mazkur yunalishning vakili sifatida G.Olportning shaxs qirralari, A. Maslouning shaxsning o'zini o'zi kamol toptirish, K. Rojersning inderiktiv psixoterapiyasi, R. Meyning shaxsning hayot yo'li haqidagi g'oyalari e'tirof etish mumkin. Mazkur yo'nalishning har bir nazariyasi o'zining ilmiy tushunchasi, insonning ichki olamini tushunishiga yo'naltirilgan tadqiqot usullari va psixoterapevtik yondashuvlari mavjud. Shunga kura gumanistik psixologiyaning

umumiy prinsiplari mavjud. Inson doimo yangi maqsadga intiluvchi, o'zini o'zi kamol toptirish va o'z imkoniyatlarini ruyobga chiqarishni ifodalovchi.

Tarraqiyot prinsipi. Insonot tabiatiga ko'ra, erkin va meribonlikni ifodalovchi. Insonparvarlik prinsipi. Maqsadli dertminizm prinsipi: Shaxsning intilishlari kelajakka yo'naltirilganligi bilan uning maqsad, qadriyatlari va kutilmalarini ifodalovchi sababiy determinizmni tasdiqlashi. Inson mustaqil fikirluvchi va harakat qiluvchi mavjudot sifatida o'zining subyekt sifatida namoy qilishini ifodalovchi faollik prinsipi, shaxsni alohida fragmentlar sifatida o'rganib bo'lmasligi, balki uni yaxlit o'rganishga undovchi shaxsni noeksperimental tadqiq etish jarayoni prinsipi. Gumanistik psixologiyada tadqiqot maqsadi va obyektining mosligi insonni sog'lom ,o'zini o'zi ruyobga chiqarib borishini taminlovchi me'yotda va to'laqonli faoliyat olib boruvchi shaxsni o'rganish vazifasini ifodalovchi reprezentativlik prinsipi.

Asosiy qisim: Psixik rivojlanish va bu o'zgarishlarga sabab bo'ladigan kuchlar ortasidagi munosabat qonunlarini o'rganish psixologiya faninig muhim va dolzarb muammolaridan biridir. Xar bir shaxs o'ziga xos xususiyatlar bilan takrorlanmaydigan bir dunyo tashqi ko'rinishi bilan o'xshash insonlarni uchratish mumkin ammo, fe'li , mijozi va shaxs sifatlari bilan bir biriga o'xshash shaxslarni topish hayotda juda mushkul. Shaxs qaytarilmas u o'z sifatlari va borligi bilan noyobdir. Bu boradi biz "individ" va "individuallikni" tushunchalarini ko'rib chiqamiz. "Individ" bu odam degan tushunchani tuldiradi va uning ijtimoiy biologik aloqadorlik faktini tasdiqlovchi ilmiy kategoriyadir. "Individuallik" bu torroq tushuncha bo'lib kankret odamni boshqa bir kankret odamdan farqlovchi barcha o'ziga xos xususiyatlar majmuini o'z ichiga oladi. Shaxs individualligiga uning qobilyatlari, temperamenti, karakteri, irodaviy sifatlari, e'motsialari, xulqiga xos mativatsiya ijtimoiy ustanovkalari kiradi ana shu katigoriyalar individuallikni taminlovchi katigoriyalardir.

Qobilyatlar shaxsdagi shunday individual turg'un sifatlarki ular odamning turli xil faoliyatdagi ko'rsatkichlari va qiyinchiliklari sabablarini tushuntirib beradi. Inson shaxsining psixik rivojlanishi va uning shakllanishi

murakkab tadqiqot jarayonidir. Zero, uning o'ziga xos xususiyatlari va qonuniyatlarini asosli ilmiy bilish ,o'quvchi shaxsiga pedagogik jihatdan ta'sir ko'rsatishning asosiy shartidir. Inson - biosotsial mavjudotdir. Uning birligi, bir tomondan, kishining psixik, tug'ma ravishda tashkil topgan xususiyatlari,(masalan ko'rish yoki eshitish sezgilarining, shuningdek oliy nerv tuzilishining o'ziga hos xususiyatlari), ikkinchi tomondan esa faoliyatning ongli subyekti va ijtimoiy tarraqiyotning faol ishtirokchisi sifatida uning xulq- atvori, (masalan axloqiy odatlar) xususiyatlarida namoyon bo'ladi. Xush odam psixikasi va xatti - harakatlarida namoyon bo'ladigan bu xususiyatlarni nimalar sirasiga kiritish mumkin? Inson psixikasining tabiati biologikmi yoki inqilobiy xarakterga egami? Inson shaxsining tarkib topishi va psixik rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillarning muammosi o'z mohiyati jihatidan g'oyaviy xarakterga ega.

Gumanistik psixologiyaning asosiy vakillari bo'lgan Abraxim Maslow va Rogers inson ruxiyatini o'rganishni yangi peramidalarga asoslagan va xx-asning o'rtalarida rivojlantirilgan. Shaxs konsepsiyasi: Gumanistik psixologiya shaxsni murakkab, dinamik va o'z-o'zini boshqaruvchi tizim sifatida ko'rib chiqadi. Rogersning "O'zlik konsepsiyasi" (self-concept) shaxsning o'zini qabul qilishi va rivojlanishi muhim o'rinda ta'kidlab o'tadi. Maslowning "o'zini aktualizatsiya" nazariyasiga ko'ra, inson faqat asosiy ehtiyojlari qondirilgandan keyin o'z salohiyatini to'liq rivojlantira oladi.

Olportning fikricha, uning motivlari avtanomligi darajasiga va uni harakat shunchasi xarakt emas, balki "harahat motiv" "harahat qiziqishdir". Olport belgilagan motiv harakat motib hodoblanadi. U kattalarning motivlari kichkina bolalarnikidan keskin farq qilishini e'tirof etish bilan birga ularning biologik holat emasligini ,shuningdek, ular ruhiy ma'naviy holat ham emasligini takidlagan. Gumanistik psixologiyaning asosiy prensiplari Olportning shaxs qirralari nazariyasi, Motivlarning funksional reproduktiv prensipi, zarurat motivlari va tarraqiyot motivlari, A.Maslouning o'zini o'zi kamol toptirish nazariyasi , o'zini o'zi kamol toptirish tushunchasi, .Moslou buyicha motivlar ierarxiyasi va hakazolar, K. Rojers nazariyasi va kongruetlik tushunchasi, insonga shartsiz ijobiy

munosabat va empatiya, fenomenal maydon va õzlik, shaxs markazlashuv psixoterapiyasi prensiplari.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Myers.D.G. Psychology. Hope College. Holland, Michigan,2010. P. 553-593.
2. Duane P. Schults. Theories of Personality. Wadsworth, a division. Of Thomson Learning,Inc. Copyright, 2005. -550p.
3. G'oziev E. G' . Umumiy psixologiya. - T. Õqituvchi , 20
4. Xoll. K., Lendsey G. Teori Lichnosti.,-M., 1998.-796.c
5. Xell L. ,Zigler D. Teori Lechnosti. -CPb.:Piter,1997